

EIES VIVES



PERIODICO DI INFORMAZIONE DELL'APSP DI FASSA

PERIODICH DE INFORMAZION DE LA APSP DE FASCIA



Non vivo per me, ma per la generazione che verrà



No vive per me, ma per la generazions che vengarà do

SOMMARIO

SUMÈDA

05	Pagine di vita	20	Progettualità
07	Piates de vita	25	Progettualità
10	Pillole di logopedia	30	Pensieri e ricordi
12	Piroles de logopedia	31	Pensieres e recorc
14	Incontri col territorio	32	Cosa cuoce in forno...
16	Scontrèdes col teritorie	33	Che chejel te fornejela...
18	Volontariato	35	Pensieri finali
19	Volontariat	37	Pensieres finèi

UN RINGRAZIAMENTO

A...



ELISA EMILIANI

BARBARA BRAVI

SILVIA NESSI

GIOVANNI DALLAPÈ

CLAUDIO DESILVESTRO

NICOLE PIPIONE

ELISA CASAGRANDA

EMANUELA MONTRASIO

ARIANNA DERIU

MONICA ZULIAN

BOCIO

PAGINE DI VITA

Dott.ssa Barbara Bravi
Presidente APSP di Fassa

Bentrovati

Al nostro consueto incontro annuale con il giornalino.

Riuscire a rispettare l'uscita di un nuovo numero risulta complicato ... ci troviamo sempre più presi dalla burocrazia che sembra non voglia lasciar spazio ad altre attività.

Una nuova edizione di "Eies vives" ci ricorda che un altro anno è passato, con gioie, difficoltà, battaglie vinte e perse, nuove persone entrate nella A.p.s.p. di Fassa, qualcuna rimasta per un periodo, magari attraverso il periodo di sollievo, qualcuna solo per qualche mese, a volte di passaggio perché interessata ad altra struttura, volti che parlano di vissuto con le loro storie di vita, esperienze, curiosità.

Nel 2024 abbiamo attivato un nuovo servizio, dopo aver effettuato la procedura di accreditamento presso le istituzioni competenti. Si tratta del P.I.C.: la presa in carico continuativa diurna. La persona viene accolta in struttura dalle 8.30/9.00 sino alle 17.30 partecipando a tutte le attività e i servizi che la A.p.s.p. offre ai propri ospiti. Per l'accesso occorre rivolgersi allo sportello di Spazio Argento.

Un servizio partito un po' in sordina ma che ora piano piano sta prendendo forza e qualche richiesta sta arrivando. Si tratta sicuramente di un servizio di grande aiuto alle famiglie soprattutto della nostra valle.

Un importante aiuto è dato dalla presenza della nuova psicologa Dott.ssa Paola Maria Taufer che da settembre è un valido supporto per gli ospiti e i familiari.



Nel corso dell'anno sono stati attivati alcuni progetti con l'animazione: la Pet Therapy particolarmente piaciuta ed apprezzata, in particolare dalle persone più fragili portatrici di una qualche forma di demenza. Poi l'arteterapia che ha visto i nostri ospiti trasformarsi in veri e propri artisti divertendosi ad elaborare vari tipi di attività sotto la supervisione dell'arteterapeuta Arianna Deriu curatrice del progetto.

È tornata la nostra polentata estiva in struttura, un momento davvero particolare che ci fa riunire tutti assieme con i familiari per condividere un pasto in allegria e all'aperto con gli occhi rivolti alle nostre meravigliose montagne.

L'estate, la stagione più calda e luminosa, ci vede protagonisti anche di alcune uscite sul territorio a visitare i musei della zona o a prendersi un gelato e/o aperitivo al bar. Ma anche il consueto pranzo "Ta mont" una bella gita in val s. Nicolò con il pranzo offertoci dal comitato organizzatore della festa e cucinato dagli alpini.

Un importante appuntamento è stato lo spettacolo "Attraverso i tuoi occhi". Un emozionante viaggio alla scoperta dell'Alzheimer che ha unito le canzoni con la narrazione.

Anche quest'anno siamo stati presenti ai mercatini di Vigo con un piccolo stand dove si sono potuti trovare i deliziosi biscotti fatti dai nostri ospiti.

Un ringraziamento a tutti i gruppi di varie età che nel corso dell'anno vengono a trovarci animando in diversi modi le nostre giornate, i ragazzi della catechesi, i vari cori, i gruppi folcloristici, i ragazzi della scuola di musica del Pentagramma...

Altri progetti stanno prendendo forma ...ma li scopriremo nel 2025 ormai in corso.

La vita nella casa di riposo è una sfida continua: il reperimento di professionisti, quali infermieri e operatori, rimane il problema principale ma anche problematiche economiche date dal rincaro dei prezzi: è una continua lotta a far quadrare i conti e allo stesso tempo garantire standard di qualità.



Venite in casa di riposo e per favore non chiamatelo "ospizio". Solo così potrete conoscere un mondo straordinario, un po' più lento nei movimenti e nelle risposte ma così ricco di vita e di storie da raccontare.

Abbiamo bisogno di volontari che possano dedicare il loro tempo all'ascolto e alla compagnia. Gli ospiti sono parte integrante della valle di Fassa, protagonisti di una vita ancora attiva pur con i propri limiti ed acciacchi, capaci di emozionarci e regalarci momenti intensi.

Cara comunità di Fassa non dimenticare chi, in questo momento, non può più percorrere fisicamente le strade della valle ma le ripercorre mille volte con la mente e il pensiero.

Un grazie anche ai dipendenti che con professionalità, impegno e dedizione lavorano in struttura e che con entusiasmo, cuore e passione si adoperano in un lavoro delicato come è quello della cura alla persona.

Grazie a tutti quelli che sempre ci sono vicini con un pensiero, una telefonata, un saluto o un regalino.

Saluti di cuore.



PIATES DE VITA

Dotora Barbara Bravi
Presidenta APSP de Fascia

Bentroé a nosc apuntament anuèl co la publicazion de chest picol codejel.

Esser bogh de vegnir fora duc i egn con n numer nef no l é sorì... sion soteré semper de più da la burocrazia che somea no la vobie ge lascèr l post a de outra ativitàes.

Na neva edizion de “Eies vives” ne fèsc recordèr che l é passà n auter an che à portà legrezza, fadies, endesfides olache se à vent e perdù, neva persones vegnudes ite te A.p.s.p. de Fascia, dotrei restèdes chiò per n trat, fosc ence per l trat de temp de confort, zachei de auter demò dotrei meisc, vèlch outa de passaje, percheche i volea jir te n’altra strutura, visc che ne conta de chel che l é stat tras sia stories de vita, esperienzes, curiositàes.

Tel 2024 aon metù a jir n nef servije, do aer fat la prozedura de creditament te istituzions competentes. Se trata del P.I.C.: la tutta a cèria de seghjit de di. La persona la pel ite te la strutura da les 8.30/9.00 scin a les 17.30 e tor pèrt a duta l’ativitàes e ai servijes che l’A.p.s.p. ge sporc a sie ghesć. Per l azes ge vel se oujer al portel de Spazio Argento.

N servije che l é peà via pian pian ma che ades, migol a l’outa, l se renforzea e per chel che zachei l é jà do a domanèr de poder tor pèrt. Se trata ben segur de n servije de gran didament per la families soraldut de noscia val.

Aon abù n gran didament da la neva psicologa d.ra. Paola Maria Taufer che da de setember en ca l é n gran suport per i ghesć e i familières.



Chest an l é stat metù a jir dotrei projec co l’animazion: la Pet Therapy che la ge é pijauda n muie ai ghesć e che la é stata aprijjèda più che auter da la persones più scherpentes che padesc de vèlch sort de demenza. Ma ence l’èrt-terapia, tras chela che nesc ghesć i é doventé artisć e i se à godù a meter a jir ativitàes de desvaliva sort sot la supervijion de l’èrt-terapeuta Arianna Deriu che à endrezà l projet.

D’istà aon endrezà ence noscia marena con polenta, n moment dassen fora de anter olache se binon te strutura coi familières per marenèr duc ensema e a l’averta, coi eies che osserva noscia crepes maraveuses.

D’istà, te la sajon più ciauda e da lum, aon fat ence vèlch raida sul teritorie per vijitèr i musees de raion o per se magnèr n giacin e/o se beiver l aperitif al bar. Ma sion ence stac a marena “Ta mont”, na bela raida te Val S. Nicolò con la marena sporta dal comitat de endrez de la festa e cojonèda dai alpins.

N apuntament dassen emportant l é stat l spetacol “Attraverso i tuoi occhi”. N viac da emozion per descorig l’Alzheimer che à unì cianzons e conties.

Ence chest an aon tout pèrt al marcià de Vich con n picol stand co la pastines cojinèdes da nesc ghesć.

N gran detelpai a duc i gropes de desvaliva età che fora per l an i vegn a ne troèr viventan noscia giornèdes, i bec de la catechesi, i cores, i gropes de folclor, i bec de la scola de musega “Il pentagramma”...

Sion do a endrezèr ence etres projec...ma i descoriron tel 2025.

La vita te cèsa de paussa l é do e do na endesfida: troèr profescionisc, desche infermieres e operadores, l é l problem maor ma l é ence problemes economics che vegn ca dal smaorament di priesc: se stenta a aer n bilanz positif e tel medemo temp a arsecurèr standard de calità.

Vegnì pura te cèsa de paussa e per piajer no stajé a ge dir “ospizio”. Demò coscita podarede cognoser n mondo straordenèr, mingol più leis ti movimenc e te la responetes, ma dassen rich de vita e de stories da contèr.



Aon de besegn de volontères che posse meter a la leta sie temp per scutèr e per ge stèr apede a la jent de età. I ghesc fesc pèr en dut e per dut de Fascia, l é i protagonisc de na vita amò ativa, enceben che con sie limic e magagnes, e i é amò bogh de ne emozionèr e de ne regalèr momenc da sentiment.

Stimé fascegn, no stajé a ve desmentier de duc chi che, te chest moment, no i é più bogh de jir de persona fora per la strèdes de la val, ma che i lo fesc sacotanta outes col pensier.

N gran develope ai dependenc che con profescionalità, empegn e gaisa laora te strutura e che con gran gust, cher e amor se dèsc ju te n lurier delicat desche chel de la cura de la persona.

Detelpai a duc chi che ne stèsc apede con n pensier, con na telefonèda, n salut o n picol don.

Ve salude col cher.



BRICIOLE DI NOI



MIZACOLES DE NOS



PILLOLE DI LOGOPEDIA

La logopedista a domicilio

Dott.ssa Silvia Nessi

Da alcuni anni la nostra APSP di Fassa ha deciso di attivare il servizio di Logopedia per esterni, per offrire la possibilità di avere un servizio per le persone che ne necessitano in valle, seppur a pagamento.

Viste le problematiche che si sono evidenziate nel raggiungere la struttura, ha deciso di attivare il servizio anche a domicilio, sempre per i pazienti di Fassa, in particolare per le persone con scarsa mobilità o in cure palliative, cercando di collaborare il più possibile con le attività domiciliari territoriali già presenti.

Ma perché il servizio a domicilio?

Il servizio domiciliare ha lo scopo di aiutare le persone in condizione di non autosufficienza (disabilità), di fragilità e con patologie in atto, o esiti delle stesse, che necessitano di cure, per porre un adeguato supporto familiare o informale.

Cosa può fare la logopedista a domicilio?

La logopedista può, ad esempio:

- valutare e trattare le alterazioni del linguaggio di tipo afasico, disartrico o dementigeno;
- attivare percorsi di stimolazione cognitiva;
- stendere, anche in equipe con altri professionisti, un piano assistenziale finalizzato al miglioramento della qualità di vita;
- monitorare i disturbi presenti nel tempo, in particolare le problematiche deglutorie, per attuare i giusti adattamenti;
- effettuare consulenza, educazione e supporto ai familiari, in particolare nella terminalità e nelle cure palliative, specificatamente per i problemi di deglutizione e di disfagia;
- informare i familiari riguardo le migliori strategie per gestire l'alimentazione a domicilio;
- fornire indicazioni utili per la cura dell'oralità e dell'igiene orale.





Quali sono i vantaggi di essere seguiti a domicilio? La persona assistita potrà incontrare minori rischi, costi e difficoltà derivanti dagli spostamenti (a volte impossibili); potrà migliorare la sua prestazione trovandosi in ambiente conosciuto e familiare; sarà più semplice individuare i bisogni reali, permettendo la personalizzazione delle cure e l'adattamento alla vita reale della persona.

Il logopedista potrà effettuare una valutazione più approfondita degli aspetti funzionali, sociali, assistenziali e ambientali della salute del paziente, cioè comprendere i problemi che potrebbero non essere evidenti in un ambiente clinico; potrà comprendere realmente il coinvolgimento dei caregiver e le necessità familiari.

Nella propria casa diviene più semplice affrontare argomenti delicati, come le preferenze in fase di fine vita, grazie a una maggiore vicinanza ed empatia.

In questo modo i caregiver avranno minore frustrazione e stress.

Il servizio domiciliare, seppur a pagamento, è quindi una ottima occasione per migliorare l'assistenza agli abitanti del nostro territorio, spesso isolati dai meccanismi di cura a causa di lunghe distanze.



PIROLES DE LOGOPEDIA

La logopedista a cèsa

Dotora Silvia Nessi



Da vèlch an en ca noscia APSP de Fascia l'à decidù de meter a jir l servije de Logopedia per jent che no stèsc te cèsa de paussa, per ge dèr l met a la persones che à de besegn de chest servije de se n emprevaler, enceben che a paament.

Vedù i problemes palesé dai utenc che i stenta a ruèr te strutura, l'APSP à decidù de meter a jir l servije ence a cèsa, semper per i pazienc de Fascia, soraldut per la jent che stenta a se mever o che fèsc cures paliatives, chierian de colaborar pù che l é meso co la ativitàes a cèsa jà en esser sul teritorie.

Ma perché pa l servije a cèsa?

L servije a cèsa se met dant de didèr fora la persones che no pel per se (con vèlch pediment), scherpentes e che padesc de patologies, o con efec de la medemes, che à de besegn de cures, per ge sporjer n didament a la families o ence no formal.

12

Che pelega fèr pa la logopedista a cèsa?

La logopedista pel, per ejempie:

- valutèr e tratèr la mudazions de sort afasica, disartrica o de demenza tel rejonèr;
 - meter a jir percorsc de stimolazion cognitiva;
 - meter ju, ence adum con de etres profescionisc, n pian assistenzièl che serf per miorèr la calità de la vita;
 - tegnir sot control i pedimenc col passèr del temp, soraldut i problemes a engiotir, per poder meter a jir soluzions adatèdes;
 - ge sporjer consulenza, educazion e suport a chi de cèsa, soraldut tel ultim trat de temp de vita e te la cures paliatives, soraldut per i problemes a engiotir l magnèr e a beiver;
 - ge portèr dant a chi de cèsa la strategies miores da meter a jir per gestir l'alimentazion a cèsa;
- dèr indicazions utoles per la cura de la oralità e de la igiene de la bocia.





Te majon l'é più sorì ge fèr front a costions più delicades, desche l'voler de na persona che é do a morir, de gra a na maor vejinanza e empatia.

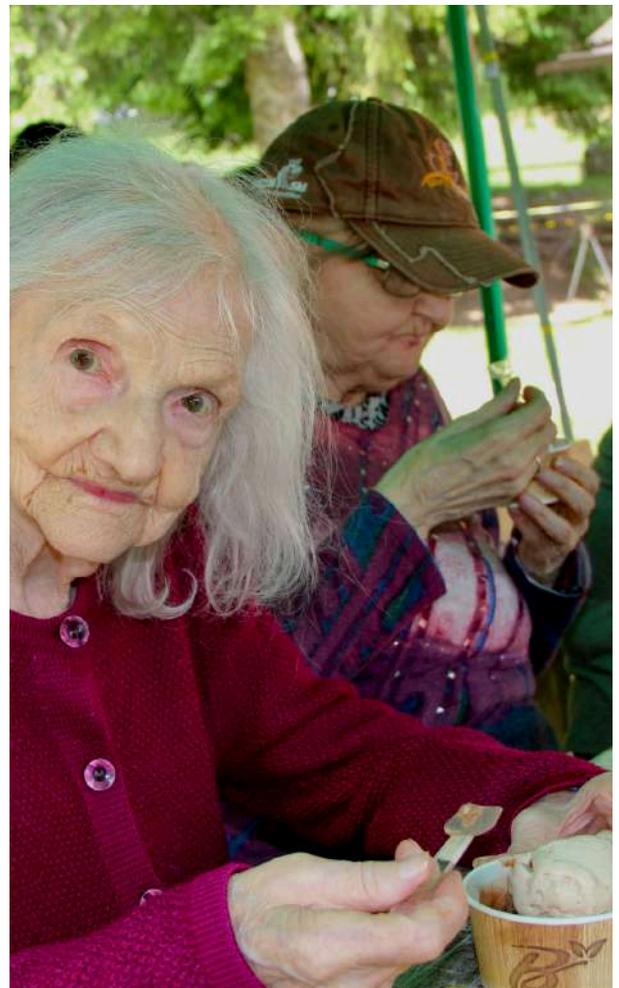
A chesta vida i cargiver i sarà manco demoralisé e i arà manco stress.

L servije a cèsa, enceben che a paament, l'é donca na bona ocajion per miorèr la cura di sentadins de nosc teritorie che da spes i é isolé dai mecanismes de cura percheche i vif dalonc da la strutura.

Che ge joel pa al utent che se emprevèl del servije a cèsa?

L utent l'arà manco risesc, manco speises e l'farà manco fadia a se spostèr (vèlch outa no l'pel se mever); l'podarà miorèr sia prestazion stajan te n lech che l'cognosc e olache l'é usà a stèr; sarà più sorì troèr fora i besegnes reèi, se podarà personalisèr la cures e les adatèr a la vita reèla de la persona.

L logopedist l'podarà fèr na valutazion più fona di aspec funzionèi, sozièi, assistenzièi e ambientèi de la sanità del pazient, donca capir i problemes che, se se fossa te n ospedèl, fosc se stentassa a veder; te chesta valutazion se podarà tor ite i caregiver e i besegnes de la familia.



INCONTRI COL TERRITORIO

Attraverso i tuoi occhi

Musicoterapista Giovanni Dallapè

Il mio lavoro di musicoterapista, che svolgo dal 2020 presso il Centro Diurno Alzheimer della Civica di Trento, mi ha dato l'opportunità di confrontarmi con molte storie di vita, permettendomi di conoscere non solo gli aspetti legati alla malattia degli utenti, ma anche le loro storie personali e quelle delle loro famiglie.

Dopo quattro anni di lavoro, ho voluto raccogliere ed elaborare questi vissuti ed emozioni attraverso lo strumento che conosco meglio e che utilizzo in questo contesto, per raccontare cosa spesso si cela nella vita delle persone con demenza e dei loro familiari.

Credo sia fondamentale offrire a chi si occupa della cura quotidiana una visione più globale che mostri la malattia dal punto di vista del malato, il quale, non sempre consapevole della drammaticità della situazione, riesce comunque a trovare momenti di gioia, in questo caso grazie alla musica.



Grazie a questa esperienza è nato uno spettacolo dal titolo “Attraverso i tuoi occhi”, frutto della scrittura di alcune canzoni e di un racconto che rappresentano il punto di vista del malato e delle persone a lui più vicine: in questo caso, la moglie e il figlio.

Il protagonista dello spettacolo è Marco, un uomo di 68 anni. La nuova fase di vita che sta attraversando lo ha portato a scoprire la musica sotto una nuova luce, elemento fondamentale per mantenere il legame con il suo grande amore, la moglie Anna.

Lo spettacolo ha l'obiettivo di portare lo spettatore ad una conoscenza più approfondita della malattia di Alzheimer e di come la musica sia uno strumento importantissimo per accompagnare le persone che ne soffrono. Il suono, il canto e le parole sono in grado di mantenere viva la parte d'identità più profonda ed avere l'opportunità di trovare nuove vie d'espressione, abbattendo le barriere imposte dalla malattia.

È importante sensibilizzare la popolazione sull'importanza dell'approccio relazionale nella cura, sia per i familiari che per gli operatori che lavorano quotidianamente in queste strutture. È fondamentale provare ad accogliere il punto di vista dell'altro per restituire dignità e comprendere in profondità i suoi bisogni.

Durante lo spettacolo, spesso vedo occhi che si illuminano, mani che si stringono, sorrisi che affiorano. In quei momenti, mi ricordo che la musica non guarisce, ma connette. E quella connessione, tra chi resta e chi sta lentamente andando via, è un ponte prezioso. È lì che nasce il senso più profondo di quello che facciamo. Ed è lì che la malattia, per un attimo, smette di avere l'ultima parola.



SCONTRÈDES COL TERITORIE

Attraverso i tuoi occhi

Musicoterapista Giovanni Dallapè

De gra a mie lurier de musegaterapista, che mete a jir dal 2020 en ca aló dal Centro Diurno Alzheimer de la Civica de Trent, me é embatù te sacotanta stories de vita che me à dat l met de cognoscer no demò i aspec coleé a la malatia di utenc, ma ence sia stories personèles e cheles de sia families.

Do cater egn de lurier é volù meter adum e lurèr fora chesta esperienzes de vita e emozions tras l strument che cognosce miec e che doure te chest contest, per contèr chel che tropa outes fèsc pèrt de la vita de la persones che padesc de demenza e de chi de cèsa.

Peisse che sie n muie emportant che la persones che rencura duc i dis zachei che padesc de Alzheimer posse aer na vijion più globala che mosce la malatia dal pont de veduda del malà, che no semper l à consaputa de sia situazion ma che l é bon de aer momenc de ligreza, te chest cajo de gra a la musega.

De gra a chesta esperienza l é vegnù fora n spetacol che à inom “Attraverso i tuoi occhi” olache l é stat scrit ju dotrei cianzons e na storia che raprejentea l pont de veduda del malà e de la persones che l à più tel cher: te chest cajo, sia femena e l fi.

L protagonist del spetacol à inom Marco, n om de 68 egn. La neva fasa de vita che l é do a viver ge à fat descorig la musega da n auter pont de veduda, element fundamentèl per mantegnir l leam con sie gran amor, sia femena Anna.

L spetacol se met dant de ge fèr cognoscer avisa la malatia de Alzheimer al publich e de ge fèr entener che la musega l é n strument zis emportant per ge stèr apede a chi che n padesc. L son, la ciantia e la paroles à la capacità de no fèr morir la pèrt de identità più fona e de poder troèr de neva formes de esprescion, col jir sorafora i limic che à chesta malatia. L é dassen emportant sensibilisèr la popolazion su la emportanza de la relacions te la cura, tant per chi de cèsa che ence per i operadores che duc i dis laora te chesta strutures.

L é dassen emportant proèr a entener l pont de veduda de l'otra persona per ge dèr degnità e entener sie besegnes.

Endèna l spetacol, veide manaman da spes eies lustres, mans che se tocia e grignoc. Te chi momenc me recorde che la musega no la varesc, ma la coleea. E chest coleament, anter chi che resta e chi che pian pian se n va, l é n pènt prezious. L é aló che troa sie fundament chel che fajon, e l é aló che la malatia, per n moment, no à la soramessa.



BRICIOLE DI NOI



MIZACOLES DE NOS

Ciao,
mi chiamo Claudio Desilvestro, sono originario di Mazzin ma vivo a Pera da quasi 40 anni. Suono la fisarmonica da quando avevo 7/8 anni ed ho sempre avuto tanta passione per la musica.

La primavera scorsa mi ha contattato Serena per chiedermi se potevo concedere qualche ora del mio tempo per donare un sorriso e un po' di allegria agli ospiti della Ciasa de Pausa di Sen Jan con la mia fisarmonica. Devo dire che la proposta mi ha entusiasmato e ho subito accettato.

Ormai è quasi un anno che svolgo questo servizio di volontariato e ne sono entusiasta.

La musica è una terapia che fa bene al cuore e all'anima e chiunque la suoni oppure l'ascolti, la canti o la balli ne riceve beneficio.

Vedere i miei amici "nonnetti" che cantano (e chi è ancora in forze balla) sulle note della mia fisarmonica non è solo gratificante, mi dà una grande gioia il vederli sorridere e cantare.

È solo un'oretta e poco più a settimana ma è un momento di ricarica sia per me che per loro e magari anche per gli operatori che lavorano qui tutta la settimana dando se stessi per accudire e assistere nel migliore dei modi gli ospiti.

Ci sono tante persone che offrono il loro tempo per i nostri anziani per fare un po' di compagnia, tenere loro la mano; ci sono bambini e adulti di vari cori che vengono a cantare per loro e a fare tante altre attività e sono sicuro che tutti alla fine escano da questa casa soddisfatti per quello che hanno dato e gratificati per quello che hanno ricevuto.



VOLONTARIATO

La musica di Claudio

Volontario dell'APSP di Fassa
Claudio Desilvestro

A volte basta poco per rendersi utili e fare felice qualcuno, basta volerlo ed il tempo lo si trova sicuramente da qualche parte.

Purtroppo, succede anche che da una settimana all'altra quando torno a suonare qualcuno non c'è più e non è più fra noi ma da lassù sicuramente continuerà a cantare le belle canzoni di una volta e io sono felice di aver donato loro qualche ora di allegria.

A Natale mi sono offerto di esibirmi in un piccolo concerto di musiche natalizie con il flauto di Pan, strumento a fiato dalla melodia molto dolce, e credo sia stato apprezzato da tutti i presenti.

Il Signore mi ha dato il dono della musica e io continuerò a offrirlo anche ai miei amici anziani finché potrò e fino a quando riusciranno a sopportarmi.



VOLONTARIAT

La musega de Claudio

Volontèr APSP de Fascia
Claudio Desilvestro



Ciao,
é inom Claudio Desilvestro, son da Mazin ma l é beleche 40 egn che stae a Pera. Sone l orghen da mantech da canche aee 7/8 egn e é scialdi abù n gran amor per la musega.

L an passà d'aisciuda me à chiamà Serena e la me à domanà se aesse podù dedichèr dotrei ores per ge donèr n grignot e n moment de legreza ai ghesc de la Cèsa de Paussa de Sèn Jan sonan mie orghen da mantech. Cogne ben dir che chesta proponeta la me à n muie engaissà e é tost azetà.

L é beleche un an che sporje chest servije de volontariat e son n muie content de chest.

La musega l é na terapia che ge fèsc ben al cher e a l'ènema e l é de gran joament per duc chi che sona, scouta, cianta o bala.

Canche veide mie peconc "de età" che cianta (e chi che l é amò bon, che bala) scutan l son de mie orghen son content e contenton e me fèsc tant de cher i veder grignèr e ciantèr.

L é ben demò mingol de più che una ora en setemèna ma chest l é n moment, tant per me che per ic, ma fosc ence per i operadores che laora chiò duta la setemèna e che se dèsc ju per secodir e rencurèr miec che l é meso i ghesc, che te dèsc gaisa per jir inant.

L é n muie de jent che met a la leta sie temp per nesc veiac per ge fèr compagnia, per ge tegnir la man; l é bec e jent grana de desvalives cores che vegn per ge ciantèr cianzons e per fèr n muie de outra ativitèdes e son spervajo che duc a la fin se n va da chesta cèsa bie contenc per chel che ge é stat dat. Vèlch outa no ge vel n muie per esser de utol e per fèr content zachei, bèsta demò l voler e l temp ben segur se l troa.

Purampò sozet ence che da na setemèna a l'outra, canche vegne endò a sonèr, zachei l é mort e no l é più chiò co nos, ma sun Paradis ben segur l seghitarà a ciantèr chela bela cianzons da zacan e son content de ge aer donà n moment de ligreza.

Da Nadèl é volù me meter a leta per endrezèr n picol concert de cianties da Nadèl sonan l flaut de Pan, strument a fià da chel che vegn fora n son zis douc, e pèrto mia l é stat n miue aprijà da duc chi che l era aló.

L Segnoredie me à donà l don de la musega e gé seghitaré a ge l sporjer ence a mie amisc de età fin canche saré bon e fin canche i me soportarà.



PROGETTUALITÀ

Zampe Amiche

Nicole Pipione
Elisa Casagranda



Nicole

Nell'estate del 2024 ho avuto la grande occasione di partecipare ad un progetto di pet-therapy con alcuni dei nostri ospiti. Avevo già sentito parlare di questa "terapia assistita con gli animali" ma non mi era mai capitato di poterla vivere in prima persona. E nel momento in cui ne ho avuto l'opportunità, beh... ne ho capito veramente il valore. Durante gli incontri, la coadiuttrice Elisa con i suoi due splendidi cani Arya e Vaniglia svolgeva delle attività che coinvolgevano l'ospite: spazzolare il cane, giocare con lui, accarezzarlo, dargli da mangiare e da bere. Io avevo il compito di osservare i cambiamenti che il rapporto con il cane portava nella persona. E quello che ho notato è stato vedere protagonisti in ogni incontro le emozioni. Ogni singolo gesto, contatto, ogni singola relazione con l'animale, faceva nascere in ognuno degli ospiti delle emozioni. Felicità, tranquillità, calma. Ma anche tanto divertimento! Alcuni ospiti avevano avuto nella loro vita dei cani e questo ha fatto riaffiorare in loro vecchi ricordi che hanno portato anche una piccola lacrima. Altri all'inizio avevano paura ma poi hanno imparato a lasciarsi andare, capendo come anche solo una carezza potesse portare quel senso di tranquillità. Vedere quanto un animale possa dare beneficio ad una persona, con gesti veramente semplici, mi ha fatto tanto riflettere. Mi ha fatto capire quanto valore sta nella semplicità dei gesti e quanta gioia potesse dare questo alle persone. Soprattutto persone come i nostri ospiti, ai quali quel sorriso, quel gesto e quella zampa in più può significare tanto!

Elisa

Ho iniziato questa esperienza nella casa di riposo di Vigo di Fassa nel mese di giugno. Ogni nuovo progetto mi entusiasma ma questo mi creava anche un po' di agitazione, le ore di macchina (quasi 3) tra andata e ritorno e la mia prima T.A.A. (terapia assistita con gli animali) Nonostante i dubbi iniziali ho iniziato il progetto perché sempre guidata dalla voglia di imparare e mettermi in gioco. Diciamo che le ore di macchina sono passate subito in secondo piano rispetto alla meraviglia dei paesaggi delle valli di Fiemme e Fassa, dei quali ho goduto durante i tragitti. Ricordo che appena varcate le porte della RSA con le mie colleghe a quattro zampe sono stata subito accolta dai sorrisi degli ospiti. Ecco sono quelli che mi ricordano ogni volta perché faccio questo lavoro. All'ingresso c'erano anche le animatrici che mi hanno subito messa a mio agio, Nicole mi ha accompagnata durante tutto il percorso e si è instaurato da subito un bel feeling. L'ambiente di lavoro è fondamentale. I cani percepiscono subito i nostri stati d'animo. Sono stati 12 incontri, in ognuno ho avuto la fortuna di conoscere delle persone che hanno condiviso con me parte della loro vita, dei loro ricordi, ma anche le loro debolezze. Riesco a fare tutto ciò grazie alle mie colleghe più fidate: Arya, la pacata, gentile e golosa labrador e Vaniglia instancabile, anche un po' irrequieta ma con una grandissima sensibilità. È grazie a loro se riesco (o almeno ci provo) a entrare in contatto con chi ho di fronte. Non sono molto brava a scrivere, ma spero si percepisca che sì, questa realtà circondata dalle Dolomiti mi è rimasta nel cuore.



PROGETTUALITÀ

I colori dell'Anima

Emanuela Montrasio
Arianna Deriu



**“Le piume volano, i pensieri anche, ma sono più pesanti”
riflessione di Maria L.
Il viaggio delle emozioni attraverso l'arteterapia.**

Emanuela

Ogni mercoledì, negli spazi silenziosi del terzo piano della nostra casa di riposo, si è svolta un'attività speciale, un viaggio creativo che ha coinvolto dieci ospiti, condotto dall'arteterapeuta Arianna, che insieme a me ha dato a ciascuno l'opportunità di esplorare e valorizzare le proprie emozioni attraverso il linguaggio universale dell'arte.

Il percorso non è stato semplice, dodici sedute di un'ora e mezza ciascuna. Inizialmente, gli ospiti si sono avvicinati con scetticismo e diffidenza, temevano di non essere in grado di svolgere le attività artistiche ed erano molto critici nei confronti dei propri elaborati. Il disinteresse iniziale e il timore di non riuscire a esprimersi con il colore e la forma erano palpabili. Tuttavia, con pazienza, tanto impegno e la nostra costante vicinanza emotiva, hanno iniziato a superare le proprie resistenze interiori, aprendosi gradualmente all'espressione artistica.

Ogni seduta iniziava con un momento di rilassamento: musica, semplici esercizi di respirazione, che aiutavano a creare un'atmosfera di tranquillità e introspezione, il primo passo per prepararsi all'esperienza profonda e trasformativa.

Abbiamo iniziato con l'esplorazione sensoriale e manipolato elementi naturali, piume colorate, giocato con bolle di sapone, simbolo di leggerezza e libertà. Simulato le onde del mare, utilizzando un telo e palloncini e si è creata un'atmosfera di movimento che ha liberato la mente di tutti e sono emerse nuove sensazioni. Ogni incontro ci ha portato a esplorare molteplici temi, idee e materiali differenti, sempre con l'obiettivo di stimolare la consapevolezza e l'espressione personale. Ogni volta, ci siamo lasciati guidare dalla curiosità di scoprire come, attraverso l'arte, fosse possibile dar voce a mondi interiori spesso inesplorati, mettendo in gioco la creatività in maniera sempre nuova e sorprendente.

Una delle giornate più significative è stata quella del “messaggio segreto”. Ogni ospite ha trovato come sorpresa un pensiero positivo che era stato scritto su un piccolo foglio, inserito da noi, dentro un palloncino che abbiamo scoppiato insieme durante l’attività. Da quella simbolica “bottiglia” è nato un seme, rappresentante dei pensieri positivi piantati nel cuore di ciascuno. Da quel seme è cresciuto attraverso i loro disegni, un albero, simbolo del radicamento delle emozioni nella consapevolezza e della capacità di elevare le nostre speranze verso l’alto, come rami che si estendono verso il cielo. Ognuno ha dato vita e colore al proprio giardino interiore.

A conclusione dell’esperienza, hanno colorato una pietra che simboleggiava la base di questo cammino di consapevolezza. Ogni pietra, unica e personale, rappresentava la solida fondazione su cui ci piace pensare che abbiano costruito lentamente la propria fiducia e la capacità di esprimersi liberamente.

I risultati non sono stati immediati, ma gradualmente gli ospiti hanno acquisito fiducia, lasciandosi andare al flusso della creatività. La trasformazione è diventata visibile non solo nei lavori artistici, ma anche nel loro atteggiamento: da critici severi verso sé stessi a sorrisi di soddisfazione e gratitudine. Il laboratorio è diventato uno spazio sicuro, un cerchio di armonia in cui si è creata una connessione reciproca, un momento sacro.

L’arteterapia è stata per tutti noi un’opportunità unica per esplorare insieme il mondo delle emozioni e riscoprire il valore del gioco e della bellezza attraverso l’arte. Non è stato solo un momento di creatività, ma un nuovo modo di entrare in relazione con sé stessi e con gli altri.

Questo percorso, che ci ha visti insieme ogni settimana, non è solo un ricordo, ma si è trasformato per ognuno di loro, in un diario personale, dove sono stati raccolti gli elaborati e alcune immagini fotografiche dell’esperienza. Ogni tratto colorato, ogni onda immaginaria, ogni messaggio segreto rimarranno impressi nei cuori di chi ha partecipato e di chi ha creduto nella forza terapeutica dell’arte e della condivisione.

In un mondo che spesso corre veloce, il laboratorio di arteterapia ha rappresentato un’opportunità per fermarsi, ascoltare, riflettere e crescere insieme. E questo, alla fine, è ciò che rimarrà: il nostro piccolo, colorato giardino di emozioni, che ci accompagnerà sempre, seppur le pennellate si siano per ora fermate.





Arianna

Questa esperienza ha rappresentato per me una prima volta: era la prima volta che guidavo persone anziane in un percorso di arteterapia. Sapevo sin dall'inizio che sarebbe stata una sfida stimolante, e così è stato. Ogni laboratorio è stato un invito a superare le loro resistenze, progettando attività che potessero aiutarli a conoscersi, esplorare le loro emozioni e sentirsi completamente a loro agio. Questo era il mio obiettivo più grande.

Nonostante le difficoltà iniziali, è stato incredibile assistere al loro cambiamento. Da un atteggiamento di timore e insicurezza sono passati a vivere ogni incontro come un momento atteso e prezioso. Con il tempo, hanno imparato a lasciarsi andare, trovando nel laboratorio uno spazio sicuro dove poter esprimere ciò che sentivano con autenticità e libertà.

È stata una scoperta meravigliosa osservare questa trasformazione, vedere i loro volti illuminarsi di soddisfazione e i loro sorrisi affiorare, riflessi nei colori e nelle forme che creavano.

Da questa esperienza porto con me un insegnamento profondo: per quanto io abbia dato, loro mi hanno restituito qualcosa di ancora più grande. La forza dei loro sorrisi, il coraggio che hanno mostrato nel mettersi in gioco e la connessione autentica che si è creata resteranno un ricordo indelebile nel mio cuore.

L'arte non ha solo trasformato loro, ma anche me, ricordandomi quanto sia potente creare spazi in cui emozioni e relazioni possano fiorire dando vita a un giardino meraviglioso.





PROGETTUALITÀ

Ciates Amiches

Nicole Pipione
Elisa Casagranda



Nicole

Via per l'istà 2024 é abù la gran ocajion de tor pèrt a n projet de pet therapy con valgugn de nesc ghesć. Aee jà sentù rejonèr de chesta "Terapia co la besties" ma no é mai abù l met de la proèr. E canche l é ruà l moment, beh... é entenù dalbon sia valuta. Endèna la scontrèdes, la coadiutora Elisa con sie doi cians maraveousc Arya e Vaniglia la metea a jir ativitèdes col ghest: sbroschèr l cian, fèr da mat con el, l slizièr, ge dèr da magnèr e da beiver. Gé cognee osservèr i mudamenc che l raport col cian fajea vegnir fora te la persona. E chel che é vedù, l é stat che te ogne scontrèda la emozions era la protagonistes. Ogne moviment, contat, ogne conescion co la bestia, fajea vegnir fora te ogne ghest vèlch emozion. Contenteza, pèsc e serenità. Ma ence tant spas! Zachei de chisc ghesć te sia vita aea abù cians e chest a fat vegnir fora sie veies recorc compagné ence da vèlch picola lègrema. E tres tel scomenz à abù pourea ma do i se à lascià tor ite, cò i à entenù che ence na picola aicia podea ge dèr serenità. Poder entener contant ben pel fèr na bestia a na persona, tras picoi movimenc me à fat pissèr trop. É entenù l valor che l é ite te ogne picol moviment e contanta legrezza pel ge dèr chest a la persones. Soraldut persones desche nesc ghesć, per chi che chel grignot, chel moviment e chela piauta en più, pel aer n gran significat!

Elisa

È scomenzà via chesta esperienza te cèsa de Paussa de Vich via pe l meis de jugn. Ogne projet nef me engaisa, ma chest me metea ence mingol de cruzie, la ores te auto (beleche 3) anter jir e vegnir e mia pruma outa de T.C.B. (terapia compagnèda con besties). Enceben che tel scomenz é abù dubies, é scomenzà via l projet engaissèda da la voa de emparèr e proèr esperienzes neves. Dijon, che canche é vedù la beleza di paesajes de Fiem e Fascia che é podù me godèr endèna mie viages, la ores de auto non les à abù più n gran peis. Me recorde che cò son ruèda ite per usc de la Cèsa de Paussa con mie coleghes cians, ló che ne spetà l era i ghesc con sie grignoc. Embendapò chisc l é chi che me recorda duta la outes, percheche fae chest mestier. A l'entrèda l era ence la animatores che les me à fat subito sentir a cèsa, Nicole me à compagnà endèna dut l percors e subito aon leà. L ambient de lurier l é dassen emportant, i cians i sent nosc esser. É fat 12 scontrèdes, ogne outa é abù la fortuna de cognoscer persones che à volù spartir con me na pèrt de sia vita, de sie recorc, ma ence sia poures. Son bona de fèr dut chest de gra a mia coleghes più fideiles; Arya, labrador, chela chieta, jentila e golousa e Vaniglia: gaerta e ence mingol petrignousa ma co na gran sensibilità. L é de gra a eles se son bona (o amancol proe) de troar na conscion con chi che é tedant. No son n muie brava a scriver, ma spere de esser stata bona de fèr entener che chesta realtà te anter la Dolomites la me é restèda tel cher.



PROGETTUALITÀ

I colores de l'Ènema

Emanuela Montrasio
Arianna Deriu



**“La piumes les sgola,
i pensieres ence, ma i
peisa de più” pensier
de Maria L.
L viac de la emozions
tras l'èrt-terapia.**



Emanuela

De mercol, tel terz pian de noscia cèsa de paussa olache l'é dut bel chiet, l'é stat metù a jir n'atività fora de anter, n viac creatif a chel che à tout pèrt diesc ghesc, gesti da l'èrt-terapeuta Arianna che, co me, ge à dat l met a duc chi che à tout pèrt de descrire e de valorisèr la emozions tras l lengaz universèl de l'èrt.

L percors no l'é stat sorì, doudesc sentèdes de na ora e mesa l'una. Timpruma i ghesc i era dubiosc e mingol desfidenc, i pissèa de no esser bogh de fèr ativitèdes artistiches e chel che i aea fat no l ge saea mai bel assà. Al scomenz se entenea che i era dejenteressé e che i aea tema de no esser bogh de se fèr entener tras l color e la forma. Aboncont, con pazienza, gran empegn e ge stajan apede, i à scomenzà a aer più fiduzia te chel che i fajea e mingol a l'outa i é stac bogh de fèr veder chel che i proèa tras l'èrt.

Ogne scontrèda la scomenzèa con n moment per se destener: musega, ejercicios scempies per tirèr l fià, che didèa a creèr na atmosfera de pèsc e de introspezion, l prum vèrech per se enjgnèr a chesta esperienza fona e de mudament.

Sion ponté via co la esplorazion sensorièla e aon tocià elemenc naturèi, piumes colorèdes, aon fat da mat co la boles de saon, simbol de lejiera e libertà. Duran na teila e balons aon creà l rumor de la ones del mèr soscedan na atmosfera de moviment che à chietà ju i pensieres e che à fat vegnir fora de neva sensazioni. Te ogni scontrèda aon podù descrire sacotenc argomenc, idees e materièi desvalives, scialdi con chela de stimolèr la consaputa e la esprescion personèla. Ogni outa siane curiosc de descrire co, tras l'èrt, se posse palesèr sentimenc che vegn fora da chièr, desfrutan la creatività a na vida semper neva.

La dì più significativa l'è stat chela del "messaje secret". Ogne ghest à troà n pensier positif che l'era stat scrit sun n picol sfoi, che aon metù ite te n balon che aon fat scopièr ensema endèna l'atività. Da chela "batalia" simbolica l'è nasciù na semenza che raprejentea i pensieres positives semené tel cher de vigniun. Chela semenza à fat nascer, tras i dessegnés fac, n èlber, l simbol de la emozions che à metù ju sia reijes fones te la consaputa, e de la capacità de fèr jir en aut noscia speranzes, desche i rames de n èlber che se slongia envers l ciel. Duc ge à dat vita e color al vidor che i à daite.

Per serèr su chesta esperienza, i ghesc' à depent n sas, l simbol del scomenz de ch'est viac de consaputa.

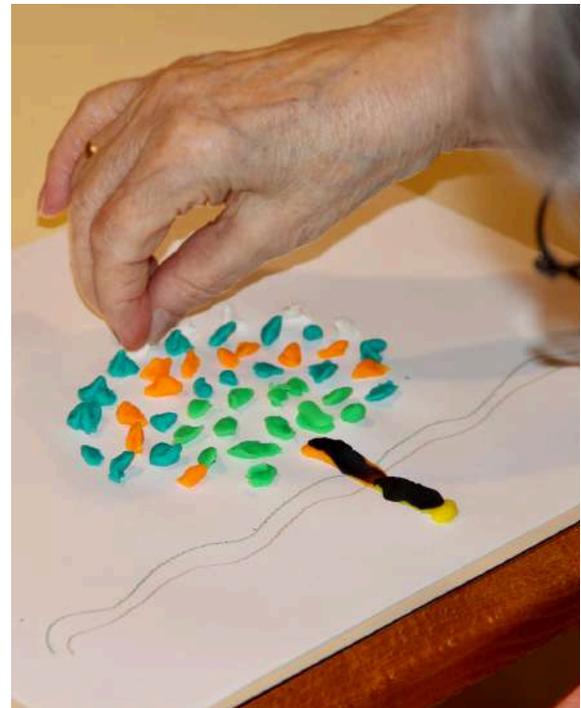
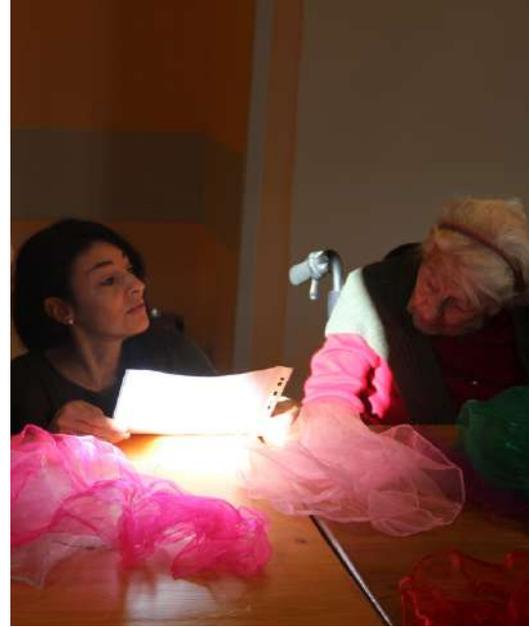
Chest sas, unich e personèl, volea esser la basa sun chela che ne sa bel pissèr che pian pian i ghesc' à fat crescer la fiduzia e i à emparà a se palesèr a na vida ledia.

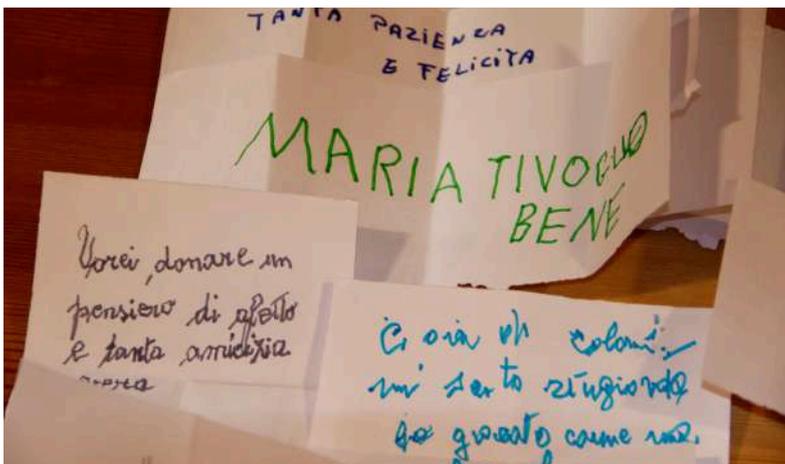
l resultat no i é vegnui fora sobito, ma pian pian i ghesc' i se à fidà semper de più e i é stac bogh de ge lascèr lèrga a la creatività. Se à podù veder ch'est mudament no demò ti lurieres artistics, ma ence te la vides de fèr: i é passé dal giudichèr sie lurieres al grignèr con gust e recognoscenza. L laboratorie l'è doventà n spazie segur, n cerchie de armonia olache l'è vegnù fora na conescion anter l un e l auter, n moment sacher.

L'èrt-terapia l'è stat per duc nos na ocajion unica per esplorèr ensema la emozions e descorigèr endò l valor del jech e del bel tras l'èrt. No l'è stat demò n moment de creatività, ma na vida neva per se relazionèr con se entesc e con i etres.

Chest percors, olache sion stac ensema duta la setemènes, no l'è bele demò n recort, ma per ic l'è doventà n diarie personèl, olache l'è stat metù ite i lurieres e dotrei fotografies de chesta esperienza. Duc i dessegnés coloré, duta la ones che se se à fegurà, vigni messaje secret restarà ti cheres de chi che à tout pèrt e de chi che à abù fiduzia te la forza terapeutica de l'èrt e de la condivijion.

Te n mondo olache dut va coran, l laboratorie de èrt terapia à volù esser na ocajion per se fermèr, per scutèr, per pissèr e crescer ensema. E chest, a la fin, l'è chel che restarà: nosc picol vidor colorà de emozions, che ne compagnarà per semper, enceben che per ades chel penel l'è aló cet.





Arianna

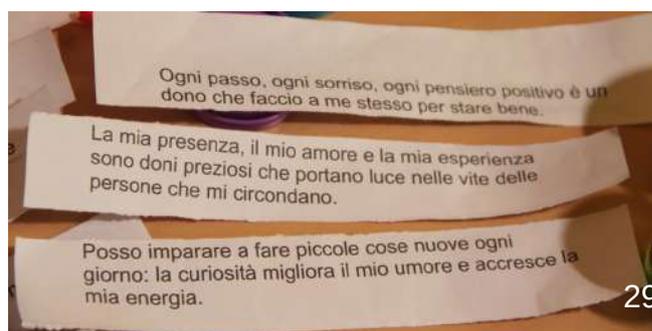
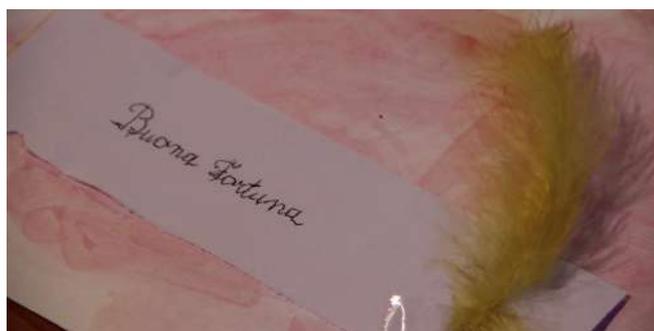
Chesta esperienza la é stata per me na pruma outa: l'é stat la pruma outa che é compagnà jent de età te n percors de èrt-terapia. Me la é entivèda jà tel scomenz che fossa stat na endesfida che me aessa dat sbunf, e coscita la é stata. Ogni laboratorie l'é doventà na ocajion per me arvejinèr a ic, per endrezèr ativitèdes che ge aessa dat l met de tor consaputa de sé enstesc, cognoscer sia emozions e stèr e se sentir deldut ben. Chest l'é stat mie obietif più gran.

Enceben che tel scomenz l'é stat vèlch dificoltà, l'é stat bel tor pèrt a sie mudament. Da n fèr de poua e mal segurezza mingol a l'outa i à scomenzà a viver ogne noscia scontrèda desche n moment spetà e de valuta. Col passèr del temp, i à emparà a se lascèr tor ite, e troèr tel laboratorie n spazie segur olà poder palesèr chel che i sentia a na vida sciantiva e ledia.

L'é stat vèlch da marevea poder tor pèrt a chest mudament, veder sie musc contenc per la sodesfazion e sie grignoc che pan pian vegnia fora per i colores e la formes che i era bogh de fèr.

Da chesta esperienza me tole do n insegnament fon: gé posse ge aer passà n muie, ma mai tant che gé é ciapà de retorn. La forza de sie grignoc, l coraje che i à desmostrà tel se dèr ju te zeche che no i cognoscea e la conescion sciantiva che l'é vegnù fora restarà n recort che no se n jirà mai da mie cher.

L'èrt no à mudà demò ic, ma ence me, col me recordèr cotant dèsc forza creèr spazies olache emozions e relazions pel jerveèr e fèr nascer n vidor maraveous.



PENSIERI E RICORDI

Convivere con la gioia di vivere

Bocio



Mi sono trovata quasi catapultata in questa realtà difficile con tante problematiche. Quante situazioni diverse, provenienze, educazione e stati di famiglia. Siamo sotto un unico tetto, e formiamo una sola famiglia. Penso alla vita vissuta di ognuno di noi: donne e uomini sposati o non sposati, vedovi, con o senza figli.

Guardo sovente il prato che si trova sotto il piazzale di questa struttura: quanti fiori di colori diversi... i non ti scordar di me, di un colore tenue e timido, il pane degli angeli giallo, il botton d'oro vistoso che mi piace e tanti altri che non ricordo il nome, ma tutti insieme formano un paesaggio incantevole, come la nostra realtà che ci ospita. Un paesaggio con le montagne più belle del mondo, la nostra natura con larici, abeti e pini che ornano di verde queste montagne. Quando ero piccola mi sentivo prigioniera, prigioniera fra queste montagne, volevo conoscere nuovi posti. Posso dire che questa mia curiosità è stata appagata in parte, mi rimane il desiderio di poter vedere la Via Lattea, le stelle...come mi mancano le stelle. La notte guardo dalla mia finestrella, una finestrella troppo piccola per vedere bene le stelle, poi ringrazio il Signore per tutto quello che mi ha dato e mi dà ancora. In questa realtà siamo seguiti, assistiti da persone che cercano di essere dei buoni samaritani ma anche loro hanno la loro vita con i loro problemi, le loro difficoltà e di questo bisogna tenerne conto.

La mia giornata è corta anche se le giornate si sono allungate, ho tanto da fare: lavori a maglia, uncinetto. Mi piacerebbe disegnare, scrivere ma per fare certi lavori ci vuole silenzio e meditazione: questo qui non lo posso trovare. Gli anni passano veloce, la mia mente è ancora aperta la mia mano è ancora ferma. Che devo dire? Signore grazie per tutto quello che la mia vita mi ha offerto: gioie, sofferenze fisiche e morali. Tutto mi ha fatto crescere ed apprezzare la vita, grazie alla mia famiglia anche se povera, ma ricca di amore. Un dono per me, il mio caro papà che tanto mi ha amata e coccolata. A questa mia realtà devo tutto, quella che sono con i miei difetti, le mie angosce e le mie aspirazioni. I sogni ci sono ancora ma non più realizzabili, rimane per me e di me una sola realtà "i bimbi del mondo" a loro ho donato il mio cuore.

PENSIERES E RECORC

Conviver co la gaissa de viver

Bocio



Fora de n bel seren son stata tutta ite te chesta realtà senestra con sacotenech problemes.

Cotanta situasions, lesc de naa, educazion e situasions de familia desvalives. Vivon duc ensema e ensema sion na familia. Peisse a la vita che vigniun à vivù: femenes e omegn maridé o no maridé, vedoves, con o zenza fies.

Bendeché ge vèrde ju a chel pra sotite l piazzal de chesta struttura: cotenc fiores con colores duc desvalives... la selietes, con chel color spavì e delicat, l pancuch, l burosch zis spifent che me sa dassen bel, e n muie de etres amò de chi che no me recorde l inom, ma metui duc adum i crea n paesaje da marevea, desche noscia realtà olache vivon. N paesaje co la crepes più beles del mondo, nesc bosc con lèrjes, peces e pins che depenc de vert chesta crepes.

Da piccola me saea de esser na prejoniera te anter a chesta crepes, volee jir a veder lesc neves. Posse dir de aer encontentà en pèrt mia curiosità, volesse amò poder veder la Via Latea, la steiles... coche me mencia la steiles.



De net vèrde fora da mia piccola fenestra, na fenestra che la é massa piccola per poder veder delvers la steiles, do ge die n gran detelpai al Segnoredie per dut chel che l me à dat e che l me dèsc amò. Te chesta realtà i ne stèsc do, vegnon rencuré da pesones che proa a esser de bogn samaritegn ma ence ic à sia vita con sie problemes, sia dificolitèdes e cognon tegnir cont de dut chest.

Mia giornèda la é curta enceben che se à slengia i dis, é n muie da fèr: lurèr coi feres, lurèr col acherle. Me saessa bel dessegnèr, scriver, ma per fèr chisc lurieres ge vel che sie acort e poder pissèr: dut chest, chiò, no l é. l egn i va debel, mie cef l é amò ferguscol, mia man la é amò ceta. Che cogne pa dir? Segnoredie, detelpai per dut chel che me à dat la vita: legreza, padimenc fisics e morai. Dut me à fat crescer e aprijèr la vita, de gra a mia familia enceben che pureta, ma rica de amor. N don per me, mie père che me à volù tant ben e che me à petolà. Son chel che son de gra a chel che é vivù, gé con mie defec, mie cruzies e mia aspiracions. l ensomesc i é amò ma no se pel più i fèr doventèr realtà, resta per me e de me demò na realtà "i bec del mondo" a ic ge é donà mie cher.

COSA CUOCE IN FORNO...

STRUDEL SALATO RADICCHIO, PORRO, NOCI E GORGONZOLA

Monica Zulian

Ingredienti

1 pasta brisé
1 porro
1 radicchio tondo media grandezza
1 manciata di noci
Gorgonzola a piacere
8 fette formaggio bianco
Sale qb
Pepe qb
Semi di sesamo per guarnire
Uovo per spennellare



Procedimento

Tagliare a rondelle il porro e lasciarlo appassire leggermente in una padella antiaderente con un filo d'olio. Aggiungere il radicchio tagliato grossolanamente, un pizzico di sale e pepe. Cuocere il tutto per 5 minuti e lasciare poi raffreddare.

Stendere la pasta brisé, iniziare a farcirla mettendo il formaggio a fette, il mix di verdure cotte, il gorgonzola a bocconcini e qualche noce.

Chiudere i bordi lateralmente, sigillarli con l'uovo e formare lo strudel.

Porre lo strudel su una placca ricoperta di carta forno, spennellare lo strudel con il rimanente uovo, bucherellarlo con una forchetta e cospargere con i semi di sesamo.

Cuocere in forno statico preriscaldato a 180° per circa 30 minuti.

CHE CHEJEL TE FORNEJELA...

STRUDEL SALÀ RADICIO, PORO, NOUSC E GORGONZOLA

Monica Zulian

Ingredienc

1 pèsta brisé
1 poro
1 radicio toron no massa gran
1 pugn de nousc
Gorgonzola tant che se vel
8 fietes de formai bianch
Sèlchel che bèsta
Peiverchel che bèsta
Semenzes de sesam per fornir su
Ef da meter sora la pèsta col penel



Co fèr

Taèr I poro a rodeles e I chejer pan pian te na fana che no taca con mingol de elech. Jontèr ite I radicio taà mingol gros, na pizèda de sèl e peiver. Chejer dut per 5 menuc e do lascèr sfridèr. Slarièr fora la pèsta brisé, scomenzèr a la fornir co la fietes de formai, I mescedoz di ortames chec, I gorgonzola a tochec e vèlch nousc. Fèr ite I strudel e donca utèr ite i ores e i serèr su col ef. Meter I strudel te na tecia con papier da forn, meter sul strudel I ef che I é vanzà, sbujèr la pèsta co na pirona e ge petèr su la semenzes de sesam. Chejer te forn statich sciudà dantfora a 180 degrees per presciapech 30 menuc.

FACCIAMOCI DUE RISATE

“Che bello questo puzzle” - dice un carabiniere ad un collega - “quanto tempo hai impiegato a finirlo?”

“Sei mesi” - risponde l'altro.

“Accidenti, è un sacco di tempo!”

“Ma che dici?! Sono stato fin troppo veloce, pensa che sulla confezione c'era scritto da 3 a 5 anni!”



Pierino va dalla mamma e le dice:

“Mamma ho una notizia buona e una cattiva”.

Allora la mamma gli risponde: “Inizia da quella buona”.

E lui dice: “La notizia buona è che ho preso dieci al compito di matematica”.

E la mamma, incredula, gli risponde: “Bravissimo, Pierino. Ma la notizia cattiva qual è?”.

E Pierino le risponde: “La notizia cattiva è che non è vero”.

Un signore sta passeggiando per la strada quando vede una macchina dei carabinieri capovolta e allora chiede loro: “Perché avete girato la macchina?” e i carabinieri gli rispondono: “Per svuotare il posacenere!!!”

PENSIERI FINALI

Uno sguardo al 2025: esperienze, emozioni e comunità nella nostra Ciasa de Paussa

Dottorssa Elisa Emiliani
Direttrice Apsp Fassa



Ogni anno, quando arriva il momento di scrivere qualche riga per il nostro giornalino Eies vives, è bello fermarsi un attimo a riflettere. Eies vives è un appuntamento annuale che prende vita grazie all'impegno appassionato della nostra Serena, responsabile del servizio animazione e tanto altro, e di tutti coloro che mettono a disposizione ricordi, esperienze ed emozioni da condividere.

Negli articoli di questa edizione abbiamo parlato tanto del 2024, un anno ricco e pieno. In queste righe, invece, voglio dare uno sguardo in avanti, al 2025, che è già iniziato con tante iniziative speciali.

A maggio si è concluso un ciclo di 12 incontri di esperienze con le campane tibetane, dedicato agli ospiti dei reparti Focolare e Blu. Un'attività insolita che inizialmente ha suscitato un mix di curiosità e qualche timore, ma che col tempo si è trasformata in un appuntamento atteso, piacevole e rilassante, capace di donare momenti di benessere emotivo ai nostri ospiti. Un ringraziamento è indispensabile anche agli operatori dei reparti coinvolti, che hanno saputo accompagnare con sensibilità questo percorso, nonostante alcune perplessità iniziali.

Sempre a maggio sono tornate in struttura Elisa e le sue dolcissime cagnolone Arya e Vaniglia. Dopo il successo dello scorso anno, quest'anno il progetto di pet therapy — in forma di Attività Assistita dagli Animali — coinvolge un gruppo più ampio di ospiti, con un taglio più ludico e ricreativo. Gli incontri, mensili fino a novembre (con pausa ad agosto), stanno regalando a tutti momenti di tenerezza e sorrisi a quattro zampe.

E ancora: a fine giugno prenderà il via un ciclo di musicoterapia in collaborazione con un professionista musicoterapeuta della scuola Il Pentagramma. Dodici incontri settimanali per un gruppo di ospiti cognitivamente presenti, dove la musica diventa strumento di espressione, ascolto e condivisione.





Tutte queste attività sono rese possibili grazie al sostegno della nostra comunità. È bello e importante sottolineare che queste attività non pesano sul bilancio della struttura (e, di conseguenza, sulle rette pagate dagli ospiti), in quanto sono realizzate grazie alla generosità di associazioni e privati. Questo non solo ci permette di offrire di più, ma dimostra quanto la nostra Ciasa de Paussa sia davvero parte integrante della comunità della Val di Fassa, amata e sostenuta da chi ci vive accanto. Un grazie particolare va alla compagnia teatrale I Bontemponi e all'Associazione Cuochi della Val di Fassa, che ad aprile hanno organizzato la bellissima serata "Cena con misfatto" proprio per sostenere queste iniziative. La partecipazione e il calore che abbiamo ricevuto ci hanno emozionato profondamente.

Sempre in questo 2025, grazie alla collaborazione con la psicologa dottoressa Paola Maria Taufer, attiva da agosto scorso, abbiamo potuto avviare anche un ciclo di incontri rivolti ai familiari dei nostri ospiti. In un clima accogliente, sono stati affrontati temi legati alla gestione della malattia, al delicato momento dell'ingresso del proprio caro in RSA, e più in generale al bisogno dei familiari di ricevere supporto e di potersi confrontare. In autunno, la dottoressa Taufer condurrà anche un percorso formativo dedicato ai volontari della struttura: un'occasione per offrire strumenti utili alla comprensione delle patologie, migliorare l'approccio relazionale e soprattutto prendersi cura delle emozioni — spesso forti e personali — che emergono nel contatto con la fragilità, la solitudine e talvolta la fine della vita.

A proposito di volontari: impossibile non sottolineare quanto siano fondamentali per la nostra realtà. Ci aiutano ogni giorno nelle attività di animazione, nelle uscite con gli ospiti sul territorio, ma soprattutto donano tempo e vicinanza a chi non ha familiari accanto. È bello e significativo vedere come, dopo il difficile periodo della pandemia, molte persone siano tornate — o abbiano scelto di cominciare — a fare volontariato in struttura. Il loro impegno è un segno concreto che la nostra Ciasa de Paussa è davvero una casa dentro una comunità viva e generosa.

E a conclusione di queste righe, desidero dire semplicemente GRAZIE. Un grazie sincero a tutte le persone che operano nella nostra RSA, in qualunque ruolo: dipendenti, amministratori, volontari, collaboratori esterni. Il servizio che offriamo ogni giorno nasce prima di tutto dalle persone: dalla loro competenza, dal loro impegno, ma anche dalla loro umanità. E questo, per chi vive qui, fa la differenza.

Na veièda al 2025: esperienzes, emozions, e comunanza te noscia Ciasa de Paussa

Dottora Elisa Emiliani
Diretora Apsp de Fascia

Duc i egn, canche l'é da scriver ju vèlch parola per nosc codejel Eies vives, l'é bel se fermèr n moment a pissèr. Eies vives l'é n apuntament che de an en an l'vegn metù a jir de gra al gust de noscia Serena, responsabola del servije animazion e trop de auter, e de duc chi che met a la leta recorc, esperienzes e emozions da spartir coi etres.

Ti articoi de chesta edizion aon rejonà trop del 2024, n an rich e pien.

Te chesta righes, enveze, voi vardèr n moment inant, al 2025, che l'é jà scomenzà con sacotanta scomenzadives spezièles.

De mé se à serà su na lingia de 12 scontrèdes de esperienzes co la ciampènes tibetanes, dedichèdes ai ghesc di partimenc "Focolare" e "Blu". Na scomenzadiva che tel scomenz l'à soscedà curiosità e ence mingol de tema, ma che col temp la é doventèda n apuntament spetà èrs, gustegol e che chieta ju, n apuntament bon de ge dèr n bonstèr emotif a nesc ghesc. Ge vel ge sporjer n ringraziament ence ai operadores di partimenc touc ite, che i à sapù compagnèr con sensiboltà chest percors, enceben che con vèlch dubie tel scomenz.

Semper de mé l'é vegnù endò te noscia struttura Elisa dessema con sia doucia cianes Arya e Vaniglia. Do l suzes del an passà, chest an l'projet de pet therapy – desche Attività compagnèda co la besties – l' tol ite n grop più gran de ghesc, con na foja più da jech e da spas. La scontrèdes, via per duc i meisc enscin de november (con paussa de aost), les é do a ge donèr momenc de afet e grignoc con cater ciates.



E amò: a la fin de jugn pearà via n zicle de musicoterapia en colaborazion con n profescionist musicoterapeut de la scola Il Pentagonn. Doudesc scontrèdes via per la setemèna per n grop de ghesc che i é amò atives de pensier, olache la musega la doventa n strument per se palesèr, scutèr e spartir dessema coi etres momenc e emozions.

Duta chesta ativitèdes, se pel les meter a jir de gra al didament de noscia comunanza. L'é bel e emportant sottrissèr che chesta ativitèdes no les peisa sul bilanz de la struttura (e, donca, su la sumes paèdes dai ghesc), ajache chestes les vegn metudes a jir de gra al bon cher de sociazions e privac. Chest no l'ne dèsc bele l' met de sporjer più servijes, ma l' desmostra cotant che noscia Ciasa de Paussa la sie delbon na pèrt fundamentèla de la comunanza de Fascia, ben voluda e sostegnuda da chi che ge stèsc apede.

N developei spezièl ge l sporjon al grop de teater I Bontemponi e a la Sociasion Cheghes de Fascia, che de oril i ne à endrezà la maraveosa sera “Cena con misfatto” apontin per sostegnir chesta scomenzadives. La partezipazion e l’energia che aon ciapà de retorn les ne à dassen emozionà.

Semper te chest 2025, de gra a la colaborazion co la psicologa dotora Paola Maria Taufer, en esser da de aost passà, aon podù envièr via ence n zicle de scontrèdes outes a la families de nesc ghesc. Te n ambient cordegol, l é stat fat fora argomenc coleé a la gestion de la malatia, al moment delicat de canche na persona de familia la va a stèr te RSA, e più en generèl al besegn de chi de cèsa de aer n didament e de poder se confrontèr.

D’uton, la dotora Taufer la metarà a jir ence n percors formatif out ai voluntadives de la strutura: na ocajon per ge perferir strumenc de utol per entener la malaties, per miorèr la vida de se relacionèr e soraldut per meter vèrda e se tor cura de la emozions – da spes fortes e personèles – che vegn ca dal contat con jent scherpenta, col solentum e vèlch outa ence co la fin de la vita.

En cont di voluntadives: no se pel no sottrissèr tant che i é essenzièi per noscia realtà. I ne deida duc i dis te la ativitàdes de animazion, canche se va a spas coi ghesc sul teritorie, ma soraldut i ge dona temp e vejinanza a chi che no à parenc apede. L é bel e segnificatif veder che, do l temp senester de la pandemia, sacotanta jent la é vegnuda de retorn – o l’à dezidù de scomenzèr – a fèr volontariat te strutura.

Chest se dèr ju l é n simbol concret che noscia Ciasa de Paussa la é dassen na cèsa te na comunità sciantiva e datola.

Per sturtèr su chesta righes voi dir bele DEVELPAI. N developei de dut cher a duta la jent che se dèsc ju te noscia RSA, con desvaliva califiches: dependenc, aministradores, voluntadives, colaboradores da fora. L servije che sporjon duc i dis l nasc dantaldut da la jent: da sia competenza, da sie empegn, ma ence da sia umanità. E chest, per chi che vif chiò, fèsc la desferenza.







E CON LA COLLABORAZIONE DI... E COL DIDAMENT DE...

SERVIJES LINGUISTICS E CULTURÈI DEL COMUN GENERAL DE FASCIA

Periodico di informazione rivolto ad ospiti, collaboratori e familiari dell'APSP di Fassa.

Sfoi de informazion per i ghèsc, i colaboradores e la families de l'APSP de Fassa.

