

SLAncio informa

POSTE ITALIANE SPA spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (convertito in Legge 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma1, LO/MI
Numero 7 Novembre 2017 Semestrale di informazione di progetto SLAncio
www.progettoslancio.it

L'ABBRACCIO DI ORNELLA

La visita
a SLAncio

L'ARTE

La forza
della poesia

AMARE LA VITA

Ogni attimo
un attimo d'amore

OASI SAN GERARDO

La sfida
alla depressione

IL PAESE RITROVATO

A marzo
si apre

COSTA BASSA

Terapia
del benessere

LA FALCK TROVA SLAncio

L'impresa
si avvicina



**L'opera umana più bella è quella
di essere utile al prossimo.**

La Meridiana

Un nuovo SLancio per il nostro territorio

Non si fermano i lavori nei cantieri di Meridiana. Proseguono le attività innovative della nostra cooperativa



Roberto Mauri
Il Direttore

Eccoci pronti per le nuove sfide che ci attendono: è in start up lo Sportello di Ascolto "E... adesso cosa faccio" che offrirà un servizio di orientamento a persone e famiglie su Alzheimer, demenza e patologie neurovegetative. A marzo 2018 taglieremo il nastro de Il Paese Ritrovato, il villaggio di cura per persone con demenza ed Alzheimer; mentre già da questo autunno è partito il progetto InArte, che interessa la RSA San Pietro e che introduce i linguaggi espressivi dell'arte, del teatro, della poesia nei percorsi di cura e di animazione del nostro Centro Polifunzionale di Monza. Non solo. Anche all'Oasi San Gerar-



Ci vuole un posto speciale per il Progetto SLancio. Lo stabile e il giardino circostante aiutano a rendere accogliente la vita dei nostri pazienti.



L'animazione della San Pietro si basa sulla pratica di arti espressive: poesia, teatro e musica.

do, dove si trovano gli Alloggi Protetti per anziani e che sono inseriti nel bellissimo edificio che un tempo, 1170, fu la casa di San Gerardo, sono in cantiere molte iniziative sia di intrattenimento sia culturali. Un programma di eventi, (concerti musicali, presentazione di libri, conferenze ecc...) che trattano di prevenzione, ma che hanno lo scopo di animare la vita della comunità dell'Oasi. Una stagione ricca di iniziative volte a migliorare la vita dei nostri ospiti, degli anziani, dei nostri malati e delle loro famiglie, di coloro che risiedono da noi, nella RSD San Pietro di Monza, nel Centro Maria Bambina di Bellusco e in quello di Cerro Maggiore. Siamo costantemente impegnati ad accudire, assistere, dialogare con i nostri pazienti e con i loro familiari. Lo facciamo con lo spirito di sempre, lo stesso con il quale più di 40 anni fa abbiamo cominciato la nostra avventura cioè con competenza professionale, umanità, ascolto, SLancio per la vita. Ingredienti che servono per offrire una buona ed efficace assistenza e che consentono ai malati e alle loro famiglie di sentirsi sicuri, protetti, ascoltati. La nostra esperienza ci ha convinti che ciò che desiderano le persone affette da gravi patologie, come la SLA, o lo Stato Vegetativo o la demenza è quello di voler essere ben assistiti



Ci vuole un coraggio da leoni per immaginare di poter dar vita a un posto straordinario come il Paese Ritrovato, luogo unico per sfidare l'Alzheimer.



Il Centro San Pietro, "cuore" della Meridiana. Simbolo della cooperativa a Monza.

"Da noi è imperativo fare il possibile e l'impossibile per i nostri ospiti"

ed avere gli stimoli per continuare ad amare la vita. Recentemente ci è capitato di leggere sui giornali i motivi per cui diverse persone hanno deciso di andare in Svizzera per praticare il suicidio assistito. Nelle loro dichiarazioni si legge con chiarezza che una delle ragioni per una decisione così drammatica è quella di non aver avuto sufficiente assistenza. Ecco l'importanza per noi di Meridiana di fare il possibile e l'impossibile per i nostri cari ospiti. Non mancano i problemi. Continua la necessità di trovare i fondi per la struttura, inaugurata nel 2014, che ospita la RSD San Pietro e completare il budget per il Paese Ritrovato. Siamo fiduciosi. Ci conforta il fatto che, cittadini, istituzioni, fondazioni, associazioni, hanno apprezzato il nostro lavoro e sostenuto i nostri sforzi. Da Natale in poi, ma anche prima, c'è sempre tempo per donare.

Roberto Mauri

Attimi di amore

Amare la vita sempre e comunque

A metà ottobre siamo andati a trovare Pierangela che ci ha concesso una bella intervista. Abbiamo deciso di pubblicarla anche se ci ha lasciati ai primi di novembre



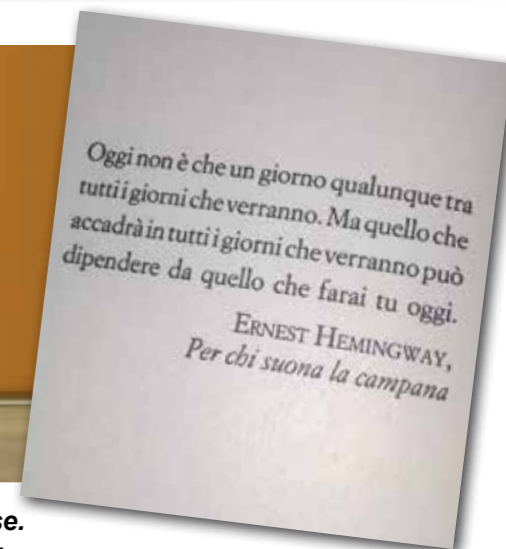
L'ultimo saluto. Ogni dettaglio dell'atrio e delle camere mortuarie è studiato e realizzato con grande attenzione alle emozioni provate in quei momenti dai familiari e dagli amici della persona cara.

Quando entri nella stanza di Pierangela, meglio conosciuta come Pier, sopra al comodino c'è una scritta: "L'amicizia non è una grande cosa è un milione di piccole cose". Ma attenti a dire che quella è una bella frase perché Pier ribatte immediatamente che esiste una citazione ancora più bella ed è quella tratta dal libro di Hemingway, Per chi suona la campana: "Oggi non è un giorno qualunque tra tutti i giorni che verranno. Ma quello che accadrà in tutti i giorni che verranno può dipendere da quello che farai tu oggi". Questa frase sì, che è la più bella, "perché mi rappresenta, rispecchia il mio modo d'esser - racconta Pier. Il momento presente, il quotidiano, ciò che stai facendo in quell'attimo è indicativo di ciò che sei e di quello che sarai".

Pier è nata a Firenze, 77 anni fa, e per varie vicissi-



L'amicizia non è una grande cosa. E' un milione di piccole cose. Questo si leggeva entrando nella stanza di Pierangela detta Pier.



tudini legate al lavoro del padre, che era medico, si è trasferita a Sesto San Giovanni. Da qualche giorno è all'Hospice San Pietro un reparto dove si ama la vita - dice Pier con convinzione - anzi sarebbe meglio dire dove si impara ad amare la vita. Pier ha un solo figlio, ma è nonna di due nipotini maschi. "La mia famiglia è bellissima - prosegue Pier - mi sostiene, mi è vicina, mi rende felice".

Come ti trovi all'Hospice San Pietro?

Benissimo. Se qualcuno dovesse chiedermi dove terminare i propri giorni non esiterei un solo attimo direi di venire qui all'Hospice San Pietro.

E perché?

Vedi qui sembra di vivere nella casa dei desideri. Non fai a tempo a pronunciarne uno che subito sei esaudita. Certo non chiedo la luna, ma quello che è possibile per me e per loro. Alla San Pietro i problemi non sono problemi! Poi ti fanno senti-



Benvenuto in SLancio. L'Albero delle Vite Racchiuse e Il Mosaico della Solidarietà ricordano gli ospiti e i donatori.

re tranquilla, sicura perché loro, l'equipe, provvedono a tutto sono instancabili, presenti, disponibili ad ascoltarti e a venirti incontro.

Dimmi un altro motivo per cui ti trovi bene.

E' vietato scoraggiarsi. I ragazzi dell'equipe, i medici, gli infermieri, gli operatori ad ogni domanda, ad ogni momento un po' così sanno sempre trovare una via d'uscita. Con loro riesco a trovare dentro me stessa nuove

"L'Hospice San Pietro, è un posto dove ogni attimo è un attimo d'amore"

energie, nuove motivazioni, ma soprattutto una bella forza che mi aiuta a reagire e ad amare la vita sempre e comunque.

Ti annoi?

Mai! Non so cosa sia. Non ho tempo per annoiarmi. Oltre ai miei familiari, ho tanti amici che mi vengono a trovare. Leggo molto, di tutto: attualità, letture religiose, riviste, compresa SLancio Informa (il periodico informativo di Meridiana n.d.r.) che è una rivista piena di vita e di amore. Prego, vado a Messa e poi...

E poi?

Ci sono ottanta monaci di Bose, la comunità fondata da Padre Enzo Bianchi, che pregano per me ed io per loro. Li sento vicini. Ci sentiamo spesso per telefono. Ma prego anche per Papa Francesco e per tutti. Mi piacerebbe che molti scoprissero questo luogo, l'Hospice San Pietro, un reparto dove si respira la vita e ogni attimo è un attimo d'amore.



Alt farsi riconoscere. Uno spettacolo teatrale del Centro di Accoglienza Richiedenti Asilo di Camparada.

InArte

Un momento per esprimere emozioni



Aldo Milia, Poeta Fuori Strada. Ha portato molti ospiti con sé fuori strada.

Il teatro e la poesia hanno dimostrato di essere grandi strumenti per consentire ai nostri ospiti di comunicare le loro emozioni

Riprendono alla RSA San Pietro le attività del laboratorio InArte, un progetto della nostra cooperativa che desidera inserire l'Arte nei percorsi terapeutici e nelle attività di animazione. Poesia e Teatro saranno al centro del progetto InArte. Drammaterapia e Poeti Fuori Strada hanno già ripreso i loro incontri e le loro attività.

I POETI FUORI STRADA
 "La poesia è un momento di libertà, aiuta a tirare fuori tutte le emozioni che abbiamo dentro". Fra le diverse frasi pronunciate dai Poeti Fuori Strada questa è senz'altro una delle più indicative a descrivere la passione con cui alcuni ospiti della San Pietro partecipano al laboratorio Ernesto Cardenal.



La forza della poesia e del teatro è stata efficientemente trasferita agli ospiti della San Pietro da un fantastico team tutto al femminile.

Antonetta Carrabs, Iride Enza Funari, Paola Perfetti, Paola Venezia e Mariangela La Palombara sono i cosiddetti *Poeti facilitatori* che hanno dato vita al primo laboratorio in Italia ispiratosi ai Talleres di poesia di Ernesto Cardenal (sacerdote nicaraguense ex Ministro della Cultura del governo sandinista). Il compito dei poeti facilitatori è quello di trasmettere il valore della poesia come bene comune. E così, dopo tre anni di incontri settimanali con il gruppo del Centro San Pietro, è possibile affermare che la poesia è per molti motivo di vita e veicolo terapeutico.

IL TEATRO

Il Drammaterapia è una disciplina artistica che si basa sulle arti drammatiche e che ha l'obiettivo di pro-

muovere il miglioramento della qualità di vita e del benessere psicofisico dell'individuo. Cominciata la scorsa primavera l'attività del gruppo di Drammaterapia proseguirà anche quest'anno, assicurando dal Centro San Pietro, perché sin ora sono stati registrati importanti risultati sul piano terapeutico e su quello del benessere personale.

"Precedentemente abbiamo lavorato - afferma Paola Perfetti, coordinatrice delle attività di Drammaterapia - sulla fiaba di Cene-

rentola di Charles Perrault. Gli ospiti del Centro si sono messi in gioco, esprimendosi liberamente, con autoironia e lavorando sui piccoli movimenti, il gesto, il mimo, sulla voce e la maschera, cercando di adattarsi al personaggio da interpretare in modo originale senza nulla togliere alla propria espressività".

A proposito di teatro, infine, gli anziani del Centro San Pietro hanno potuto apprezzare gli attori, tutti migranti e profughi, che hanno interpretato proprio qui alla San Pietro lo

"Si può affermare che la poesia è per molti motivo di vita e veicolo terapeutico"

Nessuno può impedirvi di sognare

I giovani hanno iniziative nuove vogliono fare qualcosa che rimanga nella storia e non vogliono consigli lo ho settantatré anni e giocherei ancora col trenino elettrico. Nessuno può impedirvi di sognare!

Traudi, Poeta Fuori Strada

spettacolo "Alt farsi riconoscere" uno spettacolo teatrale a cura del Centro di Accoglienza Richiedenti asilo di Camparada, (paesino brianzolo a pochi chilometri da Monza), che hanno ricordato il dramma del profugo, le difficoltà e i pericoli affrontati durante il viaggio, la fuga dalla povertà e dalla guerra. Il Progetto In Arte è stato possibile anche grazie al lavoro condotto con entusiasmo da Laura Micucci, Annalisa Moraglia, Emanuela Sala Peup, Stefano Galbiati, Eleonora Ghezzi, Marco Fumagalli animatori della Cooperativa La Meridiana e del Centro San Pietro.

Residenzialità leggera a Monza

Cultura, attività fisica, prevenzione e benessere

Il concetto di “mens sana e in corpore sano” è fondamentale per il successo della residenzialità leggera



La straordinaria struttura dell'Oasi San Gerardo sembra progettata e realizzata apposta per consentire agli anziani una vita piena di autonomia e soddisfazione.

«L'Oasi San Gerardo, in collaborazione con il gruppo di volontariato “Il Ricircolo” ha pensato di offrire alla cittadinanza monzese - spiega Marco Fumagalli, formatore ed animatore sociale de La Meridiana - alcuni pomeriggi di informazione

sulle tematiche relative al miglioramento della qualità della vita e del benessere. I temi proposti sono trattati da esperti e riguardano il benessere e la qualità della vita. Sappiamo bene quanto le attività di prevenzione, sia fisica che mentale, rallentano il decadimento

cognitivo e mantengano in forma l'individuo; non è mai tempo sprecato quello dedicato ai temi della salute e del benessere psicofisico”. L'obiettivo degli incontri promossi dall'Oasi San Gerardo, quindi, è quello di favorire la prevenzione e ribadire che ogni fase della

vita offre gioie, soddisfazione e nuovi interessi. Il ciclo è iniziato ad ottobre con due incontri. Il primo dedicato ai benefici effetti del “camminare”, il secondo ha parlato di depressione. I prossimi incontri prevedono anche momenti musicali fra cui il concerto

per voce e pianoforte “Ciao Mamma” (6 dicembre), quello con i “Donatori di musica” (13 dicembre) nonché il concerto musicale dedicato al Natale (20 dicembre). Non solo. Anche il nostro corpo è protagonista in questo ciclo di incontri.

Dopo quello dedicato al “camminare” sono in programma quello sul respiro (15 novembre). Oltre alla musica e al corpo saranno trattati temi anche di attualità e presentazioni di libri con gli autori. Ci sarà la presentazione del libro “Gratta e perdi” (29 novembre) con la presenza degli autori Fabrizio Arrigoni e Mauro Croce. Quest'ultima presentazione sarà senz'altro occasione per riflettere sul tema della ludopatia e del gioco d'azzardo. Gli incontri sono gratuiti ed aperti a tutta la cittadinanza. Maggiori info si possono trovare sul sito de La Meridiana: www.coopameridiana.it

L'Oasi San Gerardo è un bellissimo edificio storico. Si trova a Monza in via Gerardo dei Tintori, 18 (vicino al Tribunale). L'Oasi fu fondata nel 1174 da Gerardo dei Tintori. Egli trasformò la sua casa in uno dei primi Ospedali monzesi e dedicò tutta la sua vita ai bisognosi. Nel 1207 Gerardo fu proclamato Santo. Attualmente l'Oasi è un complesso di Alloggi Protetti per persone anziane in condizione di fragilità e con difficoltà a vivere in autonomia



Il dottor Andrea Magnoni parla di depressione. Spiega come e perché non è una condizione invincibile.

al proprio domicilio. La Cooperativa La Meridiana, che gestisce il servizio, offre agli anziani servizi di assistenza, protezione, momenti associativi e occasioni di crescita culturale.

LA SFIDA ALLA DEPRESSIONE

Nei precedenti incontri si è parlato del movimento e dell'importanza di non trascurare il “camminare” e il passeggio. Nell'altro incontro si è trattato di come

affrontare e riconoscere la depressione, una malattia che in Italia interessa circa un terzo della popolazione. Andrea Magnoni, direttore sanitario de La Meridiana, ha illustrato a un pubblico molto interessato come riconoscere i sintomi della depressione. Stanchezza, senso di vuoto, apatia, perdita di interesse per le attività quotidiane e per la cura di se stessi, disturbi del sonno, sensi di colpa immotivati, tristezza,

ansia, fragilità emotiva. La scienza ha scoperto che una delle cause della depressione è una insufficienza di serotonina. “Attualmente i farmaci antidepressivi - ci spiega Magnoni - sono in grado di risolvere lo stato depressivo nel 100% dei casi. Sono farmaci che non danno assuefazione né dipendenza. Successivamente o parallelamente alla cura farmacologica può essere consigliato un percorso psicoterapeutico in modo che la persona, superata la fase acuta e sintomatologica della depressione, possa trovare una persona con la quale dialogare e manifestare le proprie fragilità e i propri problemi”. Molte le domande a cura del pubblico, molti i suggerimenti di Magnoni. Vincere la depressione si può. Lo testimoniano i diversi casi di guarigione presentati dal nostro direttore sanitario.

“Vincere la depressione si può. Lo dimostrano i casi di guarigione descritti dal nostro direttore sanitario, Andrea Magnoni”

A marzo si apre

Il Paese Ritrovato: pronti a tagliare il nastro

Siamo quasi pronti ad aprire le porte al villaggio che ospiterà malati di Alzheimer con modalità innovative mai realizzate sino ad ora in Italia

Ci siamo! A marzo del 2018 pronti a tagliare il nastro de Il Paese Ritrovato, una vera e propria cittadina che sorgerà a Monza, a due passi dal Centro San Pietro, e che ospiterà 64 persone malate di demenza e di Alzheimer. Un progetto innovativo, la cui struttura è costata oltre 9 milioni di euro, cifra interamente a carico della nostra cooperativa. Grazie alle donazioni elargite da alcune famiglie di Monza e Brianza, e grazie alla sensibilità di enti privati e fondazioni nonché alla solidarietà manifestata da tanti cittadini, siamo riusciti a raccogliere quasi tutta la somma. Quello che manca siamo convinti arriverà perché confidiamo nella generosità di tante famiglie e di tanti cittadini. Il Paese Ritrovato sarà un vero e proprio villaggio con appartamenti e servizi comuni quali teatro, bar, minimarket, chiesa, parrucchiere, palestra, laboratori ecc. Un luogo che vuole rallentare il decadi-



In dieci mesi gli operai hanno fatto miracoli. Completata la struttura abitativa hanno iniziato le rifiniture.

Come puoi sostenere il progetto con una donazione

- Conto corrente postale n. 2313160
- Bonifico bancario intestato a La Meridiana Due Scs
IBAN: IT87N052160163000000003717
- Donazione online, con carta di credito direttamente dal sito www.cooplameridiana.it tramite sistema PayPal

mento cognitivo e migliorare la vita quotidiana. Un modello di cura che ha l'obiettivo di ridurre lo stress, le forme di aggressività e l'utilizzo di farmaci. "Di fronte all'emergenza Alzheimer - afferma Roberto Mauri, Direttore della Cooperativa La Meridiana - riteniamo urgente attivare risposte efficaci. Oltre al Paese Ritrovato, si aggiun-



Roberto Mauri, illustra le tre sfide all'Alzheimer: lo Sportello di Ascolto per anziani con demenza, Il Paese Ritrovato, Monza città amica della demenza.

gono altri due progetti che risponderanno all'esigenze poste dalle differenti fasi della malattia. Anzitutto uno Sportello di Ascolto e di orientamento ai servizi del territorio, e poi, una città amica che riproponga alcune esperienze già attive in Europa e riproposte dalla Federazione Alzheimer Italia come quelle realizzate dal progetto Dementia Friendly Community, una città che prenda coscienza della gravità della malattia e che sappia accogliere e relazionarsi con le persone con demenza".



Gli studenti della Scuola del Design del Politecnico di Milano hanno dato il meglio di sé stessi nel progettare soluzioni avveniristiche capaci di migliorare la vita dei malati.

“Ci manca poco ma è ‘un poco’ essenziale. Tu puoi essere protagonista ‘dell’ultimo chilometro’. Dona Ora”

I GIOVANI SFIDANO L'ALZHEIMER

In occasione della giornata mondiale dell'Alzheimer gli studenti della Scuola del Design del Politecnico di Milano, coordinati dalla docente Sabrina Muschiatto, hanno ricevuto i premi, alla presenza di Roberto Mauri e Marco Fumagalli della Cooperativa la Meridiana, da Mario Possenti Presidente Federazione Italiana Alzheimer e dall'Assessore ai Servizi Sociali del Comune di Monza Chiara Merlini. I ragazzi, nell'ambito della mostra *Il Futuro Possibile*, hanno presentato prototipi e progetti in cui la tecnologia viene in soccorso alla cura e alla assistenza del malato di Alzheimer. Dall'armadio adattato all'esigenze della persona con demenza, alla pianta artificiale che diffonde soavi profumi, dal cuscino che, grazie ad un'apposita App, trasmette al medico i dati vitali del paziente (pressione, saturazione ossigeno nel sangue, pulsazioni...) alla cucina tecnologica che tramite messaggi luminosi è in grado di indicare quello che serve per una gustosa ricetta. Chiudono la mostra de *Il Futuro Possibile* l'applicazione digitale per giochi riabilitativi e i tessuti terapeutici per coperte adattati all'esigenze della persona anziana. Prototipi esposti al Centro San Pietro in occasione della giornata mondiale dell'Alzheimer.

La visita di una grande artista

L'abbraccio di Ornella agli ospiti di SLAncio



L'intensità degli sguardi, parla da sola della sintonia possibile tra malato e persona sensibile.

In questo luogo straordinario ho incontrato molte persone. Ho visto cose molto toccanti

Grande emozione e grande festa per la visita di Ornella Vanoni alla RSD San Pietro. La famosa cantante italiana ha portato il suo abbraccio e la sua solidarietà agli ospiti e ai familiari di SLAncio.

"In questo luogo straordinario - ha affermato Ornella Vanoni - ho incontrato molte persone: anziani, malati di SLA, in Stato Vegetativo e in fase terminale. Ho visto cose molto toccanti. Venire in questo luogo fa bene, fa molto bene. Desidero anch'io partecipare alla causa di SLAncio e favorire la raccolta fondi per consentire a questo luogo di cura e di assistenza di proseguire nell'aiutare malati e famiglie. Sono contenta di come queste persone sono seguite, di come gli ambienti siano curati. E' importante sostenere moralmente ed economicamente il Progetto SLAncio. Dobbiamo ricordare - ha concluso Ornella Vanoni - che siamo tutti a rischio perché la sfortuna ci può colpire ad ogni età e in ogni momento. Ripeto: questo luogo mi ha entusiasmato e vi invito a sostenerlo".

I manager Falck in visita a SLAncio

Dipendenti Falck Renewables alla ricerca di un nuovo SLAncio

Cosa accade quando un'importante azienda decide di tenere un evento di formazione in un luogo come SLAncio

«Secondo il mio parere, fate una cosa importantissima per il presente e per il futuro. Ci sono due frasi di Edison che adoro. La prima esorta ad impegnarsi sempre e comunque perché "Il valore di un'idea sta nel metterla in pratica"; l'altra, invece, invita a non arrendersi perché gli errori sono suggerimenti in quanto "Non mi scoraggio perché ogni tentativo sbagliato, scartato è un altro passo avanti". Infine grazie infinite per il vostro desiderio di creare un mondo migliore".

Questo l'appello, scritto da Claudio Messa, malato di SLA ed ospite della struttura RSD San Pietro, letto dalla sua compagna Fabiola ai dipendenti Falck Renewables. Circa una quarantina di manager del Gruppo Falck hanno preso parte alla formazione che si è tenuta presso la sede di SLAncio. L'azienda di Sesto San Giovanni ha voluto che la sua giornata di formazione si tenesse in un luogo come SLAncio perché "riteniamo - afferma Toni Volpe, amministratore delegato di Falck Renewables, - che in certi momenti importanti della vita è bene sapere quanto siamo tutti fortunati." Oltre all'appello di Claudio, anche Luigi Picheca, giornalista, malato di SLA, ospite della nuova struttura, ha ricordato la sua lettera aperta alle per-



Lo stupore e l'interesse dei manager Falck mentre ascoltano le riflessioni di Luigi Picheca e di Claudio Messa.



Claudio Messa invita a non arrendersi mai: "non mi scoraggio perché ogni tentativo sbagliato, scartato è un altro passo avanti".

sone che non hanno paura della vita. "So cosa si pensa, meglio morire che vivere in questo modo! Eppure c'è sempre quell'istinto di sopravvivenza che ci viene in soccorso inducendoci a più miti consigli. La vita non si deve scartare così facilmente, è sempre piena di sorprese e la ricchezza delle emozioni che ci regala si deve vivere fino all'ultimo momento... Il corpo umano è una macchina perfetta che non si arrende facilmente alle sciagure che ci possono capitare, anzi, esso è in grado di contrastare gli eventi negativi che ci possono tagliare la strada abituandosi alle nuove condizioni di vita e restare stupiti dalle cose che vi farà scoprire strada facendo".

Musica e Dramma

Benessere e terapie alternative

Musica, dramma e relazione con gli animali hanno dimostrato di poter sviluppare consapevolezza di sé, delle proprie emozioni e di migliorare le relazioni interpersonali



L'ambiente di Costa Bassa si presta in modo perfetto per coinvolgere gli ospiti nella Musicoterapia.

Musicoterapia e Dramma-terapia: sono queste alcune delle proposte che il CDI Costa bassa ha in programma quest'anno per gli ospiti del Centro. Novità e desiderio di sperimentare un altro modo di relazionarsi a partire da elementi appartenenti al vissuto di ciascuno. Musica e teatro permettono un diverso approccio comunicativo che consente agli anziani di dar voce a sentimenti e ricordi in maniera del tutto originale. Le artiterapie riconoscono la creatività come dimensione psicologica fondamentale dell'uomo; diventa quindi utile esplorarla soprattutto con l'anziano allo scopo di riappropriarsi di capacità individuali inespresse o

compromesse dall'invecchiamento e permettendo l'acquisizione di nuove competenze. Al centro della proposta terapeutica dunque, la persona con le sue risorse e potenzialità, con l'obiettivo di sviluppare una consapevolezza di sé e delle proprie emozioni e di migliorare le relazioni interpersonali. Di tutt'altro genere la proposta di Pet therapy che prevede l'impiego di soggetti animali finalizzata al trattamento di specifiche patologie. La relazione con animali ha dimostrato di influire positivamente sulle persone con fragilità fisiche e psichiche motivando all'esercizio fisico e mentale e divenendo una fonte di contatto piacevole in grado di predisporre al dialogo e ad una percezione di si-

curezza e tranquillità priva di tutte le implicazioni e i giudizi tipiche del rapporto tra umani. Socializzazione e relax sono gli aspetti che stanno alla base di queste attività tutte accomunate dall'incontro fra persone in un'ottica di cambiamento e di benessere dell'individuo. Il Centro Diurno Costa Bassa, situato all'interno del Parco di Monza, si presta come luogo fertile per sperimentare nuove attività poiché vanta più di trent'anni di esperienza e garantisce alle persone che ospita (anziani con fragilità di diversa natura) un clima familiare ed accogliente garantito da un'equipe attenta che mette al centro del proprio lavoro l'anziano in tutte le sue dimensioni.

La Meridiana

Al via il CRAL e la Sala Benessere

Il benessere dei nostri ospiti dipende anche e molto dal benessere dei nostri operatori

Prendete nota sulla vostra agenda: a novembre cena di fine anno aperta a tutti i dipendenti e collaboratori. Sarà occasione per scambio di auguri per un migliore 2018. E sarà proprio il 2018 a diventare un anno importante per Meridiana perché sarà ricordato nelle sue pagine di storia come l'anno del CRAL aziendale, un'opportunità per dipendenti, collaboratori e volontari di autorganizzarsi con lo scopo di promuovere gite, visite culturali, uscite teatrali e di poter utilizzare una più vasta gamma di convenzioni.

Su questo stanno lavorando Paola Pavanelli e tutto il team del personale. *“Siamo impegnati, inoltre – assicura Paola – a migliorare ed ampliare il welfare aziendale che consente di tramutare il premio di risultato in rimborsi dedicati alla salute e all'istruzione del lavoratore e dei suoi familiari. Abbiamo fatto una scelta importante perché anziché attingere i servizi dalle piattaforme di welfare, abbiamo preferito organizzare direttamente le convenzioni e quindi di offrire qualcosa di più e di maggiormente adeguato alle esigenze degli operatori di Meridiana”*. Infine, grazie alla donazione di Patricia Bertucci e della start up Citybi-



Florin Bunea ha trovato grande beneficio nel provare le attrezzature della Sala Benessere. Qui ascolta musica sulla poltrona 4D.

lity, presto sarà in funzione una Sala Benessere aperta a tutti i dipendenti. La Sala del Benessere offre ai dipendenti e agli operatori della nostra cooperativa un momento di rilassamento e un rifugio dallo stress quotidiano.

Nella sala troveremo la Poltrona 4D e la macchina antistress Keope. Le luci e l'ambiente sono studiati in modo che tutto giovi al rilassamento. Keope è stata inventata da Amedeo Maffei, docente di psicologia. Ci sono voluti trent'anni di ricerche sugli effetti fisiologici delle vibrazioni sul corpo e sull'organismo per mettere a punto questa macchina anti-stress. Keope permette uno stato di relax ed emana specifiche vibrazioni che

interessano diverse aree corporee: dalla nuca al dorso, dal bacino alle ginocchia sino ad interessare piedi e caviglie. Le microvibrazioni sono trasmesse dalla pelle al sistema nervoso centrale, arrecando una lunga serie di benefici per la mente e per l'organismo.

La Poltrona 4D è un'invenzione di un Avvocato, Michele Aldinio, appassionato di Fisica.

Il lettino musicale consente l'ascolto della musica in posizione di relax.

La poltrona trasmette al corpo impulsi e vibrazioni in armonia alle note.

Questa modalità di ascolto della musica consente di alleviare le tensioni e di rilassare corpo e mente.

Cooperativa La Meridiana

Da 40anni con l'anziano e per l'anziano.

Professionisti della solidarietà



Anche tu puoi sostenere i progetti con una donazione

- Conto corrente postale n. 2313160
- Bonifico bancario intestato a La Meridiana Due Scs
IBAN: IT87N0521601630000000003717
- Donazione online, con carta di credito direttamente dal sito
www.cooplameridiana.it
tramite sistema PayPal



SLAncio Informa,
numero 7, novembre 2017
Semestrale di informazione
di Progetto SLAncio
Distribuzione gratuita

Registrato presso Tribunale di Monza
numero 12/2014 del 21 ottobre 2014

Direttore Editoriale: Roberto Mauri
Direttore Responsabile: Fabrizio Annaro
Portavoce dei malati: Luigi Picheca
Progetto grafico: Claudia Boara

Stampato dalla tipografia
GIUDICI GIANCARLO & C SNC
Via Pacinotti, 156
20142 Caronno Pertusella (VA)

Edito da La Meridiana Due SCS
viale Cesare Battisti 86 - 20900 Monza MB
Partita IVA 02322460961

