

LA MERIDIANA

OGGI



Numero 17 - Novembre 2022

POSTE ITALIANE SPA spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 (convertito in Legge 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma 1, LO/MI - Numero 17 - Novembre 2022 - Semestrale di informazione de La Meridiana Società Cooperativa Sociale

www.cooplameridiana.it

EDITORIALE

Diamo energia
alla fragilità

VOLONTARIATO

Le ore che contano

NUOVI

PROGETTI

Al via
Generazione Senior

CENTRO DIURNO

INTEGRATO

La bellezza
non sfiorisce

OASI

SAN GERARDO

Farmaci
con il Deblistering

IL PAESE

RITROVATO

Protagonista
su Rai Premium
e a Venezia

HOSPICE

E RSD

SAN PIETRO

In "scena" Arte
e Musicoterapia

RSA SAN PIETRO

Dog Therapy
ed eventi musicali

LA MERIDIANA SCEGLIE IL GEOTERMICO



Energie rinnovabili per assistere la fragilità

Lo stato economico della cooperativa

Energia: quanto mi costi!

Preoccupati per gli aumenti dei costi dell'energia



Fulvio Sanvito

Non possiamo nascondervi dietro un filo d'erba: i cospicui aumenti delle bollette del gas e dell'energia elettrica mettono a dura prova la tenuta dei conti e del bilancio de La Meridiana. La crescita dei costi dell'energia, quantificabile a circa il 300%, ha spinto la direzione della cooperativa a correre ai ripari e ad intervenire su più fronti: da un lato la razionalizzazione dei costi con un maggior risparmio e con l'ottimizzazione dell'utilizzo delle risorse, dall'altro lato la "dolorosa" necessità di agire sui ricavi che significa rivedere, anche se momentaneamente di poco, le rette. Inoltre l'incremento dei costi energetici si è ripercosso su tutto il "fronte" dei fornitori. Anche queste ditte si sono trovate nell'angosciosa necessità di ritoccare i prezzi.

Stiamo lavorando fra "Scilla e Cariddi" in attesa di provvedimenti governativi che speriamo risolutivi o almeno adottati nella giusta direzione. Non sappiamo se il nuovo governo e l'UE agiranno con incisività sia in aiuto alle imprese che alle famiglie. Lavoriamo



in un clima di grande incertezza, navigando a vista cercando di ottenere risparmi significativi in ogni angolo della cooperativa. Siamo consapevoli che la situazione non è delle migliori, ma al tempo stesso abbiamo grande fiducia. L'UE sta valutando se fissare un tetto al prezzo del gas e di procedere ad acquisti comuni. Il nuovo governo ha annunciato che desidera affrontare con decisione l'emergenza bollette. Sono direttore da circa un anno e ogni giorno mi confronto con persone dotate di grande capacità e notevoli competenze. Spirito

creativo e umanità sono virtù che quotidianamente sperimento in Meridiana. La crisi energetica, paradossalmente, ha aperto nuovi orizzonti. Stiamo valutando la possibilità di produrre energia con fonti sempre più rinnovabili. Abbiamo in cantiere un progetto per installare un sistema geotermico alimentato anche da pannelli fotovoltaici che ci renderà più indipendenti e più sostenibili sotto il profilo dell'emissioni di CO2. Alla pagina successiva della nostra rivista il nostro Presidente Roberto Mauri ci spiega il progetto.

Il Direttore Fulvio Sanvito

**SOSTIENI I PROGETTI DE LA MERIDIANA:
FAI UNA DONAZIONE TRAMITE:**

- Sul sito <https://cooplameridiana.it/dona-con-slancio/>
 - Conto corrente postale n. 2313160
 - Bonifico bancario intestato a La Meridiana Scs: IBAN: IT 24 H 0623 00163 3000015087843
- Donazione online, con carta di credito direttamente dal sito www.cooplameridiana.it

Geotermico e fotovoltaico

Diamo forza alla fragilità

Un nuovo progetto per superare la crisi energetica



Roberto Mauri

È la nostra storia. Da più di 45 anni si ripete lo stesso copione: un disagio, una problematica, un bisogno e il grande desiderio di cercare e di realizzare concretamente una risposta adeguata.

Stiamo vivendo una fase inaspettata, giunta proprio a ridosso della pandemia, con una terribile e sanguinosa guerra in Ucraina che ha prodotto oltre che tante orribili morti, una pesante

inflazione con un'impennata esponenziale del prezzo del gas e dell'elettricità. Uno tsunami che ha interessato l'Europa e il nostro Paese mettendo a dura prova i bilanci di famiglie, imprese, enti sociosanitari, cooperative, associazioni di Terzo Settore. Ancora una volta stiamo cercando di trasformare in opportunità la drammatica situazione economica provocata dagli aumenti delle bollette. Insieme ai rappresentanti dell'Opera Diocesana Istituto San Vincenzo, la proprietà dell'edificio che ospita la RSA San Pietro, abbiamo messo a punto un progetto che sostituirà le caldaie a gas con pompe di calore geotermiche alimentate anche da pannelli fotovoltaici. Sia l'edificio che ospita la RSD che la RSA avranno "luce e calore" grazie ad un nuovo sistema geotermico, un investimento importante che consente un reale risparmio di energia primaria con conseguente

riduzione dell'impatto ambientale. La simulazione dinamica di funzionamento dell'impianto nelle condizioni reali consente di ottimizzare il rendimento medio, riducendo i consumi di energia primaria negli impianti tradizionali di oltre il 30%.

Abbiamo fatto qualche conto. Non nascondiamo qualche vertigine. Il progetto prevede una spesa complessiva di circa 1 milione e 500 mila euro. Euro più, euro meno. Ci mancano 500 mila euro. A questo punto non rimane che attivare il "secondo capitolo" della nostra storia: affidarci alla comunità, ai cittadini, alle imprese, alle famiglie. Parte proprio in questi giorni una campagna raccolta fondi dai molteplici obiettivi: sostenere la fragilità, operare per il bene dell'ambiente, promuovere esempi che potranno essere emulati anche da altri enti.

Il Presidente Roberto Mauri



Ecco una simulazione che ci offre l'idea di come cambieranno i tetti delle strutture RSD ed RSA San Pietro una volta installato l'impianto geotermico alimentato dai numerosi pannelli fotovoltaici che si intravedono in questa foto a cura di inwega.

Ultimati i lavori di ristrutturazione del “vecchio” centro diurno

Una nuova struttura per l'Accoglienza Temporanea



La perdita improvvisa dell'autonomia nell'anziano richiede tempo per ricostruire un progetto di vita sostenibile e non sempre la soluzione è il Pronto Soccorso

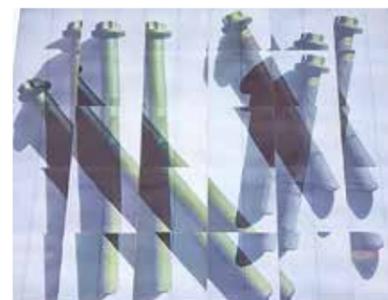
Ecco la struttura che ospiterà il nuovo servizio di Accoglienza e Cura Temporanea. Fontana Gruppo ha voluto festeggiare 70 anni di attività con una mostra dell'artista Maurizio Galimberti allestita all'interno della nuova struttura.

Uno dei momenti più critici nella vita di un anziano è legato all'improvvisa perdita, anche parziale, dell'autonomia. Una frattura, un ricovero ospedaliero prolungato, un evento acuto non gestibile temporaneamente al domicilio impongono improvvisamente all'anziano ed alla sua rete familiare di modificare tutto il setting di cura con la necessità di coinvolgere sia personale socio-sanitario, sia attrezzature ed ausili indispensabili in modo che l'anziano possa

proseguire in una vita autonoma. In molti casi, non sapendo come fare, ci si rivolge al Pronto Soccorso spesso senza grandi risultati, in quanto la risposta sanitaria non sempre è quella necessaria a risolvere la situazione. In realtà servirebbe un'attenta analisi su risorse residue e nuove necessità. Per fare ciò è necessario tempo e professionalità specifiche. In mancanza di una risposta adeguata, il rischio è quello di inserire impropriamente l'anziano in una RSA. Proprio per offrire una risposta

■ FONTANA GRUPPO COMPIE 70 ANNI. AUGURI!

Fontana Gruppo di Veduggio ha voluto allestire nella nuova struttura la mostra fotografica con le opere di Maurizio Galimberti, fotografie che ricordano 70 anni di storia e di lavoro. “Sono un plasmatore di immagini che già esistono e che io porto alla contemporaneità - spiega l'artista - lo faccio attraverso un movimento, un ritmo, una rilettura. La mia fotografia industriale è una preghiera che prende corpo in una carezza capace di penetrare il cuore del soggetto, trarne l'anima ed elevarla.”



I bulloni prodotti da Fontana Gruppo visti da Maurizio Galimberti.

adeguata a queste problematiche, La Meridiana ha ristrutturato gli spazi dell'ex Centro Diurno Integrato San Pietro (oggi trasferito nell'area de “Il Paese Ritrovato” in via Casanova 33 a Monza), per garantire quella risposta temporanea, in media di 30 giorni, tempo necessario per ricostruire un progetto di vita sostenibile per l'anziano. Un'area complessiva di 770 mq dotata di 10 stanze a due letti, spazi di vita comune interni ed esterni, ambulatorio, palestra e servizi generali in grado di accogliere adeguatamente 20 anziani ed i loro familiari. Il servizio sarà attivo con l'inizio del 2023. I costi di ristrutturazione della nuova struttura sono stati coperti dalla proprietà, l'Opera Diocesana Istituto San Vincenzo, mentre la Cooperativa La Meridiana si è fatta carico di tutti gli oneri relativi ad arredi, attrezzature e spese di progettazione.

Il Presidente Roberto Mauri

La palestra che servirà per gli esercizi di riabilitazione e mobilità.



Luoghi confortevoli per favorire le relazioni e il relax di parenti e ospiti della struttura.

Le stanze sono ospitali e luminose. Sono progettate per rendere il più confortevole possibile la degenza degli ospiti.



Prevenire, Aggregare, Connettere

Vuoi invecchiare attivamente? C'è Generazione Senior

**Iniziative, seminari, eventi, per valorizzare
il ruolo dei "senior" nella comunità**

Non si tratta di un progetto di cura e di assistenza, bensì di una proposta culturale che si rivolge alle persone prossime alla pensione, o già in fase inattiva, che desiderano migliorare la propria qualità di vita offrendo il proprio contributo alla comunità.

Un'idea sviluppata dalla Cooperativa La Meridiana che trova il sostegno del **Fondo Dardanio e Zeffi Manuli** insieme a **Fondazione di Comunità Monza Brianza** e con la collaborazione della **Fondazione Garzanti - Ravasi**.

La **longevità delle persone** ed i cambiamenti **della struttura demografica della società** costituiscono una delle più rilevanti trasformazioni della nostra epoca. Cambiamenti che generano preoccupazioni, paure, inquietudini, ma anche opportunità e speranze. La nostra esperienza nell'ambito dell'assistenza e della cura degli anziani suggerisce che **non tutte le persone invecchiano allo stesso modo**. Eppure, quale che sia la vicenda personale, **ciascuna persona conserva potenzialità da riconoscere e valorizzare**.

Generazione Senior è un progetto innovativo che propone alle persone in pensione o vicino alla pensione di vivere al meglio la nuova stagione della vita e di poter essere utili alla comunità e di poter fare del bene alle persone

Le iniziative di Generazione Senior

Generazione Senior è un progetto pensato dalla Cooperativa La Meridiana che trova il sostegno del Fondo Dardanio e Zeffi Manuli insieme a Fondazione di Comunità Monza Brianza e con la collaborazione della Fondazione Garzanti - Ravasi. Le prime iniziative sono partite dalla Sala San Gerardo della San Pietro con un talk show di presentazione del progetto. Successivamente sono stati proposti seminari come quello dedicato alla "Sicurezza economica: risparmi e rischi truffe". "La salute in tavola" senza dimenticare la "Mente e la riserva cognitiva". Il primo ciclo dei seminari si concluderà con lo "Stare in movimento: l'importanza dell'attività fisica".

I seminari si sono svolti in diversi luoghi della città di Monza.

Ulteriori in informazioni alla Pagina Facebook Generazione Senior.



Ecco i protagonisti del progetto Generazione Senior:
Marco Fumagalli, Roberto Mauri, Cristina Manuli, Alessandra Crippa,
Luana Laface, Marta Petenzi, Luigi Losa.

L'obiettivo di Generazione Senior è principalmente quello di creare le condizioni affinché le persone prossime alla pensione oppure che già lo sono, possano vivere al meglio la propria stagione e nel contempo rappresentare un fattore di sviluppo per tutta la comunità.

Generazione Senior ha carattere sociale, culturale, ambientale e persegue finalità preventive e informative intervenendo a tutela della dignità della persona.

Il progetto, inoltre, mette in campo azioni di prevenzione dell'isolamento sociale e della solitudine e numerose iniziative come eventi, seminari, incontri. Un progetto che ha l'ambizione di rivoluzionare la cultura dell'invecchiamento con l'obiettivo di riconoscere e potenziare il silver value e costruire comunità inclusive.

A cura di Fabrizio Annaro



Generazione Senior non perde tempo: dopo la conferenza stampa, ecco il talk show di presentazione del progetto che ha suscitato l'interesse di numerosi senior.



**Per informazioni
su Generazione Senior:**

✉ generazione.senior@cooplameridiana.it

Vuoi rimanere aggiornato sulle iniziative e i progetti?

Pagina Facebook –  Generazione Senior

Donare il proprio tempo

Il mestiere più bello? Fare il volontario!

Nasce l'associazione: Le Ore che Contano, momenti dedicati alla fragilità

La pandemia ha scoraggiato la presenza dei volontari nelle strutture de La Meridiana. Il volontario ha un ruolo fondamentale: non è solo risorsa che coadiuva l'azione terapeutica dei team e dei centri di servizio, il volontario svolge funzioni di supporto e contemporaneamente stimola e favorisce le buone relazioni. Le diverse chiusure imposte dalla pandemia hanno richiesto ulteriori sforzi da

parte degli operatori per supplire oltre che all'assenza dei parenti anche a quella dei volontari. *“Le nuove modalità di accesso varate dal governo e dalle istituzioni – spiega Paolo Villa, presidente della neonata Associazione “Le Ore che contano” - hanno spinto la nostra cooperativa a promuovere la figura del volontario e a richiamare tutte le persone che avevano dato disponibilità a donare il proprio tempo per*

una nobile missione come quella di stare accanto alla fragilità.” Sono circa 60 i volontari che partecipano alle diverse attività de La Meridiana. La cooperativa ha deciso di dar vita ad una associazione, **“Le Ore che contano”**, con l'obiettivo di offrire formazione e itinerari di inserimento a coloro che desiderano svolgere volontariato in Meridiana. **“Attualmente - aggiunge Paolo Villa - per diventare volontario è**



LA TESTIMONIANZA

Francesco Beretta volontario “barista” al Paese Ritrovato

Non sono mai stato un frequentatore di BAR e nemmeno ci ho mai lavorato se non da ragazzino al Bar dell’Oratorio Carrobiolo quindi, quando mi hanno proposto di fare il volontario al BAR del Paese Ritrovato, sono rimasto un po’ stupito. Ho comunque accettato con entusiasmo, se questo mi veniva chiesto era perché di questo c’era bisogno. Già dal primo turno di servizio mi sono reso conto che al Paese Ritrovato il bar è il crocevia di tutti gli ospiti presenti ed essere dietro al bancone è un’opportunità unica di conoscerli, ascoltare i loro racconti e sostenerli con un caffè o con qualche parola. A distanza di qualche mese posso affermare che con alcuni degli ospiti si è creato un legame affettivo che, anche se spesso è a senso unico, ha reso importante passare con loro qualche ora come se per me fossero davvero “le ore che contano”.



sufficiente un colloquio da cui segue una fase sperimentale, ma presto aggiungeremo anche una fase formativa più intensa”.

Perché le ore che contano?

“Il tempo, forse, - risponde Paolo Villa - è la cosa più importante dell’esistenza: impiegarlo per la propria crescita umana e per essere utile alle persone e alla comunità è uno dei modi più belli di spendere la vita!”

A cura di Fabrizio Annaro

Cosa si può fare? Supporto alle attività, ascolto e compagnia, supporto ai pasti, orto e giardinaggio, passeggiate insieme, accompagnamento per le uscite, ma soprattutto donare simpatia e positività!



Il tempo, forse, è la cosa più importante dell’esistenza: impiegarlo per la propria crescita umana e per essere utile alle persone e alla comunità è uno dei modi più belli di spendere la vita!



Dove fare volontariato?

Potete scegliere il Paese Ritrovato come ha fatto Francesco, oppure dare una mano nell’organizzazione degli eventi de La Meridiana oppure ancora affiancare il lavoro nei Centri di Servizio di Monza come la RSA San Pietro, la RSD San Pietro, l’Hospice San Pietro; Il Centro Diurno Il Ciliegio, gli Alloggi Protetti all’ Oasi San Gerardo, il Centro Diurno Costa Bassa Parco di Monza; A Cerro Maggiore: Centro Polifunzionale Ginetta Colombo Poi ci sono i progetti innovativi come Isidora, (la piattaforma digitale che entra nelle case e propone svago, notizie attività cognitive, monitoraggio tramite strumenti di telemedicina), Generazione Senior, Arte terapia, Musico terapia. Il Paese Ritrovato è una vera e propria cittadina nella quale le persone con Alzheimer, in tutta sicurezza, possono muoversi liberamente e al tempo stesso usufruire della necessaria assistenza e protezione. Come in tutti i borghi troviamo la piazza, il bar, i negozi, il cinema ed il teatro.



Per informazioni
<https://coopameridiana.it/contatti-volontariato/>
Tel. 039.39051

Un progetto d'avanguardia



Una novità all'Oasi: il "Deblistering"

Assumere farmaci in modo sicuro ed "efficiente"

Un progetto in collaborazione con Farmacia Manzoni e con il Medico di Medicina Generale Dottressa Alessandra Farina che ha lo scopo di semplificare l'assunzione della terapia da parte dei nostri residenti. Il progetto prevede il confezionamento personalizzato dei farmaci (secondo il piano terapeutico indicato dal Medico di Medicina Generale) in blister settimanali da parte del farmacista. I blister (vedi foto) prevedono il confezionamento dei farmaci in alveoli nelle varie ore, per ogni singolo giorno della settimana, secondo prescrizione medica. La persona troverà la terapia

pronta da assumere con indicazione su ogni alveolo del nome del farmaco e dell'orario di assunzione. Il deblistering personalizzato, ossia lo sconfezionamento e la ripartizione dei farmaci in dosaggi giornalieri a beneficio di anziani e cronici, potrebbe presto diventare un servizio abituale delle farmacie italiane così come lo è già nelle farmacie olandesi, scandinave e di altri Paesi. La Lombardia è diventata la prima regione ad aver regolamentato compiutamente il deblistering nelle farmacie del territorio. L'attività di deblistering concorre all'efficientamento della rete dei servizi e



a rafforzare l'interazione tra paziente, farmacista e MMG. Il deblistering si rivela anche efficace per la lotta agli sprechi, soprattutto nel caso di cambiamenti nella terapia di pazienti cronici.

*Maria Cristina Sandrini
Direttrice Sanitaria
Cooperativa La Meridiana*

Corrispondenze dalle nostre inviate

L'Oasi raccontata da Tina e Mariarosa

Dopo un lungo periodo dovuto alla pandemia da Covid, in cui il tempo sembrava essersi fermato, quest'anno, noi residenti dell'Oasi, siamo riusciti ad onorare festeggiandolo, il nostro San Gerardo. E' stato un momento di gioia non solo per noi, ma per tutta la comunità. Un momento tanto atteso. Nelle varie attività che svolgiamo durante l'anno ricordiamo spesso San Gerardo e l'importanza storica del luogo in cui abitiamo. Per noi residenti ed operatori dell'Oasi San Gerardo è un protettore.

Come da tradizione, il 6 giugno la statua di San Gerardo è stata adagiata sul letto del Lambro per l'intera giornata. La chiesa, è stata aperta a visitatori e devoti. Per l'occasione, l'opera realizzata da Maria Anastasia Colombo la "Mia Croce", è stata esposta all'Oasi. Abbiamo avuto la possibilità di conversare direttamente con l'artista per poter apprezzare il significato che voleva trasmettere.

Con piacere sono venuti a trovarci gli



La statua di San Gerardo attraversa il Lambro.

ospiti del CDI "Il Ciliegio", il cui nome nasce proprio pensando al simbolo del copatrono monzese, San Gerardo. In mostra, "I quadri viventi" realizzati nel periodo Pasquale. Abbiamo condiviso le ciliegie (le ciries, in dialetto brianzolo), trascorrendo una piacevole e gioiosa giornata in compagnia.

Dalla nostra inviata Tina



Sopra, l'opera realizzata da Maria Anastasia Colombo la "Mia Croce" nella chiesa di San Gerardo.



In mostra "I quadri viventi" realizzati dal CDI Il Ciliegio.



Ecco le ciliegie che ricordano il miracolo di San Gerardo.

ANZIANITA': TERRA SCONOSCIUTA DA ATTRAVERSARE! Di Mariarosa

Ecco il momento di ricominciare, tempo per fare memoria di ciò che è stato. Raccogliere frammenti, discernere i proponimenti, rivivere con emozione il vissuto ma saper accettare ciò che non si è realizzato, che è rimasto incompiuto. L'anzianità ha precisi sintomi: è declino, staticità, brevità del tempo disponibile, è quasi senso di inutilità, è solitudine sì, ma feconda perché prepara ad un discernimento nelle relazio-

ni con gli altri. E' tempo privilegiato, è integrità da raggiungere senza orgoglio, è accettazione di ciò che siamo e siamo stati, è riconciliazione con gli altri e con se stessi. L'anzianità è progetto, è processo di interiorizzazione, è un trasmettere, un interpretare! L'anzianità è dono, amore verso di Dio e gli altri, è un sacramento, la fede viene prolungata.

Comprende tre stili di vita: sapienza, amore, affetto. L'anzianità da occasioni, emozioni, è un elogio alla debolezza. E' totale speranza, è abbandono alla Misericordia di Dio. E' un esercitarsi all'eternità e alla rinascita. La vita eterna è Gesù Cristo. Dio ci accompagna sino alla morte non siamo mai soli! Tre compagne di viaggio, tre Angeli custodi: una tazza di scienza, un barile di sapienza, un oceano di pazienza!

Nuovi progetti al Centro Diurno Il Ciliegio

La bellezza non sfiorisce!

Quattro nuovi progetti e un libretto di poesie

Il Centro Diurno **Il Ciliegio** parte con 4 nuovi progetti, da ottobre 2022 a maggio 2023, legati da un unico tema, quello della **Bellezza**, la “vera bellezza”, quella che non sfiorisce ma si trasforma restando intatta nel tempo:

► **La bellezza dell'incontro:** un progetto intergenerazionale che vede la partecipazione dei ragazzi di alcune scuole del territorio.

► **La bellezza dell'arte:** il progetto ArtEmozione (già realizzato nel 2016 presso la RSA S. Pietro), verrà proposto ad un gruppo di ospiti. L'intento del progetto è quello di utilizzare l'arte come un ponte privilegiato per raggiungere l'anziano fragile e le sue emozioni.

► **La bellezza dei volti**, “Ricordi di speranza: uomini e donne del 1900”. Prevede la rielaborazione di fotografie famose, dove le persone raffigurate non sono più i protagonisti delle fotografie originali, ma gli anziani del CDI “Il Ciliegio” e del Paese Ritrovato.

► **La bellezza degli spazi:** la cura degli ambienti, ovvero la riorganizzazione degli spazi e la valorizzazione

dell'ambiente, dove si muove e vive l'anziano durante il giorno all'interno del CDI. La sensibilità ambientale è considerata una condizione irrinunciabile per la cura.

Maurizio Volpi

Coordinatore CDI Il Ciliegio



Adele Tornaghi con Maurizio Volpi. Fra le mani di Adele una copia della pubblicazione di poesie del CDI Il Ciliegio.

CHI È ADELE? Adele compirà 94 anni a gennaio. Una vita dedicata a cinque figli e nove nipoti e a tutti coloro che hanno avuto bisogno di lei. Il segreto della longevità di Adele? Occuparsi degli altri, parole crociate e... scrivere poesia. Sì, perché Adele da sempre scrive semplici versi, tanto da riempire un libricino, “Il cuin del ratt”, ovvero l'ingrediente magico del saper vivere. Lo scorso febbraio, un ricovero in ospedale sembrava averle tolto la voglia di affrontare la giornata con gioia. L'accoglienza colma di affetto della sua “seconda casa”, Il Ciliegio, ha rimesso nel cuore di Adele i semi dell'entusiasmo: sono tornati i sorrisi, il desiderio di vita e una rinnovata produzione poetica.

La figlia Gabriella

Io vivo del vostro affetto
Poesie di Adele Tornaghi



Tuosci Il Ciliegio?
Guarda che non è un collegio,
ma è un luogo accogliente
che raduna molta gente.
Siamo tutti un po' attempati
però vispi e preparati
a rispondere a chi crede
che siamo una palla al piede.
Siamo invece ancor vivaci,
spiritosi e perspicaci.
Passi il tempo allegramente
se sei in mezzo ad altra gente!
Un augurio ci facciamo
e le mani ci battiamo.



La bella struttura di Costa Bassa nel cuore del parco di Monza.



Ecco il team de Il Ciliegio.

TEMPO DI ANNIVERSARI

Il Ciliegio ha da poco festeggiato i primi 4 anni di attività e Costa Bassa festeggerà nel 2023 i suoi 40 anni. Nel CDI Il Ciliegio e in quello di Costa Bassa si entra in contatto con un ambiente stimolante e familiare dove la persona che viene ospitata si sente a casa. Il filo conduttore della vita del Centro Diurno Integrato è il lavoro corale delle diverse figure professionali. Ognuno contribuisce a costruire un tassello del puzzle e tutte le informazioni raccolte vengono condivise, confrontate e discusse.

Per informazioni: tel. 039 3905200

Finestre di vita in RSA

Ripartono le Terapie Non Farmacologiche

Dog Therapy, Drammaterapia, Musicoterapia, Lettura di libri in compagnia

Alla San Pietro abbiamo vissuto due giornate speciali: il 21 settembre, Giornata Mondiale Alzheimer e il 3 ottobre, dedicata agli Angeli Custodi e alla Festa dei Nonni. Giornate che hanno coinvolto ospiti, familiari, operatori e volontari. Momenti di intensa socialità che hanno ricordato le relazioni vissute prima della pandemia. Anche i diversi ambienti della RSA sono tornati ad animarsi: la sala della biblioteca, lo spazio polifunzionale, la possibilità di celebrare la S. Messa grazie alla presenza di Padre Piero, ma anche gli ambienti privati ed intimi come le camere, dove le educatrici sono impegnate ad allestire, insieme ai familiari, lo spazio “identitario” di ciascun ospite. Si tratta di una “finestra di vita” posta sul comodino oppure affissa alla parete di ciascuna stanza. Una “finestra di vita” che accompagna le giornate dei nostri ospiti. Non mancano i momenti di relax attraverso le proiezioni di belle immagini e la diffusione di essenze floreali. Ci sono anche occasioni di confronto su argomenti di attualità molto apprezzate dai nostri ospiti. Presto inizieranno nuove attività: la Drammaterapia, La Biblioteca è una Bella Storia con letture d'auto-re, la Dog-Therapy di cui parliamo a pagina 14.

Gli Educatori della RSA San Pietro



Immagini di vita quotidiana alla RSA San Pietro.



COVID19: ABBIAMO IMPARATO A CONVIVERCI



Abbiamo imparato a convivere con il Covid19. Quello che ci attende dipende solo dal nostro comportamento. E' importante aderire alla campagna vaccinale anti Covid19: La quarta dose è raccomandata per gli operatori socio-sanitari e la popolazione generale dai 12 anni in poi. La quinta dose è raccomandata per gli ultraottantenni, gli ospiti delle strutture residenziali per an-

ziani e le persone fragili dai 60 anni in poi. Mantenere la prudenza e indossare la mascherina in luoghi chiusi e affollati, un'adeguata igiene delle mani, più che obblighi, dovrebbero diventare una consuetudine, non solo per il Covid19, ma anche per gli altri virus che circolano nella stagione autunnale e invernale. Gli esperti sono preoccupati per un'eventuale sovrapposizione tra influenza e infezione da Sars Cov2: per la prossima stagione si stima che i casi di influenza possano arrivare a 6-7 milioni. Dobbiamo prepararci ad una certa aggressività del

virus influenzale, poichè ha avuto il tempo di evolversi e le nostre difese immunitarie non sono state sollecitate nelle ultime due stagioni. E' fondamentale quindi proteggersi e vaccinarsi contro l'influenza. La gestione del rischio e la condivisione delle scelte in equipe permettono di affrontare gli eventuali cluster di Sars Cov 2 con maggior serenità. I test a nostra disposizione permettono una diagnosi rapida e le terapie antivirali hanno cambiato lo scenario.

Maria Cristina Sandrini
Direttrice Sanitaria
La Meridiana

Dog Therapy, Arteterapia, Musicoterapia

Con-Fido nell'amore



DOG THERAPY

Cambia l'umore e riduce i disturbi comportamentali
Trascorrere del tempo in compagnia di animali fa bene! Cambia il tono dell'umore e riduce i disturbi del comportamento. Durante le sedute le persone anziane potranno esternare la propria emotività accarezzando o giocando con simpatici cagnolini.

La DOG Therapy intenerisce gli ospiti de La Meridiana. Fido è il nome più comune dato al cane: un nome che suggerisce fiducia, affidabilità ma anche abbandono, serenità, tenerezza e tanto altro. Così il cane, con la sua fedeltà e l'amore totale verso chi si prende cura di lui, entra nella RSA San Pietro per portare proprio il senso del "prendersi cura", dell'importanza della carezza, dello sguardo e della dolcezza. Il cane diventa colui che tira fuori da dentro la persona fragile la forza dell'altuismo, del sapersi dedicare alla cura dell'altro. La Dog Therapy è un'attività che



Anche accarezzare un coniglio aiuta a sentirsi bene e ad esternare l'emotività.



Grazie al contributo delle imprese
DOLCIARIA NEGRI SRL
VIRCOL SRL - SSH SRL
 abbiamo potuto riprendere le Terapie Non Farmacologiche

risveglia emozioni e sentimenti affettivi profondi, stimolati dal piccolo animale bisognoso di accoglienza e, nello stesso tempo, aiuta anche la persona anziana ad accogliere inconsapevolmente le proprie fragilità, ad acquistare nuova fiducia e forza.

Arteterapia: un metodo che aiuta ad esprimere emozioni, paure e pensieri

Questo progetto si svolgerà presso l'**Hospice San Pietro**, struttura che accoglie 11 persone in una fase delicatissima dell'esistenza: la fase terminale. Non sempre le parole sono in grado di esprimere le emozioni. Con l'Arte possiamo ricostruire ricordi, stati d'animo, trovare la forza di comunicare la sofferenza attraverso "la ricerca di senso". Un'attività che coinvolge anche parenti e caregiver.

♪ Musica è la danza regolare di tutti i tuoi respiri su di me! ♪ (Eros Ramazzotti)

Chi meglio della musica, dell'armonia delle note di un violino, del "grido" di una batteria, può penetrare nel nostro cuore e diffondere nell'universo i nostri pensieri, le inesprimibili emozioni, la serenità e la rabbia che trasloca dalla nostra mente nell'etere della vita? La Musicoterapia può inserirsi in Hospice (struttura che accoglie persone malate terminali) e nella RSD San Pietro (luogo di lungodegenza per persone con SLA e Stato Vegetativo) grazie alla sua capacità di integrare differenti linguaggi che costituiscono l'essenza dell'essere umano: corpo e insight, voce e suono, musica, parole e silenzio. Per questo ci saranno improvvisazioni musicali, dialoghi sonori, utilizzo della vocalità, ascolto di brani proposti dalla musicoterapeuta oppure dall'ospite senza alcun imbarazzo.

A cura di Fabrizio Annaro e Luisa Sorrentino



♪ *Amore fermati, per favore amore fermati, sarà colpa della musica, ma non ti ho amata mai così!*
Amore fermati...♪
 (cantautore anni '60)

RSA San Pietro: una stagione di eventi

In RSA inoltre, sono previsti tantissimi eventi culturali, educativi e attività di socializzazione come Canto, Musica Strumentistica, Ballo, Recitazione, una sorta di cartellone di eventi aperti anche ai familiari.



Appuntamenti con EASY-TV I contenuti digitali de La Meridiana

Attività aperte al pubblico

- LUNEDI ALLE 16:45
VISIONE "ISIDORA NATURA"
- MARTEDI ALLE 16:45
VISIONE "ISIDORA CULTURA"
- MERCOLEDI ALLE 16:45
APPUNTAMENTO MUSICALE CON I MUSICISTI
- GIOVEDI ALLE 16:45
VISIONE "ISIDORA MEMORIA"
- VENERDI ALLE 16:45
VISIONE "ISIDORA MUSICA"

Appuntamenti musicali alla RSA San Pietro

Attività aperte al pubblico

- GIOVEDI 8 DICEMBRE 2022 – ORE 16:00
CONCERTO PER VIOLINO CON MIRANDA
- MARTEDI 13 DICEMBRE 2022 – ORE 16:00
CORO MELOGRANO
- SABATO 17 DICEMBRE 2022 – ORE 16:00
CONCERTO PER VOCE E PIANOFORTE A CODA CON MARIANGELA
- LUNEDI 26 DICEMBRE 2022 – ORE 16:15
CONCERTO PER PIANOFORTE E VOCE CON EMANUELE E DEBORA

La Memoria delle Emozioni

Il Paese Ritrovato su Rai Premium

Un docureality dedicato alle storie dei residenti del Paese



Il Paese Ritrovato - La memoria delle emozioni è una serie docureality scritta e realizzata da **Libero Produzioni**, fortemente voluta da la **Cooperativa Sociale La Meridiana** e supportata

con convinzione da **Rai Per La Sostenibilità - ESG** che racconta da vicino la vita e le storie dei residenti, dei famigliari, degli operatori e dei volontari che vivono al Paese Ritrovato, una struttura concepita

come un piccolo paese, dove i residenti malati di Alzheimer o colpiti da decadimento cognitivo, conducono una vita adeguata alle loro capacità, sentendosi come a casa e ricevendo nel contempo le attenzioni necessarie.

ROSA, IL CORTO PRESENTATO ALLA 79ESIMA EDIZIONE DEL FESTIVAL DEL CINEMA DI VENEZIA



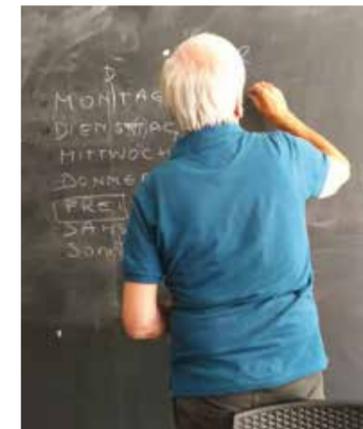
Si tratta di un corto pensato da Marco Fumagalli, coordinatore dei servizi educativi de La Meridiana e da Marco Faloni, Amministratore di Libero Produzioni TV. Nel corto ci sono le voci di Leo Gullotta e Silvia Cecchetti. La protagonista è Rosa, meglio l'Alzheimer. Rosa è una signora che vive nel suo mondo, circondata dalle sue abitudini e dai suoi affetti, precipitati nel vuoto della malattia. Rosa è l'immagine di come

l'Alzheimer rubi la realtà presente lasciandoci però il profumo della vita passata, ricca di esperienze e di eventi importanti. Vivere accanto all'Alzheimer vuol dire non smettere di cercare la persona nascosta nella dimenticanza, in una assenza che va riempita di attenzioni e stimoli capaci di rallentare il tempo di evoluzione della malattia. Rosa, dunque, la può trovare chiunque la voglia cercare, seguendo il profumo della sua esistenza.

Il Laboratorio di lingue straniere

Da questa stanza noi giriamo il mondo

I residenti insegnano Inglese, Francese e Tedesco per tenere allenata la mente



Ogni settimana alcuni residenti si incontrano nello spazio "Allenamento" del Paese e ripassano le lingue studiate in passato "allenati" da altri residenti che conoscono bene le lingue straniere. Il lunedì si svolge il laboratorio di lingua francese condotto dalla signora R. che è stata un'esperta istituttrice linguistica e che conosce la lingua perfettamente: è precisa, esigente e attenta. "Quando parlo in francese - racconta R. - mi sento benissimo.



Conversare in lingua straniera significa allenare la mente e la memoria, si allargano gli orizzonti e ci teniamo per mano.

Per imparare bene una lingua sono necessari allenamento e rigore!" Il laboratorio di tedesco è condotto dal signor P. Per lui il tedesco è la seconda lingua e quando può parlarla si sente in famiglia. Ha vissuto la maggior parte della sua vita in Germania e con i suoi figli parla in tedesco. Il signor P., che ama insegnare, afferma "che per imparare al meglio una lingua straniera bisogna studiarla con assiduità e, se possibile, impararla sul posto. Consiglio di lanciarsi senza paura e di lavorare in gruppo perché offre ad ognuno la possibilità di esprimere la propria opinione e di fare qualsiasi domanda senza alcuna imbarazzo." Il nostro professore di inglese è il signor B. nato e cresciuto in Inghilterra. "Per me - afferma il signor B. - poter parlare e insegnare inglese è motivo di gioia e mi fa sentire utile".

Il signor B. racconta che per chi impara

è "grande la gratificazione che si ottiene quando si riesce nello studio della lingua ed è altrettanto grande la soddisfazione di chi insegna". Il clima con cui si svolgono gli incontri è molto bello, sereno, intimo e familiare. Le persone si sentono a loro agio e tutto ciò favorisce l'autostima. Ricominciare ad ascoltare o a parlare nuovamente una lingua straniera apre porte ai ricordi: la signora S. quando ascolta il francese ripensa alle vacanze nel sud della Francia con il marito; la signora V. quando si parla tedesco si illumina e ci racconta del periodo più bello della sua vita in Germania. Il signor N. pronuncia perfettamente l'inglese come quando lo usava per lavoro e lo traduce perfettamente. Conversare in lingua straniera significa allenare la mente e la memoria, si allargano gli orizzonti e ci sentiamo gratificati.



Spesso si scherza. Ci sentiamo vicini, uniti, le nostre lezioni si svolgono in un clima sereno, simpatico. Siamo stimolati dagli obiettivi che vogliamo raggiungere, lo facciamo tenendoci per mano.

Paola Perfetti

In collaborazione con Scriveresistere la rivista scritta con gli occhi

La mia vita scorreva tranquilla

Oggi si discute tanto sul diritto di scegliere tra la vita e la morte. Ma noi malati siamo ascoltati?

La vita scorreva tranquilla. Nel 2006, mi hanno diagnosticato una strana malattia, la SLA, e da lì mi sono ritrovato a correre da un ospedale all'altro in cerca di un miracolo. Ma il miracolo non l'ho trovato, e non ho trovato nemmeno una cura. Non ero disperato speravo che fosse un errore dei medici. Così, sperando nel nulla, sono passati i giorni, le settimane e i mesi e senza che me ne accorgessi sono dimagrito di più di 20 chili. Ricordo ancora quando sono andato in pizzeria e al ristorante con i miei amici che non riuscivo a usare la forchetta e il coltello per tagliare la pizza o la carne e mi sentivo gli occhi di tutti addosso. Quando il corpo non funziona più bene ci vuole un po' di tempo per adattarsi alla nuova situazione e il mio cervello faceva fatica ad accettarlo. Oggi si discute tanto sul diritto di scegliere tra la vita e la morte dei malati gravi. Il punto è che non ci sono i protagonisti della scelta per elaborare una legge equilibrata, ma ci sono i teorici, i politici, i giornalisti e i social.

La mia domanda è: "Cosa ne sanno tutti questi di cosa passa per la testa di chi si trova veramente davanti al bivio?"

Ci sono dinamiche personali che cambiano continuamente e che vengono influenzate da fattori come la cultura, l'educazione, le emozioni e la fede. La tegola in testa può cadere a tutti, ma quando si compila il testamento biologico chi può sapere cosa "sente" chi è in stato vegetativo? Chi ha l'Alzheimer deve porre fine ai propri tormenti per trovare la pace? La vita non si deve scartare così facilmente, è sempre piena di sorprese. Nel caso inciampate in una patologia come la mia, vi auguro di scoprire che vivere è bello e vi troverete accanto tante persone, familiari, amici e altre che

ancora non conoscete, che vi daranno tanto affetto da farvi ringraziare di aver scelto di vivere. La vita non è fatta solo di cose futili, ma ci sono zone sconosciute della nostra mente che entreranno in sintonia con la nuova dimensione. 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.

Luigi Picheca

scriveresistere

Ormai questo marchio lo conoscono in molti: è quello del giornale mensile nato nella RSD San Pietro, grazie al lavoro e all'entusiasmo della sua Redazione composta da persone malate di SLA. Un progetto che è partito pian piano, con pazienza e soprattutto con il piacere di far sentire la propria voce, pur relegati immobili

in un letto. Oggi Scriveresistere è paradossalmente propulsore di forza e invito a superare i limiti che impone la vita e sta diventando simbolo di mobilitazione di tante persone sparse in tutta Italia richiamate da Premio SLAncio, il concorso letterario (e non solo) che dà voce a chi non ha voce!

Luisa Sorrentino

La RSD San Pietro - Progetto SLAncio, com'è noto, è una struttura specializzata per l'accoglienza di persone bisognose di lungo degenza, progettata e realizzata dalla Cooperativa La Meridiana. Inaugurata nel 2014, ospita 60 persone malate di SLA ed in Stato Vegetativo.

Chi sceglie la morte appare coraggioso ed è citato dai Tg e chi, invece, vuol vivere e godersi il resto della vita in situazioni difficili, è considerato un temerario. Forse è arrivato il momento di dare più esempi di vita che di morte, di "educare" alla speranza!

Scene di vita quotidiana

Pensieri a ruota libera

A cura degli Ospiti del Ginetta Colombo

FESTE DI COMPLEANNO

"Mi piacciono le feste perchè c'è tanta allegria. Mi piace ricordare le canzoni di una volta, quelle della mia gioventù. Cerco di cantare come posso, perchè la voce è quella che è ma mi diverto sempre tanto."

Teresina C.



ANDARE ALLO STADIO

Qualcuno per la prima volta in 80 anni

"E' stato emozionante, c'era tanta gente. Era la prima volta che andavo allo stadio. Ho voluto avvisare anche mio figlio di guardarmi alla TV. L'atmosfera e la compagnia mi sono piaciuti tanto, ma ci voleva il binocolo per vedere i giocatori!"

Antonia B



ANDARE AL CINEMA

"Era da tanto che non uscivo e ho colto l'occasione al balzo. E' stato bellissimo perchè è stata una giornata diversa e abbiamo passato un pomeriggio in allegria. Vorrei poter ripetere l'uscita. Magari chi lo sa anche a teatro."

Italo B.



ANDARE AL MERCATO

E' andata molto bene, era un po' di tempo che non uscivo in compagnia, ho potuto salutare le persone che lavoravano con me. Vorrei andare anche al mercato di Legnano a vedere se ci sono persone che conosco."

Rina I.



APERITIVO INSIEME

Per festeggiare i nonni e assistere ad uno spettacolo di magia con il mago Oscar

"Lo spettacolo del prestigiatore è stato ottimo, mi sono piaciuti i giochi e sono rimasto concentrato a guardare le sue mani perchè cercavo di capire i trucchi... Ma alla fine non ho capito niente."

Massimo F.



Il Centro Ginetta Colombo

Il Centro Ginetta Colombo si trova a Cerro Maggiore e si propone di accompagnare gli anziani nelle loro necessità in modo graduale e proporzionato, aiutandoli a rimanere nella propria comunità e vicini alla famiglia e ai propri affetti. Gli Alloggi Protetti si rivolgono a persone in condizione di fragilità non in grado di vivere in autonomia senza un'articolata protezione sociale e/o sanitaria.



DIAMO ENERGIA ALLA FRAGILITÀ

SOSTIENI
IL NUOVO
PROGETTO
GEOTERMICO

UNISCITI A NOI!

FAI UNA DONAZIONE

- Sul sito <https://cooplameridiana.it/dona-con-slancio/>
- Conto corrente postale n. 2313160
- Bonifico bancario intestato a La Meridiana Scs: IBAN: IT 24 H 0623 00163 3000015087843
- Donazione online, con carta di credito direttamente dal sito www.cooplameridiana.it

Per info: Rita Liprino 346.5179093 rita.liprino@cooplameridiana.it

LA MERIDIANA
OGGI

LA MERIDIANA OGGI
Numero 17, novembre 2022
Semestrale di informazione de
La Meridiana Società Cooperativa Sociale

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 SCS
Viale Cesare Battisti 86 - 20900 Monza MB
Partita IVA 02322460961