

# La voce della Nilde Iotti





## LA NOSTRA R.S.A

La Residenza Sanitaria Assistita Nil-Nilde Iotti è stata inaugurata nell'anno 2000 e dal momento dell'apertura il Comune di Monteroni d'Arbia fece la scelta di gestire direttamente la struttura, pur affidando, tramite convenzione, la gestione ad una società mista a maggioranza di capitale pubblico, l' *Arbia Servizi*, che si è avvalsa per i servizi stessi, di cooperative sociali presenti nel territorio. A oggi la R.S.A ospita circa sessanta anziani, fra cui la maggior parte risiedono qui stabilmente, alcuni solo temporaneamente e altri usufruiscono del servizio di centro diurno. I principi fondamentali, riconosciuti dalla Carta dei Servizi, che guidano il lavoro di cura all'interno della struttura sono i seguenti: **Eguaglianza**: i servizi devono essere svolti secondo regole uguali per tutti, anche se le prestazioni necessitano di essere progettate in

maniera individualizzata tenendo conto delle esigenze e delle necessità di ogni singola persona. **Imparzialità**: giustizia e obiettività sono i due principi secondo i quali deve muovere il comportamento di tutti gli operatori nei confronti dei residenti.

**Partecipazione**: vengono accolti suggerimenti e consigli da parte di familiari, associazioni di volontariato al fine di migliorare i servizi e garantire un'apertura nei confronti dell'esterno. **Efficienza ed efficacia**: i servizi vengono forniti utilizzando in modo armonico tutte le risorse disponibili, secondo criteri di massima efficacia ed efficienza.

Nostro principale obiettivo è che gli anziani e i loro familiari vivano la residenza come se fosse la loro casa.

## IL SALUTO DELL'AMMINISTRAZIONE

*Il benessere di una società si giudica soprattutto dai servizi di cui questa gode in base alle diverse fasi della vita dei suoi componenti. Una terza età serena, sicura e seguita in maniera professionale è uno di quegli indicatori che ci fanno dire che la comunità di Monteroni è da sempre attenta al bene di tutti senza distinzione di età, genere o disponibilità economica.*

*Questa amministrazione pone fra le proprie priorità i servizi sociali e l'aiuto ai soggetti che più ne hanno bisogno. Un aiuto fondamentale, nel tentativo di dare risposte adeguate ai bisogni crescenti, ci viene dalle famiglie, dalle associazioni di volontariato e da istituzioni e strutture che oramai fanno la storia del nostro territorio.*

*Fra queste una delle più importanti è la Residenza Sociale Assistita Nilde Jotti, che da anni svolge egregiamente un importante servizio per la nostra comunità. Un'amministrazione deve aiutare tutti a crescere, a formarsi, mettendo i cittadini sullo stesso piano e dando a tutti la stessa possibilità di invecchiare all'interno della comunità. Servizi come quelli della R.S.A, aiutano chi sta peggio, chi ha bisogno degli altri, a continuare ad avere una quotidianità serena.*

*Questa pubblicazione ci fa entrare maggiormente in contatto con questa bella realtà facendoci conoscere le varie attività che vengono svolte al suo interno e non solo.*

*I veri protagonisti di questo giornale sono coloro che quotidianamente si confrontano con i servizi della R.S.A e quindi sono gli ospiti, che qua ci regalano una parte di loro con i loro ricordi ed i loro racconti.*

*Come rappresentanti dell'Amministrazione Comunale di Monteroni d'Arbia rivolgiamo un ringraziamento quindi alla R.S.A Nilde Jotti e a tutto il personale, non soltanto per i servizi che offre ma anche per aver pensato di realizzare questo utile giornalino, composto grazie a tutti coloro che hanno collaborato.*

*Gabriele Berni - Sindaco di Monteroni d'Arbia*

*Michela Giannetti - Assessore ai Servizi sociali*

## RUBRICA *Le nostre attività*



In questa rubrica presenteremo di volta in volta le attività socio-educative che vengono svolte nella nostra struttura dal personale educativo e dalle operatrici del servizio civile, in collaborazione con gli operatori socio-sanitari.

Le attività sono finalizzate sia a creare dei momenti di socializzazione e animazione che a potenziare specifiche abilità cognitive, mnestiche e motorie. In questo numero presenteremo il progetto Giardinaggio.

## UN GIARDINO DI ODORI, SAPORI E COLORI

Con l'arrivo della primavera il desiderio di trascorrere del tempo all'aria aperta è diventato sempre più condiviso fra i nostri residenti, il giardinaggio e la cura dell'orto ci sono dunque sembrate delle attività ideali per far godere la bella stagione più da vicino ai signori che vivono qui. La nostra struttura offre degli spazi esterni molto belli, ampi e accessibili e la maggior parte

dei nostri anziani in passato hanno svolto attività agricole e di giardinaggio sia come mestiere che per passione, quindi il progetto in questione è stato finalizzato anche al recupero e mantenimento della memoria procedurale, dei ricordi del passato e a rendere l'R.S.A. un posto ancor più familiare.

Abbiamo innanzitutto scel-



*I fiori*



*A lavoro*

to di piantare lungo il percorso Alzheimer delle piantine aromatiche, che potessero essere utili anche come stimolazione sensoriale e potessero essere usate per il progetto "casa". Successivamente abbiamo abbellito l'area con dei fiori colorati posti in grandi vasi.





*Gli ospiti a lavoro.*

Infine abbiamo pensato ai sapori, realizzando in un'area prossima al percorso Alzheimer un piccolo orto. Abbiamo piantato pomodori, insalata, basilico, prezzemolo, peperoncini, sedano e finocchi. I residenti coinvolti nel progetto si prendono cura delle piante e dei fiori con dedizione e maestria e si dimostrano fieri dei loro fiori e dell'orto.



*L'orto*

E' stato inoltre pensato da Gaia e Rachele, le operatrici del servizio civile, di creare una zona Relax, usufruibile sia dagli anziani che dai familiari che vengono a trovarci, ristrutturando il gazebo che si trova alla fine del percorso Alzheimer. Lo spazio si presta ad essere utilizzato nei mesi primaverili ed estivi anche per lo svolgimento di eventi e attività.



*Il percorso aromatico*



*“Il nostro corpo è giardino,  
di cui giardiniere è la nostra  
vita.”*

*- William Shakespeare*

## RUBRICA ASSISTENZA - FISIOTERAPIA E CURE INFERMIERISTICHE



Con questa rubrica intendiamo raccogliere le esperienze di lavoro assistenziale, infermieristico e fisioterapico svolte dai nostri operatori. Questa potrebbe diventare un'occasione di confronto fra varie figure professionali, familiari e volontari; un'opportunità per scambiarsi conoscenze, informazioni e tenersi aggiornati su tematiche relative il lavoro assistenziale e riabilitativo; un luogo simbolico in cui mantenere viva una memoria storica delle esperienze di vita delle persone residenti nella struttura e le relazioni instaurate fra quest'ultime e gli operatori.



### FISIOTERAPISTA IN R.S.A

Colgo l'occasione del giornalino dell'RSA, per qualche riflessione sul lavoro di fisioterapista in questa struttura. Mi sono resa conto ben presto che lavorare con gli anziani ospiti è completamente diverso dal lavorare con altri pazienti. Infatti, mentre in altri ambiti, sono le persone che vengono da te per sottoporsi a dei trattamenti, qui, spesso, devi essere tu ad andare dall'ospite a proporgli di fare qualcosa. Solitamente l'anziano che si trova in R.S.A è demotivato, ti dicono: *"perché durare fatica? Per ottenere cosa?"*. E allora ci si rende conto che la base di tutto è creare un buon rapporto con la persona, indipendentemente dal fatto che facciano o no fisioterapia, di fiducia, ma soprattutto di reciproco rispetto. E se questo vale per gli anziani cognitivamente presenti a maggior ragione vale per coloro che presentano deficit in tale area, perché magari non si ricordano chi sei, ma se fai parte positivamente della loro quotidianità, allora ti seguono e si prestano a quello che proponi loro. Come mi disse un'ospite: *"Non mi ricordo chi è lei, ma so che mi sono trovata bene"*. Spesso deve essere l'operatore ad adattarsi all'anziano (ovviamente senza sminuire se stesso o la propria professione), a come si sentono in quel momento, di cosa hanno maggiormente bisogno, quindi, oltre che molto flessibile, bisogna diventare anche un buon osservatore, basandosi anche su quello che riferiscono i colleghi, soprattutto gli operatori che in genere stanno più a contatto con gli ospiti, per cogliere eventuali

peggioramenti e poter intervenire tempestivamente, quando questo è possibile. Altro aspetto importante è la possibilità di lavorare direttamente sulle problematiche relative alle attività di base della vita quotidiana, cosa che in altre realtà non è possibile.

Certo non è facile, i risultati sono minimi ed i miglioramenti non sono eclatanti, molto spesso è già un gran risultato mantenere delle abilità, ma quando si verificano dei miglioramenti, anche se piccolissimi, ti riempiono di una grande soddisfazione, soprattutto perché condizi con tutta l'equipe di lavoro.

**Anna.**



*La fisioterapista a lavoro.*

## RUBRICA *FAMILIARI IN R.S.A*

La rubrica *Familiari in R.S.A* nasce dalla convinzione che il contributo dei parenti e degli amici degli anziani residenti sia di fondamentale importanza per il benessere psicofisico della persona che vive qui. Lasciare la propria casa e spesso il proprio paese per trasferirsi in R.S.A può significare abbandonare il contesto sociale in cui si è vissuti, amici, vicini di casa, conoscenti e allontanarsi dall'affetto dei propri cari. La R.S.A invece vuol essere un luogo in cui le relazioni sociali non solo si possono mantenere e coltivare ma anche ampliare, per tale motivo siamo convinti che il contributo dei familiari sia per tutta l'equipe una grande risorsa, perché possono aiutarci a conoscere la persona, a instaurare una relazione serena, a comprenderne i bisogni, ad accoglierla facendo in modo che possa sentirsi a casa.



### *'MA LA COMMENDA COSÉ'*

Quando da ragazzi si sentiva parlare della Commenda a Siena si pensava al posto dove si va a trovare qualcuno che ormai, come si dice da noi "è bell'andato".

E infatti i nostri nonni dicevano *"ma io in commenda 'un ci voglio andà"*. Beh, poi la vita è andata avanti, e anche noi siamo diventati grandi, uomini e donne, padri e madri, e i nostri genitori, nonni; ogni tanto però fra suoceri o loro amici della cosiddetta terza età sentivi frasi come:

*"ma io se un s'ho rincoglionito in commenda 'un ci voglio andà."*

*"no ma guarda ora sono Case di Riposo."*

*"ma io mi posso riposà anche a casa mia."*

Ma ora si chiamano Residenze Assistite. Poi quando meno ci pensi si presenta la necessità di dover affrontare il problema per i proprio familiari, e così la realtà diventa una necessità, ma dentro di te riecheggia la vecchia frase *"ma io in commenda 'un ci voglio andà."*

Ecco, oggi però posso dire che la scelta necessaria compiuta per mio padre, è che ha vissuto i suoi ultimi anni effettivamente in una Residenza.

Faccio un passo indietro.

Dall'esperienza da me vissuta tramite mio

padre ho constatato, invece, che dalla vecchia concezione di "commenda" alla nuova residenza sanitaria si è verificato un cambiamento sociale che ha rivoluzionato le istituzioni ed ha reso una vita migliore per molti anziani.

Posso dire che anche mio padre, nonostante i problemi cognitivi dovuti alla malattia, si è accorto del cambiamento di cui parlavo. Infatti, dopo un'esperienza negativa vissuta in un'altra struttura, quando siamo arrivati alla Nilde Iotti siamo passati davvero dalla "commenda" alla "residenza": l'ambiente nuovo, l'accoglienza sincera e professionale del personale, la direzione competente e disponibile; il tutto mi ha subito ben impressionato e fatto sentire la possibilità per mio padre di trovarsi in un ambiente accogliente e ben assistito.

A mio padre, invalido di guerra, erano riconosciute annualmente terapie termali ed a causa dei problemi di salute contratti durante il periodo della guerra, aveva necessità di trascorrere del tempo al mare, così era abituato a passare dei soggiorni di vacanza fuori casa, momenti a cui teneva moltissimo perché ricaricava il fisico ma anche la mente.

Ecco, sono certo che mio padre ha vissuto il suo soggiorno alla Nilde Iotti come fosse uno dei periodici soggiorni estivi, ogni tanto mi chiedeva *"ma si è pagato tutto?"* e se mi domandava di tornare a casa era perché pensa-

va che la vacanza fosse finita.

A noi familiari, approdati con il nostro caro alla Nilde Iotti, è cambiato davvero scenario, perché lo vedevamo stare bene, sereno e ben accudito, e questo trasmetteva tranquillità anche a noi.

Grazie a questo clima positivo ho potuto costruire un rapporto diretto, di fiducia e anche di amicizia con tante persone del personale della Nilde Iotti, ma anche con gli ospiti.

**Come se fosse stato quasi a casa sua.**

Infatti, nonostante mio padre purtroppo non ci sia più, torno sempre volentieri a trovare gli operatori e gli anziani residenti, per fare una partita a carte, scambiare una battuta, raccontarsi una barzelletta o semplicemente per un saluto affettuoso, come si fa tra vecchi amici o con i parenti, perché qui mio padre ha vissuto **come se fosse stato quasi a casa sua.**

**DANIELE BARAGATTI**

## RUBRICA DEL VOLONTARIO — LA MIA ESPERIENZA ALLA R.S.A.

Una delle esperienze più belle, andando a fare la volontaria alla R.S.A., è stata quella di aver formato un coro di anziani chiamato *La LiberaEtà*.

Vedendo l'impegno degli ospiti, che aspettavano con ansia il nostro arrivo, con il maestro che ci insegnava con passione, era già una festa e per noi volontari una soddisfazione vederli così contenti. Partecipavano in molti al coro, avevamo coinvolto circa 20 persone ed inoltre organizzavamo delle uscite, per esibirci e divertirci, partecipando a feste o sagre.

La soddisfazione più bella era che, dopo aver fatto lo spettacolo, facendo cena o merenda tutti potevano permettersi di mangiare qualcosa di diverso da quello che gli veniva concesso presso la struttura, e magari bere qualche bicchiere di vino. Dopo

cena cantavamo ancora solo per noi stessi, per il gusto di stare insieme.

Tutto ciò era possibile grazie alla Pubblica Assistenza e Misericordia che ci mettevano a disposizione i pulmini fino a tarda sera. Ricordo con affetto le persone scomparse che facevano parte del coro, anche il maestro che si dedicava con passione indescrivibile.

Ma i nostri sorrisi, le voci, gli occhi scintillanti di queste persone rimarranno per sempre nel mio cuore.

**TOSCA**

*“La vecchiaia non protegge  
dall'amore.  
Ma l'amore, in qualche misura,  
protegge dalla vecchiaia”  
- Jeanne Moreau*



## RICETTE — LA MINESTRA DI PANE & LASAGNE AL FORNO



Per la minestra di pane serve un soffritto di cipolla.

Una volta rosolata per bene aggiungere le erbe, bietola, spinaci, sedano, prezzemolo.

Dopo aver fatto rosolare tutto per bene aggiungere il pomodoro, dopo i fagioli borlotti.

Piano piano aggiungere acqua quanto basta, poi il dado e il basilico.

Far bollire tutto per 3 ore.

Nel frattempo, affettare il pane in una teglia; una volta pronta la minestra mettercelo sopra, fino a che non è ben inzuppato.

Ricetta di Savina

### Lasagne al forno

Per la pasta servono 4 uova, farina, acqua, sale q.b. Impastare tutti gli ingredienti insieme. Stendere e tagliare la pasta, passarla con la macchinetta per la pasta.

Cuocerla in acqua salata per circa 2 minuti, asciugarla con una tovaglia.

Per il sugo serve carne tritata fatta soffriggere con olio e una noce di burro. Far cuocere tutto e poi aggiungere il passato di pomodoro. Nella teglia mettere un po' di sugo, poi la pasta; uova sode tagliate a fette, cacio cavallo, sugo di carne e parmigiano. Continuare così a strati. Se piace si può aggiungere anche la besciamella. L'ultimo strato viene finito con sugo e parmigiano.

Infornare per circa 20 minuti a 150°.

Ricetta di Rita



## DETTI E RIDETTI

“Lunedì lunedìai

Martedì poco filai

Mercoledì persi la rocca

Giovedì la ritrovai

Venerdì ignoccai

Sabato mi lasciai la testa

Domenica non filai perché era festa”

AMNERIS

*Gennaio* mette ai monti la parrucca.

*Febbraio* grandi e piccoli imbacucca.

*Marzo* libera il sol dalla prigionia.

*Aprile* di bei color urna la via.

*Maggio* vive tra musiche ed uccelli.

*Giugno* ama i frutti appesi ai ramoscelli.

*Luglio* falcia le messi al sol leone.

*Agosto* avaro andando le ripone.

*Settembre* i dolci grappoli arubina.

*Ottobre* di vendemmie empie la tina.

*Novembre* ammuccia aride foglie in terra.

*Dicembre* ammazza l'anno e lo sotterra.

AMNERIS

*Per la candelora se piove e se gragnola dall'inverno siamo fora, se è sole a solicello siamo ancora a mezzo inverno...*

*C'è pippo e pippolino seduto su un gradino con la scodella piena e l'anima serena, sorride alla sua pappa che è tanto buona assai e viene le galline e qui comincian guai. ...*

SAVINA

## EVENTI E COMPLEANNI

### MESE DI SETTEMBRE:

2 settembre compleanno di Viti Livia.



### MESE DI OTTOBRE:

4 ottobre compleanno di Fornaini Viero

12 ottobre compleanno di Bari Dante

16 ottobre compleanno di Mancuso Mafalda

24 ottobre compleanno di Panterani Salvago

27 ottobre compleanno di Mazzeschi Mafalda



### MESE DI DICEMBRE:

3 novembre compleanno di Giovani Vera

4 novembre compleanno di Maggiorelli Luciano

Feste ed eventi di Natale

Vi salutiamo così...

### Questa è la mia casa

Qui ho bisogno della tua disponibilità e del tuo aiuto, ricordati che non siamo tutti uguali, non dimenticare la mia storia, asseconda le mie passioni e rispetta le mie abitudini.

- Mantieni un tono di voce basso e non ti alterare, potresti pensare che sei arrabbiato con me.
- Rispetta i miei tempi e non avere fretta, potresti trasmettermi ansia e agitarmi.
- Se non sento bene non urlare ma parlami frontalmente e scandendo bene le parole.
- Se prendo un oggetto e lo stringo forte a me, non portarmelo via, quell' oggetto può avere per me un significato speciale.
- Se ho bisogno di girovagare e ti sembro indaffarato non cercare di fermarmi ma asseconda questa mia esigenza.
- Se urlo, esprimo rabbia o sofferenza, accetta le mie emozioni con comprensione e se necessario contenimento.
- Se non sono in grado di prendermi cura della mia persona, sostituisciti a me restituendomi dignità agli occhi degli altri.
- Se ho un comportamento inadeguato non ridere di me ma prova a entrare nel mio mondo.
- Se sono convinto di qualcosa, anche se irreali o sbagliata, non distruggere le mie convinzioni, potresti farmi del male.
- Se non parlo, non riesco a terminare una frase o mi esprimo in maniera insensata, posso comunicare con te attraverso lo sguardo e il linguaggio del corpo.

*Si ringrazia:*

- *La Cooperativa Sociale Di Vittorio che ha provveduto alla stampa del giornalino.*



- *Tutti coloro che hanno scritto nel giornalino, familiari, volontari e operatori.*
  - *Rachele Tognazzi, operatrice del servizio civile, che ha lavorato all'impaginazione del giornalino.*

*Al prossimo numero...*

ARRIVEDERCI CON GLI ULTIMI FLASH



LA  
PARTITA  
DEI  
MONDIALI



PROGETTO  
PITTURA



**TUTTI AL LAVORO!**



**DISEGNARE...  
CHE PASSIONE!**



**BUONA  
VISIONE!**