

ANNO 4 - N°11 NOVEMBRE 2014

Dulcis in Fundo

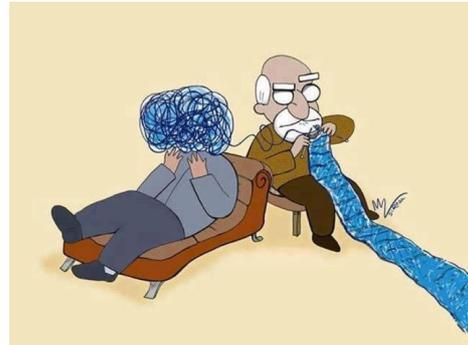
LA RIVISTA MENSILE DELLA QUINTASTELLA



A cura degli Ospiti e della Psicologa

La pagina della Psicologa...

Dott. Rachele di Leo



I caffè Alzheimer, una risorsa per la famiglia

Il primo Alzheimer Café è nato nel 1997 a Leida, Olanda, da un progetto dello Psicogeriatra olandese Bere Miesen, che lo ha pensato come uno spazio informale e de-istituzionalizzato per i malati ed i loro familiari: un luogo accogliente, in cui trascorrere qualche ora insieme, socializzare, e parlare dei propri problemi, con la presenza di operatori esperti. Nelle diverse esperienze che si sono succedute da allora in molti paesi, il Caffè Alzheimer ha avuto interpretazioni diverse, che sono andate dall'occasione di formazione/informazione dei familiari, tipico di un Centro di Ascolto per familiari, a quella di animazione per i malati, tipica di un Centro Diurno. L'avvio di un Progetto di Caffè Alzheimer su un territorio richiede una riflessione sulla natura della rete dei servizi e della rete sociale esistente sul territorio stesso, per evitare di proporre alle famiglie dei malati occasioni che sono già offerte in altra forma oppure, al contrario, di affidare al Caffè Alzheimer obiettivi di sostegno e assistenza che le Istituzioni non sono in grado di offrire.

I bisogni del malato e della famiglia

I bisogni determinati dalla malattia di Alzheimer richiedono risposte diverse, offerte da soggetti diversi con professionalità, ruoli e competenze diverse mirate, non solo alla protezione della salute e alla migliore cura della persona malata, ma anche alla qualità di vita della persona che si prende cura quotidianamente di lei e, più in generale, dell'intero nucleo familiare. Alla Rete dei Servizi spetta l'erogazione di servizi sanitari tempestivi e appropriati, in risposta al diritto alla cura del malato, e servizi sociali e assistenziali, ad integrazione delle risorse familiari nella copertura assistenziale.

L'isolamento sociale

Tra gli effetti della malattia sulla famiglia, oltre ai problemi di compatibilità tra lavoro di cura e lavoro, ai problemi economici derivanti dal costo dell'assistenza, si presentano nel tempo problemi di isolamento sociale, causati da una molteplicità di cause:

- amici e parenti non hanno spesso le risorse per mantenere una relazione con la famiglia, condividendo problemi e sofferenza, e si allontanano progressivamente nel corso della malattia, che copre un arco di tempo di molti anni;
- i familiari stessi favoriscono, più o meno consapevolmente l'isolamento, preoccupati dalle condizioni del malato e impegnati nella cura quotidiana. Diventa difficile per loro chiedere aiuto o delegare, anche parzialmente l'assistenza;
- la società tende a stigmatizzare la persona malata, che viene identificata con la sua malattia, perdendo identità, storia, riconoscimento di competenze;
- la società tende a stigmatizzare anche il familiare del malato, che è identificato con il suo ruolo di cura, perdendo anche lui identità e riconoscimento di bisogni personali;
- per i motivi precedenti, i familiari hanno difficoltà a coltivare relazioni o frequentare luoghi di incontro, coinvolgendo il malato, condizionati da un senso di pudore che li porta a proteggere e non mostrare le sue fragilità.

L'esperienza insegna che, anche se la malattia di Alzheimer ha un carattere progressivo e, allo stato attuale delle conoscenze, inarrestabile, lo stile di vita del malato e le modalità di svolgimento delle attività della vita quotidiana, se appropriati, possono contrastare efficacemente la progressione dei sintomi e il decadimento funzionale. Il Caffè Alzheimer si presenta, a questo proposito, come una palestra di relazione, nella quale è possibile vivere contemporaneamente le tre dimensioni della relazione: relazione malato<->operatore, relazione familiare<->operatore e relazione malato<->familiare. Si tratta dunque di una importante occasione di addestramento alla relazione terapeutica con il malato, finalizzata alla qualità della vita e al mantenimento delle funzioni. In sintesi, si possono individuare nel Progetto Caffè Alzheimer i seguenti obiettivi:

- facilitazione dell'apertura alle relazioni della famiglia del malato;
- coinvolgimento del malato, insieme ai suoi familiari, alle attività proposte, che sono di svago e passatempo;
- rilevazione di bisogni di informazione, consulenza e sostegno della famiglia.
- accoglienza di bambini, per i quali si prevedono attività di gioco, lettura, ecc.
- superamento dello stigma che accompagna il malato e la famiglia

Per chi fosse interessato all'argomento e vuole ulteriori informazioni a riguardo può contattarmi tramite e-mail dileo.rachele@quintastella.it, o venire a trovarmi in struttura dal lunedì al sabato, dalle 9.00 alle 14.00.

Tanti auguri a...



*Adriana A., Mila,
Bianca, Silvana,
Mimma, Regina*

I film in uscita a NOVEMBRE...

Confusi e Felici

Regia di Edoardo De Angelis. Con Luca Zingaretti, Marco D'Amore, Simona Tabasco, Gianpaolo Fabrizio, Massimiliano Gallo Genere Drammatico, produzione Italia, 2014. Durata 94 minuti circa.

Demetrio Perez è un avvocato d'ufficio che difende i delinquenti, i dimenticati, i perdenti. La sua carriera è sfumata con il suo matrimonio, di cui Tea, la figlia, è l'unico bagliore. Rassegnato e inerte, si trascina nella vita, lasciando che siano gli altri a scegliere per lui. In un giorno come tanti a Napoli assiste Luca Buglione, capo camorrista che ha deciso di collaborare con la Giustizia ma alle sue regole. Determinato a recuperare una partita di preziosi diamanti nascosti nella pancia di un toro, Buglione propone a Perez uno scambio. Se l'avvocato lo aiuterà nell'impresa, lui troverà modo e occasione per incastrare Francesco Corvino, giovane camorrista rivale che ha una relazione con Tea. L'amore per la figlia lo esorterà finalmente all'azione, cambiando il suo destino di ignavo.

Regia di David Dobkin. Con Robert Downey Jr., Robert Duvall, Vera Farmiga, Billy Bob Thornton, Vincent D'Onofrio.

Genere Drammatico, produzione USA, 2014. Durata 141 minuti circa. Da giovedì 23 ottobre 2014 al cinema.

Hank Palmer è un avvocato difensore specializzato nel tenere fuori dal carcere i peggiori mascalzoni di Chicago. Molto tempo addietro ha lasciato la nativa Carlinville, cittadina dell'Indiana, perdendo ogni contatto con la famiglia di origine, con l'unica eccezione della mamma. Quando una telefonata gli annuncia che la madre è improvvisamente deceduta, Hank deve fare ritorno a Carlinville e confrontarsi con il suo più acerrimo nemico: suo padre Joseph, giudice della contea, uomo integerrimo e di grande severità, che non ha mai approvato il carattere ribelle e individualista del figlio. A funerale avvenuto, e dopo una serie di scontri verbali con papà, Hank sta per tornare a Chicago e lasciarsi di nuovo la famiglia alle spalle, ma il fratello maggiore Glen lo avverte che "il giudice", come Joseph viene chiamato anche in famiglia, è stato accusato di omicidio. Sarà Hank a difenderlo, o Joseph andrà incontro al suo destino con stoica determinazione?

Le notizie più strane



www.UnSitoACaso.com

Scartata a colloquio di lavoro perché “gli irlandesi hanno natura alcolista”

Ci sono molte forme di discriminazione nella selezione dei lavoratori, e giustamente quando una storia di discriminazione viene alla luce è quasi inevitabile gridare allo scandalo. Quello che è successo ad una giovane irlandese lascia forse ancora più perplessi per la dinamica dei fatti. Katie Mulrenna si era candidata per una posizione di insegnante di inglese in Corea del Sud, per vedersi inaspettatamente rispondere via mail dall'agenzia che “il nostro cliente non assume irlandesi per la natura alcolista della vostra gente”.

Artista dipinge famosi paesaggi con... ruote di bicicletta

Le opere di Thomas Yang sono minimaliste e geniali, ed è la tecnica usata ad essere particolarmente insolita: come “pennelli” infatti Yang usa copertoni di bicicletta, un'idea che gli è venuta per la sua passione per il ciclismo. La collezione è intitolata “100 copie” perché è appunto limitata a 100 pezzi, e rappresenta alcuni dei monumenti ed edifici più caratteristici del mondo, come il Tower Bridge di Londra e la Tour Eiffel. Ogni opera è intitolata e descritto prendendo ispirazione dal mondo della bicicletta: ad esempio, l'opera che rappresenta il Tower Bridge è intitolata “God Save the Bike”, ed è descritta come “Che ci sia traffico, inferno, o acqua alta, nulla fermerà la crescente cultura londinese della bicicletta, grazie alle corsie protette per ciclisti. Ammirate i suoi verdi parchi e l'iconica architettura, compreso il Tower Bridge rappresentato dalle impronte di 11 copertoni”.

La formula matematica della felicità

Filosofi e artisti hanno scritto e composto per anni per spiegare il segreto della felicità: cos'è ? come si raggiunge? Secondo una ricerca dello University College of London, la felicità si sintetizza in una formula matematica. In realtà questa formula non descrive la soddisfazione complessiva per la vostra vita, ma in compenso prevede come il livello di felicità varia quando vinciamo o perdiamo un premio in un semplice gioco. Un primo passo, se non altro. Fondamentalmente, la felicità sembra essere maggiore non quando le cose “vanno bene”, ma quando vanno meglio del previsto. Sono le attese a determinare il livello di felicità, più che i risultati.



...Dalla cucina delle nonne...

Minestrone di farro, fagioli e patate



Dose: 6 persone

Ingredienti

Farro 200 gr

Fagioli borlotti secchi 200 gr

Patate 500 gr
Sedano 1/2 costa
Carote 1
Cipolle 1/2
Aglione 1 spicchio
Basilico qualche foglia
Pancetta di maiale 1 fetta

PREPARAZIONE

Lavare molto bene i fagioli e lasciarli in ammollo per alcune ore. Fare la stessa cosa con il farro. Pelare le patate e la carota e tagliare queste verdure a pezzi. Sciacquare i fagioli e metterli a cuocere in una pentola di acqua fredda assieme alle patate, al sedano e alla carota. Una volta cotte tritarle col passaverdura.

Preparare un soffritto con la pancetta, l'aglio, la cipolla tritata. Frullare anche il soffritto e aggiungerlo al minestrone.

A parte bollire il farro per circa 30 minuti. Poi scolarlo e aggiungerlo al minestrone. Continuare la cottura per altri 30 minuti. A fine cottura aggiungere il basilico spezzettato e regolare di sale.

LA VIGNETTA DEL MESE



I PROVERBI DEL MESE

Per San Martino castagne e buon vino.

Il mese di bruma (cioè novembre), dinnanzi mi scalda, e di dietro mi consuma.

Se di novembre non avrai arato tutto l'anno sarà tribolato.

Se di Novembre tuona l'annata sarà buona.

Novembre bagnato, in aprile fieno al prato.

Trenta di conta novembre, con aprile, giugno e settembre; di ventotto ce n'è uno tutti gli altri ne han trentuno.

Novembre va in montagna e abbacchia la castagna.

La neve di novembre fa bene alla semente.

Novembre gelato addio seminato.

Per i Santi manicotto e guanti.

Ognissanti prende e S.Andrea rende.

Prima o dopo i Morti la burrasca è alle porte.

...E noi vi diamo appuntamento al prossimo mese...