

E DOPO I FESTEggiamenti
per i primi dieci anni

NON CULLIAMOCI SUGLI ALLORI!





CARISSIMI

da un po' la libreria di casa mia si è arricchita di un bel volume rosso elegantemente rilegato. Mi basta sfiorarne la costa con lo sguardo per sentirmi proiettato dentro con tutto me stesso. Quelle pagine affollate di presenze vive mi trasportano magicamente nei miei déjà vu più cari. Dieci anni di amicizie, impegni, sogni realizzati, perdite care, sostituzioni puntuali...

Quante pagine di vita e io, sfogliandole, risento le battute e i canti, rivedo i gesti e le risate, riaccarezzo guance rigate di lacrime fra sorrisi riconoscenti.

Ringrazio ancora una volta chi ha avuto la bella idea di raccogliere in un volume tutti i giornalini di questi nostri dieci anni per l'archivio del Centro, ma anche per averne dedicato una copia personale solo a me, arricchita dalle dediche di tutti i volontari, i collaboratori, gli amici. Si dice che non c'è futuro senza un passato, questo documento mi è di grande conforto come garanzia di un fruttuoso futuro per il quale continuerò a collaborare con la paterna dedizione del padre fondatore.

Francesco Chiodin

Presidente Onorario Associazione "I FIORI DE TESTA"



BUON NATALE

Il Natale, festa tradizionale che unisce le famiglie, le relazioni, la gioia che si apre nei sorrisi di tutti. Ma non è solo tradizione, è la festa della nascita di Gesù Cristo.

Il Natale è il tempo dedicato agli affetti più cari e una nascita ce li fa apprezzare ancor di più. Addobbi dai colori dorati, rossi e verdi. Luci brillanti che adornano alberi, strade e case. Tradizioni che fanno parte della vita di tutti noi, e si ripetono ogni anno, con i ricordi che arricchiscono la vita. Non un giorno come gli altri; un giorno più intenso, preceduto dall'attesa. In questo giorno siamo tutti più propensi ad aprire lo scrigno dei ricordi; il pensiero va a noi, nelle varie epoche della vita, ai nostri cari, presenti e non.

Ma non per tutti è così, e lo sanno bene i parenti degli Ospiti del nostro Centro. I nostri Ospiti hanno difficoltà proprio nel "ricordare i ricordi", e di conseguenza faticano a vivere le emozioni che li accompagnano. Viviamo il Natale con loro e per loro; un tempo lento, ma pieno; gustando ogni momento che ci donano con gesti gentili, con sorrisi e con amore.

Lasciamoci avvolgere dall'atmosfera e dal senso del Natale.

E un altro anno al Centro è passato. Sono successe molte cose. Alcune assolutamente inaspettate. Ma l'impegno dei volontari e degli operatori è sempre, e sempre più sarà, la "carezza" verso gli Ospiti. Mi piace l'immagine come simbolo del Natale al Centro Morena.

Grazie a tutti per la vostra presenza.



Dr. Mario Morello

Presidente Associazione "I FIORI DE TESTA", Amico e collaboratore di Francesco

LA RIFLESSIONE

Figli della tradizione cristiano-cattolica esprimiamo la nostra spiritualità anche con riti che la rappresentano. È da sempre abitudine del Centro arricchire i momenti conviviali con la presenza di un sacerdote che sappia dare voce e gesti carismatici ai moti dell'animo umano.

Fin dall'inizio del nostro cammino don Antonio Bellotto, già parroco di Ospedaletto quando molti di noi erano ancora bambini, si è rivelato l'uomo giusto al posto giusto.

Ricordo la sua commozione quando, raccontando qualche aneddoto piccante delle nostre monellerie giovanili, aggiungeva: "E varda desso che bravo che te si, quanto ben che te se fare!" Cagionevole di salute e avanti con gli anni, appena possibile si è scelto anche un supplente che vedeva giusto per noi. E aveva ragione: Padre Fedele, biblista di origini africane vive in Parrocchia a Montagnana, ma è sempre disponibile e pronto ad ogni chiamata per portare, con incisiva semplicità la PAROLA che consola, guarisce, dà speranza.

Così continua a fare da quando la primavera scorsa don Antonio ci ha lasciato.

Ricordiamo tutti i defunti che sono passati dal Centro Morena e che, guidati ancora da don Antonio sono il nostro Centro Sollievo celeste. Il nostro grazie con questo profilo di don Antonio apparso su Magazine di Urbana qualche tempo fa.



DON ANTONIO BELLOTTO

Da un bel po' si dichiarava pronto per il viaggio, tuttavia continuava a gustare ogni momento di vita in letizia. Stanco il corpo, la mente anelava ad un riposo luminoso di certezza inespugnabile. Con la fine dell'inverno è partito per l'eterna primavera.

Come tutte le persone che lo hanno conosciuto, potrei riportare molti aneddoti significativi per celebrarne il ricordo: don Antonio Bellotto un uomo basso, un sacerdote alto, un'anima speciale!

So che qualsiasi narrazione su di lui, se potesse ancora reagire, gli aprirebbe un divertito sorriso, se non addirittura uno "stiupido!" alla Oliver Hardy. Ma sono altrettanto certa che quanto sto per raccontare gli strapperebbe una lacrima di felice commozione.

Si perché don Antonio, specialmente da anziano, si commuoveva facilmente, ma sempre di stupore per il bene. Aveva una grande considerazione della vita di famiglia, ne riconosceva le difficoltà ed era sempre pronto a perdonare, consolare, giustificare, incoraggiare... Aveva anche momenti di vivace contestazione per la pubblicità, per il condizionamento consumistico, per tutto ciò che, secondo lui, indeboliva la libertà di scegliere, la libertà di credere, di fare il bene, di aver fede sempre, nonostante tutto.

E per fede viveva brevi, intensi momenti di estasi che talvolta riusciva a condividere coi fedeli durante qualche messa particolarmente commovente. Per ricordarlo quindi, come piacerebbe a lui, senza aggiungere ulteriori commenti, riferisco di quella volta che, avvicinandosi la festa dell'Assunta, essendo in Duomo a Montagnana con le spalle al catino absidale che la ritrae, si girò di sbieco e con voce tremante disse che solo Dante era riuscito ad esprimere il doppio ossimoro dell'esistenza di Maria (vergine-madre, figlia del proprio figlio).

Chiedeva, pertanto, perdono ai fedeli se al posto della sua omelia trovava più indicate le parole del Canto XXXIII del Paradiso e, con le lacrime agli occhi, a memoria, recitò:

*«Vergine Madre, figlia del tuo figlio,
umile e alta più che creatura,
termine fisso d'eterno consiglio,
tu se' colei che l'umana natura
nobilitasti sì, che 'l suo fattore
non disdegnò di farsi sua fattura.
Nel ventre tuo si raccese l'amore,
per lo cui caldo ne l'eterna pace
così è germinato questo fiore.
Qui se' a noi meridiana face
di caritate, e giuso, intra ' mortali,
se' di speranza fontana vivace.
Donna, se' tanto grande e tanto vali,
che qual vuol grazia e a te non ricorre,
sua disianza vuol volar sanz' ali.
La tua benignità non pur soccorre
a chi domanda, ma molte fiato
liberamente al dimandar precorre.
In te misericordia, in te pietate,
in te magnificenza, in te s'aduna
quantunque in creatura è di bontate»*
Franca Pierina



TEATRO AL CENTRO MORENA: ALZA... il sipario!

LA VENDEMMIA

Fino al secolo scorso la vendemmia nella nostra pianura è stato un evento sì agricolo, ma soprattutto sociale. *"Mi te iuto ti e ti te me iuti mi!"*

Si viveva il clima festaiolo del lavorare insieme, del cantare lavorando, dell'intrecciare nuove relazioni aiutandosi a portare i cesti, trattenendo scale traballanti, pestando uve coi piedi.

Si usciva così dall'estate torrida per gustare a pieno sapori, odori, colori, suoni, rumori...

E finito il gran daffare, dopo dei *sugoli*, restava il vino a trattenere ed evocare nell'aroma lo spirito del suo mistero, quel mistero che persino la bibbia esalta come fonte di gioia intima.

Aneddoti e ricordi riportano i nostri ospiti ai piacevoli momenti delle vendemmie passate, atualizzando un lessico ormai desueto: *zeste, corbe, segheti, torcio, mosto, el cocon, caratei, tinazi...* ma addirittura riscoprendo le varianti fra paesi limitrofi dove l'imbutto diventa al tempo stesso: *impiria e pirioto!*

FILASTROCCA

Vino vinello
quanto sei bello,
mi rendi allegro come un monello,
canto e rido in compagnia,
ed è la cosa più bella che ci sia!
Ma, vino vinello
sai anche tendermi un tranello,
mi fai uscire di cervello...
... se esagero coi **cin cin!!!!**

CASTAGNE, MARONI E STRACAGANASE!

Se la vendemmia porta fuori dall'estate riordinando i ritmi agricoli dell'autunno, l'arrivo delle castagne annuncia le ricorrenze dell'inverno. Noi in pianura non abbiamo la tradizione della loro raccolta, propria degli ambienti di collina e montagna. Castagne e marroni nella memoria dei nostri amici rievocano le feste paesane al fumo delle caldarroste... le sere d'inverno e i nonni a fare i giocolieri con le castagne bollenti tra le mani... scene che rivivono e si rincorrono nei racconti e nei ricordi più lontani! E allora cantiamole queste storie, così da renderle vere e vive:

*Le castagne
de montagna
ghe fa ben
a chi le magna.
Par rostire i maroni
bisogna esar boni:
coi busi la paela
e tanta carbonela:
Ma co le stracaganase
te pare de magnare scoase
e chel dolzeto
che te resta in boca
voia o no voia
da fartio bastar te toca!*



IL 2024 AL CENTRO SOLLIEVO MORENA

Siamo giunti alla terza edizione del giornalino "I Fiori de Testa" l'ultima per quest'anno.

Un anno riassunto in cinque parole chiave: **Impegno, Volontà, Cambiamento, Soddisfazione ed Orgoglio.**

Impegno perché, come già annunciato nelle precedenti edizioni, ricorre il 10^o anniversario del Centro Sollievo Morena. Volontari ed ospiti si sono impegnati in attività che ricordassero questo avvenimento speciale.

Volontà per promuovere nuove iniziative per l'attività al Centro, come ad esempio la mattinata dedicata alla biodanza il lunedì, partecipata con molto entusiasmo da ospiti e volontari. Le uscite ricreative con ospiti, familiari e accompagnatori nel mese di giugno.

L'acquisto ed il posizionamento nel giardino antistante l'ingresso della sede, di un'ampia piattaforma con copertura, per maggiore possibilità di spazio e movimento. Un elogio ai volontari che si sono impegnati nel montaggio della struttura!

La preparazione per gestire la mattinata del 21 settembre chiamata "Centro Aperto: 10 anni di Solidarietà e Divertimento".

La pausa estiva con vacanza degli ospiti, ha permesso ai volontari di riordinare, rassettare con pulizia a fondo gli spazi del Centro Sollievo, per essere pronti a riceverli con la riapertura del 2 settembre.





IL 2024 AL CENTRO SOLLIEVO MORENA

Cambiamento: Il fondatore e Presidente del Centro Sollievo Morena, Francesco Chiodin, a giugno ha lasciato la sua carica conservando il titolo di Presidente Onorario. Siamo riconoscenti per tutto quello che è riuscito a fare e dare alla comunità negli anni, con grande altruismo e gratuità. Il suo entusiasmo è stato motore di avvio per noi volontari e lo sarà per continuare in questa strada.

Il nuovo Presidente eletto è il dr. Mario Morello, medico in Medicina e Chirurgia, profondo conoscitore di materie sanitarie e bioetiche; amico e fra i soci fondatori dell'Associazione I Fiori de Testa quindi in sintonia con la realtà operativa del Centro Sollievo. Buon lavoro al nuovo Presidente, noi saremo al suo fianco affinché l'operato di Francesco prosegua sempre al meglio!



Soddisfazione: Il 2 settembre è ripresa l'attività al Centro. Ospiti e volontari si sono impegnati per rendere la mattinata del Centro Aperto il 21 settembre, accogliente, divertente e condivisibilee così è stato! È iniziata alla presenza di ospiti, familiari, volontari, psicologo ed educatrice, l'assistente sociale del Comune di Ospedaletto dr.ssa Sandra Malparte e tanti amici. Alle 9.30 la S. Messa celebrata da Padre Fedele, sono stati ricordati tutti gli ospiti che hanno percorso un tratto di strada con noi e ora ci sostengono dal cielo. È seguito poi, presentato dalla sig.ra Franca Borin amica e volontaria del Centro, un racconto sotto forma di fiaba del perché il Centro Sollievo Morena è sorto ed esiste.

Altro momento importante della mattinata, il ringraziamento con omaggio di una raccolta rilegata di tutti i numeri del giornalino "I Fiori de Testa" pubblicati in 10 anni, a Francesco Chiodin, l'emozione era palese in tutti noi. C'è stata la possibilità per tutti di visitare i locali e conoscere le attività che vi si svolgono, terminando poi con un rinfresco di ringraziamento.

E per concludere l'ufficialità del decimo anniversario, un incontro con la cittadinanza venerdì 11 ottobre alle ore 20.30 nella sala civica del Comune di Ospedaletto Euganeo dal titolo: "Ladro di Cuori e Memorie: parliamo della malattia di Alzheimer".



IL 2024 AL CENTRO SOLLIEVO MORENA

Un incontro molto partecipato, la presentazione della serata è stata fatta dal presidente dell'Associazione "I Fiori de Testa", dr. Mario Morello, per i saluti istituzionali è intervenuta la dr.ssa Sandra Malparte assistente sociale del Comune di Ospedaletto Euganeo, portando anche i saluti del Commissario Straordinario del Comune. E' intervenuta anche la dr.ssa Elisa Venturini consigliera regionale del Veneto per un saluto.

Ha preso poi la parola il dr. Giuseppe Gambina, medico Neurologo, referente scientifico AFMA (Associazione Familiari Malati Alzheimer) di Verona, intervenendo su "Dalla diagnosi di demenza alla complessità dell'assistenza: informazioni, strategie e comportamenti utili per familiari ed operatori".

Giorgio Soffiantini vice Presidente AFMA, ha parlato della propria esperienza come familiare di una malata di Alzheimer.

Michela, volontaria del Centro Sollievo Morena ha portato la propria testimonianza.

Infine il dr. Mario Morello nella sua relazione ha messo in evidenza come medico di Medicina Generale, alcuni consigli qualora un familiare manifestasse segni e sintomi

che possono far pensare ad una iniziale diminuzione delle facoltà cognitive. Tematiche molto interessanti che hanno determinato curiosità e domande.



Ed infine **Orgoglio:** sì orgoglio perché questa Associazione con i suoi volontari mette impegno, volontà, rispetto, dono di sé, gratuità, facendo delle piccole cose qualcosa di eccezionale, per il bene di persone che sono nella difficoltà della malattia e per contribuire a dare un po' di sollievo alle famiglie. Grazie a tutti i volontari, a chi coordina ed indirizza l'attività del Centro, a chi dedica tempo, capacità ed entusiasmo, grazie ai professionisti che ci affiancano, tutti insieme facciamo vivere questa bella realtà.

Pierina Permunion



MALATTIE NEURODEGENERATIVE E CAREGIVERS

14 ottobre 2024

Quando io e Alessandro abbiamo iniziato il nostro progetto professionale che ha dato vita a Sorsi di Luna, siamo stati accompagnati da "due testimoni silenziosi": il signor Parkinson di mia madre e l'Alzheimer del padre di Alessandro.

Da allora, la nostra vita ha seguito un flusso che ci ha fatto imparare a conciliare le nostre scadenze professionali con l'assistenza, le visite ... la confusione di dover gestire qualcosa che non si controlla né si arresta.

Ciò che mi muove a scrivere questo articolo è portare la mia testimonianza, in una realtà territoriale in cui mi sono spesso sentita persa in una ridicola burocrazia e abbandonata dalle sorde istituzioni. Desidero tuttavia comunicare non quello che non funziona, bensì ciò che mi ha aiutato e mi continua ad aiutare ad alleggerire il carico di stress che piomba addosso alla persona - caregiver - che si prende cura del malato quando arriva la diagnosi.

Nella mia storia, il "destino" è stato molto ironico ... o forse sarcastico. Quando conclusi gli studi universitari laureandomi in Farmacia a Padova, scelsi di portare una tesi bibliografica e gli argomenti che proposi alla Prof che avrebbe seguito la mia tesi furono due: Alzheimer e Parkinson. Allora mia madre non era ammalata. La Prof decretò che "La patogenesi e la terapia del morbo di Alzheimer" sarebbe stato il titolo della mia tesi ed io cominciai il mio arduo compito di ricerca, traducendo articoli da riviste scientifiche.

"Arduo" perchè allora, nel 2003, davvero si sapeva pochissimo sulla malattia. Nel preparare la mia relazione per la commissione di laurea che mi avrebbe esaminato, la mia difficoltà fu proprio quella di creare un discorso mettendo insieme una serie di dati che forse potevano essere correlati nel spiegare una qualche origine della malattia.

Circa dodici anni dopo arrivò la diagnosi di Parkinson di mia madre e quando lessi il risultato degli esami, ricordo che in un battito di ciglia passarono nella mia mente tutta una serie di immagini su quello che sarebbe successo da lì in avanti. In quel momento maledissi il fatto di conoscere, maledissi il fatto di aver studiato farmacia.

La rabbia mi rapì.

In quel momento, per proteggermi, pensavo che il non conoscere nulla sulla malattia avrebbe potuto essere meno doloroso. Il non sapere è un'ottima anestesia.

E poi... un'altra dama che in queste situazioni appare sul palcoscenico delle tue emozioni è la Paura. E la paura ti fa negare o scappare dalla realtà.

Forse le sfide più grandi che ho dovuto affrontare da quel momento sono state due. La prima fu che dovevo accettare di essere emotivamente coinvolta nella malattia togliendomi il camice e l'impersonalità di un sanitario. La seconda, forse ben più grande della prima, fu quella di non essere più una figlia con una madre, ma una figlia che doveva diventare madre per una madre che sarebbe diventata figlia in termini di progressiva non autosufficienza nel movimento.

La mia grande intuizione fu però quella di non nascondere la realtà, ma di parlarne con degli interlocutori che potessero aiutarmi a trovare strumenti in grado di sostenere me, mia madre e la mia famiglia.

All'epoca, già praticavo yoga ed ero insegnante. Una grande risorsa fu proprio questa. Cominciai a usare lo yoga come una terapia, uno strumento da usare quotidianamente per alleggerire la stanchezza, per bilanciare l'umore, per essere lucida nel prendere decisioni efficaci e non dettate dalle reazioni emotive agli eventi. Più il dolore mi strozzava, più era forte la mia puntualità nel svegliarmi alle prime ore del giorno per cominciare la mia sadhana di yoga. E poi avevo le mie amate piante. Ho iniziato a studiare come l'alimentazione condiziona il nostro stato d'animo e la nostra forma mentis, ciclicamente quando sentivo e sento che la domanda esterna è troppo grande per le mie risorse vitali assumo estratti naturali in forma di tinture madri, fiori di bach, oli essenziali.

In tutto questo ho poi aggiunto la danza che fin da bambina mi dava gioia di vivere, allegria.

Dal mondo del Kundalini Yoga e della Shakti Dance® sono poi arrivata alla Brain Longevity™. Mi sono avvicinata alla Brain



Longevity, spinta sempre dalla paura, dalla paura di ammalarmi anch'io, dal momento che molte delle malattie neurodegenerative sono ereditarie. E così durante il covid, mi iscrissi al corso di formazione per imparare a calare la terapia cognitiva nello yoga e trasmettere questo strumento anche ad altri caregiver, diventando Brain Longevity specialist.

Brain Longevity è un marchio registrato dalla Alzheimer's Research and Prevention Foundation di Tucson in Arizona.

Si tratta di un protocollo di prevenzione drug free per le diverse forme di degenerazione cognitiva.

L'approccio della Brain Longevity si fonda su 4 pilastri:

- 1) Nutrizione
- 2) Gestione dello stress
- 3) Esercizio Fisico e Mentale
- 4) Benessere psico spirituale

Il programma della Brain Longevity è rivolto a tutti: non solo agli anziani, ma anche ai giovani e agli adulti in ambito scolastico e/o lavorativo in quanto incoraggia l'auto osservazione e il miglioramento dello stile di vita per la gestione dello stress e la prevenzione delle cause di malattia. Dal 2021 ho introdotto la Brain Longevity nelle classi settimanali di yoga che insegno e ogni anno organizzo un corso di yoga sulla sedia "Yoga senza età" riservato alle persone dell'età d'argento o a chiunque abbia difficoltà motorie.

Ho compreso che le uniche fasi delle malattie neurodegenerative in cui davvero abbiamo il potere di intervenire sono due: la prevenzione e le primissime fasi in cui compaiono i sintomi, siano essi deficit di memoria o perdita di coordinazione.

Fa male sapere che le malattie neurologiche sono spesso nascoste dalle famiglie per vergogna o ignoranza. La malattia non è una colpa, non è un castigo divino. La malattia è una sfida. La malattia è qualcosa che accade. Anche la malattia neurologica accade. Anche la malattia psichiatrica accade. Come accade, il mal di testa, l'influenza ... il mal di denti. Non ci sono malattie tabù. Così come le piante si ammalano anche noi ci ammaliamo: a volte nelle radici, a volte nel tronco, altre volte nella linfa...

Se abbiamo la sufficiente lungimiranza e apertura di cuore per cominciare dei percorsi guidati, la sofferenza sarà attenuata. Se invece attendiamo l'esasperazione dei sintomi per chiedere aiuto alle strutture specializzate... be' allora probabilmente ci bruceremo la possibilità di rallentare la progressione e rischiamo di compromettere anche la nostra salute psicologica che è la cosa più preziosa che abbiamo se vogliamo o dobbiamo assistere. Chiudere la persona malata in casa con l'assistenza h24 non è la soluzione più sicura. Occorre assistenza, ma sono fondamentali anche altri professionisti quali fisioterapisti, psicologi, logopedisti, educatori. Solo se apriamo la nostra visione a dei percorsi specializzati possiamo trovare questo ventaglio di possibilità, passando dalle strutture del nostro territorio.

E ... quando non abbiamo risposta, segnaliamo. Segnaliamo la carenza, segnaliamo sempre e non rassegniamoci mai all'inetitudine e al "pressapochismo".

Trascrivo qui una lista di alcune associazioni del territorio ed enti che possono essere dei punti di riferimento nel dedalo di scarsa informazione che riguarda le malattie neuro degenerative. Tutti questi enti o associazioni ho avuto la fortuna di trovarli quasi sempre con il passaparola, mai una via aperta dai servizi sociali o dai medici a cui mi rivolsi in prima istanza... mai ... ed anche questo è un



aspetto reale del problema.

• www.ifloridetesta.it - associazione di Ospedaletto Euganeo (PD) che si occupa di tutti coloro che non si trovano nella pienezza dei propri mezzi fisici, psichici e sociali. L'associazione è composta da volontari qualificati che organizzano terapia occupazionale e anche terapia cognitiva in alcuni giorni della settimana.

• www.saluseuganea.it - associazione di Este che si occupa dell'attività motoria per persone malate di Parkinson

• www.frescoparkinsoninstitute.com, alla sezione academy organizza cicli di webinar gratuiti per familiari e caregiver, nonché corsi specializzati per la gestione multidisciplinare di una patologia complessa quale la M. di Parkinson

• www.alzheimerfamiliari.it ~ Associazione Familiari Malati di Alzheimer Verona. Organizza conferenze, webinar, dà informazioni sulla gestione delle demenze.

• alzheimersprevention.org & arpf.com associazione americana (Arizona) occupata nell'educazione del pubblico e degli operatori sanitari mediante il programma 4 Pillars of Alzheimer's Prevention e la formazione Brain Longevity®.

Le mie lezioni di Yoga senza età si tengono per il 2024 il mercoledì mattina dalle 9 alle 10 presso Sorsi di Luna. Si può provare gratuitamente, previo colloquio.

Per amministrare il complesso mondo delle emozioni che è la matrice sottile da cui originano tutte le malattie, ho proposto due corsi sulla floriterapia di Bach. Il primo è un video corso online I Fiori dell'Anima che combina la capacità di imparare a osservare e riconoscere i nostri stati d'animo, con il potere alchemico dello Yoga, della danza e delle piante. Il secondo è invece un corso base teorico sui fiori di Bach rivolto a tutti coloro che desiderano imparare a utilizzare i rimedi di Bach per il proprio benessere psichico o per quello dei propri cari. I fiori di Bach o lo yoga non guariscono le malattie neurologiche, ma conoscendo profondamente noi stessi possiamo guarirci e se saniamo noi stessi, possiamo cambiare le cause di malattia nelle generazioni precedenti e nelle generazioni future.

Giovanna



UNA ESPERIENZA AL CENTRO SOLLIEVO MORENA

(testimoniaza presentata al Convegno promosso dall'Associazione I Fiori de Testa in data 11 ottobre 2024 a Ospedaletto Euganeo)



Mi chiamo Michela e sono volontaria al Centro Sollievo Morena da poco più di 3 anni. Sono arrivata qui grazie ad un amico, volontario di prima generazione, che ha cercato di aiutarmi ad uscire da un periodo particolarmente difficile della mia vita in cui l'improvviso troppo tempo libero era per me sinonimo di solitudine. Mi ha offerto l'opportunità di un nuovo scopo, un motivo per uscire di casa e sentirmi ancora utile...

Anche il mio papà ha sofferto della terribile malattia di cui abbiamo trattato questa sera e il mio rammarico più grande è quello di non averlo potuto aiutare come avrei voluto. Impegnarmi in questo centro è per me anche un modo di ricordarlo, di dedicare il mio tempo a chi, come lui, vive questa situazione e dare un po' di sollievo ai familiari, almeno per qualche ora al mattino, consapevole proprio perché l'ho vissuta in prima persona, della difficoltà di gestire per tutto il giorno, questa malattia. Io ho trovato qui amicizia, comprensione, affetto ... e la serenità che solo un gruppo di amici che lavorano insieme, con lo stesso scopo, può dare.

Chi già frequenta il Centro Sollievo Morena conosce tutti i volontari e le persone che qui operano (educatrice, psicologo...) sa che i propri cari trovano ogni giorno un sorriso che li accoglie, una parola rassicurante - mai giudicante - che li mette a proprio agio e sa inoltre che trascorreranno la mattinata serenamente, con persone che li aiutano con gentilezza a contrastare le difficoltà che possono manifestare. Al Centro Sollievo Morena vengono proposte, ogni giorno, varie attività che mirano a stimolare negli ospiti in modo ludico la concentrazione, l'attenzione, il ricordare momenti vissuti e focalizzare quelli del presente, a rapportarsi agli altri con pazienza e rispetto, a volte con argomenti più seri, altre in modo goliardico. Tutti sono coinvolti in momenti di condivisione in cui raccontano aneddoti della loro vita familiare o lavorativa ed altri in cui ascoltano e commentano racconti di vario genere. Vengono proposte inoltre attività manipolative mirate allo stimolo e alla conservazione delle abilità motorie in generale e alla motricità fine, partecipano con entusiasmo ad un

corso di biodanza che promuove il benessere psico-fisico attraverso la musica e il movimento. Vorrei fare osservare qui esposto, un bellissimo pannello decorativo realizzato con i nostri ospiti in occasione del 10° anniversario del Centro Sollievo Morena. Vi invito a leggere i biglietti che vi sono affissi, riportano parole o frasi da loro espresse per dire come percepiscono il proprio tempo trascorso al Centro. Concludo il mio intervento con un invito a chi ha sentito parlare solo questa sera del Centro Sollievo Morena a venire a trovarci, a conoscerci meglio ... invito rivolto ai familiari delle persone che manifestano il disagio dell'Alzheimer e che hanno bisogno di un sostegno, ma anche a coloro che sentono il peso dell'età o che hanno bisogno di condividere piacevolmente la mattinata e magari bere un caffè in compagnia.

E inoltre un invito ad entrare nel gruppo dei volontari rivolto a chi ha un po' di tempo libero da donare agli altri, con la certezza che "fare del bene agli altri è farlo anche a noi stessi".

Da parte mia posso assicurarvi che dopo una mattinata quello che porto a casa è sicuramente più di quanto io possa aver contribuito a fare.

Il sorriso della "nonnina" che mi saluta dicendomi "io ti conosco ma non ricordo il tuo nome" o di un'altra signora che mi dice: "io facevo la sarta ed ero brava, vieni a trovarmi che ti faccio un vestito"... mi ripagano ampiamente della strada e del tempo che dedico loro.

Michela



GRAZIE

Conclusi con tanta partecipazione i festeggiamenti per i Dieci Anni del Centro Sollievo di Ospedaletto Euganeo, ringraziamo di cuore tutti coloro che in qualche modo hanno collaborato, ma ringraziamo molto calorosamente anche chi si è interessato a noi e a quello che facciamo, perché, come dice Papa Francesco, il primo ostacolo da superare nella via dell'amore è l'indifferenza. Grazie e... porte aperte! **Questi i recapiti:**

DICHIARACI IL TUO AMORE

Anche quest'anno nella tua Dichiarazione dei Redditi (Cud, 730 e UNICO) hai la possibilità di fare una donazione con il 5 per mille a favore della Associazione

I FIORI DE TESTA

onlus di diritto, senza alcun onere per il contribuente. E' sufficiente indicare nell'apposito spazio il codice fiscale

91020780283

Questo semplice gesto diventerà una dichiarazione che dà ancor più speranza alle persone a cui offriamo la nostra disponibilità

Associazione iscritta al Registro Unico Nazionale Terzo Settore

I FIORI DE TESTA ODV

cell. 327 7611141

e-mail ifloridetesta@gmail.com

Questi sono i nostri recapiti per la vostra **generosità:**

I FIORI DE TESTA ODV

Conto corrente postale **N.9018975**

Conto corrente bancario
banca di credito cooperativo Prealpi
IBAN: **IT93X0890462562031000000265**

SANTA MESSA

Ogni mese nella Basilica di Santa Maria delle Grazie di Este (Pd) viene celebrata una Messa per i defunti del Centro Sollievo Morena.

Direttore Responsabile: **Michele Santi**

Direttore: **Mario Morello**

Editrice: **Associazione I Fiori de Testa ODV**

Direzione e Amministrazione:

v. P. Nenni, 24 - 35045 Ospedaletto Euganeo PD

cell. 327 7611141

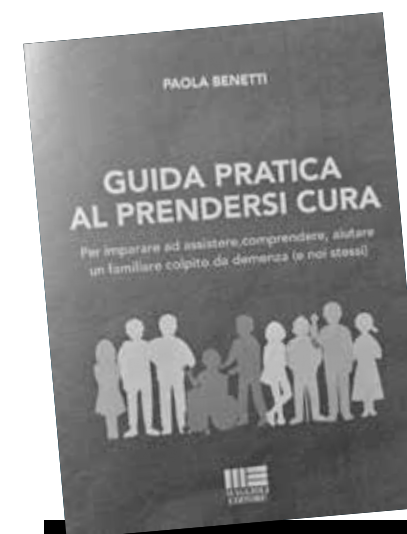
e-mail: ifloridetesta@gmail.com

Stampa: **Editori Fratelli Corradin, Urbana PD**

Rivista online: www.ifloridetesta.it

Registrazione effettuata presso il Tribunale Civile di Padova 17 luglio 2011 n.2276

Assicuriamo la massima riservatezza sugli indirizzi custoditi nei nostri archivi elettronici (come da Dlgs 196/2003). Sono utilizzati esclusivamente per inviare informazioni associative.



UN AIUTO PRATICO PER FAR FRONTE AD ALCUNE DELLE TANTE DIFFICOLTÀ CHE LA MALATTIA CI PONE DI FRONTE



INVESTIMENTO D'AMORE

Al **CENTRO MORENA** di Ospedaletto Euganeo

cerchiamo **VOLONTARI**

per far passare qualche mattinata in serena e allegra compagnia a **“coloro che non si trovano nella pienezza dei propri mezzi fisici, psichici e sociali”**.

È un servizio che **impegna poco**, ma **solleva molto** le persone in difficoltà e le loro famiglie, in cambio **gratifica attraverso la gioia del dono di sé** e di un po' del proprio tempo. Non servono particolari competenze, spesso si mette a frutto ciò che già si sa fare e più soddisfa.



ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO

VIENI A TROVARCI

a Ospedaletto Euganeo
in via P. Nenni, 24,
tutte le mattine dal lunedì al venerdì,
dalle 9.00 alle 12.00

Per info: ifloridetesta@gmail.com



A TUTTI COLORO CHE COLLABORANO PER L'USCITA DI QUESTO GIORNALINO

