



# IL MELOGRANO

## grazie!



SETTEMBRE 2020  
n. 2 / 2020 / 42° num. pub.

## COMITATO DI REDAZIONE

**Direttore:**  
Paolo Giacomoni

**In redazione:**  
Michela Bernardi - Valeria Berto  
Lucrezia Bertolini - Erica Ciresa - Sara Gonzo  
Nicoletta Tomasi

**Foto:**  
Servizio Educatori/animazione  
Centro Diurno e Servizi -  
Fonti varie

**Hanno collaborato:**  
Don Ruggero Fattor  
I volontari Adriano e Mirella  
Educatori Professionali  
Riccardo Petroni  
Stefania Filippi  
Anna Curatolo  
Gli operatori

Si ringraziano tutti coloro che a vario titolo  
hanno contribuito a dar vita a questo numero de  
**“Il Melograno”** supplemento al periodico  
trimestrale **TuttaPovo**

## In copertina:

**Stampa:**  
Publistampa Arti grafiche - Pergine Valsugana (TN)

## IN QUESTO NUMERO

Giornata mondiale del malato	3
Il mondo in Piazza San Pietro Era lo specchio del mondo, quella sera: cioè... un deserto!	4
Emergenza Covid: come i servizi di trasformano	5
<b>Inserto</b> La Beatles-Therapy alla APSP Grazioli di Povo	9
“CHIEDI, AL NONNO, CHI ERANO I BEATLES”	11
La parola ai nostri anziani. Testimonianze e vissuti nell'epoca del Coronavirus	13
Scatti di quotidianità	19
Dal problema alla ricerca di soluzioni: la riapertura della RSA	20
Ringraziamenti	21
Divertimento La pagina del buonumore	23



## Concorso fotografico

# Ti Immagini?

**Inviaci una fotografia che raffigura uno scorcio,  
un particolare naturalistico/architettonico  
del nostro sobborgo  
per il prossimo numero de “Il Melograno”.**



Il Forest Stewardship Council® (FSC®) garantisce tra l'altro che legno e derivati non provengano da foreste ad alto valore di conservazione, dal taglio illegale o a raso e da aree dove sono violati i diritti civili e le tradizioni locali.

Invia la foto entro il 15.11.2020  
all'indirizzo email: [info@apsgrazioli.it](mailto:info@apsgrazioli.it)

# Giornata mondiale del malato

a cura dei volontari **Adriano** e **Mirella**

**L**a Festa era stata annunciata più volte nelle settimane antecedenti: siamo giunti perciò a quel mercoledì 12 febbraio già con la bella aspettativa di vivere una giornata importante.

E così è stato: la presenza insieme al "nostro" don Ruggero di diversi altri concelebranti - don Giorgio (parroco di Fornace), don Mario (parroco di Martiniano), padre Giovanni e padre Stefano (padri dehoniani) - l'accompagnamento del Coro parrocchiale di Povo, la partecipazione degli ammalati e anziani della Casa, dei volontari e anche di molte persone esterne all'APSP "Margherita Grazioli", hanno creato un vero clima di festa, con momenti talvolta un po' concitati ma sempre cordiali, sereni e pieni di gioia.

La percezione della solennità del Sacramento specifico dell'**unzione degli infermi** - in particolare nel momento in cui la mano del sacerdote si posava sul nostro capo e sul palmo delle mani - come pure l'ascolto di alcuni canti veramente sublimi, ci hanno ispirato momenti di sincera commozione che hanno coinvolto anche altri presenti.

Il clima di festa si è fuso col senso sacro della celebrazione eucaristica, facendo quasi "sentire" la presenza silenziosa dello Spirito Santo; soprattutto quando, nel commento al Vangelo, don Ruggero ha sottolineato le parole pronunciate da Maria alle nozze di Cana: "Fate quello che Lui vi dirà" (Gv. 2, 5).

Quell'invito, quasi un comando, ci ha colpito dritto al cuore come fossero parole rivolte anche e proprio a ciascuno di noi, come stimolo a fare sempre, ogni giorno, quello che "Lui ci dirà".

Questo è il ricordo più vivo che conserviamo, consapevoli che seguire tale indicazione e stile di vita non è facile, ma che vale la pena provarci,

all'alba di ogni giornata che il Buon Dio ci regala.

La Festa dell'ammalato ha sollecitato in noi anche un vivo senso di gratitudine verso la Presidenza e il personale della Casa per il lido momento conviviale offerto ai volontari del servizio liturgico. Grazie di cuore per la bellissima giornata che i responsabili,

gli operatori e tutti gli ospiti della "Margherita Grazioli" ci hanno regalato.

Questi, in sintesi, i pensieri e i sentimenti espressi, sentiti, ascoltati e raccolti (anche se non per iscritto) da molti altri "ospiti residenti" e non, che hanno partecipato e gustato intimamente la celebrazione eucaristica nella Giornata mondiale del malato. □

**PER QUESTA SANTA UNZIONE  
E LA SUA INFINITA MISERICORDIA**



*Ti aiuti  
il Signore  
con la grazia  
dello Spirito  
Santo...  
AMEN!*

*... e,  
liberandoti  
dai peccati,  
ti salvi e, nella  
Sua bontà,  
ti sollevi.  
AMEN!*

**PACE A TE: OGGI E PER SEMPRE**

# Il mondo in Piazza San Pietro

## Era lo specchio del mondo quella sera: cioè... un deserto!

*Per non dimenticare facilmente...  
per alimentare il rispetto costante  
verso il Creato...  
per intensificare la preghiera...  
per non venire mai meno nella  
riconoscenza: a Dio e vicendevole  
fra tutti.*

Don Ruggero Fattor

**C**iononostante, in quel vuoto, oltre il tramonto, oscurato da un cielo plumbeo e minaccioso, **c'eravamo TUTTI**: i malati, i fiduciosi e anche - soprattutto - gli sposati; i familiari di chi ha fatto l'ultima Pasqua (seppure anticipata rispetto ai nostri calendari), i sanitari di ogni ambito, esperti a combinare insieme sensazioni di impotenza e operosità instancabile, delicata e, comunque, fiduciosa; i responsabili della vita pubblica, coscienziosi e stremati da un sovrapporsi di decisioni mai sufficienti e adeguate; forze dell'ordine, costrette a constatare che pure per loro è una missione; i volontari, esperti del rischio, e gli operatori di ogni settore che ci consentono di andare avanti.

**C'eravamo TUTTI**, anche i "quarantennari", e i sani, forzatamente trincerati dietro porte e balconi. Anche gli scettici, nascosti nell'oscurità del colonnato, e la moltitudine immensa dei contagiati dei paesi poveri o impoveriti, che anche in questa emergenza, contano meno degli altri.



C'erano pure i transitati all'altra sponda; ma stavano in alto e, mano nella mano con i santi del Bernini, formavano una interminabile catena.

**Sì, c'eravamo TUTTI!** Era solo il crepuscolo a nasconderci.

E a renderci visibile quell'uomo... Francesco, solo e barcollante!

Quale migliore "icona" di noi umanità davanti a Dio? Si reggeva al braccio di un prete, a riprova di quanto aveva detto in verità:

**"Da soli... no, non possiamo andare avanti!".**

**GRAZIE** Francesco, per averci fatto riascoltare il dramma evangelico di quella tempesta sul mare di Galilea.

**GRAZIE** per aver messo le nostre paure accanto a quelle dei Dodici e averne parlato con i toni delle nostre realissime sensazioni.

**GRAZIE** Francesco, per averci pro-



vocati a nome del Signore di ogni tempesta, con quel "Perché avete paura?". Tu lo potevi ben ripetere: da te noi ce lo lasciamo dire.

Dopo che hai prestato le tue fragili braccia al Signore della Vita per benedire il mondo senza esclusione di punti cardinali, ha toccato il cuore vederti procedere stanco, recando quel prezioso ostensorio di sghimbescio.

No, non era mancanza di rispetto, ma vera icona: a ricordarci l'Uomo della Croce, non decorosamente esposto ai nostri sguardi, ma piegato di impotenza e reclinato, solidale su quel legno ormai per sempre.

**GRAZIE** Francesco, per le Sue - e tue - Parole: **"Non abbiate paura!"**.

E tu, o Dio, che nell'oscurità ti nascondi ai nostri occhi.

Tu padrone di tutti gli uragani: cambia in speranza viva ogni illusione e ogni attesa!

Che lo scrosciare dell'acqua di ieri sera sia preannuncio che Tu non puoi resistere più a lungo alle nostre grida silenziose!

**GRAZIE, comunque, o PADRE,** per quell'ascolto che già ci hai riservato: quella piazza deserta e silenziosa ci era, quel giorno, vicina più che mai.

Eri Tu a riempirla, Amante misterioso, che a volte ci deludi, ma che mai e poi mai, ci neghi solidarietà e condivisione; speranza, gioia e rinascita. □

Scritto di don Piero Rattin



# Emergenza Covid: come i servizi si trasformano

a cura di **Michela Bernardi** (con testimonianze raccolte da Erica Ciresa, dalle operatrici e dalla volontaria Anna)

**C**ome è avvenuto per tutta l'APSP e per varie realtà territoriali, nel mese di marzo e nel giro di poche settimane, anche il Centro Polifunzionale ha visto ridurre gradualmente le attività e le prestazioni fino ad arrivare all'interruzione totale di tutte le proposte.

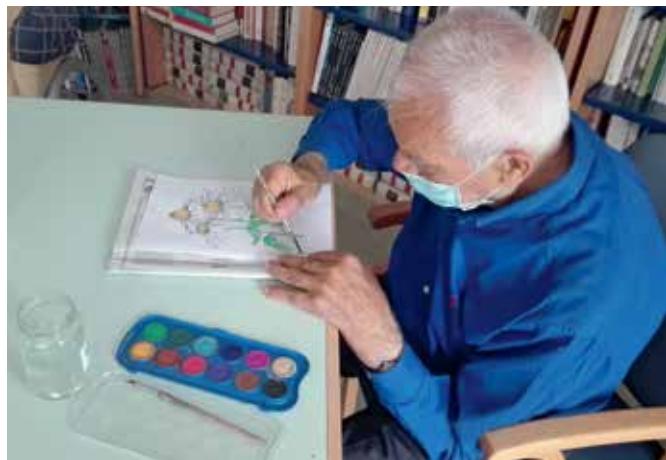
Il Centro Servizi ha sospeso le attività motorie e finalizzate al benessere fisico, quelle culturali e ricreative, i laboratori artistico-manuali, le iniziative ricreative e di socializzazione.

Il Centro Diurno, da un iniziale ridimensionamento dell'apertura e dall'introduzione di misure rigorose per limitare il rischio di contagio è arrivato successivamente a chiudere le sue porte - prima volta in 15 anni di attività.

Gli alloggi protetti, infine, hanno visto ridursi via via tutte le opportunità di fruire e accedere ai tanti e diversi servizi e spazi condivisi con l'APSP: cappella religiosa, salone della parrucchiera, spazio bar e punto ristoro, sale comuni, terrazze e corridoi per passeggiate interne al punto di rimanere inesorabilmente isolati dalla struttura centrale.

La sospensione di prestazioni e attività, così come tutti eravamo abituati a conoscerle e goderne, non ha però significato abbassare le serrande e rimanere con le mani in mano...

Pur non immaginando, inizialmente, la portata dell'emergenza in corso e la durata di tali limitazioni, da subito si è comunque cercato di compensare il non potersi incontrare di



persona con altre forme di incontro e vicinanza, che potessero mantenere forte il legame e il ruolo di supporto e sostegno che tali servizi offrono alla popolazione adulto anziana del nostro territorio.

Tante e diverse sono state le modalità per raggiungere i nostri utenti nelle loro case; a quelle più semplici e di immediato utilizzo abbiamo cercato di affiancare strategie nuove e creative, sempre finalizzate a mantenere ben saldo quel filo che ci lega e che aiuta ciascuno a mantenere autonomie personali, vita sociale attiva e soddisfacente nonché stimoli volti al mantenimento del benessere psico-fisico.



Le telefonate sono state gli interventi con i quali, periodicamente, abbiamo raggiunto e salutato i nostri utenti, e le loro famiglie: attraverso di esse è stato possibile verificare lo stato di salute, lo stato d'animo ed eventuali bisogni insorti a seguito della condizione di isolamento: si è potuto dare qualche suggerimento o attivare qualche servizio sostitutivo, laddove presente.

Attraverso i colloqui telefonici è stato promosso lo sportello di ascolto "Nessuno è solo" messo a disposizione di utenti e famigliari dall'APSP: tale sportello, anch'esso rigorosamente telefonico, gratuito e curato dalla consulente psicologa aziendale è tuttora aperto



per due giornate alla settimana, a disposizione di coloro che, affrontando le difficoltà conseguenti alla situazione in essere, sentono il bisogno di un confronto e supporto individuale e professionale. Le telefonate sono servite anche a suggerire alcune attività alternative e similari a quelle realizzate all'interno dei nostri servizi da poter sperimentare anche durante la permanenza forzata all'interno della propria casa: alcuni canali TV per esempio trasmettevano proposte di attività motoria per la terza età, che molti dei nostri utenti hanno seguito, mantenendo così un'attività fisica costante.

Accanto ai colloqui telefonici, laddove possibile, abbiamo utilizzato la posta elettronica e i videomessaggi per l'invio di proposte per mantenersi attivi come ad esempio schede di giochi cognitivi, proposte occupazionali, recensioni di qualche libro, brevi brani o racconti da ascoltare.

Anche la volontaria che da diversi anni propone un'attività settimanale di incontro e conversazione di gruppo a favore dei residenti degli Alloggi Protetti si è resa disponibile a mantenere tale legame anche durante il lockdown, raggiungendo settimanalmente, attraverso il telefono, i residenti che hanno espresso il desiderio di ricevere tale intervento. Sul finire della primavera, poi, per alcuni utenti del Centro Diurno si sono costruiti percorsi ad hoc di supporto e compagnia a domicilio, in accordo con il Servizio Sociale e l'Azienda Sanitaria, a cura delle OSS del centro: attraverso questi interventi sono state garantite prestazioni di igiene personale, brevi uscite sul territorio - nel rispetto delle misure previste - per passeggiate di mantenimento delle capacità motorie a forte rischio di compromissione, interventi di attivazione cognitiva attraverso proposte mirate o attività di compagnia.

Per i residenti degli Alloggi Protetti si è cercato, inoltre, di promuovere e implementare quegli interventi che potevano concretamente sostenere la condizione di solitudine e maggior bisogno venutasi a creare a seguito dell'isolamento: da una parte, infatti, si dato origine a una condizione di impossibilità di fruire di servizi interni all'APSP, dall'altra la difficoltà di accedere a quelli del territorio, in fase di pieno lockdown. Ci si è attivati, anche grazie alla collaborazione delle tante realtà territoriali e istituzionali, per far sì che fossero

soddisfatti i principali bisogni di base e fosse garantito adeguato supporto nella realizzazione di quelle commissioni svolte quotidianamente da coloro che mantenevano un discreto grado di autonomia. Abbiamo trovato pieno appoggio da parte degli attori delle realtà del sobborgo, con le quali si è creata un'importante e significativa sinergia. Ci piace, in questo momento in cui ci troviamo a ripercorrere con la mente quanto vissuto durante i difficili mesi di massima emergenza sanitaria, ricordare e nominare enti e associazioni del paese particolarmente vicini e attenti a chi attraversava le difficoltà oggettive di tutti noi partendo da una condizione di ulteriore fragilità legata all'età avanzata e alla ridotta autosufficienza.

Abbiamo conosciuto e apprezzato il personale della **farmacia comunale**, la **segreteria degli ambulatori medici**, gli impiegati della **Cassa Rurale**, i **volontari del Corpo dei Vigili del Fuoco**: tutti si sono adoperati, al bisogno, venendo incontro e rispondendo alle richieste che di volta in volta emergevano dentro la nostra casa.

Meritano il nostro sincero riconoscimento e un messaggio di profonda gratitudine, i gestori dell'**edicola** e tutti coloro che a vario titolo lavorano o collaborano con la **Famiglia Cooperativa**. L'edicola ci ha supportati quotidianamente fornendoci giornali, riviste, sigarette e altri beni richiesti dai residenti, sapendoci spesso consigliare in quanto li conoscono bene e da lungo tempo. Dalla metà del mese di marzo è stata avviata una intensa collaborazione con la Famiglia Cooperativa per la consegna della spesa al domicilio anche presso gli alloggi protetti e ai dipendenti dell'APSP "M. Grazioli": abbiamo trovato tanta cortesia, sensibilità e grande attenzione a soddisfare le richieste, nonostante, ne siamo certi, certe giornate abbiano messo particolarmente alla prova anche loro.

Accanto a loro vogliamo nominare anche il direttivo e i volontari dell'**Associazione "Le ali della coccinella"**. Grazie all'impegno dei loro volontari, che hanno raccolto e organizzato i beni alimentari e di prima necessità donati dai cittadini poeri attraverso l'iniziativa della "spesa sospesa", è stato possibile donare ad alcuni anziani delle buste contenenti prodotti di consumo quotidiano.

Mentre le giornate trascorrevano, i mesi passavano e la stagione cambiava, grande impegno e investimento di energie è stato posto nel ricercare progettualità e strategie nuove per poter gradualmente riprendere le molteplici attività e iniziative, individuando anche modalità diverse di stare insieme, attenti gli uni agli altri per la massima sicurezza di tutti.

Nel corso dell'estate finalmente le porte del nostro Centro Polifunzionale si sono riaperte, seppur gradualmente e con proposte rimodulate in funzione della situazione in essere: gli spazi interni, ma soprattutto esterni, hanno ripreso a vivere. Siamo tutti pronti per ripartire, con il desiderio di stare ancora insieme ma consapevoli dell'attenzione reciproca che servirà, ancora più di prima, per poter davvero prenderci cura gli uni degli altri.

Desideriamo salutarvi lasciandovi qualcuna delle numerose testimonianze raccolte dagli operatori in occasione dei svariati contatti avvenuti con i nostri utenti, sia durante la permanenza a casa che alla ripresa di alcuni servizi.

Sono stata contentissima della prima telefonata che mi ha fatto Rita, e poi le telefonate anche di Delia, Patrizia, Emanuela... Poi mia nuora si è fatta il permesso al lavoro per stare a casa e farmi compagnia. Dopo, con i vicini di casa ho imparato a conoscerli perché andavo sul balcone e parlavo con loro di tante cose e così passavo il tempo. C'è stato un avvicinamento con la famiglia perché si stava insieme; quando avevo voglia cucivo con l'aiuto di mia nuora e così ho passato il tempo. Ora al centro c'è più rigidità, con le mascherine e divise dalle altre persone... Ho vissuto la guerra, c'era pericolo però si aveva anche libertà, mentre questo che è successo è peggiore della guerra, secondo me, perché si può essere contagiati senza rendersene conto e bisogna rimanere chiusi in casa, da soli. Voglio anche ringraziare i Vigili del Fuoco perché se si aveva bisogno erano presenti.

**Luciana**

Venivo aiutata dai miei tre figli a fare la spesa, venivano più spesso di prima e mi sentivo coccolata. Mi hanno telefonato anche dal centro e mi ha fatto molto piacere.

**Gilda**

Veniva Patrizia a farmi compagnia il martedì e il giovedì così andavo a passeggiare con lei fino alle Laste, nel periodo che si poteva uscire. Quando non potevo uscire mio figlio Roberto mi faceva la spesa.

**Natalina**

Io sono stato bene a casa con mia moglie. Prima i figli telefonavano, quando dovevamo rimanere a casa, o venivano con la spesa. Poi invece venivano più spesso e ci facevano compagnia.

**Evangelista**

Sono sempre rimasto a casa e mi sentivo molto giù, non mangiavo e non dormivo. Vivevo con mia cugina e suo figlio piccolo: il periodo di lockdown l'ho vissuto proprio male. Ero preoccupato per mia mamma perché abita in Colombia e non era tranquilla sentendo in televisione le notizie dei contagi in Italia. Ora sono ancora in pensiero perché lei lavora come infermiera e adesso il problema è anche lì, inoltre mi ha detto che non sta molto bene.

**Diego**

Durante questa quarantena ho sentito molto la mancanza dei miei figli e nipoti. Poderli rivedere è stata una gioia immensa.

**Irma**

Ho provato tanta solitudine, per fortuna ogni giorno ricevevo il saluto delle operatorie che passavano per ogni alloggio. Appena si è potuto uscire andavo al parco a fare una passeggiata insieme a Rita una mia vicina di casa, con la quale mi sentivo più sicura. E poi alla sera ricevevo la telefonata di Paola (una signora che ho conosciuto al centro n.d.r.). Ora mi dispiace mangiare da sola al tavolo al centro diurno e fare le attività uno distante dall'altro.

**Ilda**

A me non sono mai piaciuti i baci e gli abbracci ma ora che non si può, li vorrei...

In questo periodo ho trascorso anche tre settimane in ospedale prima a Trento e poi ad Arco, nessuno poteva venire a trovarmi, non potevano entrare in struttura. In ospedale eravamo in 6 nella stanza tutte anziane e tutte volevamo la mamma. Anch'io sentivo la mancanza di qualcuno vicino e le consolavo. Ho pregato tanto la Madonna per la salute e chiamavo anch'io la mia mamma cercando di dare forza alle altre.

**Anna**

Ho sofferto e soffro tuttora di non poter andare a camminare sul grande corridoio interno, dove si trovava sempre qualcuno da salutare e con cui scambiare due parole...

**Fernanda**

All'inizio ero spaventata perché percepivo la preoccupazione dei parenti, e questo mi faceva agitare. Inoltre ero a disagio se qualche altro residente veniva a casa mia perché non sapevo come fare a dirgli che non si poteva. Adesso che posso incontrare le altre persone con maggiore tranquillità, seppur con le necessarie cautele, mi sento davvero felice.

**Rita**

I giorni che sono rimasta a casa sentivo la mancanza del centro anche perché negli anni le amicizie con le operatorie e gli altri anziani si sono rafforzate. Per fortuna che ho tre figlie che mi hanno aiutata e fatto compagnia.

**Paola**

Mentre ero a casa mi mancavano "le parole" della gente. Sono sola a casa, non vedo l'ora che riaprisse il centro. **Anna**

Quanto mi sono mancate le operatorie e le amiche che trovavo quando venivo al centro... Adesso mi piacerebbe che si potesse stare più uniti ma dobbiamo mantenerci distanziati.

**Valeria**

Grazie per il vostro impegno verso di noi. Grazie per questa utile attenzione verso di noi, personalmente ho una nostalgia incredibile della ginnastica in acqua. Speriamo di rivederci presto.

Grazie di cuore.

**Maria Teresa**

Grazie per i vostri messaggi in questo modo mi sembra di partecipare alle vostre iniziative e di essere solo ad una pausa provvisoria. Speriamo a presto con tutte le precauzioni necessarie e per favore un caro saluto alle nostre docenti Liliana e Jessica.

Mercedes

Il primo periodo avevo paura e continuavo a pregare notte e giorno poi piano piano è arrivata qualche notizia un po' tranquillizzante. Per fortuna i miei nipoti venivano a trovarmi spesso, con la mascherina e per trascorrere il tempo andavo a fare due passi nel parco con un'amica, sempre con la mascherina. Ora non ho più paura e spero non ritorni più. Mi sono state vicine le operatrici della casa che sono passate a trovarmi tutte le mattine.

Rita

Per me non è cambiato nulla, sono sempre stato un solitario e non mi è pesato l'isolamento: sto molto attento e rispetto distanze e prescrizioni. Vorrei però lo stesso rispetto nei miei confronti.

Salvatore

Durante la chiusura ho rivissuto il periodo della guerra, con la differenza che il "Pippo" si sentiva e ti potevi nascondere e poi non eri mai da solo, come invece per colpa del Covid; inoltre il coprifuoco aveva un inizio e una fine mentre ora non si sa quando finisce; inoltre mi manca giocare a Burraco.

Ida

Non ho sentito molta differenza rispetto alle mie abitudini di sempre. A parte le prime due settimane in cui non mi sono mosso da casa per capire cosa stava succedendo, dopo ho cercato di uscire, prestando la dovuta attenzione, per fare le piccole commissioni abituali.

Antonio

In diversi hanno sottolineato che una caratteristica del lockdown era l'assenza di rumori: ora sembra di essere tornati un po' come prima.

Un aspetto che pesa, anche adesso che molte cose stan-

no ritornando alla normalità è la consapevolezza che il virus lo puoi prendere anche solo con un abbraccio, e quindi devi stare lontano dalle persone care, e questo è come essere "in castigo". □

10 marzo 2020

Ho un appuntamento – stabilito da tempo – in ospedale. Nel reparto di anestesia c'è un'atmosfera strana, come se l'aria si fosse rarefatta, c'è un silenzio palpabile e un vuoto di persone. Appare una infermiera – sembra un extra terrestre – poi la dottoressa, ancora più bardata. La consultazione avviene a due metri di distanza. Il tutto sembrava l'inizio di un film di fantascienza.

E, invece, era l'inizio del lockdown per il Coronavirus. Poi l'isolamento totale, la solitudine, l'escursione timorosa al supermercato con le interminabili code e la gente mascherata e impaurita, la radio o la tv con le notizie contrastanti, ma anche il silenzio tangibile. Nel mio quartiere non c'erano allegre manifestazioni sui balconi. Nel condominio ciascuno badava a sé stesso. Ma poi cominciano ad arrivare prima le telefonate e qualche WhatsApp divertente per esorcizzare la paura. E finalmente le mail dello Staff di Centro Servizi di Povo: prima timide e poi sempre più incoraggianti e coinvolgenti. Un video dello staff con qualche esercizio con i pesi. Chi di noi a casa aveva dei pesi? Non importa! Seguiamo i suoi gesti, il suo sorriso ci rallegra. Poi arrivano dei video con degli esercizi molto stimolanti da fare da parte degli insegnanti di motoria. E noi a casa avevamo l'impressione di essere in palestra, come una volta!

Ecco il Centro Servizi che, come una chioccia che raccoglie i suoi pulcini, ha raccolto noi anziani isolati per offrirci proposte di lettura, consiglio psicologico, attività fisica e un senso di appartenenza. Queste mail dello Staff di Centro Servizi di Povo erano come un cordone ombelicale; qualcuno ci pensava, qualcuno si preoccupava del nostro benessere, erano un nastro rosa di ottimismo. Grazie a tutti voi dello Staff di Centro Servizi, a quelli in prima linea, e a quelli dietro le quinte.

Edith Kismarjay

L'uomo pensa di essere un Dio in terra e crede di poter fare tutto, ma abbiamo visto che basta un niente per fermarci. Poi in questa situazione si capisce anche che siamo diventati davvero egoisti, molto egoisti. In questo periodo di pandemia ho potuto constatare quanto lo siamo! Le persone non rispettano le regole e così facendo non rispettano le persone e il virus continua a crescere. Passato il primo periodo anche di paura, ci siamo lasciati andare, perché non era possibile andare avanti in quel modo, chiusi in casa mi veniva da gridare: "NON CE LA FACCIO PIÙ HO BISOGNO DI LIBERTÀ DEVO RESPIRARE". Questo virus ci ha isolati per un bel po'. Odio questo vermicattolo che tanta morte ha portato, tante difficoltà e tanta sofferenza. Nonostante tutto quello che è successo, confido ancora nell'uomo, sperando, e qui lo dico in senso generale, che quando verrà il giorno che si dirà "ora è finito veramente" sia l'adulto che il giovane riescano a capire e trovare il tempo per riflettere: "non è stata una semplice influenza ma un piccolissimo vermicattolo che ha distrutto famiglie e ha portato via tante persone a noi care".

Fernanda

# La Beatles-Therapy alla APSP Grazioli di Povo

a cura di **Riccardo Petroni** (co-creatore insieme a Lucio Gardin del format teatrale "Beatles-Therapy")

Era dicembre dello scorso anno. Ero in visita alla splendida APSP "Margherita Grazioli" di Povo, quando mi accompagnarono all'interno di due salette attrezzate per la musica. Mi chiesi: cosa ci fanno queste dentro una RSA? La Direttrice Patty Rigatti e la musicoterapista Stefania Filippi, che mi accompagnavano, mi spiegarono che da oltre 10 anni svolgevano all'interno della "Grazioli" una attività di "musicoterapia" nell'ambito delle demenze. Quindi utilizzavano la musica per migliorare la qualità di vita dei degeniti. **Rimasi letteralmente folgorato.** Io, proprio io, mi trovavo di fronte a una delle iniziative più affascinanti della mia vita. Dovete infatti sapere che, da appassionato dei Beatles, fin da piccolo avevo sempre pensato e sognato di poter utilizzare la musica, e in particolare l'en-

tusiastica e "virale" (come si dice oggi) musica dei Beatles, per aiutare persone in difficoltà. Chissà che non fosse davvero arrivato il momento giusto. Nel corso della visita appresi che la musicoterapia veniva praticata ai massimi livelli professionali. Ovvero, non ci si limitava a far ascoltare musica idonea a trasmettere sentimenti, come avviene nella maggior parte dei casi che avevo fino a quel giorno conosciuto, bensì una équipe composta da psicologo, fisioterapista e musicoterapista, prima analizzava l'ospite da accompagnare in questo percorso poi, la musicoterapista Stefania componeva brani ad hoc, che lei stessa poi eseguiva in presenza, o addirittura insieme, al residente coinvolto. In poche parole veniva confezionato per ciascun fruttore un "vestito musicale su misura". Davvero geniale!

Mi dissero, in seguito, che proprio in quei giorni l'Azienda Sanitaria Trentina aveva autorizzato un progetto all'APSP Margherita Grazioli con altri partners, che prevedeva di estendere la pratica della musicoterapia dalla "demenza" al "fine vita", che voleva dire utilizzare il metodo suindicato, per accompagnare una persona negli ultimi momenti della sua vita. E appresi che, addirittura a livello mondiale, non esiste un progetto che unisce in un unico protocollo di ricerca in ambito musicoterapico, tre servizi quali Hospice, Azienda Sanitaria (Servizio Cure Palliative Domiciliari) e RSA, nel fine vita. Mi proposero poi di vedere degli spezzoni di filmati (autorizzati dalle famiglie interessate), dove si intravedeva l'effetto positivo che la musicoterapia aveva sui residenti anche in situazioni gravi.



L'emozione fu tanto forte che non riuscivo a stare fermo sulla sedia e un brivido mi percorse la schiena come fosse una scossa elettrica. Non avevo mai visto in vita mia niente di così stupendamente umano. Nulla era stato per me più commovente di quelle immagini. Tanto che interessai subito l'Ucid (Unione Cristiana Dirigenti e Imprenditori) di "sposare" il progetto, cosa che avvenne all'istante. E coinvolsi anche Radio Italia Anni '60 e il giornale on-line *Il Dolomiti*, che si misero subito a disposizione per dare la massima diffusione al progetto. Bene: in quei giorni guarda caso (ma non è mai un caso) stavo organizzando con il bravissimo attore e regista comico trentino, Lucio Gardin, uno spettacolo ironico proprio sui Beatles e sul cambiamento epocale dei costumi, fra quei mitici anni '60 e oggi. Decidemmo così di chiamarlo "Beatles-Therapy", sempre in chiave ironica rispetto all'estrema serietà del progetto di musicoterapia di cui ho parlato pocanzi. Ci balzò subito alla mente che potevamo realizzare un incontro di questo genere (ovviamente gratuito), proprio presso l'APSP Grazioli di Povo a beneficio degli anziani lì residenti. L'idea, proposta alla Presidente della Struttura, Nicoletta Tomasi, è stata da lei subito accettata con grande entusiasmo. Ci siamo così messi al lavoro. Ma la sorte ha voluto che di lì a poco si abbattesse su tutti noi e in particolare proprio sulle RSA, la più grande disgrazia umana mai avvenuta sulla popolazione anziana: il "coronavirus", con tutte le tre-

mende conseguenze che abbiamo vissuto. Mesi terribili che l'APSP Grazioli di Povo ha saputo affrontare con grandissimo impegno e determinazione, riducendo al minimo le conseguenze ed evitando perdite umane. Poi, piano piano, nel mese di maggio sono iniziate le riaperture, ma non per le RSA, rimaste blindate con il grandissimo dolore del distanziamento, sia per i presenti che per i familiari.

A giugno è arrivata la 37<sup>a</sup> edizione delle Feste Vigiliane a Trento. Il Comune, dopo vari ripensamenti, ha deciso, al fine, di dare un importantissimo "segno di vita" dopo tanto dolore: le Feste Vigiliane andavano fatte. Dal 25 al 26 giugno, ma non in piazza (era peraltro vietato), bensì alla televisione e sui giornali. E ha affidato proprio a Lucio Gardin la direzione tecnica di questo importante evento. Lucio Gardin che, molto generosamente, mi ha proposto subito di fare insieme, proprio nell'ambito delle Feste Vigiliane da lui dirette, lo spettacolo ironico sui Beatles e le differenze generazionali sul quale stavamo lavorando. Spettacolo da trasmettere sulle reti locali (unificate per la prima volta), venerdì 26 giugno alle 15.45 e di far partecipare "in contemporanea" tutti i residenti delle RSA del Trentino. Uno spettacolo che sarebbe stato trasmesso, per la prima volta assoluta, anche in "mondovisione", con collegamenti in diretta presso tutte le comunità trentine all'estero. Questo per "donare" un momento di allegria e di leggerezza proprio a quegli anziani che avevano

e stavano ancora così duramente soffrendo l'isolamento totale. Una ventata di gioia, unita al dono di una piantina di "stella alpina" a ciascuna RSA del Trentino, segno "simbolico" di chi non molla e sa resistere anche in "situazioni limite".

Tenuto conto degli incontri che avevamo avuto con la APSP di Povo sul progetto "musicoterapia" prima del virus, Lucio Gardin ha deciso che lo spettacolo sulla "Beatles-Therapy" fosse anticipato dalla presentazione dello stesso, proprio dalla Presidente Nicoletta Tomasi e dalla musicoterapista Stefania Filippi, che, in questo modo, hanno potuto portare il loro saluto a tutti i colleghi in "prima linea" e a tutte le RSA del trentino. E così la "Beatles-Therapy" (che io e Gardin avevamo a malapena provato insieme, causa "distanziamento") è finalmente e felicemente andata in onda e fra uno scherzo e l'altro abbiamo avuto l'onore di inviare "una carezza" via etere ai nostri amici residenti in tutte le RSA del nostro territorio, ai medici, agli infermieri, agli operatori, agli educatori, ai fisioterapisti, ai musicoterapisti e a tutti i collaboratori e ai volontari, che hanno rischiato la loro vita per salvare le nostre.

È stato un momento, credetemi, memorabile denso di emozioni inimmaginabili.

Grazie dunque alla Presidente Nicoletta Tomasi, al Direttore Generale Patty Rigatti e alla musicoterapista Stefania Filippi, per averci consentito di realizzare tutto ciò. □



# “CHIEDI, AL NONNO, CHI ERANO I BEATLES”

a cura di **Nicoletta Tomasi** e **Stefania Filippi**

Vogliamo incominciare questa breve nota, rubando dal testo di presentazione dello spettacolo scritto a due mani da Lucio Gardin, stimato attore che dell'ironia ne ha fatto un'arte e Riccardo Petroni, che dei Beatles ne ha fatto “una ragione di vita”:

“Perché proprio i Beatles?

Perché i BEATLES con le loro canzoni hanno segnato una delle più importanti pagine della musica e del costume del XX secolo, e la maggior parte di chi oggi si trova in una casa di riposo, fa parte di quella generazione i cui ricordi di gioventù sono legati alle canzoni del quartetto di Liverpool.

Riportare alla memoria le canzoni, il modello di società, lo stile di vita, gli oggetti oggi vintage che usavano a venti o trent'anni (i Beatles hanno segnato la storia dalla fine degli anni '50 ai primi giorni del 1970), può aiutare gli anziani a rivivere emozioni mai dimenticate, ritrovando nuova energia.

I BEATLES, di cui nell'anno in corso 2020 si celebra il 50° anniversario dello scioglimento, sono il gruppo che più di ogni altro ha segnato trasversalmente molte epoche.

Basti pensare che da sempre detengono ogni tipo di record in tutto il mondo, con oltre 1 miliardo e mezzo di copie vendute. Sono fissi al 1° posto nella classifica delle 100 band più famose di tutti i tempi, pubblicata periodicamente dalla mitica rivista statunitense specializzata “Rolling Stone” (al 2° posto: Bob Dylan, 3° posto: Elvis Presley, 4° posto: Rolling Stones).

Nell'aprile 2020 inoltre l'americana Universal Music Group e la londinese Apple Corps Ltd, hanno annunciato che l'album dei Beatles “Abbey Road”, registrato nel 1969, ha battuto il Primato Mondiale dei Guinness, tornando al 1° Posto nelle classifiche del Regno Unito, dopo esattamente 49 anni e 252 giorni.

Ad oggi, sono oltre 20.000.000 gli ascoltatori che mensilmente rimangono incollati su “Spotify” per sentire le loro canzoni, la piattaforma musicale in streaming più diffusa al mondo (oltre il 65% degli ascoltatori ha meno di 34 anni e il 27% sono sotto i 25 anni).

Ma sono pochi a conoscere cosa si cela dietro il fenomeno Beatles: un umorismo fuori dal comune. Il loro modo di





affrontare le interviste irrisorio e sarcastico, la straordinaria autoironia e la beffardia che li accompagnava in tutti gli spostamenti per il mondo.

Il loro modo “canzonatorio” e “canzonatorio” di porsi ha destabilizzato non poco gli usi e i costumi dell’epoca. Soprattutto nella puritana e “vittoriana” Inghilterra di quegli anni, ancora fortemente legata alla supremazia che aveva sulle colonie sparse nel mondo, governata dagli ambienti militari legati alle parate della Royal Army e blasonata dai signorotti nominati “Sir” dalla Regina d’Inghilterra, incontrastata e intoccabile icona nei cuori dei britannici.

Sono moltissimi i testi delle canzoni, ricchi di allusioni scanzonate, che giornalisti di tutto il mondo si affrettavano a decifrare per poi essere da loro regolarmente smentiti.

Non perdendo occasione per sbeffeggiare l’autorità stabilita, il quartetto risultava molto indigesto sia alla potente nobiltà, che alla perbenista media borghesia, fin a partire da quel nome “Beatles”, che storpiava e fondeva i termini “beat” e “beetles”, nel senso di “repellenti e rumorosi scarafaggi”.

I Beatles furono un vero terremoto. A partire da quelle moderne capigliature che esibivano sul palco, gli insensati gridolini che emettevano quando cantavano, e gli sgargianti, floreali e surreali vestiti. Con il loro dissacrante e ironico modo di porsi, i quattro di Liverpool sono stati da stimolo per milioni di giovani non solo per la musica, ma anche per lo stile di vita, segnando per sempre gli usi e i costumi di intere generazioni, fino ad oggi. Sono stati innovatori che hanno realizzato cose mai viste prima nell’Inghilterra dell’epoca, ancora affumicata e ingrigita da stufe a carbone e dai dogmi dell’aristocrazia, se possibile, ancora più grigi di quelle stufe.

Oggi, a 50 anni dallo scioglimento della band, la situazione non è poi molto dissimile. Dalla rigida e puritana

società degli anni ’60 siamo passati a quella lassista e globalizzata di oggi, dove il grigio delle stufe a carbone è sostituito dal grigore di un pensiero omologato. In quest’epoca dove si comunica con i “like” per sentirsi parte di un gruppo (e quindi ancora più “followers”), e non apparire degli emarginati. In questa società che bandisce ogni eccentricità e celebra l’omologazione, i Beatles con il loro modo giocoso e canzonatorio di porsi, possono insegnare molto ai più giovani sull’originalità e sull’importanza di essere unici.

Nonché, sull’importanza di una sana risata.

“La risata aumenta la pressione sanguigna, e questo fa bene alle arterie e ci mette al riparo da problemi cardiovascolari. Riduce ansia, stress e tensioni”.

Lo scioglimento avvenne “ufficialmente” nell’aprile del 1970, con la canzone “The End”, segno premonitore di un evento che nessuno si aspettava. E avvenne con la celebre frase:

“...e alla fine riceverai tanto amore quanto ne avrai dato”.

*Di amore si parla. Di amore e di “attenzioni”. La scelta di Lucio e Riccardo di dedicare questo spettacolo alle RSA trentine, ai loro residenti, ai familiari e a tutti i collaboratori, in questo momento storicamente segnato dalla nostalgia, dalla distanza, dalla fatica dell’impegno personale a tenere lontano un virus che dei fragili fa incetta, è una scelta che va nella direzione di “abbracciare” tutti con calore e tenerezza.*

*Averli conosciuti, aver potuto stare con loro a registrare la prefazione dello spettacolo all’interno di palazzo Geremia, nella meravigliosa sala Falconetto è stato un regalo, ma ancor di più lo è stato constatare che ci sono persone che sanno mettere a disposizione di tutti i loro talenti per regalare un sorriso e un momento di “leggerezza”.*

*Grazie di cuore a Lucio e Riccardo per questo grande regalo.*

# La parola ai nostri anziani

## Testimonianze e vissuti nell'epoca del Coronavirus

a cura di **Valeria Berto**



**S**ono stati mesi complessi, è importante parlarne, ci sono fatti che ci cambiano in modo significativo anche se all'inizio possiamo non percepirllo. Alcune esperienze, belle o negative che siano, ci rimangono impresse per il loro essere impattanti in modo peculiare all'interno di una storia, la nostra e ci trasmettono importanti riflessioni.

Sono un OSS: stavo lavorando il giorno in cui per la prima volta ho sentito parlare di Coronavirus. Una notizia alla televisione. Mi trovavo in sala da pranzo, assieme ai residenti della nostra struttura, osservavamo sbigottiti quanto stava accadendo in Cina. Le rilevazioni della temperatura alla gente, gli ospedali saturi, quella misteriosa polmonite che colpiva alcune persone in modo improvviso e brutale. Ricordo quel brivido percepito, se il virus si diffondesse... era fine gennaio. L'anno nuovo era appena iniziato con le sue promesse e le sue incognite. Il tema più discussso e cruciale era quello relativo ai cambiamenti climatici. Oggi invece siamo qui, nel mezzo di una pandemia, indossiamo mascherine e cerchiamo di mantenere le distanze dagli altri. Sono rischiosi i contatti stretti, i baci, le strette di mano.

Il Coronavirus in breve tempo ha cambiato le vite di moltissime persone. Il nostro Paese, e il resto del mondo, affronta una crisi sanitaria, economica e sociale gravissima. Molti, pensando all'esperienza con questo virus, hanno rievocato scenari bellici anche se, è importante ricordarlo, non è una guerra. Non è quello che sta succedendo, anche se la situazione è sicuramente drammatica. Le metafore belliche però,



creano immagini che coinvolgono confini, nemici da sconfiggere, brutalità, violenza.

Il Coronavirus è un fatto terribile, ciò è innegabile, ma dobbiamo affrontarlo tenendo a mente che ciò di cui abbiamo bisogno è di rinnovare sentimenti e atteggiamenti fondamentali: compassione, vicinanza, collaborazione, mutuo aiuto, sostegno relazionale e condivisione di pensieri e idee.

Penso che questo sia stato ciò che ha smosso nel profondo l'animo di tutti noi, nella nostra struttura Margherita Grazioli. L'impegno di tutte le figure professionali è stato immenso.

Attraversare questa esperienza nella nostra RSA, con anziani e persone fragili ha ribaltato il concetto della parola fragilità. È diventata una parola potentissima, carica di riflessioni. All'inizio, credo tutti, abbiamo vissuto un immenso shock.

Le notizie sempre più allarmanti, la diffusione del virus nel nostro Paese, i numerosi contagi e poi i tanti decessi negli ospedali, la decisione di chiudere ai familiari dei residenti l'ingresso alla struttura, l'obbligo di utilizzare mascherine e seguire regole di comportamento e igieniche molto rigide.

La decisione del governo di chiudere il paese, il *lockdown*. Le persone chiuse in casa, si esce solo per andare a lavorare, chi lo può fare e per fare la spesa. Le città deserte per la prima volta, il silenzio assordante che pervadeva tutto.

Il drastico taglio delle relazioni, quelle con le persone amate, l'impossibilità di vedersi e di abbracciarsi. L'immaginare un mondo vincolato da regole sempre più costrittive: fogli da compilare, autocertificazioni sanitarie, controlli della polizia. La limitazione della libertà ci ha messo alla prova e la paura di ammalarsi o di contrarre il virus, soprattutto il rischio di diffondere il contagio e di veder soffrire persone che già a causa di altre patologie vivono in modo precario. Non è passato ancora questo timore, è sempre con noi, presente. Nella nostra struttura i residenti hanno dovuto accettare l'idea di non poter avere accanto i loro familiari.



Hanno recepito tutto con grande forza d'animo.

I nostri anziani, persone che hanno affrontato già nel passato momenti travagliati, hanno saputo dimostrare grande coraggio e resilienza. Ci hanno trasmesso la voglia e il desiderio di dare il massimo, di fare tutto quanto in nostro potere per rendere la situazione meno pesante. La tecnologia ci è venuta in aiuto e grazie ad essa è stato possibile costruire momenti di relazione e vicinanza tra le persone e i loro cari. Ricordo molte occasioni nelle quali l'emozione durante le video chiamate è stata grande. L'incontro poi dei residenti

con le persone amate, viste da un balcone o attraverso un vetro, ha generato in ciascuno di noi esperienze ed emozioni fortissime e diverse. Purtroppo non è ancora finita, il virus rappresenta tuttora una minaccia soprattutto per le persone più vulnerabili. La mancanza delle persone amate non si può colmare ma, piccoli gesti di cura, di affetto, di presenza e attenzione possono fare la differenza. Viviamo all'interno di un ambiente complesso che sempre rappresenterà una sfida per noi esseri umani. Lavorare in una RSA ci dà modo di scoprire nuovi modi di essere comunità quando all'esterno imperversa la tempesta e quando si prova almeno a conviverci. Nuovi

modi di trasmettere affetto e dolcezza, vicinanza e cura. E non solo nel rapporto con le persone assistite che adesso mai come prima hanno bisogno della nostra presenza e del nostro saper fare e dare, ma soprattutto anche tra di noi, colleghi, operatori dell'assistenza. La convivenza con il virus ci mette alla prova e non mancano i momenti di sconforto ma, siamo pronti ad affrontare questa nuova sfida, la parola chiave è resilienza. La resilienza è la capacità di resistere agli urti senza spezzarsi. Viene dal latino RESILIRE dal prefisso RE legato al verbo SALIRE. Saltare, fare balzi, col significato immediato di saltare indietro, ritornare in fretta, di colpo, contraendosi. Rimanda alla peculiarità che hanno certi corpi di poter rimbalzare, di essere elastici potendo assorbire l'energia di un urto, così riescono a tornare integri dopo una deformazione. La comunità resiliente sa ri-normalizzarsi anche dopo essere stata sottoposta a una terribile perturbazione. Non si strappa, non si rompe, ritrova equilibrio e stabilità. Noi esseri umani siamo complessi e capaci di grande adattamento pur nelle difficoltà. Lo spirito di resilienza ci insegna a poter sopravvivere ai traumi della vita senza rimanerne schiacciati, grazie a quella spinta propulsiva che tutti noi abbiamo che ci fa essere elastici e proiettati verso un futuro incerto ma tutto da scrivere. Con parole di speranza, parole d'amore, parole ricche di comprensione e vera vicinanza e protezione, soprattutto nei confronti di chi è più fragile ed esposto e dei loro familiari che in questo momento attraversano l'immensa difficoltà e il dolore generati dalla lontananza. La vicinanza emotiva è fondamentale proprio adesso che quella fisica ci è negata. Siamo tutti trepidanti nell'attesa di quel momento in cui potremo vedere i nostri residenti tornare a stringere le persone amate con rinnovato calore. Abbiamo il desiderio che questo momento possa giungere presto, sarà un momento speciale forgiato dalle avversità e dalla forza che tutti hanno dimostrato e per questo sarà prezioso e inestimabile. Purtroppo dobbiamo cercare di comprendere che questo momento è il più difficile. I nostri residenti hanno immensa nostalgia dei loro cari. Ricordo momenti

drammatici. Le telefonate spaventate e incredule dei parenti. Persone in lacrime davanti al cancello chiuso. La consapevolezza di non sapere esattamente quando tutto ciò sarebbe finito. Non lo sappiamo tuttora e questo fa male. Ho imparato tanto. Come operatore ma soprattutto come persona. Mi sono ritrovata a pensare al mondo in cui viviamo. La tecnologia ha creato molti legami immediati ma allo stesso tempo ha acuito alcune distanze. Le persone sono più portate al pensiero individuale. Hanno un po' dimenticato il vero significato della parola collettività. I nostri anziani no. Sono tutelari della nostra storia, di una saggezza che dobbiamo proteggere. Alcuni di loro sono passati attraverso situazioni oggi difficilmente immaginabili in contesti privilegiati come il nostro. Siamo fortunati, non dobbiamo dimenticarlo mai. Gli anziani non danno per scontato il benessere, la consapevolezza che pur nella difficoltà si sentono tutelati e protetti. La gratitudine, la capacità di ritrovare isole di sollievo dentro i contorni di una situazione tragica. Le loro parole sono come un balsamo. Curano le ferite provocate da questo momento difficile nel quale tutti abbiamo temuto e ancora temiamo per l'incolumità nostra e dei nostri cari. Nel quale abbiamo dovuto allontanarci dalle persone che amiamo pur tenendole sempre impresse nel nostro cuore e nei nostri pensieri. Ora immaginiamo di incontrare alcune di queste persone, quelle che più di tutti sono vulnerabili. Queste persone sono gli ammalati o gli anziani fragili. Esposti a tante situazioni, esposti più che mai ora a una minaccia concreta. Vorrei ricordare che molti residenti combattono quotidianamente delle battaglie im-

mensamente ardute. La progressiva perdita di autonomia a causa di patologie invalidanti, la difficoltà, giorno dopo giorno, di riuscire a fare qualsiasi cosa. Vedono sogni e desideri farsi sempre più labili. Eppure nelle loro parole trovo una forza straordinaria. Un impulso vitale ed energico che impatta. Una grandissima capacità di lottare e resistere e soprattutto un altruismo senza eguali. Gli anziani, quando parlano della situazione attuale, pensano prima di tutto agli altri. Rarissime volte centrano il discorso su loro stessi. Perchè sanno, la storia glielo ha insegnato, che un uomo solo non è nulla senza la relazione con l'altro. Relazioni di fiducia, di amicizia, d'amore, di rispetto e mutuo aiuto e protezione questo rende vitale una comunità, ciò le permette di sollevarsi anche dopo un evento di tale portata. Questo rende importante ogni istante della nostra vita, la riempie di senso e di significati profondi. Tutto ciò abbiamo cercato di coltivarlo ancora una volta in un ambiente come la nostra RSA, una realtà che vorrei tutti conoscessero. In questi mesi complessi ci sono stati anche molti momenti di gioia, di piccole attenzioni condivise, amicizie bellissime nate tra alcuni residenti, semplici attimi che hanno generato qualche risata e anche tanta commozione... Lo dobbiamo tenere presente ogni giorno, nella difficoltà di questo periodo, queste vite sono preziose. La storia di ognuno è preziosa, ha tanto da insegnarci. Lascio quindi la parola a loro, i nostri residenti e cito testualmente le loro testimonianze, spero che le loro frasi possano donare a tutti quello che hanno comunicato a noi: grande forza e comprensione degli eventi, coraggio, solidarietà e immenso amore per l'altro. □



*"Tremendamente chiusi, non c'è che da attendere gli ordini delle autorità competenti. Uscire, andare in giardino e camminare ci manca tanto. Ci vuole pazienza sperando che tutto vada bene. Noi ne abbiamo tanta. Io aspetto i miei, speravamo durasse poco e invece no. Forse troveranno una cura per questo virus... non è finita. Abbiamo ancora tanta paura. Però qui siamo stati fortunati e protetti".*

*"Mi sembra la fine del mondo! Ma in questa disgrazia ho avuto la fortuna di avvicinarmi un po' di più ad altre signore qui, abbiamo fatto amicizia, ci vogliamo bene, stiamo assieme e ci diamo forza".*

*"È stato triste. Bisogna combattere sempre, perché la storia ci ha insegnato che c'è sempre qualcosa da affrontare. Mai dire adesso è finita. C'è sempre da tenere duro in questa vita. Questo brutto animaletto che ci può far morire, non so come chiamarlo ma ci fa lottare".*

*"Mi ricordo la mia mamma che mi raccontava della 'Spagnola' quando ero piccola, qualcosa mi ricordo, c'era anche la guerra, era dura e si viveva con poco. Anche questo virus fa paura ma oggi noi siamo fortunati, ci proteggete e ci curate benissimo".*

*"A volte sembra di stare in un hotel di lusso dove non ci manca niente, siamo curati, accuditi, protetti, ci sentiamo al sicuro e per questo dobbiamo dare forza ai nostri familiari, per non farli preoccupare, anche se ci mancano tanto e vogliamo riabbracciarli".*

*"Io ho fatto una vita da contadina ma, questa è stata grossa e non è ancora finita. Però ci state dietro, ci intrattenete. Nonostante questo periodo difficile mi trovo bene qua. Anche se mi mancano i miei figli. Speriamo che queste porte si "rompano" presto e che possiamo riabbracciare i nostri cari".*

*"Questo virus ci fa pensare. L'uomo è stato in grado di costruire tanto ma è stato anche un demolitore per il nostro pianeta".*

*"Siete brave, siete forti ragazze, siete angeli. Io avrei voluto fare l'infermiera, a casa ero sempre la prima, quando qualcuno si faceva male, pronta a medicare, pronta a cercare un rimedio, poi però, c'è sempre un però nella vita. In tempi di guerra sai, la mia famiglia, noi eravamo fortunati, stavamo bene e io facevo la cuoca, avevo sempre qualcosa nella scorta, cercavamo di dare una mano, un po' di olio, il pane, qualsiasi cosa, non dimenticherò mai ed è la mia più grande gioia, gli occhi di chi diceva grazie, per una mano tesa. Aiutare è la cosa più bella che ci sia. In tempi difficili mi tornano sempre in mente le parole che mi ha detto un maestro che ho avuto, è importante, non dimenticarlo: non smettere mai di studiare, di cercare, di conoscere, di dare il massimo perché non arriva mai quel giorno in cui dici che della vita ne sai abbastanza, ed è vero sai".*

*"Ricordo i tempi di guerra, quando si sentivano gli allarmi per i bombardamenti... ma almeno allora nei rifugi eravamo tutti vicini... ci si aiutava l'uno con l'altro".*

*"Mi ricordo com'era la vita prima e spero che torni presto. Qui abbiamo comunque momenti felici... giochiamo a palla come da bambini e scopriamo che possiamo divertirci con poco".*

*"Ci fanno la manicure, la pedicure, ci facciamo belli e passiamo il tempo sì, perché uscire all'aperto adesso sembra come desiderare un viaggio... allora facciamo la cyclette guardando la foto di un paesaggio e facciamo finta che pedaliamo davvero".*

*"Abbiamo scoperto le video chiamate e cantato vecchie canzoni, recitato i finali dei proverbi famosi e abbiamo dipinto come Van Gogh. Che bello sentire i nipotini, vedere i loro disegni e le loro fotografie. A volte chiedo una carezza, un sorriso all'operatore che è qui con me".*



*"Ho riscoperto ancora una volta la fede in Dio, mi affido alla forza della preghiera, sento il papa vicino, vicino a noi. Si vive di poco, basta che quel poco sia vero e donato con umanità".*

*"Ho trovato un'amica qui, ci vogliamo così bene, non sai che gioia mi da, se tornassi giovane e non vivessi qui, vorrei ancora conoscerla e averla vicina, sarebbe bellissimo proprio come è bello adesso che stiamo assieme e ci facciamo compagnia".*

*"Mi mancano i miei, costruisco e coloro". B.R.*



*"Mi piace tanto oziare però gioco alle carte con la G. Coloro, la sciarpa l'ho finita e aspetto il bel tempo". G.G.*

*"Mi non fago niente, mi piacerebbe giocare la tombola, vincere sempre e ricevere delle bambole, gioco a carte e vi dico tanti saluti e baci paga la multa e taci". G.P.*

*"Mi piace alzarmi e vedere tante persone". G.F.*

*"Non mi piace fare niente, a casa era un'altra cosa. Qui trascorro il tempo guardando la TV e leggendo qualche giornale. Se ho voglia di salutare qualcuno telefono, a mia sorella telefono due volte al giorno o io o lei. Aspetto che ritorni il lettore, e lavoro a maglia". G.P.*

*"Mi piace ascoltare la musica". G.C.*

*"Non vedo l'ora di vedere e salutare i miei figli". E. - N. - O. e P.*

*"Mi piace colorare, giocare la tombola e mangiare". M.C.*

*"Io vorrei tanta tranquillità, non sentire tante chiacchere inutili; sto lavorando a maglia voglio fare una coperta per questo inverno [...]" A.L.*

*"Mi manca l'uscita sul terrazzino e in giardino, però occupo il tempo lavorando a maglia, voglio fare una sciarpa, il colore è adatto, e vi racconto che sono stata salvata dal cane della N. che io ero caduta in cucina e il cane Juppa si era accorto che era successo qualcosa e continuava ad abbaiare, e a saltare la recinzione, e i vicini di casa hanno capito che era successo qualcosa. Hanno chiamato i pompieri, la polizia, l'ambulanza e mi hanno accompagnata al S. Chiara". R.B.*

*"Io trascorro il tempo leggendo, poi quando mi stanco vado a fare una passeggiata e aiuto quando ci sono i vari lavoretti, al ritaglio, meno colorare perché mi stanco troppo. Ai miei dico 'Abbiate pazienza che arriverà il tempo che possiamo stare assieme e fare tante cose'". M.P.B.*

*"Io trascorro il tempo disegnando e colorando. Do acqua ai fiori, fragole, all'erba cipollina [...]".*

*"Spero che questa influenza e brutta malattia scappi in fretta e possiamo al più presto trovarci e andare a fare un salto in Val dei Mocheni dalla M.". M.P.*

*"Io sto tanto a letto, al pomeriggio guardo la TV". G.P.*

*"Io trascorro il tempo colorando tanti disegni e mandala, alla mattina poi al pomeriggio faccio un pisolino, lavoro a maglia, ritaglio, canto e passo il tempo nel migliore dei modi".*

*Chiedo a mio fratello e mio cugino che vengano più spesso a trovarmi e andare insieme a fare lunghe passeggiate e a fare tante spese (scarpe estive)". O.P.*

*"Io trascorro il tempo lavorando a maglia, colorando, cantando, ritagliando. Faccio tutto quello che mi chiedono. Ultimamente ho deciso di preparare dei disegni dedicandoli ai miei cari.*

*Quando ho nostalgia piango e li chiamo al cellulare, faccio delle videochiamate, e spero che questo periodo finisca presto e che torniamo tutti insieme". S.A.*

*"Quando sono alzata faccio le attività proposte, coloro, gioco la tombola, o altri giochi, ascolto la musica. Vorrei dire ai miei di avere pazienza, che questa malattia e questo periodo passi veloce e che possiamo al più presto riabbracciarsi". R.P.*

*"Trascorro la giornata leggendo, scrivendo, colorando, lavoro a maglia. Non mi manca niente. Sono abituata a vivere alla giornata.*

*Curo i miei fiori che sono nelle mie serre, continuo a curarle, vedo se hanno abbastanza acqua. Le serre per me sono un problema, ho paura che magari non danno abbastanza acqua [...].*

*Non dico niente perché i miei figli capiscono bene, hanno il loro lavoro e hanno tanto da fare e spero che stiano tutti bene e un giorno quando possono vengono a trovarmi. Non voglio essere troppo chioccia... non si può". N.F.*

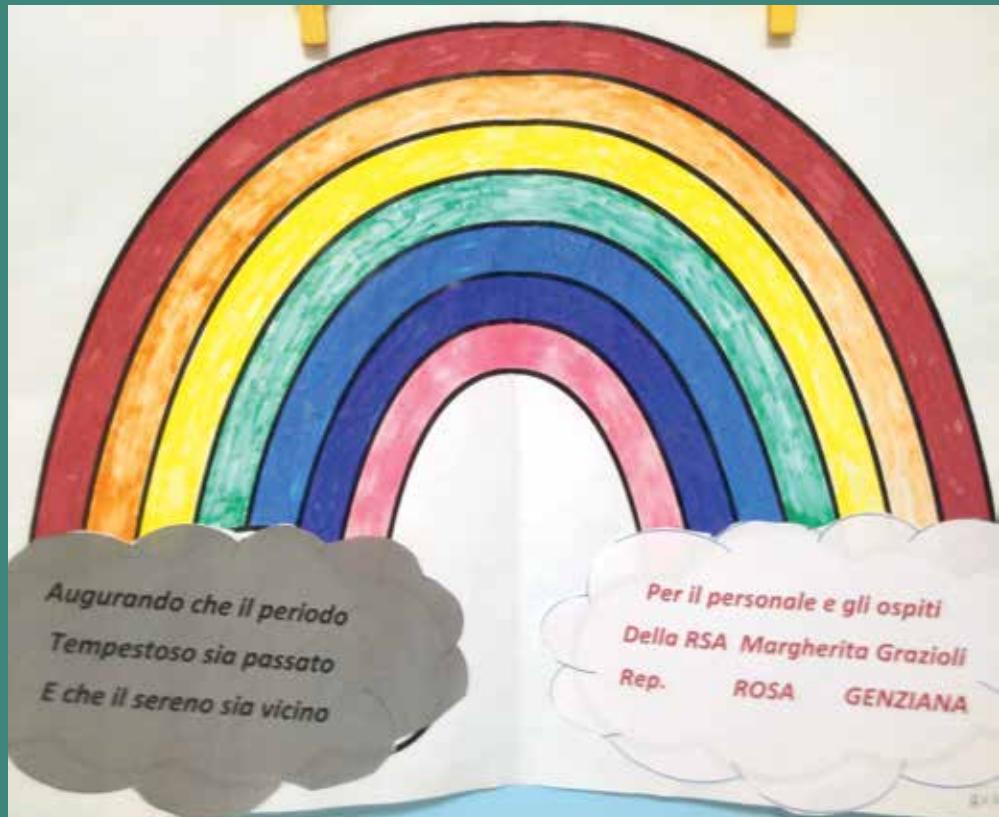
*"Trascorro la giornata ricordando i miei cari con tristezza... sento tanto male".*

*Come è stata non lo so, all'improvviso abbiamo sentito parlare di una nuova malattia anzi pandemia: il Coronavirus. Qui in casa hanno chiuso subito l'accesso alle persone esterne.... Non era facile capire, ci siamo molto preoccupati... Gli operatori hanno trovato tutti i modi per farci passare bene queste giornate in cui potevamo stare solo in una saletta. Io ho colorato molto con i pennarelli in questo periodo, prima non lo facevo, insieme abbiamo giocato a carte, tombola a premi, bocce.*

*È arrivato anche un video dove il maestro Giuseppe ci faceva ascoltare il coro e anche don Ruggero ci mandava un suo pensiero, ci ha fatto molto piacere.*

*Solo dopo quattro mesi abbiamo potuto rivedere i nostri cari attraverso un vetro, è stata una cosa molto emozionante. Ringrazio davvero la direzione e tutto il personale, sarà un periodo che non dimenticherò.*

**Aurora Meneghini**



# Scatti di quotidianità

Nemmeno un'emergenza ci ferma...



... perchè bisogna mantenersi in forma.



... perchè i traguardi vanno festeggiati!



... perchè le sfide continuano.



... perchè le passioni vanno coltivate.

L'emergenza ha richiesto di rivedere la nostra routine, ma la vita non può essere messa in stand-by ed è stato necessario trovare modi alternativi per gestire la quotidianità in strutture.

Un grazie a tutti i collaboratori che hanno dato spazio alla loro creatività permettendo, in questo modo ai residenti, di continuare in serenità la propria vita. □



# Dal problema alla ricerca di soluzioni: la riapertura della RSA

a cura di **Sara Gonzo**

**E**sta necessaria fantasia e spirito pratico per riuscire a venire incontro al desiderio dei parenti di ottenere un contatto con gli anziani residenti anche se non era possibile il contatto fisico.

Tutto doveva avvenire in un contesto difficile che richiedeva l'osservanza di norme molto restrittive.

I primi incontri si sono svolti all'interno, in una sala adibita a tale attività, e i familiari potevano vedere i loro cari solo attraverso un vetro. Erano mesi che non si incontravano "dal vivo", le emozioni erano molto forti e anche contrastanti: gioia, ma allo stesso tempo amarezza per non potersi abbracciare o solamente toccarsi la mano, una carezza...

Il desiderio di superare le difficoltà, di venire incontro ai bisogni ha creato un clima sperimentale che ha coinvolto positivamente tutti i protagonisti, operatori, anziani e familiari.

Si è iniziato così con un **saluto dalla finestra** che in qualche caso è stato vissuto con grande commozione e gratificazione affettiva.

Il tutto si è trasformato poi in **visite in giardino**, su appuntamento, con la collaborazione-vigilanza di un operatore che garantisca le norme di sicurezza (distanza e mascherina). Qui la lontananza si è quasi annullata e le emozioni si sono addolcite, molta felicità, conforto nel poter avere un dialogo più intimo con il proprio caro senza avere un telefono come mezzo.

La strada da percorrere sarà ancora lunga e non meno travagliata, ma con l'augurio di potersi riabbracciare presto. ■



# i ringraziamenti ricevuti durante il lockdown



«Non troviamo le parole adatte per ringraziarVi per tutto il lavoro che state facendo per affrontare il difficile momento che stiamo passando. Un grande GRAZIE a TUTTI Voi operatori che lavorate anche per fare pesare il meno possibile la distanza degli affetti ai nostri cari.

Voglio inviare un particolare ringraziamento a tutti/e gli operatori/operatrici della RSA, purtroppo questa è la malattia della distanza, quindi ci manca la possibilità di poter vedere e abbracciare i nostri cari ma per fortuna sebbene molto impegnati ci sono loro».

«Vi ringrazio tutti di quanto state facendo. I nostri cari sono accuditi e coccolati da Voi e noi parenti Vi siamo molto riconoscenti».

«Coordinatori e infermieri professionali, fisioterapisti, OSS, Osa, Ausiliari all'assistenza, medici, animatori, operatori dei servizi generali di cucina/lavanderia e della manutenzione, amministrativi. Vi ho presenti tutti, mentre state combattendo la battaglia in prima linea sul fronte di questa pandemia, che ci è capitata addosso..

“Io sto a casa”, se questo può aiutare, e vi penso e ricordo per sostenere il vostro coraggio nell'affrontare, il più possibile in sicurezza, il vostro servizio.

Grazie ad ognuno personalmente».



«Vi ringrazio di cuore. Anche quando telefono e poi mi richiamano trovo tanta gentilezza e comprensione. Non vi ringrazieremo mai abbastanza per quanto fate per i nostri cari».

«Buongiorno, desidero far giungere a tutti Voi la mia solidarietà e il mio affettuoso ringraziamento per il vostro impegno in questo momento molto difficile. Un grazie alla Presidente, al Consiglio di Amministrazione, alla Direttrice, a tutti gli amministrativi, ai medici, infermieri, fisioterapisti, OSS, la cucina, la lavanderia, gli addetti pulizie, i manutentori e tutti gli altri.

Siete tutti in prima fila, ognuno per la propria parte, vi ringrazio perché il vostro lavoro fa sì che i nostri cari siano curati e accuditi nel migliore dei modi».

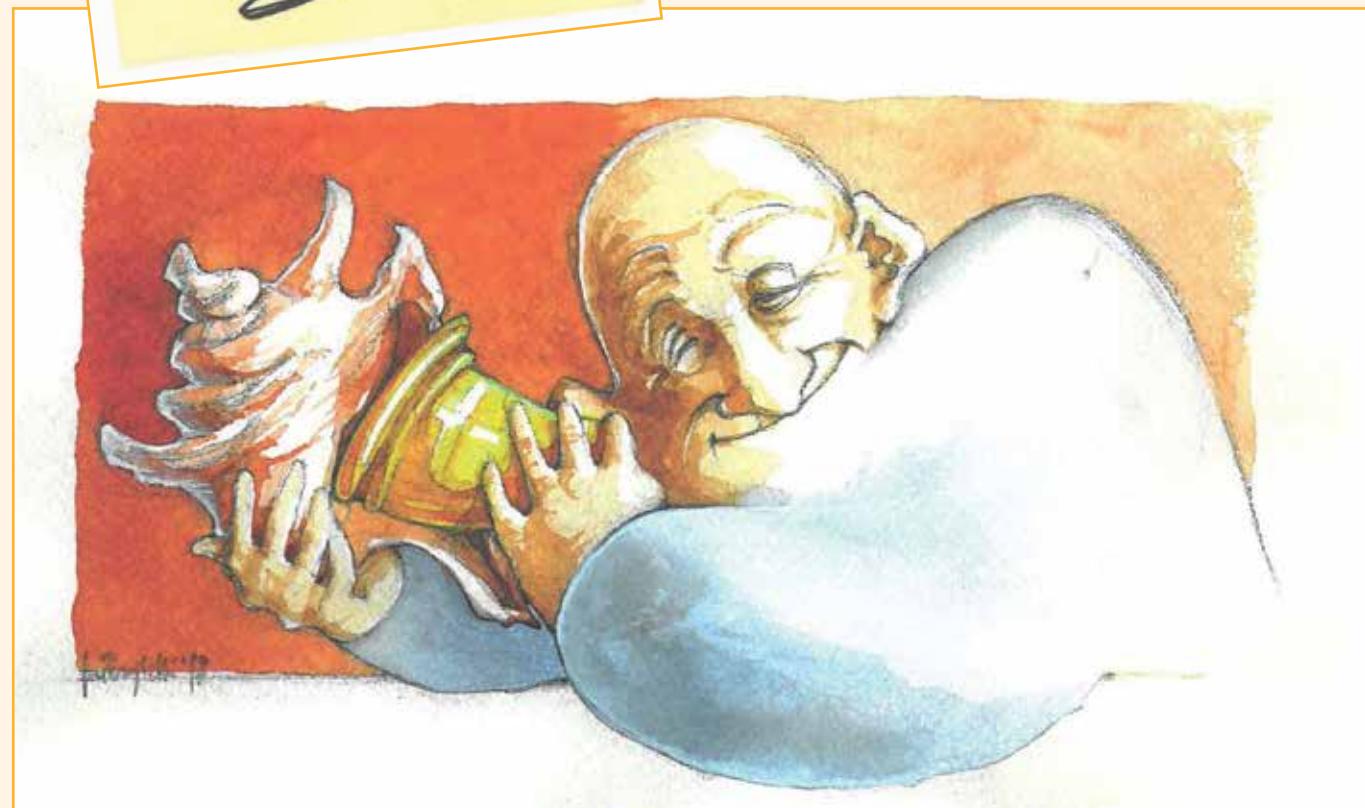
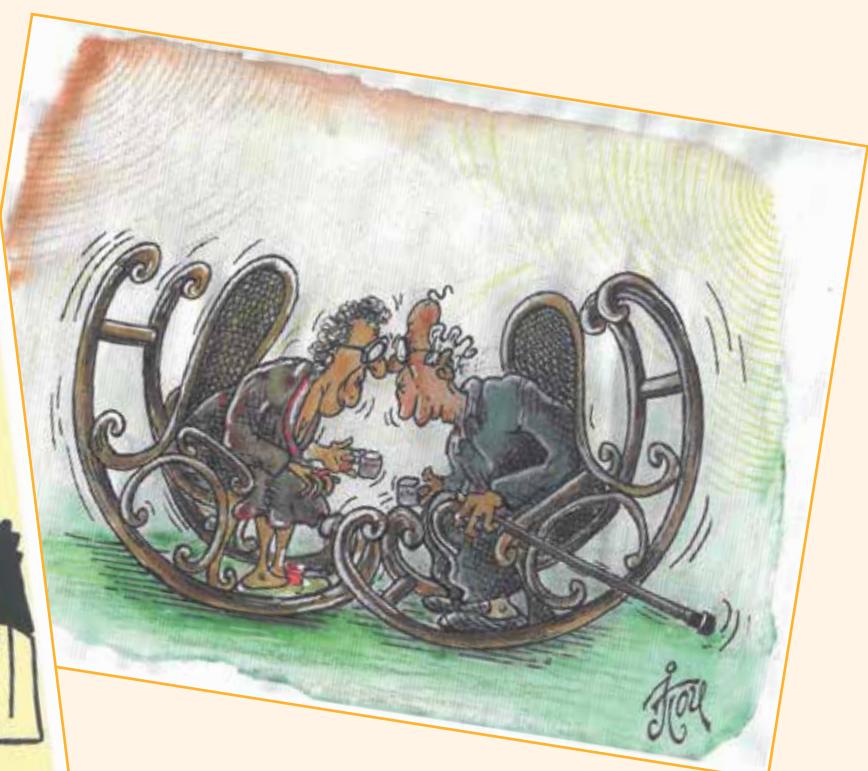


A voi, che nell'emergenza ci avete sostenuto  
**GRAZIE!**  
a nome di tutta l'APSP Margherita Grazioli



Un grazie anche alla Cassa Centrale Banca/Cassa di Trento  
per il sostegno dimostrato e alla sig.ra Maria Andreatta

# La pagina del Buonumore





# Comparti NEF Ethical Balanced

## Investire rispettando i diritti delle persone e l'ambiente

### NEF Ethical Balanced Conservative

Un approccio  
misurato  
all'investimento  
sostenibile  
e responsabile

Una componente obbligazionaria che può variare dal 60% al 90%, una azionaria compresa tra il 10% e il 30% e una di strumenti High Yield che non può superare il 20%. NEF Ethical Balanced Conservative è gestito in delega da Union Investment.



### NEF Ethical Balanced Dynamic

Una scelta attiva  
nel rispetto dei  
diritti delle persone  
e dell'ambiente

Una quota obbligazionaria che può oscillare tra il 40% e il 75% (con massimo il 35% in obbligazioni societarie non investment grade) e una azionaria compresa tra il 25% e il 45%. Il fondo NEF Ethical Balanced Dynamic è gestito in delega da Amundi SGR.



NEF è un fondo comune di investimento di diritto lussemburghese multicompardo e multimanager. Distribuito in tutta Italia da Banche fortemente radicate sul territorio. **Prima dell'adesione leggere il Prospetto Informativo nonché le Informazioni chiave per gli Investitori - KIID - disponibili sul sito web [www.nef.lu](http://www.nef.lu) o presso le Banche Collocatrici.**

La certificazione LuxFLAG ESG Label è stata concessa a:  
NEF Ethical Balanced Conservative fino al 31 marzo 2020; NEF Ethical Balanced Dynamic fino al 30 settembre 2019.

**È tempo di investire responsabilmente  
Rendimenti interessanti e commissioni contenute  
Versamenti a partire da 50 euro mensili**



 **Cassa Rurale  
di Trento**  
BANCA DI CREDITO COOPERATIVO 