

I colori del Mantegna

N° 2 Aprile 2021



*Pubblicazione interna
a cura degli ospiti e dello staff del
Centro Servizi Anziani Mantegna*





Indice

| | |
|-----------------------------------|----------------|
| <i>Editoriale</i> | <i>Pag. 3</i> |
| <i>Album dei ricordi</i> | <i>Pag. 4</i> |
| <i>Progetti: prendersi cura</i> | <i>Pag. 15</i> |
| <i>Il professionista del mese</i> | <i>Pag. 19</i> |
| <i>Lo sapevate che...</i> | <i>Pag. 20</i> |
| <i>I nostri ospiti raccontano</i> | <i>Pag. 22</i> |

Editoriale

GRUPPO GHERON: risposte complete ed integrate per i servizi alla persona

Gheron è il nome del gruppo gestore del centro servizi anziani Mantegna di Campodarsego e di altri centri che nel Veneto a breve apriranno.

Gheron, perché? Per assonanza ci vengono in mente geriatria, gerontologia,...

Gheron infatti richiama l'idea dell'anziano nella società antica, una persona in là con gli anni, magari con le ginocchia che non tengono più e con gli zigomi incavati per il lavoro e le sofferenze della vita, ma visibilmente saggia e dignitosa a cui si doveva rispetto e riverenza.

Gli acciacchi degli anni e la conseguente debilitazione psicofisica erano compensati e controbilanciati dalle virtù acquisite in primis l'esperienza e la saggezza.

Gli anziani nell'epoca classica erano coloro che trasmettevano i valori alle nuove generazioni, ai quali dispensavano il buon esempio, il giusto consiglio o, all'occorrenza, il giusto rimprovero.

Molti sono stati i temi di riflessione dei poeti e degli artisti classici che hanno affrontato l'argomento della vecchiaia: il rapporto con le nuove generazioni, il ruolo sociale, la nostalgia, il rimpianto, la contemplazione della giovinezza perduta, il rapporto col mistero della sofferenza e della morte, la bellezza e il tempo che passa...

Temi che in una società che invecchia come la nostra diventano di stretta attualità: ed è nostro compito nella cura dell'anziano che ci viene affidato fare tesoro di questi insegnamenti e dare dignità e volto alle attese dei nostri ospiti e dei familiari che a noi si affidano.

Silvia Morsoletto



ALBUM DEI RICORDI

8 Marzo

Laboratorio di
arti espressive





*Una mimosa
per le
nostre donne*





ALBUM DEI RICORDI

Erviva i Papà



*Non è festa senza
un dolce:
ecco la torta
preparata dal
nostro cuoco Alberto*



ALBUM DEI RICORDI

Benvenuta Primavera !



A passeggio nel parco



Si canta in compagnia





*Maestra di coro
e chitarrista
per sorridere
alle belle giornate
di sole...*



*e poi una
buona merenda*



*Tutti insieme a
festeggiare
l'arrivo della
bella stagione*





ALBUM DEI RICORDI

Aspettiamo la Pasqua



*Laboratorio
di cucito per creare
decorazioni da
appendere al
Mantegna*



*...nova di
cioccolato
con sorpresa*





Un menù
d'eccezione per
il pranzo
di Pasqua



**Pranzo di Pasqua
- Menù -**

Antipasto

Sopressa veneta e formaggio Asiago

Primo

Pasticcio agli asparagi
Tagliatelle con i piselli

Secondo

Arrostito di coniglio
Polpette di pollo

Contorno

Misto contadino

Dessert

Colomba pasquale

ALBUM DEI RICORDI
Festeggiamo i compleanni

AUGURI DIANA!!!



AUGURI MARIA !!!

**AUGURI
LINA !!!**





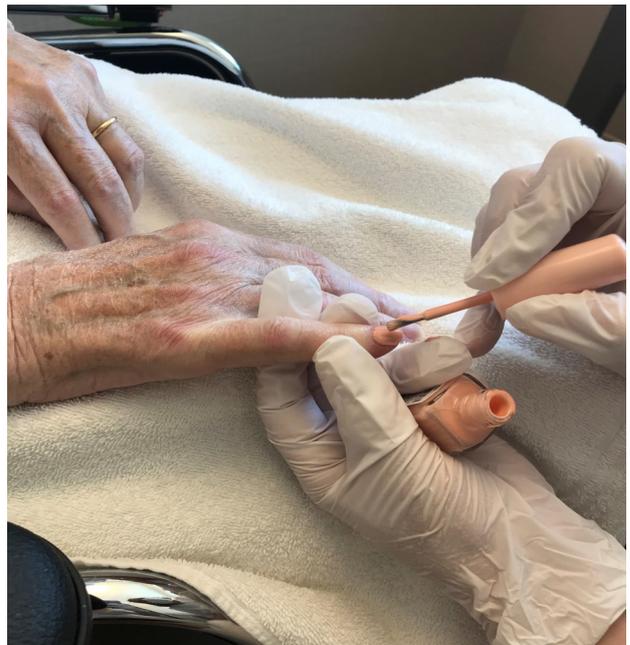
PROGETTI: PRENDERSI CURA



Beauty & Spa: riscoprire la bellezza di prendersi cura di sé



Un corpo che cambia e che si confronta con l'età e talvolta con la malattia, è un corpo che ama prendersi cura. Lo abbiamo toccato con mano durante i primi incontri con le nostre ospiti nel progetto Beauty & Spa iniziato ad aprile nel nostro CSA. Un progetto nato dalle esperienze e dalle abilità di chi lavora all'interno della struttura che si è concretizzato in tre fasi: un'attività all'interno della vasca sensoriale dove l'ospite viene immersa seguendo le indicazioni della fisioterapista e, a seconda di gusti e sensibilità, coccolata dall'educatrice con profumi delicati e musica rilassante; un operatore si dedica alla pulizia del viso che include un massaggio e l'applicazione della crema; il massaggio delle mani con la manicure e la scelta con l'ospite del colore dello smalto. Una relazione unica quella che si crea tra ospite e operatore che vive e condivide le sensazioni e le emozioni positive di questi momenti. Un'occasione per ascoltare, osservare, creare un rapporto durante il quale crescono anche la conoscenza, la fiducia e nell'ospite la percezione di sé e l'autostima.



IL POTERE DELL'ACQUA,
I BENEFICI DEL MASSAGGIO E
L'ATTENZIONE ALLA
CURA DEL SÉ FAVORISCONO IL
RILASSAMENTO, PRODUCENDO
SENSAZIONI PIACEVOLI ED
EMOZIONI POSITIVE



VENGONO STIMOLATI ASPETTI
COGNITIVI, MOTORI E
SENSORIALI



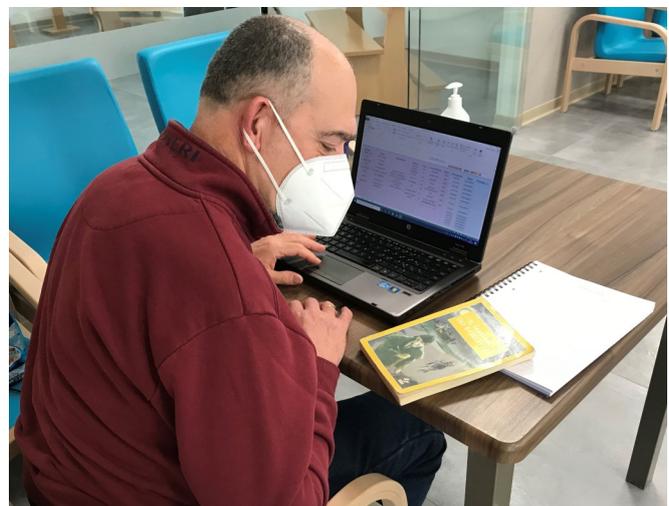
PROGETTI: PRENDERSI CURA

La Biblioteca del Mantegna

LA NOSTRA BIBLIOTECA STA
CRESCENDO GRAZIE A
DIVERSE DONAZIONI DEL
TERRITORIO



CATALOGAZIONE IN CORSO...
CON IL SIGNOR ROBERTO



Segnalibri fai da te



I NOSTRI OSPITI IMPEGNATI
NELLA REALIZZAZIONE DI
SEGNALIBRI PER LA
BIBLIOTECA DELLA
STRUTTURA



AAA
LIBRI E
RIVISTE
CERCASI

*Cari familiari, parenti
e conoscenti...*

*siamo alla ricerca di libri, riviste,
materiali da riciclo per ampliare la
nostra biblioteca e arricchire il
laboratorio di attività creative*

*Per info scrivere a:
educatori.rsamantegna@gruppongheron.it*

IL PROFESSIONISTA DEL MESE



Oggi parliamo con...

Ciao a tutti, mi chiamo Daniela. Sono la fisioterapista del Mantegna.

Per tanti anni ho lavorato in diverse realtà del territorio e ora sono qui in questo nuovo centro servizi anziani.

Tante sono le attese di ospiti e familiari nell'ambito della fisioterapia. Ma chi è il terapeuta e di cosa si occupa?

Innanzitutto all'ingresso ogni ospite viene valutato e vengono date indicazioni al nucleo su come alzare la persona, come fare i trasferimenti dal letto alla carrozzina, come utilizzare il deambulatore o altri ausili che la persona aveva con sé. Poi una volta entrato come fisioterapista devo monitorare l'utilizzo degli ausili da parte della persona e dare indicazioni agli operatori sul loro utilizzo.

Quindi lavori sempre da sola...

No, assolutamente. Un momento importante di confronto fra professionisti sono i progetti di assistenza individualizzati: i PAI che anche i familiari sono chiamati a firmare quale segno di condivisione degli obiettivi e delle attività proposte al proprio congiunto. Non mancano poi per noi fisioterapisti momenti di formazione e anche momenti di formazione che dobbiamo rivolgere agli operatori della struttura.

Ma il lavoro di fisioterapista che tutti ci immaginiamo...

E infine vi sono i veri e propri trattamenti individuali e di gruppo.

Anche al Mantegna abbiamo iniziato 2/3 volte alla settimana i trattamenti di gruppo: con l'aiuto dell'educatrice facciamo attività motorie con una decina di ospiti alla volta per la riscoperta delle prassie basiche (destra sinistra, alto basso, orientamento corporeo, orientamento spazio tempo,...).

Una domanda che molti familiari ci chiedono. Ha mai fine la riabilitazione?

La risposta più semplice e diretta è mai. In realtà poi nel concreto molto dipendente anche dalla volontà dell'anziano: ci sono persone che per espresso desiderio vogliono tornare a camminare. Con loro è più facile fare riabilitazione. Il desiderio di tornare a camminare è la prima molla per ... tornare a camminare.

Un'ultima cosa. E per gli operatori?

Sì, qui al Mantegna ci siamo occupati anche degli operatori: qualche lezione di pilates therapy per le corrette posture e per un sano rilassamento: momenti di svago e distensione con qualche esercizio fisico che hanno già dato buoni risultati. Perché stare bene con se stessi e in mezzo agli altri è sempre la più efficace e migliore delle terapie.

LO SAPEVATE CHE...



A proposito di...invecchiamento attivo

La scienza descrive l'invecchiamento il risultato dell'evoluzione della specie. Infatti, compare solo nei mammiferi e gode di un periodo piuttosto lungo. Segni della senescenza sono il progressivo e irreversibile cambiamento del corpo e il rallentarsi delle funzioni.

Nell'uomo il processo di sviluppo consiste nell'accrescimento e nell'invecchiamento, che si susseguono senza interruzioni. Se nel processo di accrescimento prevale la costruzione pur essendo presente anche il decadimento, nell'invecchiamento prevale il decadimento ma è presente anche la costruzione. Nell'invecchiamento, inoltre, tendono a scomparire le funzioni poco utilizzate a persistere e perfezionarsi quelle maggiormente sfruttate, e questo è vero anche per l'apparato locomotore.

Se perseguita in maniera corretta e sistematica, l'attività motoria risulta in grado di ridurre o rallentare i cambiamenti anatomo-funzionali dovuti al processo di invecchiamento quali: la diminuzione di massa, volume e peso dei muscoli ed il decremento delle fibre muscolari; la riduzione della forza, della flessibilità e della resistenza; la riduzione della capacità delle ossa di essere elastiche e in grado di assorbire le comuni sollecitazioni. L'ipocinesi (diminuzione del movimento) rappresenta per molti anziani il pericolo maggiore.

Un'attività motoria opportunamente strutturata può indurre utili modificazioni adattive, incidendo positivamente sul comportamento mediante cambiamenti sia dello stile di vita che delle espressioni affettivo-emotive. Tali variazioni possono favorire il rapporto con l'ambiente e stimolare la sfera cognitiva.

L'impegno fisico contribuisce, infatti, a sollecitare vantaggi psicologici che influenzano positivamente l'immagine corporea, l'autostima e, più in generale, il concetto di sé. Per quanto riguarda l'ambito relazionale, risulta elevata la correlazione tra la soddisfazione di vita e l'attività fisica.

Rimanere o ritornare padroni del proprio corpo può contribuire a contrastare la trascuratezza e la disistima nei confronti del corpo che invecchia, restituendo così all'anziano un'immagine corporea migliore ed adeguata alle aspettative dell'ambiente di appartenenza. Una buona capacità motoria, infine, consente di adeguare e modulare meglio le richieste dell'ambiente.



La vita è...movimento!

*Articolo a cura di Daniela Petrachi
(Fisioterapista C.S.A. Mantegna)*

I NOSTRI OSPITI RACCONTANO

“FIORI E NATURE MORTE ”

DA COSA NASCE COSA...

In una giornata grigia l'animo umano si sente ancora più oppresso, non c'è nessun volo di uccelli, nessun grido di bimbi che giocano e allietano l'atmosfera, rimane nell'aria sospesa una parola che è: ARTE. L'arte da sola può riempire il vuoto dell'animo e dare emozioni e sensazioni che ogni pittore ben conosce.



L'idea del pittore prende forma nella sua mente e consiste in un mazzo di fiori bianchi le cui corolle esalano un profumo che solo chi dipinge riesce a percepire con la sua sensibilità. Il vaso cinese dai colori spenti, che troneggia sopra un tavolo, riesce a riempire tutta la piccola tela.

Uno sfondo verde variegato riesce a far risaltare un vaso di rame con un mazzo di dalie vezzose e ambiziose nei loro variopinti colori, che si rigirano come in una danza.



Su una piccola tela abbandonata e dimenticata in un angolo ma che il pittore ben conosce, si intravede, su uno sfondo bianco rosato, un ramo di alchechengi attraverso il vetro di una vecchia lampada.



Sullo sfondo azzurro di una natura morta prendono peso due bottiglie di vetro, mentre il giallo brillante di un limone dà luce alla tela. Su una ciotola azzurrina un finocchio fa mostra di sé pronto per essere mangiato.

Attraverso il vetro di una ciotola occhieggiano delle fragole, noci e castagne a ricordarci che la giornata è fredda e umida ma può essere riscaldata da un boccale di birra posato sul tavolo.



“Eros e thanatos, vita e morte”
I petali appassiti di un piccolo vasetto di fiori, che si nascondono nella loro ombra, danno vita all’ultima creazione dai colori tenui e sfumati.



Infine il pittore si siede sulla sua poltrona e osserva il piccolo mondo che è riuscito a creare con il suo pennello. L’animo viene pienamente soddisfatto, il cielo torna a brillare e tutto riprende a vivere...sono i miracoli che nascono dall’ARTE.

I NOSTRI OSPITI RACCONTANO

“VITA FACILE IN UNA STRUTTURA PER ANZIANI”

“Incipit: scusate la reminiscenza manzoniana.

Quel tratto della tangenziale che da Castelfranco passando per Campodarsego arriva a Padova, fa una sosta virtuale a Campodarsego, cittadina ricca di tradizioni agricole artigianali ed industriali che rendono ben visibile ed ospitale questa zona.

E' per questo che Campodarsego ha ospitato nel suo territorio una struttura dedicata all'ospitalità di persone diversamente giovani e diversamente abili. Queste diversità sono integrate in questa struttura in modo vorrei dire quasi nobile. Sono soddisfatte le varie esigenze in una sintesi di iniziative che mirano a tener vivo quel poco che resta di questa vita lunga e magari difficile dei vari ospiti di questa struttura. Ecco allora l'ambiente nuovo e signorile è studiato nei minimi particolari perché nulla possa essere di inciampo alle varie difficoltà degli ospiti.

Le stanze comode e luminose sia a nord che a sud, con i servizi all'interno delle stesse.

Il salone per l'alimentazione quotidiana significata da una cucina ottima e variabile sia in principi nutrizionali che nelle ricette.

La palestra piccola e strutturata gestita da una fisioterapista dedicata.

La biblioteca fornita ed aggiornata.

Le attività culturali: dalla musica classica e moderna al gioco di società.

Personale qualificato di buona presenza disposto a tutti i servizi che la struttura propone.

Decoro che si riflette nell'ordine e nella pulizia dell'ambiente.

Complessivamente una struttura da non perdere di vista anche come punto di riferimento per tutti gli anziani.

Ogni eufemismo diventerebbe inutile per dare un'idea completa di questa struttura."



I NOSTRI OSPITI RACCONTANO

RICETTA DI PRIMAVERA

MELANZANE GRATINATE AL GORGONZOLA

“Per questo periodo, se amate le melanzane, vi propongo una ricetta che ve le farà apprezzare e che amavo tanto preparare durante le domeniche di primavera quando ci si riuniva in giardino con tutta la famiglia intorno a un tavolo e si chiacchierava amabilmente. L'ingrediente principale, che emerge per il suo sapore, è il gorgonzola, pensate che questo formaggio “nacque” nell'Ottavo secolo dopo Cristo dallo stracchino che era prodotto nella zona di Gorgonzola, in Lombardia, dove si contava tutto l'anno su mangimi freschi per la presenza di terreni irrigati in permanenza.”

Ingredienti per 4 persone

- * 1 chilo di melanzane
- * 300g di mozzarella
- * 200g di gorgonzola
- * 500g di polpa di pomodoro
- * 100g di parmigiano grattugiato
- * mezza cipolla
- * un mazzetto di basilico
- * olio extravergine di oliva
- * sale

Tempo di preparazione

1 ora e 30 minuti

Procedimento

Lavate le melanzane, affettatele, grigliatele su una piastra calda su entrambi i lati e salatele. In una casseruola rosolate con l'olio la cipolla pelata e tritata, versate la polpa di pomodoro, aromatizzate con qualche fogliolina di basilico, salate e continuate la cottura per 20 minuti. In una pirofila disponete uno strato di melanzane, condite con la polpa di pomodoro e il parmigiano, coprite con la mozzarella tagliata a fettine e con il gorgonzola a pezzi. Ripetete il procedimento fino all'esaurimento degli ingredienti, terminando con il parmigiano. Infine cuocete in forno a 180 gradi per trenta minuti.

e ora sfidiamo la cucina a cucinare per noi...



CENTRO SERVIZI ANZIANI MANTEGNA

VIA MOZART, 1 - 35011 CAMPODARSEGO (PD)

TEL. 049 8592878

rsamantegna@gruppogheron.it