



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Cari Lettori, con molto orgoglio presentiamo la prima edizione del giornalino del nostro Centro Diurno.

La lettura e la visione di questa prima edizione, ricca di contenuti e densa di informazioni, Vi aiuterà, anche attraverso le suggestive ed emozionanti immagini delle attività svolte dai nostri utenti, a conoscere questo servizio, fiore all'occhiello della nostra struttura e di cui andiamo, direi motivatamente, fieri.

La fiducia e la convinzione che il Centro Diurno, anche attraverso l'offerta di servizi alla persona di natura socio-assistenziale, possa dare un'importante ed indispensabile risposta al rischio di isolamento delle persone anziane nell'ottica di favorire la loro socializzazione ed il mantenimento nonché la stimolazione delle loro capacità residue, ci ha recentemente indotto, senza esitazioni e con il convinto favore di tutto il Consiglio di Amministrazione, ad impegnare risorse proprie dell'Ente al fine di finanziare e realizzare l'ampliamento del Centro, che proprio in questi giorni di agosto vedrà l'avvio.

Ho apprezzato molto l'idea di utilizzare questo strumento cartaceo per fare in modo che anche chi non può essere raggiunto dalla comunicazione digitale (che spesso utilizziamo a fini divulgativi) possa conoscere la vita all'interno del Centro; è una buona occasione affinché tocchiate con mano l'impegno e la dedizione dei nostri operatori rivolti a rendere vitale ed accogliente l'ambiente del Centro.

Non senza avere ringraziato, di cuore, la coordinatrice del servizio, Silvia Dallagiovanna, e tutti gli operatori del nostro Centro Diurno, per la loro costante attenzione ed assidua cura dei nostri utenti, Vi auguro dunque una buona lettura!

La Presidente
Avv. Laura Flor



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

In questa nostra prima redazione del Giornalino del Centro Diurno di Cles vogliamo far conoscere, la struttura che lo ospita, la realtà del Centro Diurno, i servizi erogati.

Il Centro Diurno è situato al primo piano della Palazzina Servizi dell'Azienda Pubblica di Servizi alla Persona "Santa Maria" di Cles ubicata in via E. Chini, 37; l'A.P.S.P., oltre al Centro diurno gestisce una pluralità di servizi che vanno dalla R.S.A., dove sono accolti 142 ospiti, alla Casa Soggiorno per 5 ospiti, alla fisioterapia per utenti esterni, alla podologia, ai pasti a domicilio, alla lavanderia per utenti esterni e da ultimo, ad un o Sportello Alzheimer.

Il Centro Diurno gestito dall'A.P.S.P. "Santa Maria" costituisce l'unico Centro Diurno in tutta la Valle di Non. E' nato nel 2008 attraverso la sottoscrizione di una convenzione con la Comunità di Valle; fino al 2014, infatti, il servizio rientrava nell'ambito dei servizi sociali e come tale aveva come riferimento la Comunità di Valle che gestiva le domande di ingresso al Centro e dava le direttive all'A.P.S.P. rispetto alla gestione del Centro.

Dal 2014 il servizio del Centro Diurno è stato ricondotto all'interno dei servizi socio-sanitari e, da quel momento la gestione degli ingressi è transitata all'Azienda sanitaria; il convenzionamento del Centro Diurno avviene annualmente attraverso l'adesione alle direttive che vengono emanate da parte della Giunta provinciale.

Le finalità previste dalle direttive provinciali annuali della Provincia Autonoma di Trento del Centro Diurno sono molteplici e vanno dalla promozione della domiciliarità favorendo il mantenimento del soggetto al proprio domicilio, all'obiettivo di mantenere/migliorare le capacità funzionali, comportamentali, cognitive, affettive attraverso un'assistenza qualificata e personalizzata compatibile con una vita comunitaria, dal sostegno ai familiari nella gestione della cura assicurando la loro partecipazione all'organizzazione delle attività e la conoscenza al tipo di assistenza erogata, alla promozione dell'integrazione con la comunità, facilitando la partecipazione degli utenti alla vita comunitaria.

Il nostro Centro Diurno è autorizzato per accogliere 20 utenti contemporaneamente; di questi 8 posti sono convenzionati con la Provincia Autonoma di Trento e l'accesso è disciplinato da parte dell'UVM, Unità Valutativa Multidisciplinare dell'Azienda Sanitaria, mentre i restanti 12 posti sono sul libero mercato e gli ingressi avvengono presentando domanda direttamente alla nostra struttura.

Il servizio del Centro Diurno costituisce un tassello fondamentale nella rete dell'offerta dei servizi volti ad incentivare e a favorire la domiciliarità, garantendo da un lato una partecipazione attiva alle attività proposte dal centro e dall'altro alleviando il caregiver nella gestione del familiare quando questa diventa particolarmente gravosa.

Il Centro Diurno risponde alla domanda sul territorio per persone parzialmente non autosufficienti in grado di convivere con gli altri; è un luogo di aggregazione sociale dove l'utente, affiancato da personale dedicato, trascorre la giornata con attività strutturate e servizi specifici a richiesta

Gli utenti che frequentano il Centro Diurno trovano un ambiente sereno, accogliente con un personale formato e dedicato che si occupa di mantenere e stimolare gli interessi degli



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

utenti per permettere loro di trascorrere una giornata o una mezza giornata al Centro e rientrare al domicilio con uno spirito rinfrancato e possibilmente migliore di quello dell'arrivo.

I servizi che vengono offerti sono il servizio di bagno in vasca, attività assistenziali come gestione incontinenza, attività motoria, mantenimento autonomie residue, siamo organizzati con attività sia al mattino che al pomeriggio, attività che hanno come principale motivazione la socializzazione, il sentirsi a casa, lo stare con qualcuno, fare attività insieme, favorire la vita di comunità; questa organizzazione ha portato ad avere persone che riescono a convivere con gli altri, si mettono in gioco, si interessano l'uno all'altro, hanno inoltre la possibilità di raccontarsi, condividere ricordi, passioni, aneddoti.

Gli orari di apertura, dopo una sperimentazione iniziata nel 2017, ora consolidati prevedono una apertura del servizio 7 giorni su 7 con orario 08.30 – 17.30.

È prevista la possibilità di entrare in anticipo, con orario dalle 07.30 e fermarsi per consumare la cena fino alle 18,30; ciò ha l'obiettivo di offrire un servizio il più possibile flessibile che possa soddisfare e intercettare le differenti esigenze dell'utente.

Per gli utenti che frequentano il Centro Diurno c'è la possibilità di usufruire inoltre di sedute di fisioterapia a prezzo agevolato.

Dal 2018 abbiamo internalizzato parzialmente l'accompagnamento degli utenti da e per il domicilio, questo ha permesso una presa in carico diversa, un maggior contatto e conoscenza con la famiglia.

Nel corso del 2019 il Centro Diurno sarà interessato da un progetto di ampliamento finalizzato ad aumentare gli spazi a disposizione per lo svolgimento delle attività che permettano da un lato una migliore vivibilità degli ospiti che lo frequentano e dall'altra consentano di aumentare il numero di utenti che contemporaneamente frequentano lo stesso Centro.

In conclusione voglio ringraziare gli utenti e i loro familiari per vivere quotidianamente questo servizio, voglio ringraziare la responsabile del centro Silvia e le operatrici del Centro che con il loro lavoro quotidiano, con l'abnegazione e con l'entusiasmo hanno saputo creare un ambiente attrattivo e vivo di cui andiamo fieri, voglio ringraziare i volontari del servizio civile e non che contribuiscono a rendere possibile questo risultato.

Gli articoli che leggerete in questo giornalino va faranno "entrare" all'interno del Centro diurno, vi racconteranno della attività svolte nel centro e potrete apprezzare la passione con la quale viene svolto il lavoro dalle colleghe.

Vi auguriamo una buona lettura.

Il Direttore
Dott. Luca Cattani



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Entriamo nel servizio cercando di farvelo conoscere, essere partecipi nell'organizzazione, nei servizi, nei gruppi, in quella che è una famiglia allargata in quanto si instaurano relazioni anche forti tra utenti, famiglia, personale.

Giornata tipo:

Al mattino all'arrivo accoglienza da parte dell'operatore e del volontario del servizio civile poi, appena presenti tutti mini colazione con un primo momento di socializzazione. Riordinato il tavolo ci si sposta a seconda dell'attività programmata per la giornata.



Primo approccio con il risveglio quotidiano, momento in cui si focalizza giorno, mese, stagione, santo del giorno; in quest'occasione gli utenti parlano di se, di persone che conoscono, ricordi risvegliati dal nome del santo o conoscenze, a volte la giornata iniziata così evolve su una modifica dell'attività chiesta da loro (es. S. Lucia, S. Giuseppe, S. Antonio, San Francesco)

Inizio attività strutturata con l'operatore e il volontario, a termine attività è il momento del riordino, accompagnamento in bagno, preparazione dei tavoli per il pranzo, molti utenti aiutano ad apparecchiare il tavolo, si mangia e si termina con un buon caffè.

Nel primo pomeriggio ogni utente riposa in poltrona o a letto, guarda la tv, legge il giornale.

L'attività del pomeriggio inizia verso le 14.30, si svolge al Diurno, in palestra, in sala animazione, in terrazza a seconda di attività, stagione e calendario.

Terminata l'attività merenda insieme, a volte con quanto preparato nel gruppo cucina poi si trascorre il tempo in chiacchiere, passeggiate, ci si prepara per il rientro a casa sia con il furgone che li accompagna che con i familiari.

Da ricordare che durante la giornata vengono espletati bagni in vasca, a richiesta o come progetto UVM, si provvede alla cura della persona con manicure, cerette.

Nelle giornate di giovedì e venerdì è presente il servizio di parrucchiera e podologia accessibili secondo criteri e indicazioni interne.

Lo staff

Silvia, la responsabile che fa da tramite con servizio, territorio, famiglia, UVM, servizi sociali territoriali.

Mi occupo del coordinamento del Centro Diurno da qualche anno, con il prezioso supporto del personale l'abbiamo visto crescere, consolidare i servizi, migliorare, essere attrattivo per il territorio mission della struttura e del servizio.

Abbiamo organizzato la giornata di porte aperte invitando la popolazione alla visita del Centro, l'abbiamo fatto conoscere a Azienda sanitaria, medici di base, servizi sociali, familiari spesso abbiamo utilizzato il passa parola di chi l'ha conosciuto e, siamo cresciuti soprattutto come presenze e servizi.



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Qui la persona si sente accudita, ascoltata, presa in carico, si instaura un ambiente “di casa” e la familiarità che si percepisce la sentono sia utenti che familiari; la presa in carico non si esaurisce con la presenza ma spesso si è in contatto con la famiglia per ogni bisogno, necessità, ascolto. Qualche volta vengono date indicazioni sulla gestione dell'utente a domicilio.

Personale Oss:

Blasiol Antonella,
Ciliberto Concetta,
Destefani Tiziana,
Gironimi Rosa Maria,
Pedrotti Milena
Zeneli Alba

Dipendenti particolarmente preparate e attente ai bisogni e alle necessità dell'utente. Prestano servizio organizzando la giornata con le attività programmate, le attività stesse vengono semestralmente riviste con il personale, in quell'occasione si rivedono attività consolidate e molto gradite, vengono introdotte modifiche se necessario.

Il personale partecipa a formazione specifica interna o esterna

Fisioterapista

Sarnella Laura.

Volontari del servizio civile provinciale

Flaim Arianna
Maines Andrea



Andrea e Arianna inseriti come volontari per un anno con un progetto propedeutico alla preparazione al mondo lavorativo. Garantiscono un attento e valido supporto nel servizio, svolgono le attività di gruppo con l'operatore, partecipano alla gestione del Centro Diurno, seguono la formazione in struttura, sono presenti a PAI e riunioni di servizio.

Famiglia: molto coinvolta nella presenza del proprio caro. All'ingresso viene fatto un colloquio di conoscenza della persona e della famiglia, abbiamo un contatto continuo, via telefono o mail per ogni comunicazione. Il familiare viene invitato al PAI (Piano Individuale Personalizzato) momento di valutazione del proprio congiunto dove si aggiorna la famiglia sul come si trova la persona e il progetto individuale individuato per



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

la stessa; è l'occasione di ascolto alla famiglia che porta il suo contributo alla stesura del progetto individuale.

Con la famiglia si festeggia il compleanno del proprio caro, momento molto apprezzato, di rinforzo del legame familiare.



Come si accede al servizio

Il Centro Diurno è autorizzato con autorizzazione provinciale per 20 posti. La domanda di ingresso è possibile presentarla all'Azienda Sanitaria per gli utenti convenzionati, alla nostra struttura per gli utenti autorizzati. In ogni momento è possibile fare la domanda scaricando il modulo dal sito www.apspcles.it

Accoglienza: a ogni nuovo ingresso si chiede l'accompagnamento del familiare per conoscere il servizio, rassicurare il proprio caro, far partecipare la famiglia a questo passo importante. L'operatore deve conoscere la scheda iniziale, compilata in sede di colloquio, della persona che arriva così da accoglierla adeguatamente, il primo giorno viene utilizzato per presentare la persona e far conoscere gli utenti presenti, si dà il benvenuto con un presente confezionato per festeggiare il nuovo/a arrivato/a

Ingressi:

nel 2018 sono entrati 22 utenti, persone con una permanenza varia, da pochi giorni a una presenza continua. Il Centro Diurno risponde anche a bisogni di presenza per periodi corti come ad esempio ferie del familiare, assenza della badante, dando la possibilità di essere di supporto e di aiuto



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

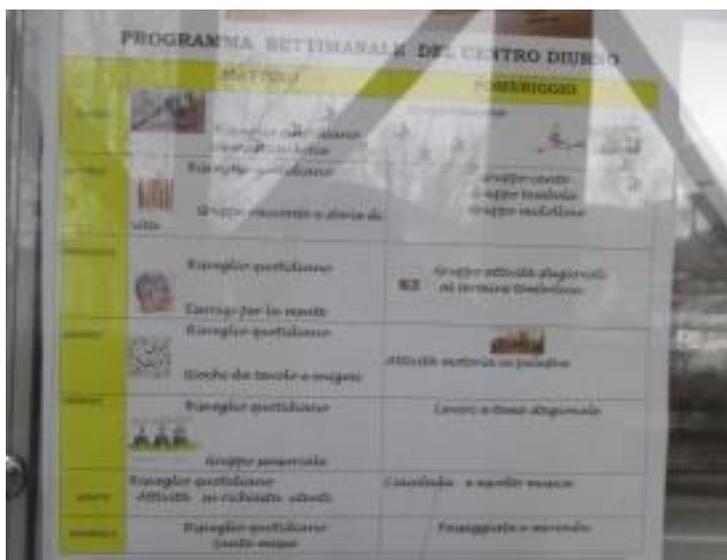
ATTIVITA' PROPOSTE AL CENTRO DIURNO

Attività del Centro – le attività sono organizzate secondo la stagionalità

- Attività motoria in sala animazione, in palestra con ausili o all'esterno in terrazza
- Attività di cucina
- Attività sensoriale
- Attività di esercizi cognitivi
- Attività di giochi da tavolo, enigmi, tombola
- Attività con la RSA come tombola, presenza di cori, musica, midollino
- Attività di cura dei fiori
- Attività di gestione dell'orto dalla semina al raccolto

La nostra organizzazione prevede inoltre quelle che definiamo attività manuali e/o stagionali, legate al periodo in cui vengono praticate. Quanto realizzato viene utilizzato per decorare e abbellire l'ambiente quotidiano per cui via ad abbellire il nostro albero dipinto da Vanessa con maschere, fiori, frutta, decorazioni pasquali o natalizie. Gli utenti vengono stimolati, sempre secondo le loro capacità e abilità anche per i decori di Natale, Pasqua, decorazioni varie.

Le attività vengono riviste semestralmente durante riunione di servizio dove si valutano le attività attuali e si propongono, anche conoscendo i nuovi utenti modifiche o nuove idee/strategie per continuare l'attività.





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Attività motoria:

Al Centro Diurno effettuiamo 2 volte alla settimana, il lunedì mattina e il giovedì pomeriggio, la ginnastica di gruppo. È una ginnastica dolce che ha come obiettivo la mobilitazione delle articolazioni delle varie parti del corpo: i piedi e le caviglie, le ginocchia, le anche, i gomiti e gli avambracci, i polsi, le mani e il rachide cervicale.

Vi partecipano gli utenti del Centro Diurno e alcuni residenti della struttura che ci raggiungono nella sala animazione o in palestra, dove si svolge l'attività.

Abitualmente l'attività viene praticata in posizione seduta, in modo da permettere anche ai non deambulanti di partecipare. Per mantenere viva l'attenzione dei partecipanti viene alternata l'esecuzione dei movimenti anche un'attività ludica con palla e attrezzi ginnici. Alcuni di questi attrezzi sono stati realizzati dagli utenti del Centro Diurno nella varie attività manuali, attività molto gradita perché pratica.

La ginnastica del giovedì pomeriggio invece viene effettuata in palestra dove gli utenti utilizzano il cicloergometro, le scale, parallele, ercoline e, in alcuni momenti, sono seguiti dalla fisioterapista della struttura. Nei mesi caldi l'attività motoria del giovedì viene svolta in terrazza dove ci si può muovere all'aria aperta; questa attività è ben accolta dagli utenti, partecipano sempre con grande interesse, divertimento.

Al centro Diurno è presente un cicloergometro utilizzabile in ogni momento della giornata con supervisione del personale per mantenere la motricità.

Destefani Tiziana - Oss





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Cucina

Sono un'operatrice sanitaria, svolgo questo lavoro da oltre vent'anni e da otto presto servizio al Centro Diurno.

Nel programma di attività strutturate sono favoriti momenti di svago e relazione che permettono alle persone di rompere la quotidianità della giornata, per questo l'animazione è utilizzata come risorsa per lavorare con e per gli utenti.

Le attività sono rivolte a tutti gli utenti ed offrono alla persona la possibilità di socializzare, di condividere, di sorridere, di divertirsi e di rendere l'utente attivo e partecipe per evitare chiusure e malesseri.

L'attività della cucina è prevista il lunedì pomeriggio; questo laboratorio è pensato come un momento per stare insieme, per rafforzare i rapporti fra i partecipanti, un momento divertente per preparare dolci e salati.

Nella cucina attrezzata con vetro ceramica, forno e frigorifero, gli utenti, insieme all'operatore in turno preparano le più svariate ricette, dai sughi per condire la pasta, ai contorni, alle marmellate, ai dolci e salati, biscotti, frullati, sciroppi. Non ci siamo fatti mancare proprio nulla!

Il piatto preparato viene consumato al momento della merenda del pomeriggio se alimenti dolci, se si preparano sughi e/o contorni nel pranzo del giorno successivo.

Nel periodo Natalizio e Pasquale si abbonda con i biscotti e uova colorate e si realizzano degli omaggi da portare a casa e da gustare con i propri famigliari.

A questo progetto gli utenti aderiscono molto volentieri in quanto, oltre a rievocare i ricordi passati, è un momento di stimolazione sensoriale in quanto i sensi vengono riattivati attraverso la manipolazione e il riconoscimento olfattivo e visivo degli alimenti.

Spesso si elaborano ricette richieste dai nostri utenti e, terminato il gruppo, la stessa viene scritta in collaborazione con loro.

Nel 2016 abbiamo elaborato il nostro "quaderno delle ricette", interamente rilegato a mano e consegnato agli utenti come omaggio Natalizio.

Antonella Blasiol - Oss





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO



Carnevale:





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Giochi da tavolo/enigmi

Durante il giovedì come attività si svolgono i giochi da tavolo.

Il gioco preferito dalla maggioranza degli utenti è la tombola. E' interessante osservare l'attenzione e la concentrazione durante l'attesa del fatidico numero.

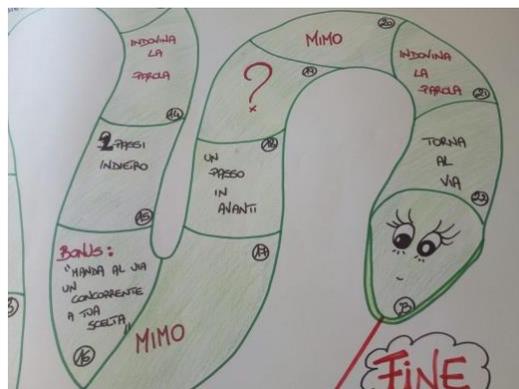
Altri giochi sono il giro dell'oca con un tabellone costruito da loro a forma di biscione, alcuni hanno disegnato la forma e altri hanno colorato la sagoma. In ogni casella: ci sono diversi imprevisti ad es. ritorna al via o sfide "gioco dell'impiccato" che rendono vivace e movimentato con il gioco stesso. Queste attività mirano a mantenere le capacità cognitive linguistiche mnemoniche e relazionali attraverso una divertente competitività fra i partecipanti.

Altri giochi sono i puzzle, il forza 4 e il memory utili sia per la manualità e la memoria fotografica e il riconoscimento della forma che necessita di buona memoria.

Un altro gioco in scatola è quello dei proverbi sono delle schede dove l'operatore legge la prima parte del proverbio e l'utente lo deve completare.

Un altro gioco molto partecipato, a cui si uniscono i residente della RSA è il momento del gruppo della memoria attività fatta con l lavagna dove insieme si scrivono e risolvono calcoli matematici, ricerca di città, nomi, fiori, animali, ecc., il cruciverba con tutte le sue varianti, dal più semplice al più complesso secondo la capacità mnesica.

Ciliberto Concetta - Oss





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Orto e fiori:

Prendersi cura di un piccolo giardino o orto è un'attività molto piacevole, che per un anziano può essere fonte non solo di divertimento, ma anche di socializzazione. Inoltre, molti studi confermano come l'orto terapia, il prendersi cura di orto e fiori per gli anziani dia ottimi risultati anche circa la prevenzione del morbo di Alzheimer e della demenza senile.

Occuparsi di fiori e piante è una delle attività più indicate a ogni età, un modo per tener impegnato sia fisicamente, che mentalmente, in quanto i cicli della natura vanno rispettati e seguiti con precisione, se si vogliono ottenere risultati concreti. Tale condizione spinge la persona ad imparare nuove cose e a prendersi cura del proprio spazio verde, sia esso un semplice vaso di fiori, che un piccolo orticello condiviso, allenando corpo e mente.

C'è poi da considerare che le persone lavorano l'uno accanto all'altro ed hanno modo di socializzare e di condividere esperienze. Inoltre, c'è sempre della soddisfazione allorché i semi piantati o i fiori rinvasati nascono a nuova vita e si sa di essere artefici di tutto ciò, senza contare che la vista del verde stimola la pace e la tranquillità interiore.

Oltre il potere terapeutico che l'orto, i fiori rappresentano per le persone vengono favoriti la socializzazione, lo stare insieme, diventa quindi un laboratorio dell'amicizia dove gli utenti sono maestri e trasmettono i loro ricordi, le loro esperienze e i loro racconti in merito alla coltivazione della terra, alle tradizioni culinarie, alla conservazione del cibo legato alla stagionalità. L'attività dell'orto stimola l'olfatto, la vista, il tatto, la coltivazione dà soddisfazione, stimola la motricità, migliora l'apprendimento, i ricordi. Coltivare e prendersi cura di orto e fiori stimola l'autostima, la fiducia in se stessi

Ricordiamoci poi che quanto coltivato a km 0 viene utilizzato nel momento del gruppo cucina per cui aumenta la soddisfazione dell'utente che vede il risultato dell'impegno utilizzato nella cura della coltivazione

Pedrotti Milena – Oss





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO



Gruppo sensoriale:

Il Gruppo Sensoriale del Centro Diurno è nato con il desiderio di creare un clima familiare, nel quale, attraverso i cinque sensi, stimolare le capacità residue e far trascorrere del tempo in compagnia, senza ansia e competizione.

Attraverso i cinque sensi: VISTA, UDIRTO, TATTO, OLFATTO e GUSTO, si stimola la memoria, così da far emergere ricordi ed esperienze personali, mettendo in relazione il proprio vissuto con i materiali proposti, sollecitando lo scambio di idee attraverso il linguaggio e la valorizzazione delle abilità residue.

La giornata dedicata a tale attività è la mattina del venerdì.

Terminata la colazione ed il risveglio mattutino con uno scambio di informazioni e quattro chiacchiere, preparo l'incontro alle persone che frequentano la struttura, in modo che ogni singolo Ospite, con le proprie capacità, sia in grado di partecipare alle varie attività senza sentirsi escluso dal gruppo.

Seduti intorno ad un tavolo spiego lo svolgimento del lavoro in modo da avere un gradimento da tutti i presenti.

VISTA. Al centro del tavolo disponiamo diverse fotografie (persone, animali, natura, utensili, ecc.). Ogni utente, a turno, sceglie una foto e la commenta con le sue parole, spronando la persona a rispondere alle mie domande. Questo perché, osservando le



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

immagini si stimola la memoria in ogni persona con il risultato di storie personali vissute.

UDITO. Facciamo ascoltare CD con canzoni degli anni passati e cori di montagna, in modo da far rivivere

in loro gli anni della loro giovinezza in cui le cose semplici erano le più apprezzate. Con il telefonino, poi tramite un'applicazione facciamo ascoltare i vari versi degli animali, i rumori della natura e i suoni che ci circondano, cercando di far indovinare la provenienza o il soggetto che lo emette. Si creano rumori in modo da sollecitare la loro consapevolezza nel riconoscere la provenienza.

TATTO. Questo è il senso più curioso per i partecipanti. Nascondendo un oggetto (frutto, sasso, rametto, oggetti casalinghi ecc.) in una scatola chiusa, l'utente infila la mano ed attraverso la manipolazione ed il contatto cerca di riconoscere l'oggetto in silenzio. Solo quando tutti i partecipanti hanno potuto toccarlo si chiede di quale oggetto si tratti. Se non vi è nessuna risposta esatta si fa un secondo giro aiutando con alcune descrizioni del contenuto del tipo, a cosa serve, di che materiale è, di che colore è, ecc., per arrivare al riconoscimento anche con la partecipazione di tutto il Gruppo. Attraverso questo senso si rinforza la memoria, la manualità ed il linguaggio.

OLFATTO. Il profumo gradevole, l'odore sgradevole, l'aroma e la fragranza suscitano ricordi e associazioni nella memoria di ogni persona. Facciamo odorare con gli occhi chiusi, mettendo la sostanza (spezie, essenze, erbe aromatiche, frutta, verdura ecc.) in fazzoletto o garza e lo si fa annusare. L'utente esterna la propria sensazione in cui il profumo, la puzza, l'odore stimolano eventi trascorsi della propria vita.

GUSTO. Dolce, amaro, salato, piccante, speziato ecc. In questo caso si parla di preferenze gustative di vari alimenti (anche degli anni passati) così da far associare il tutto alle proprie abitudini. Si condividono ricette e si chiedono le preferenze alimentari. In base alla stagione si relaziona sui vari tipi di frutta e verdura che si possono coltivare e assaggiando la stessa scopriamo il loro desiderio di cosa preferiscono mangiare.

In tutto questo lavoro cerco sempre di variare le proposte per tenere alta la loro attenzione e partecipazione, pronta a cambiare se l'argomento non attrae più la loro attenzione. Tenendo ben presente che al centro di ogni incontro c'è sempre il **DIVERTIMENTO, IL RIDERE, IL GIOCO E LA SOCIALIZZAZIONE.**

Il bello di "giocare" con i cinque Sensi è aumentare il più possibile il recupero dei ricordi e delle capacità perdute. Il legame relazionale con i "miei ospiti" mi danno la voglia di fare e con la consapevolezza del loro coinvolgimento, un entusiasmo tale da creare un legame relazionale solido ed importante.

Gironimi Rosa Maria – Oss





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO



Dopo aver terminato gli studi ed un anno di Servizio Civile, ecco che a maggio del 2018 si presenta una nuova possibilità: lavorare al Centro Diurno dell'APSP Santa Maria di Cles. Pro: continuare l'esperienza di lavoro con gli anziani che, insieme ai loro capelli grigi, portano con sé un ricco bagaglio di esperienze, sentimenti e tradizioni!

Contro: beh, in ambito di assistenza avrei sicuramente da imparare ed il trasporto con il mezzo dell'ente mette un po' di soggezione.

Nella vita però non si smette mai di imparare (LORO me l'hanno insegnato!) e, con un po' di timore, ma soprattutto con tanta voglia di imparare, mi butto a capofitto in questa nuova esperienza. L'affiancamento della prima settimana è molto positivo: la responsabile e le colleghe mi spiegano le mansioni e si mostrano molto disponibili a sciogliere eventuali dubbi. A differenza dei grandi gruppi che seguivo in RSA, qui si trascorre la giornata con un minor numero di ospiti, il che ti permette di conoscerli meglio e poter trovare le attività più consone ad ognuno, dedicando loro anche le giuste tempistiche. All'attività ricreativa prevista dal programma settimanale si cerca infatti di affiancare, con l'indispensabile aiuto dei ragazzi del Servizio Civile, attività personalizzate che rispecchino gli interessi e le capacità residue della persona cui ci si trova di fronte. Si passa quindi dalla lettura de "I Promessi Sposi" per chi è appassionato, al lavoro a maglia, per chi lo faceva spesso anche a casa. A questi momenti in cui ci si dedica al singolo, vengono alternate attività sull'intero gruppo, per favorire la socialità ed evitare l'isolamento.

Figura più presente è poi quella del familiare, che ci affida il proprio caro provando al contempo speranza e timore. È bello notare la differenza tra il primo incontro, in cui si chiede se quella sia stata la scelta giusta, ed i successivi, dove si trova il familiare più tranquillo, riuscendo al contempo a dedicare dei piccoli spazi a sé.

Sicuramente un ambiente diverso a quello cui ero abituata, che mi ha permesso di imparare molto e che ogni giorno insegna qualcosa di nuovo.

Alba Zeneli operatore



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Fisioterapista: l'utente viene valutato all'ingresso, alle modifiche del suo stato. Laura segue l'attività motoria che viene svolta in palestra, questo le permette di conoscere gli utenti e dare indicazioni specifiche all'operatore; due volte all'anno svolge formazione specifica al personale

La fisioterapista al centro diurno si occupa prevalentemente della valutazione e del monitoraggio nel tempo delle capacità motorie degli utenti. Un primo momento di incontro avviene ai primi accessi al centro diurno dell'utente.

La valutazione iniziale prende in considerazione l'autonomia deambulatoria, la capacità di scendere e salire le scale, la capacità di utilizzare gli arti superiori per mangiare, bere e svolgere attività di genere non strettamente legato alle necessità quotidiane. E' finalizzata a individuare le migliori strategie per supportare l'utente nel mantenimento e nel miglioramento delle sue capacità motorie. Le strategie individuate vengono condivise con gli operatori del centro diurno in consegna.

Sono strutturati momenti di incontro settimanali come quello dell'attività motoria che si svolge con gli ospiti del centro diurno il pomeriggio del giovedì, in salone oppure in palestra. Qui le persone possono utilizzare l'attrezzatura presente, biciclette, parallele per la deambulazione, scale, spalliere per esercizi a corpo libero.

Laura Sarnella- fisioterapista

I volontari del Servizio Civile Provinciale

Da qualche anno si è aperta l'opportunità per i giovani di fare un'esperienza annuale al Centro Diurno, con progetti del Servizio Civile provinciale con ottimi risultati di esperienza per i giovani. Esperienza molto importante la vicinanza, la presenza, l'attenzione, la relazione dei giovani volontari con gli utenti che hanno instaurato forti relazioni.

Di seguito l'esperienza dei ragazzi che erano presenti in quest'anno.

Per un anno, molto spesso, la mia giornata comincia in questa maniera: sveglia alle 5 in punto, colazione, vestirsi e poi via verso la stazione della Trento – Malè. Il treno impiega un'ora e mezza ad arrivare a destinazione, è rumoroso e i sedili non sono troppo comodi. Il ritorno è la stessa cosa a ritroso e a casa si arriva quando è già buio. In totale sono circa 20 ore di trasporti alla settimana.

Ma chi te lo fa fare?

Quando ho scelto il progetto del servizio civile al centro diurno dell'A.P.S.P. Santa Maria a Cles forse non ci ho pensato su troppo. Nella mia vita i nonni sono stati e sono una figura molto presente. Le mance per i compleanni, le storie di vita vissuta, i costumi di carnevale fatti a maglia e le passeggiate nei boschi. Però con gli anni che passano gli acciacchi peggiorano e la mia famiglia si trovava a dedicare più tempo nella cura dei nonni.

Con l'opportunità del servizio civile ho voluto espandere l'esperienza maturata in questo periodo per vedere come effettivamente si lavora e si vive nell'ambiente della cura della persona.

Il centro diurno in cui lavoro apre alle 8 e chiude alle 17 e 30. Gli ospiti, non solo anziani, arrivano dalle loro case chi con i parenti e chi con i trasporti privati per passare



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

delle giornate in compagnia sapendo di poter contare su di un aiuto costante per tutti i loro bisogni.

Io e Arianna, i novellini, siamo stati affiancati dai colleghi uscenti che ci hanno introdotto agli ospiti, ai colleghi e alla struttura in tutte le sue funzioni. Oltre al centro diurno l'A.P.S.P. ospita anche oltre cento utenti fissi e quindi è un edificio piuttosto labirintico; però dopo poco tempo si riesce a non perdersi più.

Fin da subito ho visto quanto sia importante stimolare gli ospiti non solo dal punto di vista fisico ma anche intellettuale: ogni giorno sono proposte attività diverse che vanno dalla cucina alla risoluzione dei cruciverba. Si ha a che fare con persone dalle diverse capacità ed è importante riuscire a far sentire tutti coinvolti.

All'inizio ho avuto paura di non essere all'altezza del compito, non sono una persona molto estroversa. Temevo di sembrare noioso e di mancare della capacità di intrattenere delle persone a me sconosciute. Fortunatamente con il tempo sono riuscito a superare queste prime sensazioni e posso dire che questa esperienza mi ha permesso di sviluppare delle caratteristiche che prima forse mancavo.

Nel corso delle settimane vengono organizzate attività in comune con gli ospiti della struttura insieme agli altri giovani del servizio civile che lavorano in altre parti della casa. È un buon momento per confrontarsi sull'andamento del servizio e per scambiarsi impressioni e consigli.

Gli operatori e operatrici con cui siamo stati affiancati hanno saputo creare un buon ambiente di lavoro dove anche persone con poca o nessuna esperienza come me sono state in grado di inserirsi. Sono sempre stati disponibili per chiarimenti e hanno sempre trovato il tempo per indirizzarci e correggerci durante il nostro percorso.

Ciò che al momento mi ha colpito e influenzato di più è stata la sensazione di utilità che questo lavoro mi ha trasmesso. Ovviamente ogni ospite ha bisogno di tempo per abituarsi ad avere degli sconosciuti che si occupano di lui o di lei, però alla fine ognuno di loro riesce a esprimere simpatia e gratitudine.

E tutto questo vale bene un paio di sedili scomodi.



Volontario servizio civile Andrea Maines

Sono Arianna e sto svolgendo un anno di Servizio Civile presso il Centro Diurno dell'A.P.S.P. "Santa Maria" di Cles.

Ho deciso di svolgerlo un po' per caso, mentre leggevo il giornale ho letto un piccolo articolo dove c'era scritto che stavano cercando dei ragazzi per il Servizio Civile nella casa di riposo di Cles e visto che avevo finito gli studi di OSA per l'infanzia e per i disabili da poco tempo ho deciso di accogliere la notizia, mi sono iscritta al bando, fatto il colloquio presso la struttura e ricevuto l'e-mail dove mi diceva che ero stata accettata, ero contenta di poter intraprendere questo percorso.

Ho iniziato il 1 aprile dove ho conosciuto il ragazzo che svolge il percorso con me e anche i ragazzi che erano alla fine della loro esperienza e sono stati di grande aiuto il primo mese per potersi orientare all'interno della struttura e imparare le nostre mansioni: al mattino si inizia alle 7:30 con la preparazione della colazione e l'accoglienza degli utenti dalle 8 alle 9, si fa colazione, si svolgono le attività fino alle 10:45 con la preparazione dei



IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

tavoli, si va in cucina alle 11 a prendere il carrello, con l'operatore si distribuisce il pranzo e alla fine si sparecchia, preparano le poltrone dove gli utenti riposano, guardano tv, mentre alcuni vanno nella stanza, si riporta il carrello con le stoviglie in cucina.

Al pomeriggio si prepara l'occorrente per le attività che iniziano alle 14:00, si va in cucina a prendere la merenda e le stoviglie pulite, si svolgono le attività fino alle 16:30, con la pausa merenda alle 15:00, momento in cui gli utenti si preparano per fare ritorno a casa; con la chiusura alle 17:30 si riordina e alle 18:00 si va al piano ad aiutare con la distribuzione della cena e quando c'è bisogno si imbecca, alle 18:30 la giornata è conclusa; oltre a queste mansioni fisse ce ne sono altre che cambiano come le attività che si fanno durante la giornata con gli utenti, divise tra mattina e pomeriggio, cambiano di giorno in giorno, una volta al mese c'è la spesa mensile, si va nel magazzino della struttura, la spesa settimanale che si fa nella cucina e il venerdì c'è il cambio delle federe e l'ultimo venerdì del mese si cambiano le lenzuola.

Le giornate durante la settimana non sono tutte uguali perché cambiano gli utenti, gli operatori, le attività che si fanno e anche gli orari: a volte si fa mattina o pomeriggio, altre volte si fa la giornata intera con la pausa pranzo di un'ora, e tra un cambio e l'altro noi ragazzi ci scambiamo le notizie su cosa è accaduto la mattina, se ci sono dei cambiamenti o delle attività che dobbiamo svolgere ma non siamo riusciti a farle la mattina, lo stesso fanno gli operatori.

Dopo il primo mese di ambientazione, salutato i ragazzi che ci hanno accompagnato, è iniziato il percorso, all'inizio in alcuni momenti mi trovavo in difficoltà perché non conoscevo gli utenti, gli operatori e loro non conoscevano me, mi trovavo a disagio quando c'era la necessità di imboccare qualcuno ma poi con l'aiuto degli operatori, della responsabile ed essere entrata nel meccanismo della giornata e in sintonia utenti e operatori tutto è diventato più semplice e continuo senza problemi grazie anche all'apporto delle persone che ci seguono in questo percorso, in primo la nostra OLP che ci è stata assegnata all'inizio del nostro percorso e che ci segue fin dall'inizio con degli incontri o attraverso le schede diario che di mese in mese, noi ragazzi del Servizio Civile, dobbiamo compilare, ci danno l'opportunità di fare il punto della situazione, agli operatori, a tutte le persone che lavorano all'interno della struttura e all'ambiente sereno e di convivialità dove si può parlare senza aver paura di essere giudicati o esclusi.

Sono felice di questa esperienza perché mi sta maturando, rendendo più responsabile dato che in alcuni momenti, quando l'operatore è in bagno con un'ospite oppure deve svolgere altre mansioni, mi ritrovo da sola con 8 o 10 ospiti con età e patologie diverse e devo cercare di accontentare tutti senza disparità, più sicurezza e fiducia in me stessa; ora che il mio percorso sta giungendo al termine, con la conclusione il 31 marzo, vivo a pieno questi ultimi mesi e mi porterò dietro dei bei ricordi che ho passato con ciascun utente e con gli operatori, consiglio a tutti i ragazzi di fare questa esperienza perché ti cambia in positivo come persona e ti lascia dei ricordi, emozioni e sensazioni che non scorderai.

Volontaria servizio civile Arianna Flaim





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Altri abitanti del servizio:

Presenti una tartaruga d'acqua, Vittoria, nome deciso dagli utenti, le cocorite Cip e Ciop, gli animali vengono accuditi dagli utenti sempre affiancati dal personale e volontari del servizio civile; sono un'attrattiva per tutti soprattutto dai bambini che frequentano la Casa.



Il Centro Diurno – ambiente

È ubicato al primo piano della Palazzina Servizi con spazi dedicati, altri in condivisione con la RSA, si apre sul parco della struttura, molto utilizzato soprattutto nella stagione estiva; in estate infatti abbiamo la possibilità di coltivare orto e fiori, mangiare fuori, passeggiare, fare le attività all'esterno; nel pomeriggio molta presenza di residenti e familiari della RSA che si fermano volentieri per dissetarsi, due chiacchiere, consentendo agli utenti la socializzazione, primo obiettivo del Centro Diurno.

Gli spazi consistono in una sala polivalente utilizzata per attività, mangiare, riposo e svago, una saletta per il personale dove si svolgono consegne al cambio turno, può essere utilizzata come spazio riservato per colloqui, ecc.; una stanza riposo con la possibilità di riposare su letti, servizi igienici, stanza del benessere per il bagno prescritto o a richiesta.

Stanza benessere:

utilizzata per il bagno abbiamo chiesto ai nostri utenti cos'avrebbero voluto: musica, acqua, piante, ambiente sereno e via a personalizzarlo col loro aiuto.....





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO



Saletta personale:

locale dedicato al personale con pc, luogo in cui si fanno le consegne a fine turno, a momenti dedicato per colloqui con utenti, familiari, assistenti sociali



Sala riposo:

locale con due letti dove qualche utente desidera riposare, molti preferiscono le poltrone reclinabili dove possono seguire le notizie alla tv



Sala polifunzionale: composta da un locale openspace dove si mangia, si gioca, si fanno attività





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO



Festa con i clown:





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

E poi, di tutto un po', per esaltare o far emergere potenzialità personali come, capacità manuali di vario genere, specifiche (ad es. midollino), musica, cucina, conoscenze linguistiche.





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Cotto e mangiato..... all'aria aperta poi è tutto più buono:



Abbiamo costruito i pesetti da utilizzare nell'attività motoria,



Personalizzato i portatovaglioli



Costruito il serpentone per il gioco dell'oca



Per l'occasione di Ognissanti gli utenti hanno preparato i ceppi per i loro cari





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

La gita al Muse, evento molto apprezzato da tutti



Uscite al parco, a vedere il lago





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Per il pranzo estivo abbiamo assemblato delle vaschette in legno, dipinte, decorate e



donate alla famiglia.

Ci prendiamo cura dell'orto e dei fiori che sono all'esterno, il Centro Diurno infatti da sul parco della struttura ed è motivo di orgoglio per gli utenti che raccolgono gli apprezzamenti di residenti e famigliari

Partecipiamo alle attività di gruppo che vengono organizzate in RSA come tombola, feste, presenze di cori, in estate pranzi settimanali in terrazza con residenti RSA e molto altro....

Abbiamo fatto il trenino.... per abbellire il parco



Pasqua:





IL GIORNALINO DEL CENTRO DIURNO

Ulteriori occasioni

Pranzi: durante la stagione estiva e in prossimità del Natale vengono organizzati i pranzi con la famiglia, presente la Direzione e il Consiglio di Amministrazione, occasione per conoscersi, trascorrere del tempo insieme allietati da buona musica



Al termine di questa pubblicazione desideriamo ringraziare la nostra Presidente avv. Laura Flor, il Direttore dott Luca Cattani, per aver permesso la stesura del Giornalino e aver dato il loro contributo con l'articolo sul servizio.

Un ringraziamento va alla "ONLUS- amici degli ospiti" per i contributi economici erogati a favore del servizio; l'abbonamento al quotidiano L'Adige, lettura quotidiana molto attesa e gradita dagli utenti e l'acquisto della macchina fotografica che ci permette di documentare e riportare le attività fatte.

Grazie a tutti e..... alla prossima edizione, utenti e personale del Centro Diurno!

