



La scatola dei sorrisi

Il giornalino della RSA di Botticino



Periodico N.4 - Agosto 2024

Sommario

Introduzione	2
Momenti di socializzazione	3
Floricoltura.....	3
Gli scatti del mese.....	6
Feste ed eventi	7
Pizzata	7
Torneo di briscola	9
Gocce di memoria	11
I gesti affettuosi: un peccato	11
La gravidanza: un tabù	12
L'angolo letterario	14
Letteria di ringraziamento.....	14
Filastrocche dialettali	16
I consigli degli esperti	18
Compleanni del mese	19
News	21

Introduzione

Cari lettori,

siamo felici di presentarvi il quarto numero del nostro giornalino!!! Anche questa volta abbiamo raccolto storie, curiosità e notizie che riguardano i nostri ospiti e la nostra RSA. In queste pagine troverete racconti di vita, ricordi, esperienze, momenti di svago e divertimento che accompagnano le nostre giornate. Ci auguriamo che questa lettura sia di vostro gradimento.

Le Educatrici

Bruni Ingrid Tira Francesca

Momenti di socializzazione

Floricoltura

L'attività di floricoltura svolta dagli ospiti del Centro Diurno rappresenta un momento di grande coinvolgimento e benessere per tutti i partecipanti. Tale attività permette agli anziani di partecipare attivamente alla creazione di uno spazio verde, stimolando la manualità, la creatività e promuovendo la collaborazione all'interno del gruppo. Il percorso è iniziato con la preparazione del terreno: gli ospiti affiancati dall'Educatrice si sono dedicati alla lavorazione della terra e alla disposizione dei fiori nei vasi. Una volta piantati i fiori e le piantine è iniziata la fase di cura quotidiana: gli ospiti si alternano nel compito di annaffiare, potare e monitorare la crescita dei fiori e delle piantine. Questi gesti semplici e ripetitivi favoriscono la creazione di una routine positiva, che contribuisce al mantenimento delle capacità

cognitive e motorie. Ogni giorno i partecipanti si impegnano con dedizione nella cura del giardino, osservando con soddisfazione i progressi del lavoro svolto: la nascita dei boccioli, la crescita rigogliosa dei fiorellini, i colori vivaci che ravvivano l'ambiente. Questa attività ha effetti benefici non solo sul piano fisico ma anche su quello emotivo e psicologico. Il contatto diretto con la natura, il lavoro all'aperto e la possibilità di prendersi cura di qualcosa che cresce, stimolano il senso di responsabilità, migliorano l'umore e alleviano la depressione, aumentano l'autostima, promuovono il benessere degli anziani migliorando la qualità di vita.



Gli scatti del mese



Feste ed eventi

Pizzata

Mercoledì 31 luglio alle ore 12:00 si è svolto nel salone principale al piano terra un pranzo alternativo molto atteso dai nostri ospiti, dove hanno potuto assaporare una deliziosa pizza. Il menù offriva una vasta gamma di gusti: margherita, quattro formaggi, capricciosa, prosciutto e funghi, ortolana ecc...

Le pizze, acquistate in una pizzeria locale, sono state servite calde e fragranti e tagliate a spicchi. L'atmosfera conviviale ha favorito un clima di serenità e socializzazione, con gli ospiti che hanno espresso commenti entusiastici sull'iniziativa.

A conclusione del pranzo, sono state servite delle fresche fette di anguria, frutto di stagione molto amato dai nostri ospiti. Un'esperienza semplice ma molto apprezzata che ha regalato sorrisi sul volto degli ospiti e grande soddisfazione.



Torneo di briscola

Nel pomeriggio di venerdì 23 agosto presso il salone principale si è svolto un piacevole torneo di briscola, gioco molto amato nel nostro Paese. Ogni partita è caratterizzata da tattica e strategia, con l'obiettivo di totalizzare il maggior numero di punti possibili prendendo carte di valore. Il



torneo ha avuto successo, coinvolgendo ospiti della RSA, CDI e APA che hanno partecipato con entusiasmo, avendo l'occasione per socializzare, trascorrere del tempo in compagnia e mantenere la propria mente allenata. Nonostante la sana competitività, l'atmosfera è

rimasta sempre amichevole e gioiosa, con momenti di risate e complicità tra i giocatori. Al termine delle partite la coppia vincitrice è stata premiata con un riconoscimento. Vista la buona partecipazione all'evento si è già deciso di ripeterlo in futuro.

Appuntamento alla prossima sfida!!!



Gocce di memoria

I gesti affettuosi: un peccato

I gesti affettuosi in pubblico erano molto rari. I genitori erano riservati, non esternavano i propri sentimenti in pubblico e tutto era considerato peccato e fuori luogo. Alcuni affermano di non aver mai visto mamma e papà scambiarsi un bacio o un semplice abbraccio.

L'unica immagine che ricorda Natalina è la mano di suo padre sulla spalla della madre: lei, che non accettava simili gesti e se ne vergognava, lo aveva richiamato all'istante dicendogli: *"Ci sono i bambini!"*. Addirittura, quando abbracciava i figli si sentiva dire che non era serio.

Certi atteggiamenti delle mogli erano però suggeriti dalle mamme e dalle nonne che prima del matrimonio ti istruivano suggerendoti cosa fosse opportuno fare e come comportarsi in certe situazioni.

“Appena sposata ho dato un bacio a mio marito in presenza dei miei suoceri. Mi disse di non farlo mai più! Avevo messo in imbarazzo sia lui che i suoi genitori”.

(Silene N.)

La gravidanza: un tabù

La gravidanza era un argomento tabù e non se ne parlava assolutamente con i figli. C’era meno apertura e meno confidenza rispetto al giorno d’oggi. Le donne incinte lo tenevano nascosto e quasi se ne vergognavano per cui tendevano a nascondere la pancia.

Quando i bambini entravano in una stanza i genitori tacevano all’istante e alle domande dirette ti azzittivano. Nessun adulto voleva darti spiegazioni al riguardo.

A scuola non se ne parlava. Molti ti davano risposte che non corrispondevano alla realtà: ti dicevano che i bambini venivano portati dalla cicogna o che li

trovavi sotto il cavolo. Si pensava che la levatrice portasse nella borsa il neonato. Non ti spiegavano nulla. Tante donne sparivano misteriosamente per partorire altrove e tornavano con un bimbo. Marinella ricorda che la notte in cui una donna doveva partorire sentivi trambusto e cercavi di andare a vedere per capire cosa stesse accadendo, ma non ti volevano in mezzo ai piedi e per allontanarti ti spaventavano dicendoti che c'era la strega.

“Sa scurta el camisi”

Questa frase molto usata stava ad indicare che la famiglia si sarebbe presto allargata poiché era in arrivo un altro bambino.

Alla maggior parte degli uomini poco interessava della gravidanza: non si rendevano conto che perdevano un momento unico e indimenticabile. Esistono delle eccezioni come ricorda Silene:

“Mio papà è sempre stato vicino alla mamma quando doveva partorire per incoraggiarla. Non l'ha mai lasciata sola. È stato un bell'esempio”

L'angolo letterario

Ci teniamo questo mese a condividere con voi una bellissima lettera di ringraziamento che il figlio di una nostra cara ospite, rimasta con noi per anni, ci ha indirizzato.



“Ci tengo a porgere i miei più sinceri ringraziamenti per le cure ed attenzioni che avete riservato alla mia cara mamma nel corso degli anni trascorsi presso la vostra struttura.

Siete sempre stati attenti a rispondere ad ogni nostra richiesta e siete riusciti a garantire a mia madre di vivere i suoi ultimi anni in un ambiente pulito e sereno. L’avete sempre accudita dolcemente, assecondandola anche quando voleva dare da mangiare agli altri ospiti! Ma anche in queste occasioni vi siete sempre confermate persone speciali perché non l’avete mai fatta sentire sbagliata.

Non dimenticheremo mai come in tutte le occasioni in cui organizzando tombolate, spiedo e merende avete trasformato la vostra struttura in una casa accogliente e voi tutti in una famiglia amorevole!”.

I.Z.

Filastrocche dialettali

Ucì bel

Ucì bel,

Occhietto bello,

cheschèl'è so fradèl.

questo è suo fratello.

Uricìna bèla,

Orecchietta bella,

chestà chè l'è so sorèla.

questa è sua sorella.

Buchìna dèi frà,

Boccuccia dei frati,

campanilì dè sunà.

Campanellino da suonare.

El pos

Ch'es ché l'è burlat an del pòs

Questo (mignolo) è caduto nel pozzo

Ch'es ché al là tirat so

Questo (l'anulare) l'ha tirato su

Ch'es ché al là sugat

Questo (medio) l'ha asciugato

Ch'es ché al ga fat la panàda

Questo (indice) gli ha fatto la zuppa

E ch'es ché al l'à maiàda

E questo (pollice) gliel'ha mangiata

Pièro sa òlta

Pièro sa òlta,

Piero si volta,

'l sé oltàt è 'l sé perlàt

si è voltato e si è rivoltato

è 'l sé po troàt

e non si è più trovato

9 consigli degli esperti

Perché fa bene bere l'acqua

Bere acqua aiuta a mantenere in salute l'organismo favorendo il benessere psicofisico. I benefici dell'acqua per il nostro corpo sono numerosi. Innanzitutto, stimola il metabolismo, depura, favorisce la digestione e regolarizza l'intestino. Rinforza inoltre le difese immunitarie, mantiene la temperatura corporea stabile e riduce la sensazione di stanchezza e fatica rendendoci più concentrati. Bere acqua rende la pelle più luminosa aiutando a prevenire la formazione delle rughe di espressione e soprattutto rende felici. Sapete perché? Bere rende possibile un miglior rilascio di endorfine, sostanze legate alla felicità. Quindi cercate di idratarvi durante il giorno e non dimenticate: l'acqua è essenziale per avere una vita sana!

Compleanni del mese



Andrea
93 anni



Anisoara
74 anni





Angela

96 anni



Marinella

75 anni



Angiolina

88 anni



News

Lo sapevi che...

Tra i servizi offerti dalla nostra Rsa c'è il [Servizio di Fisioterapia per esterni](#).

La Fondazione è dotata di una palestra polifunzionale e di box separati per i trattamenti individuali.

Quali servizi offre?

- Riabilitazione ortopedica
- Riabilitazione neurologica
- Riabilitazione respiratoria

Quando è aperta?

Dal lunedì al venerdì dalle ore 7:30 in poi.

Come si accede al servizio?

Gli utenti che intendono avvalersi del servizio devono presentarsi al primo appuntamento con una prescrizione medica delle terapie da effettuare e il codice fiscale per il rilascio della fatturazione.

Come prenotare?

- Presso la palestra dalle ore 8:00 alle ore 16:00.
- Contattando il n. 030/2691107 (interno 24).

Referente Fisioterapia: FKT Arrighini Claudio.

Il Servizio di fisioterapia per esterni non è convenzionato con il SSN; pertanto, le prestazioni sono a carico dell'utente.

Appuntamento al prossimo numero



*Per restare sempre aggiornati segui la nostra
pagina Facebook:*

***“Fondazione Casa di Riposo per Anziani di
Botticino”.***