

# ZENT DI PAIS



**Buon  
Natale**



**NOTIZIARIO INFORMATIVO PER E CON  
GLI ANZIANI DI CASARSA E SAN GIOVANNI**





# NESSUNO È MAI TROPPO VECCHIO

Nessuno è mai troppo vecchio per voler bene, per stare con gli altri, per imparare e fare qualcosa. Perché se una persona fa qualcosa, impara qualcosa, condivide qualcosa, allora qualcosa cambia.

È questo lo spirito di "Zent di païs", un giornalino voluto e realizzato da persone anziane, i volontari della Commissione Anziani dell'Osservatorio Sociale del Comune di Casarsa della Delizia, per le persone anziane, ma anche per tutte le famiglie.

Un giornalino che mette al centro soprattutto gli anziani, che vuole informare, raccontare, far discutere, richiamando l'attenzione sui fatti e sulle esperienze positive, ma anche sulle cose che non vanno. A partire da ciò che accade a Casarsa, San Giovanni e dintorni.

In questa edizione, **vogliamo cogliere l'occasione per augurare a tutti gli anziani e a tutta la comunità un sereno Natale ed un felice Nuovo Anno.**

## gli articoli di questo numero

### GLI ANZIANI DEL CENTRO SOCIALE RACCONTANO:

- p.3 INCONTRO CON I  
CARABINIERI
- p.5 VISITA ALLA BIBLIOTECA  
CIVICA
- p.7 VISITA AL MUSEO DELLA  
VITA CONTADINA
- p.10 IL TORNEO DI BOCCE
- p.11 DANZANDO IN FORMA
- p.12 L' ATTIVITA' CON LE  
SCUOLE MATERNE
- p.13 LETTERA DI UN PADRE

### CENTRO DIURNO "FRUTS DI UN TIMP"

- p.14 IL NOSTRO CAMMINO
- p.17 LE NOSTRE ATTIVITA'
  
- p.19 **SALUTA IL TUO VICINO**

# GLI ANZIANI DEL CENTRO SOCIALE RACCONTANO :



## INCONTRO CON I CARABINIERI di CASARSA della DELIZIA

Nelle giornate del 17 settembre 2013 ed 11 novembre 2013 i **Carabinieri della Stazione di Casarsa della Delizia** hanno incontrato gli anziani del Centro Sociale di San Giovanni.

Durante gli incontri, tenuti dal **Comandante Stefano De Luca**, sono stati affrontati vari temi, tra cui il problema delle **truffe all'anziano** ma anche di altre situazioni riguardanti la sicurezza. L'obiettivo principale è stato quello di sensibilizzare gli anziani su queste problematiche fornendo elementi utili per far fronte a

potenziali truffatori evitando così spiacevoli situazioni.

Ecco alcune testimonianze :

"Oggi sono stata molto contenta perché al Centro Anziani sono venuti a trovarci i Carabinieri di Casarsa. Ci hanno spiegato molte cose, in particolare il fatto di stare attente a **non aprire la porta di casa se non conosciamo la persona**. Se abbiamo qualche dubbio possiamo chiedere aiuto a familiari, vicini di casa ma anche direttamente ai Carabinieri".

## ARGENTINA





Durante gli incontri sono emerse molte domande e curiosità ed il Comandante ha sempre risposto in maniera esaustiva ribadendo che ***i Carabinieri possono aiutarci*** a risolvere i nostri piccoli problemi di tutti i giorni e noi possiamo aiutare loro a capire meglio le nostre paure ed esigenze”.

## **ANGELINA**

Gli anziani sono stati contenti di vedere i Carabinieri ed hanno capito che per qualsiasi difficoltà o problema possono chiamare a qualsiasi ora il numero di emergenza **“112”**, senza il timore di disturbare. Ringraziamo i Carabinieri ed il Comandante De Luca per aver trascorso con noi due pomeriggi e per la loro vicinanza rispetto i bisogni, esigenze ed aspettative dei nostri anziani.

Riportiamo di seguito parte del discorso di **EMILIO** rivolto a tutte le **Forze dell’Ordine** in occasione delle celebrazioni del 04 novembre 2013, quale grazie speciale a chi si occupa ogni giorno della nostra sicurezza :  
 “Anche quest’anno ci ritroviamo qui riuniti attorno al monumento ai ca-

duti per celebrare assieme il 95esimo anniversario della Vittoria, la giornata delle Forze Armate e la Festa dell’Unità Nazionale.

04 Novembre, giorno in cui finì la prima guerra mondiale, una guerra di trincea a difesa dei sacri confini della Patria. Una guerra dura che esaltò il valore del soldato italiano, pronto ad affrontare ogni pericolo e superare ogni ostacolo, fino all’estremo sacrificio della propria vita. Un popolo che ignora o trascura le proprie tradizioni e dimentica la propria storia non è in grado di resistere ai rapidi cambiamenti della società odierna. I giovani di oggi sono convinti che il benessere, la libertà, la democrazia siano beni ereditati di cui godere senza preoccupazioni, senza pensare che essi sono il frutto di dure conquiste e che come tali vanno difesi.

Stringiamoci attorno al tricolore, simbolo dell’Unità d’Italia ed alle Forze Armate per testimoniare la nostra incondizionata solidarietà ed in particolare modo a quelle impegnate in delicate missioni umanitarie e di pace in molte parti del mondo. Ed infine alle Forze dell’Ordine in perenne mobilitazione per la difesa della sicurezza e dei diritti di tutti i cittadini.”

## VISITA ALLA BIBLIOTECA CIVICA DI CASARSA DELLA DELIZIA

Il 31 ottobre ed il 07 novembre 2013 il gruppo della lettura del Centro Sociale Anziani, assieme alla volontaria Silvana e ad un'animatrice, si è recato a far visita alla Biblioteca Civica di Casarsa della Delizia.

Appena entrati il **Responsabile Marco Salvadori** e la **collega Mariarosa Stefanon** ci hanno accolto con molto calore e ci hanno fornito qualche cenno sulla biblioteca : quanti libri sono presenti, come vengono catalogati, quante persone in media al giorno visitano la struttura, come funziona il prestito di un libro, l'emeroteca, gli orari di apertura al pubblico, eventi culturali, i servizi presenti e molto altro ancora.

**EMILIO**, entrando in biblioteca, è



stato subito attratto da un **bellissimo mosaico** che raffigurava lo stemma della nostra città ed ha fatto qualche domanda in merito a cui Marco Salvadori ha prontamente dato risposta colmando la voglia di sapere e le curiosità dell'anziano.

Ci siamo poi soffermati sull'origine del nome "Casarsa della Delizia", arricchita da qualche simpatico aneddoto di **TI-ZIANO**. Abbiamo quindi iniziato la visita alla biblioteca, dal piano terra con **l'emeroteca e la stanza dedicata ai bambini** molto colorata ed accogliente per poi accomodarci al piano superiore. Qui abbia-



La calorosa accoglienza del Direttore della Biblioteca

mo trovato tanti tanti libri disposti in maniera ordinata e **MIRELLA**, la nostra poetessa, è stata subito attratta da alcuni libri di poesia ed ha raccontato alcune storie di vita: "La mia grande passione di leggere e scrivere poesie mi è stata tramandata da mia prozia e da mio zio che aveva anche una grande passione per la pittura. Leggere era pratica quotidiana ed importante. Nel tempo, accanto a casa, erano venuti ad abitare una coppia di maestri che quando hanno cambiato città mi hanno donato tanti libri: non potevano farmi regalo più bello. Scrivere poesie è una cosa che sento mia e che mi viene da dentro, fin da quando ero bambina, **un dono che voglio condividere con chi mi sta accanto**". Nei corridoi ed in mezzo ai vari volumi, sono tornati alla mente libri di un tempo passato, più o meno famosi, ma anche le fiabe e le storie che da bambini venivano raccontate dagli adulti nelle stalle.

**ANGELINA e LUCIANA F.** hanno voluto sapere dove fosse la sezione dedicata a Pier Paolo Pasolini, personaggio grazie al quale la nostra città è molto conosciuta. Angelina ha detto che sicuramente tornerà in biblioteca per prendere o vedere di qualche libro perché positivamente stupita, anche se non abita molto vicino ed anche Luciana passerà per rinnovare la propria tessera. Emilio ha chiesto informazioni sulla possibilità di **leggere quotidiani**

**e riviste** mentre Tiziano era interessato al prestito di libri, tutto completamente gratuito.

**GIOVANNINA** è stata molto contenta della visita ed aggiunto che la biblioteca era molto bella, ordinata e curata e sarebbe interessata ai libri sulla storia di San Giovanni. Per **IDA e LIVIA** è la prima volta e dicono: "Siamo molto contente di esser venute, finalmente abbiamo visto dove si trova!".

**LUCIANA** aggiunge: "Sono già venuta in biblioteca ma è sempre bello tornarci; inoltre una delle mie figlie si è sposata nella chiesetta qui accanto quindi conosco bene questi luoghi". All'interno di una stanza della biblioteca, il pomeriggio è poi continuato **con la lettura delle poesie di Mirella da parte della volontaria Silvana** che, con la sua calda e splendida voce, ci ha riscaldato il cuore ed ha permesso alla nostra memoria di viaggiare libera e di riportare alla mente **cari ricordi**, episodi di vita passata, tradizioni e trasforma-



zioni avvenute nel corso degli anni. Le poesie di Mirella, a detta di tutti molto belle, profonde e significative, trattano molti argomenti : l'amore, l'amicizia, la speranza, la pace, un pensiero per chi non c'è più, il ricordo dei genitori e dei lavori d'un tempo.

Durante la lettura a **CATERINA** è tornato alla mente suo padre : "Non era una persona colta, non aveva studiato ma era molto semplice e umile, era un grande lavoratore e dedito alla famiglia. Negli anni ha anche imparato a scrivere e a fare i conti. Anche a me sarebbe tanto piaciuto andare a scuola, studiare ma non è stato possibile. Con gli anni, grazie alla mia curiosità, ho imparato così tante cose che so tutto di tutto e per questo mi chiamano maestrina". Anche **GIOVANNINA** parla di suo padre: " Mio papà non aveva studiato ma sapeva fare qualsiasi lavoro e tutti gli chiedevano aiuto. Non avrà studiato dai libri di scuola ma il libro della vita gli ha insegnato tante cose." La biblioteca, piena di libri di ogni forma e colore, è piaciuta molto agli anziani, sia come ambiente sia come luogo di sapere, di conoscenza e di curiosità non solo per i più giovani ma anche per chi con qualche ruga possiede ancora voglia di imparare e di **tenere attiva la mente.**

La Biblioteca Civica di Casarsa si trova in Via XI Febbraio, n. 16 con il seguente orario di apertura : Lunedì e Giovedì ore 9.30- 12.00 e 14.30-18.30 ; Martedì, Mercoledì e Venerdì dalle ore 14.30 alle 18.30.  
Telefono 0434/873981.

## **VISITA AL MUSEO PROVINCIALE DELLA VITA CONTADINA di San Vito al Tagliamento**

Il giorno 22 ottobre 2013 il Centro Sociale Anziani di San Giovanni di Casarsa si è recato al Museo Provinciale della vita contadina di San Vito al Tagliamento per una **visita alla mostra** ed alle **fotografie in bianco e nero.**

Il Museo, con le sue raccolte, ha permesso agli anziani di ricostruire gli aspetti più importanti della vita contadina ed i materiali esposti hanno fatto tornare alla mente ricordi di un tempo passato. Tale "viaggio" nella tradizione contadina è stato momento di riflessione e di riscoperta della nostra società.

I materiali del Museo erano molti e suddivisi per aree come ad esempio :

L'**abbigliamento** con i vestiti della famiglia contadina in canapa, lana o lino quasi sempre confezionati in casa. Dagli abiti per la festa a quelli da lavoro fino alla biancheria; dalle **calzature** in stoffa agli zoccoli di legno;

Gli **addobbi degli animali** quali la mucca, il cavallo, il bue che hanno sempre aiutato il contadino nel lavoro dei campi e nella vita quotidiana. Accanto a questo vi era anche la sezione legata all'**alimentazione dagli animali;**



La **bachicoltura** con una grande varietà di foto e materiali;

La ricostruzione di una **camera da letto**, di una **cucina** quale cuore della casa, il luogo in cui la famiglia contadina si ritrovava riunendosi attorno al focolare per mangiare;

La raccolta e la lavorazione del **fieno**, **la filatura e la tessitura**, **la lavorazione del latte e della terra** con tutti gli attrezzi usati dal contadino o dagli animali e la **vitivinicoltura**;

**Gli oggetti dell'infanzia, i mezzi di locomozione, l'illuminazione.**

Durante la visita, camminando tra gli oggetti, sembrava quasi che il tempo si fosse fermato, sembrava di sentire

l'odore della terra, del vino, le voci delle donne, dei bambini, del contadino nel campo, gli odori del focolare con la fumante polenta, sembrava che gli uomini e le donne raffigurati nelle foto in bianco e nero sussurrassero parole e ci salutassero al nostro passaggio. L'atmosfera creata si ha rallegrato gli anziani presenti ma ha anche portato una **grande nostalgia** per un tempo che non c'è più e nel quale, nonostante la grande miseria e le difficoltà di ogni giorno, la famiglia e gli affetti rappresentavano un punto fermo nel quale rifugiarsi e trovare conforto, cosa che oggi fatica ad avvenire.

Molte sono le voci di apprezzamento

alla mostra. **IRMA**: "Vedere tutte queste cose mi ha ricordato di quando ero giovane, mi sembrava di rivivere in

quel tempo." **IDA**: "Mi sono tornati alla mente tutti gli strumenti che si adoperavano in campagna e l'immagine delle donne sempre con il capo coperto ed il grembiule." **TIZIANO**: "Ho visto delle cose belle che nella vita ho usato per molto tempo, mi sembra quasi di vedermi." **TERESA**: "Sono stata molto contenta della mostra ma peccato che quel tempo non ci sia più."

La maggior parte delle anziane presenti ha ricordato il lavoro con i bachi da seta, in particolare **FILOMENA**, **GIOVANNINA** la quale ha parlato anche della vendemmia e della vendita del vino a Casarsa. **REGINA**: "Sono rimasta molto colpita dalla grande

quantità di oggetti esposti. Anch'io ricordo molto bene il lavoro con i bachi da seta, un lavoro faticoso che non finiva mai. Era importante accudirli, nutrirli, creare l'ambiente giusto quindi molte delle stanze della casa erano occupate per questo lavoro. Durante la guerra abbiamo ospitato una famiglia che abitava accanto a noi e che aveva paura e l'abbiamo fatta dormire vicino ai bachi da seta perché non c'era posto."

**GIOVANNA** : "Mi sono piaciuti molto i vestiti e i giochi dei bambini. Poi il vedere alcuni strumenti usati per l'uccisione del maiale mi ha fatto tornare alla mente il lavoro di mio padre. Del maiale non si buttava via nulla, si mangiava e si vendeva ogni sua parte e che lusso ci concedavamo quando lo gustavamo a tavola!" **ANGELINA** : "A me è piaciuta molto la parte della cucina con il focolare, le pentole in



rame, il paiolo per cucinare la polenta, le lampade ad olio e i vari mestoli, anche rivedere le gerle e i cestoni di vimini è stato molto bello. Mi ha fatto ricordare il mestiere di mio nonno che faceva il panettiere : mi sembra quasi di sentire il profumo del pane appena sfornato." **LUCIANA F.** : "Mi è rimasto impresso il calesse che ho visto alla mostra, era proprio uguale a quello di mio nonno. Mi ricordo di quando veniva a prendermi a casa e donava sempre a noi bambini qualcosa di speciale. E poi la sera tutti a casa a mangiare polenta e latte." Anche **CATERINA e EMILIO** sono stati soddisfatti della mostra e le foto in bianco e nero hanno ricordato loro i genitori.

Il pomeriggio è terminato poi in compagnia degli anziani del **Centro Sociale Anziani di San Vito** che ci hanno calorosamente accolto per la merenda. **LUCIANA** dice : "E' stata proprio una bellissima merenda, abbiamo riso tanto e ci siamo divertite!!". Alle parole di Luciana, si aggiunge **CATERINA** : " Appena intonavo qualche canto, mi venivano tutti dietro, eravamo davvero una **bella compagnia**."

Il Museo Provinciale della Vita Contadina "Diogene Penzi" si trova a San Vito al Tagliamento presso Palazzo Altan, Via Altan n. 49. Telefono 0434/833275.

## IL TORNEO DI BOCCE

Il giorno 19 settembre 2013 il Centro Sociale Anziani di Valvasone, Arzene e San Martino al Tagliamento e l'Associazione Bocciofila di San Martino al T. hanno invitato il nostro Centro a trascorrere un pomeriggio in compagnia. Gli addetti alle bocce hanno organizzato un vero e proprio **torneo** con tanto di **campi attrezzati, bocce "professionali"** ed arbitri. Hanno provveduto quindi a formare le varie squadre, pari al numero di campi disponibili, e, sotto uno splendido sole, abbiamo cominciato la gara.

Non come un tempo quando da giovani potevamo disporre di bocce artigianali in legno e il più delle volte poco sferiche, **io non giocavo da oltre sessantanni!!**

Dopo varie partite, più o meno riuscite, la mia squadra, avendo realizzato il maggior numero di punti, è stata la vincitrice in assoluto. Per cui la giuria ha ritenuto doverosa la premiazione e mi ha consegnato, quale rappresentante della squadra, una **bellissima e preziosa coppa**. Il tutto condito da moltissimi applausi e da un ricco rinfresco.

Ora la coppa fa bella mostra nella sede del nostro Centro Sociale a San Giovanni.

**EMILIO**



## DANZANDO IN FORMA

Da circa un anno, ogni lunedì pomeriggio, il **Cavaliere MARIO MUCCIN** con la sua grande esperienza di musicista e maestro di ballo fa **danzare e tiene in forma** gli anziani del Centro con semplici ma efficaci esercizi ginnici a ritmo di musica. Gli anziani che partecipano agli incontri concordano nel dire che quando il maestro entra al Centro si coglie subito una ventata di allegria. E' una persona che sprigiona **energia positiva**, è esuberante ma anche molto preparato, sempre con il sorriso e con una parola educata per ciascuno.

Ecco come tutto è cominciato : " Un giorno passeggiavo per Via Mantegna a San Giovanni di Casarsa e vidi molta gente. Mi sono fermato e ho notato che la maggior parte delle persone erano anziani. In seguito ho scoperto che si trattava dell'inaugurazione della

nuova sede del Centro Sociale Anziani. Durante i festeggiamenti ha cantato il coro dei filippini che mi è piaciuto molto. Dopo la foto ricordo e il taglio del nastro sono tornato a casa molto soddisfatto.

Lungo la strada del ritorno, ancora emozionato per la festa, ho pensato che mi sarebbe piaciuto insegnare ginnastica e ballo agli anziani. Così un giorno sono andato al Centro ed ho parlato con un'animatrice spiegandole il mio proposito. Lei è stata molto contenta e concordammo che potevo andare al Centro il lunedì pomeriggio dalle 14.00 alle 15.00.

Da quel giorno, ogni lunedì sono al Centro ad insegnare a quelle brave "ragazze" che mi danno molta soddisfazione. Il mio motto è : **ragazze, non anziane!!!**"

**CAV. MARIO MUCCIN**



**ANGELINA** aggiunge: "L'attività che ci fa fare il Sig. Mario è molto utile perché fa muovere tutte le articolazioni e la musica ed il ballo in gruppo mettono di buon umore." **TERESINA**

: "L'ora della ginnastica passa sempre velocemente, mi diverto molto ed il Sig. Mario è proprio una brava persona, molto paziente."

**IDA**: "E' una bellissima attività perché fa muovere tutte le parti del corpo e poi sto meglio."

**IRMA** e **MARCELLO** affermano che "l'ora trascorsa con il Sig. Mario ci fa bene e ci fa ringiovanire!"

**FILOMENA** non manca mai e dice che l'attività le giova molto ma che cerca di fare ciò che riesce.

**LIVIA** aggiunge che gli esercizi che il Sig. Mario propone fanno molto bene alla circolazione e

**IOLE** e **ONORINA** dicono che: "il Sig. Mario insegna molto bene e sempre cose nuove. Ridiamo tanto e torniamo giovani."

Gli anziani e le animatrici ringraziano di cuore il Cav. Mario Muccin per il tempo che dedica al Centro, per la sua preziosa attività che permette a molti di sorridere e di non pensare alle proprie difficoltà.

"Frequento il Centro da tantissimo tempo e appena varco la soglia mi torna la voglia di sorridere. Grazie di tutto!"

**MARIA LENA**

## L' ATTIVITA' CON LE SCUOLE MATERNE

Già da diverso tempo procede la collaborazione con le **scuole materne** di Casarsa della Delizia e di San Giovanni e, in ogni occasione, **gli anziani** del Centro sono sempre entusiasti nell'incontrare **i bambini** per raccontare loro ricordi ed esperienze e per fare in modo che la memoria storica non venga persa ma conservata nelle nuove generazioni.

La nostra poetessa **MIRELLA** dedica alle maestre delle scuole materne la seguente poesia :

### Alle maestre , messaggere della Pace

Ci saranno giorni  
per odiare e per amare  
per la guerra e per la pace  
quando finiranno i giorni,  
le maestre torneranno  
come stelle dell'amore.  
Come un ramo giovane  
che si spezza al vento,  
come medici della pace,  
come angeli custodi,  
come fiori appena nati,  
per questo vi aspetterò.  
Sono sicura che verrete  
e quando verrete  
m'insegnerete a ballar  
e così diventerò come voi.

## LETTERA DI UN PADRE

Leggendo un quotidiano ho trovato questa lettera che mi ha colpito il cuore e che di seguito riporto :

“Se un giorno mi vedrai vecchio, se mi sporco quando mangio e non riesco a vestirmi...abbi **pazienza**, ricorda il tempo che ho trascorso io a insegnartelo. Se quando parlo con te ripeto sempre le stesse cose, **non mi interrompere...ascoltami**. Quando eri piccolo dovevo raccontarti ogni sera la stessa storia finchè non ti addormentavi.

Quando non voglio lavarmi, non biasimarmi e **non farmi vergognare**...ricordati quando dovevo rincorrerti inventando scuse perché non volevi fare il bagno.

Quando vedi la mia ignoranza per le nuove tecnologie, dammi tempo e non guardarmi con sorrisi ironici. Ho avuto tanta pazienza per insegnarti l'abc. Quando non riesco a ricordare o perdo il filo del discorso...**dammi il tempo necessario per ricordare**.

E se non riesco, non ti innervosire : la cosa più importante non è ciò che dico ma il bisogno di **essere con te** e averti lì che mi ascolti.

Quando le mie gambe stanche non mi consentono di stare al tuo passo, non trattarmi come fossi un peso morto : vieni verso di me con le tue mani forti come ho fatto io quando muovevi i primi passi.



Quando dico che vorrei essere morto... **non arrabbiarti**. Un giorno comprenderai che cosa mi spinge a dirlo. Cerca di capire che alla mia età non si vive ma si sopravvive. Scoprirai un giorno che, nonostante i miei errori, ho sempre voluto il meglio per te, ho cercato di spianarti la strada. Dammi un po' del tuo tempo, della tua pazienza, dammi una spalla su cui poggiare la testa allo stesso modo in cui l'ho fatto per te. Aiutami a camminare, a finire i miei giorni con amore e pazienza, in cambio ti darò un sorriso e l'**immenso amore** che ho avuto sempre per te. Tuo padre”.

Dopo aver letto queste righe dovremo **meditare** e avere più rispetto e pazienza per le persone anziane.

**EMILIO**

“Il Centro è come una medicina contro la depressione.

A casa ero sempre triste, invece al Centro ho ritrovato la voglia di vivere.

Il giorno del mio compleanno tutti mi baciano, mi abbracciano e fanno festa!

**TERESINA**

# CENTRO DIURNO "FRUTS DI UN TIMP"



Ad un anno dall'inaugurazione della nuova sede del Centro Diurno Alzheimer "Fruts di un Timp", l'**11 ottobre 2013** è stato organizzato un incontro aperto all'intera comunità dal titolo **"Il nostro cammino e... sei zampe a passeggio- Quale approccio alla malattia? Stimolazione cognitiva e stili di vita sani"**. L'idea è nata per condividere l'attività ed il significato del Centro Diurno.

Fin dalla sua nascita, l'obiettivo caratterizzante della struttura è stato quello di dare pieno riconoscimento all'anziano in quanto persona e nel guardare alla cura e più in generale all'assistenza, non solo come tentativo di riconquistare delle potenzialità, ma soprattutto



come un modo per conservare **la dignità di ogni ospite presente**.

Il contributo del Centro al percorso di salute dell'anziano parte dal presupposto che la demenza è una malattia sociale che non fa notizia. L'anziano non possiede più né passato, né presente, a dire il vero il presente si mescola con il passato e viceversa. La perdita dei ricordi e lo smarrimento dei sentimenti rappresentano la cosa più devastante e dolorosa ma **la memoria del vivere** permane fortemente. Proprio per questo, ogni anziano frequentante il Centro si mette in gioco ogni giorno, non teme di essere giudicato, esprime serenità e disponibilità. Nonostante ciò, l'avvento della patologia rappresenta un'esperienza totalizzante ed impegnativa per la famiglia, che richiede impegno e sforzo costante nel tempo ma che resta il più delle volte **invisibile agli occhi** della comunità. Tutto ciò non ci deve spaventare ma rappresentare una sfida, una sfida per la nostra società, **una sfida** comunitaria, partendo dal presupposto che è necessario **rispettare, accettare**

## **la patologia, non giudicarla.**

Ecco perché questo Centro ha da sempre voluto definirsi come un nodo delle reti dei servizi, come **una risorsa** importante e non semplicemente una funzione respiro, fortemente ancorato e aperto al territorio di appartenenza, con il triplice obiettivo: permettere di **“vivere” la propria comunità** in un contesto accogliente, familiare e ben integrato con il tessuto sociale; far conoscere alla comunità problematiche frequenti ma ancora confinate all'ambiente domestico e familiare; promuovere un **modello di cura** e supporto che coinvolga tutte le risorse attivabili.

In questa giornata di sensibilizzazione abbiamo parlato della malattia e di come, recuperando la dimensione sociale, fosse possibile recuperare quella

mentale, non solo del malato ma di tutti noi.

L'esperienza e la sensibilità maturati in questi anni nel territorio del sanvitese hanno favorito una maggiore consapevolezza della complessità insita nelle patologie dementigene che hanno una ricaduta sull'intero sistema familiare e sociale della persona colpita dalla malattia.

L'obiettivo che questo territorio si pone è quello di rafforzare e ampliare i servizi, le strutture e le reti formali e informali che si occupano di demenza per garantire la piena continuità assistenziale.

Gli stadi iniziali della malattia, emotivamente molto difficili da accettare e gestire, possono essere affrontati con maggior serenità se le persone affette da demenza e le loro famiglie vengono accolte, informate, accompagnate e



sostenute dal momento della diagnosi e dell'insorgere delle prime difficoltà. La mattinata è poi proseguita con i saluti delle **autorità**, con alcune testimonianze da parte delle **animatrici** del Centro, di alcuni **familiari**, **collaboratori** e da parte di **Monica Lincetto**, educatrice presso il Centro residenziale per disabili gravi di Sacile, presidente dell'**Associazione "Seniblant" di Fontanafredda** che ha illustrato il progetto di terapia con l'animale che si è svolto presso il Centro Diurno da circa due anni. L'obiettivo fondante del percorso era capire se la presenza dell'animale influisse positivamente sullo stato emozionale e sul benessere psico-fisico degli anziani e verificare quindi la loro approvazione o meno rispetto l'iniziativa. Durante e dopo l'attività, è stato notato un **miglioramento del tono dell'umore**, un aumento della concentrazione e dell'attenzione, maggiore socializzazione, **stimolazione sensoriale** e la diminuzione di atteggiamenti aggressivi da parte degli anziani. Durante i vari incontri di terapia con l'animale, l'anziano veniva invitato ad accarezzare il cane, coccolarlo, a chiamarlo per nome, a impartirgli semplici ordini; inoltre l'anziano è stato stimolato a riferire ricordi di esperienze passate con animali in modo da incentivare la comunicazione. Tutte

queste attività hanno permesso di attivare molte competenze che l'anziano possiede ma che la malattia tende ad inaridire. Possiamo quindi affermare che l'attività con l'animale ha fortemente contribuito al benessere degli anziani presenti al Centro.

La mattinata si è poi conclusa con una **"passeggiata a sei zampe"** con anziani, comunità e cani lungo le vie del paese per condividere uno degli obiettivi fondamentali del Centro, ovvero la cura all'interno della comunità, in un contesto normale di vita nel quale gli anziani possano mantenere i legami con il proprio contesto di appartenenza, rivivere i propri ricordi, continuando a esserne i protagonisti e dove la **comunità si apre e cammina** passo dopo passo assieme ai propri anziani in un percorso comune di crescita.

## **Le operatrici e gli anziani del Centro**



## IL CENTRO DIURNO RACCONTA: LE NOSTRE ATTIVITÀ

Le attività promosse al Centro non hanno lo scopo di guarire ma di contribuire alla qualità della vita degli anziani e dei loro familiari. Ecco perché qualsiasi iniziativa e attività proposta punta essenzialmente sulla relazione: si cerca di far sentire l'anziano a proprio agio, si ascoltano le sue emozioni e i suoi sentimenti.

Tra queste ritroviamo :

**le attività della vita quotidiana** che permettono all'anziano di sentirsi vivo, utile a sé e agli altri e a mantenere i propri interessi condividendoli con gli altri. Tra questi vi è l'attività di **cucina** che coinvolge tutti i canali sensoriali (tatto, gusto, olfatto e vista), vari aspetti cognitivi come l'attenzione, la memorizzazione e la motivazione al fare che stimolano l'anziano ad essere autonomo. Vi è inoltre l'attività di **giardinaggio** che oltre a permettere all'anziano di stare all'aperto e a contatto con la natura, facilita la stimolazione delle funzioni cognitive, il senso di responsabilità, la stima di sé ed il prendersi cura;

le attività volte a stimolare **la memoria a breve e lungo termine, i ricordi** di un tempo passato tramite la visione di fotografie e filmati al fine di ricostruire la propria identità e le proprie origini. Tali attività permettono di stimolare il pensiero, le



capacità comunicative, l'attenzione, la comprensione, l'associazione ed il collegamento di eventi, migliorare l'autostima e favorire la socializzazione;

**l'attività di co-terapia con l'animale** con interventi finalizzati a favorire la stimolazione sensoriale, stabilire legami affettivi, esercitare la manualità, migliorare le abilità motorie, stimolare l'attenzione, ridurre l'agitazione, potenziare le abilità comunicative, incoraggiare la socializzazione, acquisire senso di responsabilità e migliorare l'autostima tramite una relazione affettiva e di accudimento nuova e rassicurante;



l'attività di **musica, canto e ballo** svolta in forma attiva o ricettiva con la finalità di favorire il rilassamento e la coordinazione motoria, stimolare la memoria attraverso l'ascolto di brani musicali familiari, favorire le relazioni ed il movimento;

l'attività di **biodanza** finalizzata a riabilitare la funzione motoria dell'anziano, stimolare l'espressione dell'emozione tramite la musica e la danza sia individuale che di gruppo;



il laboratorio di **ceramica** e di **arte terapia** capace di creare sinergia di gruppo, aumentare l'autostima, sviluppare la creatività e l'espressività, esternare sensazioni ed emozioni, favorire le relazioni interpersonali;



le attività di **lettura ed ascolto** in collaborazione con una volontaria;

**le uscite sul territorio** quali momenti importanti nella vita del Centro in quanto rispondenti a bisogni di appartenenza, di mantenimento dell'autonomia e di partecipazione alla vita sociale in un contesto di normalità. Tale attività permette inoltre agli anziani di muoversi e di orientarsi a livello spaziale, di ricordare eventi del passato, di sentire profumi e vedere colori che favoriscono il benessere generale;

**l'attività motoria** caratterizzata da piccoli esercizi di ginnastica da svolgere in piedi o sul posto capaci di favorire la coordinazione gestuale, l'attività di gruppo potenziando le abilità residue.

# SALUTA IL TUO VICINO

## un sistema per vivere meglio durante l'anno



Diamo conto di un **progetto sociale** che a circa due anni dal suo avvio sta riscuotendo consensi dentro e fuori il Comune di Casarsa e che ha già prodotto risultati significativi per molte persone in difficoltà e per i volontari stessi impegnati nel progetto.

Il progetto **“Saluta il tuo vicino”** fa incontrare e discutere esperti, volontari e persone significative del nostro territorio. Nella testimonianza di alcuni volontari ecco il resoconto dell'ultimo incontro avvenuto il 28 ottobre 2013 con i Commercianti di Casarsa della Delizia e di Bagnarola di Sesto al Reghena.

Per rafforzare il Progetto “Saluta il tuo vicino”, la **Commissione Anziani** con il sostegno dell'**Amministrazione Comunale** e del **Servizio Sociale dei Comuni** dell'Ambito Distrettuale Est 6.2 ha programmato anche per quest'anno una serie di incontri con **“testimoni privilegiati”** che possono dare un contributo reale e concreto ai **volontari** affinché la loro attività a

beneficio degli anziani di Casarsa possa essere più efficace e soddisfacente.

Gli incontri sono stati l'occasione per illustrare lo scopo e le attività svolte dal Progetto, ovvero: prevenire la solitudine e il disagio degli anziani soli e potenzialmente a rischio attraverso la costruzione di una rete di cittadini attivi nel monitorarne la condizione e, in caso di bisogno, segnalarne tempestivamente l'esistenza all'Assistente Sociale.

L'incontro in agenda il 28 ottobre 2013, svoltosi presso il **Centro Sociale**

**Anziani** di San Giovanni, ha visto la presenza del Sig. Ruggero, Rappresentante del Consiglio “Negozzi Delizia” di Casarsa della Delizia e di Marzia e Monica, parrucchiere di Bagnarola di Sesto al Reghena. Uno degli obiettivi del progetto è infatti quello di presentare la nostra esperienza anche nei Comuni dell'Ambito del sanvitese per facilitare la nascita di iniziative analoghe.

Durante il confronto si è condivisa la necessità di rafforzare la rete di sorveglianza sul territorio attraverso cui monitorare e segnalare gli anziani a rischio. Proprio **il commerciante**, ogni giorno a contatto con una molteplicità di persone con caratteristiche

e problematiche diverse, è in grado di cogliere i cambiamenti del singolo ma anche dell'intera società casarsese sempre più chiusa in se stessa ed incapace di cogliere ed intercettare quelle persone con potenziali problemi di disagio e isolamento. Per questo motivo, noi volontari abbiamo sollecitato questa collaborazione affinché la **prevenzione del disagio**, anche attraverso la segnalazione degli anziani a rischio, diventi sempre più una modalità consolidata. Entrambi i commercianti presenti hanno espresso pieno appoggio all'iniziativa impegnandosi a diffonderla ai colleghi e cercando di essere maggiormente attenti nei confronti dei soggetti più vulnerabili, sapendo che vi è una **rete di volontari contattabile** e disponibile per un confronto su particolari situazioni.

In particolare, le parrucchiere sono state positivamente colpite dall'azione che si sta concretizzando a Casarsa verso gli anziani soli ed hanno voluto portare la propria testimonianza in merito ad un progetto di aiuto sviluppato in collaborazione con la Caritas e con l'Assistente Sociale del territorio nei confronti di persone e famiglie in difficoltà economica. Queste ultime, precisamente individuate, possono usufruire di un taglio ed una piega gratuite per un tempo determinato. Un piccolo gesto che permette alla persona di sentirsi viva, bella e di **riacquistare** quella **dignità**, spesso perduta a causa della propria con-

dizione di difficoltà. Un progetto impegnativo ma che ripaga ogni sforzo e che riempie il cuore, vedendo la persona felice e piena di **gratitudine**. Marzia e Monica ribadiscono come oggi ci sia un gran bisogno di amore, di contatto fisico e di **attenzione all'altro** e che progetti come quello di Casarsa e di Bagnarola dovrebbero diventare "patrimonio comune" per una comunità che si reputi tale.

Come volontari del progetto "Saluta il tuo vicino" auspichiamo un continuo sostegno e attenzione da parte di tutti i casarsesi e non solo perché quanto più sapremo vivere con un cuore aperto e attento alle esigenze di chi ci sta accanto, tanto più saremo in grado di sconfiggere la solitudine dei nostri anziani. Ringraziamo i commercianti presenti per la loro partecipazione ed il tempo dedicato, quale investimento per un futuro migliore per la nostra comunità.

## **La Commissione Anziani**



# CONTATTI



## **CENTRO DIURNO "FRUTS DI UN TIMP"**

Per qualsiasi informazione sul Centro Diurno  
è possibile rivolgersi all'ufficio Assistente Sociale  
ogni mercoledì dalle 16.30 alle 17.30

Presso Palazzo De Lorenzi Brinis

(tel ufficio 0434/873938, tel Centro Diurno 3294711757)

Giornate di apertura del Centro: dal Lunedì al Venerdì – Orari : 8.30-12.00



## **CENTRO SOCIALE ANZIANI**

Per qualsiasi informazione sul Centro Sociale è possibile rivolgersi  
all'ufficio Assistente Sociale ogni mercoledì dalle 16.30 alle 17.30

Presso Palazzo De Lorenzi Brinis

(tel ufficio 0434/873938, tel Centro Sociale 3294711773)

Giornate di apertura del Centro : Lunedì, Martedì e Giovedì dalle 13.30 alle 17.30  
con i Trasporti effettuati dal Gruppo di Volontari del Trasporto Anziani  
del Comune di Casarsa della Delizia.



Osservatorio Sociale di Casarsa della Delizia Commissione Anziani  
Servizio Sociale dei Comuni dell'Ambito Distrettuale 6.2 del Sanvitese  
Città di Casarsa della Delizia Assessorato alle Politiche Sociali e Giovanili



# SALUTA IL TUO VICINO

**Evitiamo l'isolamento delle persone sole o con pochi amici e parenti**  
**Campagna di ricerca volontari**  
**per la sicurezza delle persone anziane**

**Crediamo sia importante  
aiutare gli altri**

facendo emergere i bisogni degli anziani e dei disabili a rischio di solitudine del comune di Casarsa e dintorni, e portandoli alla conoscenza degli operatori del servizio sociale comunale e dei gruppi di volontariato locale che possono intervenire. Siamo impegnati a costituire una squadra di "vedette /antenne" attive sul territorio per il monitoraggio e la segnalazione di situazioni e persone potenzialmente a rischio.

**Cerchiamo volontari motivati  
con più di 18 anni**

desiderosi di collaborare con i professionisti dei servizi pubblici e privati. Le persone prescelte seguiranno un breve percorso formativo organizzato dagli operatori dei servizi pubblici comunali e provinciali con la collaborazione di rappresentanti dell'Osservatorio Sociale di Casarsa della Delizia.

**IL VOLONTARIO PUOI ESSERE TU.**

Chiama e chiedi informazioni su come entrare nel gruppo di volontari  
Assistente Sociale Comune di Casarsa - Lisa Bresil tel. 0434 873.938