

Testimoni del nostro tempo

R S A Umberto I



Il 2020 si sta rivelando un anno insidioso ed impegnativo; tutti noi, nei nostri rispettivi ruoli, siamo stati chiamati a fronteggiare un nuovo e pericolosissimo nemico chiamato Covid-19.

A causa di questa infezione si è reso necessario rivedere il nostro stile di vita, rinunciando a comportamenti e libertà di azione che erano ormai abitudini consolidate e naturali nella nostra società. Abbiamo conosciuto nuovi termini, che sono diventati di uso comune, come pandemia, lockdown, tampone rino-faringeo...

Anche all'Umberto I si sono dovute fare scelte difficili e dolorose ma necessarie; limitare fortemente l'accesso ai parenti, annullare tutte le feste in programma,

rispettare le distanze di sicurezza, indossare le mascherine, eseguire sanificazioni straordinarie, quarantene preventive, etc. Tutto questo con il solo scopo di prevenire conseguenze gravissime, che purtroppo ormai tutti noi conosciamo in quanto le cronache ci hanno insegnato che le persone più a rischio sono proprio gli ospiti delle case di riposo. Quindi, tra un rischio mortale e la rinuncia alla vita conviviale a cui eravamo abituati, si è dovuto optare per il "male minore".

Tutto questo è stato ben compreso dai nostri ospiti, dai parenti e dal personale della nostra casa. Ringrazio tutti per la comprensione di questi mesi e per lo spirito di sacrificio dei nostri operatori. Sino ad oggi tutti i nostri sforzi sono

stati premiati, l'Umberto I non ha avuto casi di Covid-19 né tra i nostri utenti né tra i lavoratori che quotidianamente si alternano in struttura.

Ma nonostante gli ottimi risultati, non è ancora arrivato il momento di abbassare la guardia, il virus ha colpito in tutto il mondo e non è ancora stato sconfitto. Basterebbe una piccola distrazione a far scoppiare nuovi focolai che si manifestano più virulenti e pericolosi.

Un grazie di cuore a tutti per la disponibilità e la comprensione dimostrata, continueremo così... tornerà il tempo di feste, gite e chiacchiere con i propri cari in sicurezza e serenità.

Un caro abbraccio
Il vostro Direttore.

Numero 49

Luglio 2020



Raffaele Brasile

Sommario:

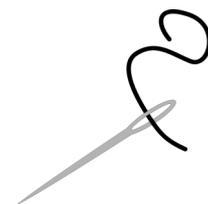
<i>Gli Ospiti si raccontano</i>	2-5/18
<i>Speciale Pasqua</i>	6-7
<i>Coronavirus</i>	8-12/ 16
<i>Foto compleanni</i>	9
<i>La nostra parrucchiera</i>	14/15
<i>Parola di Psicologa</i>	17
<i>Oblazioni</i>	19
<i>Appuntamenti</i>	20



Rosalia Pontinelli

L'amore per il cucito

Lo nella vita ho fatto la sarta. Fin da bambina mi è sempre piaciuto cucire perché in casa c'erano mia mamma e mia zia che lo facevano per cui vedevo loro e volevo farlo anch'io. In realtà a cucire non ho imparato da loro ma da una sarta qualificata e rinomata del mio paese. Ricordo che mi dava una pezza di stoffa sulla quale mi insegnava a fare l'orlo, a rifinire le cuciture e poi, poco alla volta, ho imparato punti e tecniche sempre più difficili. Per tanti anni ho fatto l'apprendistato da lei e poi, una volta concluso, sono rimasta a casa per ricamare il mio corredo (tovaglie, lenzuola, asciugamani, ...). Mia mamma e mia nonna mi tenevano come una regina: loro andavano a lavorare in campagna e io stavo a casa a cucire. Dopo che mi sono sposata ho lavorato in fabbrica ma ho sempre continuato anche a cucire a casa. Facevo soprattutto riparazioni ma confezionavo anche abiti. Ricordo ancora un vestito di stoffa verde, manica tre quarti con lo spacco dietro, che mi ero fatta per il matrimonio di una mia cugina. Era di un verde che dava la speranza nel cuore e mi piaceva talmente tanto che l'ho indossato in diverse occasioni. E' bello cucire, per me era un amore e una soddisfazione poterlo fare e mi ha sempre fatto sentire più realizzata. A quei tempi, poi, c'era della stoffa bellissima. Io avevo la fortuna che la cugina di mio marito vendeva splendidi tessuti adatti anche per le spose per cui andavo a servirmi regolarmente da lei.



Viaggiare con la fantasia

Ho cominciato a leggere verso i 35-40 anni e ho sempre letto di tutto. La mia libreria di casa è carica di libri di tutti i generi, da quelli di Enzo Biagi a quelli di Umberto Eco o di Wilbur Smith, uno dei miei scrittori preferiti. Quando leggevo i suoi romanzi non c'ero più per nessuno perché mi calavo completamente nella realtà del racconto tanto che se qualcuno mi chiamava non rispondevo nemmeno e i miei familiari commentavano: "lasciala stare che è in Africa". Avevo provato anche delle letture più impegnative ma poi ho preferito evadere con la fantasia e appena possibile andare in Africa dove almeno faceva sempre caldo. Ho letto anche qualcosa sul periodo della guerra, tanti libri di avventura di Folco Quilici e molti romanzi d'amore per cui, però, mi prendevano in giro e allora ad un certo punto ho smesso di leggerli. E poi tanti libri "gialli" e di geografia per la curiosità di vedere il mondo. Non ho avuto modo di viaggiare per cui mi sono accontentata di viaggiare con la fantasia. Purtroppo, per i problemi di vista, non posso più a leggere e allora guardo volentieri la televisione soprattutto i documentari su natura e viaggi. Due regioni che mi piacerebbe visitare sono la Toscana e l'Umbria perché sono verdi e ricche di arte e cultura.



Mariangela Loria



China la Gallina

Tanti anni fa ho avuto una gallina. Me la avevano regalata e l'avevo chiamata China perché era tutta nera. Ricordo che un mattino una mia cliente è arrivata portandola in negozio e ha detto a mio marito: "ti regalo una gallina" e ce l'ha lasciata lì. Per fortuna in fondo al cortile c'era un piccolo pollaio e così l'abbiamo messa lì. Noi ci chiedevamo: "ma cosa ne facciamo della gallina?" e poi un bel giorno sentiamo la gallina cantare e scopriamo che aveva fatto l'uovo e allora abbiamo deciso di tenerla

con noi. Lei si è subito adattata alla nuova situazione e nel tempo si è affezionata a noi. Io la facevo uscire dal pollaio in modo che potesse razzolare libera. A volte sembrava che mi parlasse nel suo chiocciare e così è diventata una di casa al pari del cane e del gatto. Poi, con l'arrivo della stagione delle ferie, dovevamo partire per una vacanza e così ho mandato la gallina in pensione dalla vecchia proprietaria e alla fine, quando siamo tornati, gliela abbiamo lasciata anche se ci è dispiaciuto molto farlo. Tra il cane e il gatto c'era,

invece, un rapporto di amore e odio. Il gatto era il padrone della cucina dove stava appollaiato su una sedia e se il cane si avvicinava gli dava una zampata. Il cane, invece, comandava fuori. Spesso si azzuffavano ma poi si cercavano sempre e si facevano molta compagnia. Quando sono morti ho pianto tanto perché sono stati davvero due compagni di vita.



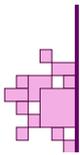
Ninni Monteu Bottere



GRAZIE GRAZIE!

Ringraziamo di cuore la Protezione Civile, il Rotary Club dell'Alto Canavese, la pasticceria PanBelmonte ed il nostro sindaco Beppe Pezzetto che ha a cuore la Casa di Riposo Umberto I di Cuorigné.





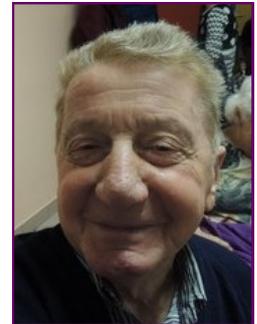
La vita è come una ruota che gira...

Da settembre 2019 sono ospite della casa di riposo Umberto I° di Cuorgnè. Ho preso questa decisione perché essendo celibe ho sempre pensato che, per non dare fastidio ai miei familiari, l'unica via per affrontare la vecchiaia sarebbe stata una casa di riposo. Sono stato consigliato bene nello scegliere l'Umberto I° di Cuorgnè e sono soddisfatto per tutti i servizi erogati ma soprattutto per quanto riguarda la gentilezza e la disponibilità, doti essenziali per rendere la vita degli ospiti più agevole e meno triste.

Si sa che in un mondo che cammina veloce come l'attuale è facile per gli anziani sentirsi vecchi e soli. Spesso anche se si hanno disponibilità economiche eccellenti quello che manca alla maggior parte di essi è l'utilizzo delle nuove tecnologie che non si è in grado di usare e forse anche di capire.

Ai giovani vorrei ricordare che la vita è come una ruota che gira e viene il tempo per tutti.

Per la maggior parte va bene il detto è bello venire vecchi ma salvo casi particolari è brutto esserlo.



Domenico Martinetto



Anche l'Umberto I si è prodigato nel creare il famoso striscione con l'arcobaleno, simbolo di speranza che nel periodo di covid ci siamo abituati a vedere in tutti i balconi d'Italia. In diversi pomeriggi di laboratorio manuale con Federica e Valentina, gli ospiti hanno dato sfogo alla loro creatività dipingendo e ritagliando le lettere della ormai celebre frase "Andrà tutto bene", e a decorare il colorato arcobaleno che ancora oggi campeggia sui balconi dell'Umberto I.

La gita in bicicletta

Ricordo di quella volta che con mio zio e con mio cugino abbiamo deciso di andare in bicicletta a trovare lo zio priore che è stato per 30 anni parroco a Cantoira. Siamo partiti nel primo pomeriggio da Pertusio e piano, piano

abbiamo percorso circa 50 km per arrivare alla nostra destinazione. Siamo passati da Busano, Front, San Carlo, Ciriè, Lanzo, Ger-

magnano, e poi al bivio per Viù abbiamo tenuto la destra e abbiamo proseguito superando diverse frazioni (Funghera, Traves, Pessinetto) per arrivare ad un altro bivio (questa volta per Ceres) dove abbiamo svoltato nuovamente a destra e poi arrivare a Cantoira. Ricordo che all'altezza di Procaria la strada sale ripida tanto che siamo

dovuti scendere dalla bicicletta e fare quel pezzo a piedi. Mio zio ci aveva ospitato a dormire per la notte nella casa parrocchiale e poi il giorno dopo siamo tornati indietro. A tornare siamo passati da Venaria (costeggiando il lungo muro della Mandria) per poi andare a

Torino dove in corso Moncalieri abitava una altra mia zia. A Torino abbiamo dormito una notte a casa della zia e poi il giorno

dopo siamo tornati a Pertusio. Con mio cugino andavo spesso in bicicletta a fare queste gite: avevano un anno di differenza, e per fortuna eravamo giovani e con le gambe forti, e poi lungo la via ci fermavamo spesso per riposarci e per a dissetarci alle fonti.

A Cantoira sono poi tornato anche insieme a mio padre ma questa volta con il cavallo che

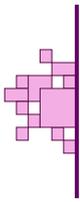
trainava il carro carico di viveri (grano, granoturco, vino) da portare allo zio. Alla sera avevamo fatto tappa in modo da far riposare il cavallo e foraggiarlo per poi ripartire presto la mattina successiva. Ricordo che facevano parte del nostro carico anche due cornici di legno che aveva realizzato un bravo falegname di Cuornè per rifinire due nicchie che c'erano all'entrata della chiesa di Cantoira nelle quali c'erano le statue di Sant'Antonio e di San Giuseppe.



Giuseppe Menietti
con i nipoti



Cartoline della Parrocchia di Cantoira



Cosa vorrei trovare nell'uovo di Pasqua...

Durante il periodo pasquale abbiamo chiesto ai nostri ospiti cosa avrebbero voluto trovare dentro l'uovo di Pasqua. Ecco alcune delle loro risposte...



Le pulizie di Pasqua

Ricordo come mia nonna Onorina a Pasqua faceva le grandi pulizie in casa per accogliere al meglio il prete che veniva a benedire la casa. Raccolgeva tutte le lenzuola di casa per lavarle. Aveva un mastello di zinco dove ci stavano dentro cinque o sei lenzuola. Faceva bollire l'acqua bella calda, aggiungeva la cenere che prendeva dalla stufa e che passava al setaccio in modo che diventasse fine, fine, poi aggiungeva ancora scaglie di sapone e lasciava tutto in ammollo per un giorno e per una notte rimestando in continuazione. Dopo questo tempo appoggiava l'asse di legno sui manici del mastello e fregava per bene tutte le lenzuola. Poi andava alla fontana dove risciacquava il tutto per poi strizzare il bucato e stenderlo al sole. Alla fine di tutto questo lavoro veniva un bucato profumato e bianco che durava due o tre mesi... ma quanto lavoro! Un altro lavoro che faceva una volta all'anno, sempre per Pasqua, era pulire a fondo il pavimento di cotto che c'era in casa. Lo trattava con il sangue di bue in modo da far venire le piastrelle belle rosse e dopo dava la cera. Infine c'erano da lucidare anche tutti gli oggetti in rame che venivano appesi alle pareti. Tutto ciò comportava un grande lavoro per la famiglia



per cui anche noi bambini dovevamo aiutare. All'epoca fin da piccoli bisognava collaborare nei lavori di casa. Mi ricordo che andavo a prendere l'acqua con i secchielli di rame alla fontana della piazza e poi la portavo a casa caricandomi sulle spalle un bastone con due secchi colmi ai lati e poi andavo dal falegname a prendere la legna e la portavo a casa con la gerla. Erano mestieri faticosi ma bisognava farli e così fin da bambini si imparava che cos'era il lavoro e il sacrificio.



Cornelia Bianchetto



Parola alla Direttrice Sanitaria

Sono stati mesi duri quelli trascorsi; mesi in cui abbiamo visto tutto cambiare..sono cambiate le nostre priorità, le nostre giornate, il nostro lavoro.

Se prima entravamo in struttura con la gioia e la consapevolezza di aiutare i nostri Ospiti, curarli e portargli conforto, da quando abbiamo imparato a conoscere questo terribile virus, abbiamo iniziato ad avere il timore di poter essere noi stessi un pericolo per loro.

Da subito ci siamo sentiti in dovere di fare tutto il possibile per proteggere i nostri anziani, consapevoli del fatto che la minima disattenzione avrebbe potuto e può tuttora diventare fatale.



Ecco allora che abbiamo deciso di misurare la temperatura prima di accedere in struttura e ovviamente non entriamo in caso di febbre o sintomi sospetti; ci igienizziamo molto spesso le mani e manteniamo il più possibile le distanze tra noi e dai nostri Ospiti.

Ovviamente in molti casi, ci dobbiamo avvicinare a loro, ma indossiamo sempre la mascherina per proteggerli; la mascherina è diventata ormai parte integrante delle nostre divise.

Purtroppo abbiamo dovuto prendere spesso decisioni difficili, prima fra tutte quella di non far entrare più i familiari, così fondamentali e preziosi per i nostri Ospiti.

Non è stata certo una decisione facile; tante volte, in quanto figlia, mi sono chiesta se fosse veramente la cosa giusta, ma tutte le volte, in quanto Direttrice Sanitaria, mi sono risposta che purtroppo in questa brutta situazione non avevo alternative, quello era l'unico modo per evitare che il covid entrasse in RSA!

È stato poi un raggio di luce in mezzo alla tempesta quando abbiamo eseguito i tamponi su personale ed



Dott.ssa Bruno Rosaria

Ospiti ed abbiamo scoperto di essere tutti NEGATIVI.

Siamo però consapevoli che il covid purtroppo fuori dalla nostra struttura c'è ancora; tutto ciò che abbiamo fatto in questi mesi, ha portato i suoi frutti e ad oggi nessuno si è ammalato, ma non dobbiamo mollare!!!

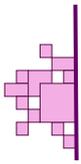
Siamo stanchi e affaticati, ma siamo sempre più orgogliosi di continuare la nostra battaglia... Non è ancora il momento di "gettare le mascherine".

COMPLEANNI FEBBRAIO MARZO APRILE E MAGGIO

Nonostante il difficile periodo di emergenza sanitaria, abbiamo comunque deciso di festeggiare i nostri ospiti nati nei mesi di febbraio, marzo, aprile e maggio seguendo tutte le norme di sicurezza. Vi hanno partecipato esclusivamente gli ospiti autosufficienti, e anche se non abbiamo potuto ballare sulle note dei nostri musicisti Gianni e Savio, ci siamo divertiti facendo un momento di juke-box cantando tutti insieme le nostre canzoni preferite.

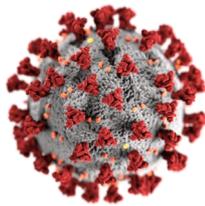


Angiolina A.
Natale C.
Nilda C.
Maria M.
Margherita O.
Lucia C.
Maria P.
Francesco M.
Elvisa P.
Ida R.
Tina P.C.
Giuseppe M.
Maria Gemma
Rita D.
R.Z.
Luciano M.
Natale V.
Augusta C.
Carmela Z.



Chi è, dov'è e cosa fa il Coronavirus

Lo chiamano nuovo coronavirus perché fa parte di una famiglia già conosciuta di sette virus, un gruppo che include la normale influenza ma anche la Sars che nel 2003 provocò un'altra grave epidemia, o la Mers diffusa dal 2012 nel Medio Oriente e non ancora debellata. Il gruppo coronavirus si chiama così per la sua forma che sembra una corona con le spine e comporta problemi respiratori ma non tutti della stessa gravità. Il coronavirus che ha colpito più di 90 Paesi in un mese e in particolare l'Italia è l'ultimo arrivato del gruppo, è nuovo perché non era mai stato tracciato prima ed è particolarmente contagioso, si stima che un infetto contagi almeno altre due persone. Questo è uno dei principali problemi.



È scoppiato in Cina tra novembre e dicembre 2019. Ragionevolmente da gennaio ha iniziato a propagarsi in tutto il mondo, sicuramente in Italia ma anche in Europa. Ufficialmente dal 21 febbraio affligge

NORME PER PREVENIRE IL CONTAGIO

Evitare baci, abbracci, strette di mano, tutti quei contatti che possono far passare il virus da una persona all'altra attraverso le piccole gocce del respiro. Tenere una distanza di almeno un metro tra una persona e l'altra.

l'Italia, giorno della notizia del paziente 1 a Codogno, provincia di Lodi, Lombardia. Con il paziente 1, il virus ha colpito l'ospedale del Lodigiano. Il paziente zero d'Europa è invece probabilmente un tedesco di 33 anni che il 24 gennaio ha manifestato febbre alta e problemi respiratori, una forma lieve che è durata fino al 27, giorno in cui è tornato al lavoro. L'uomo era stato a contatto con una collega di Shanghai.

A mettere in crisi il sistema sanitario sono tre cose: la rapidità del contagio, il numero di pazienti che arrivano contemporaneamente agli ospedali, la lunga permanenza dei pazienti (3 settimane) in terapia intensiva.

Il tasso di letalità (cioè il rapporto tra contagiati e vittime) è del 3,4% a livello globale. Il rischio di non superare la malattia che l'80% delle persone supera senza cure ospedaliere, dipende dall'età dei pazienti e dalle patologie pregresse, anche dal sesso (il tasso di letalità tra i maschi è più o meno il doppio di quello delle femmine) ma cruciale è anche la risposta del sistema sanitario del paese colpito.

SINTOMI PIÙ COMUNI

- Febbre (88%)
- Tosse secca (68%)
- Spossatezza (38%)
- Muco quando si tossisce (33%)
- respiro corto (18%)
- Gola infiammata (14%)
- Mal di testa (14%)
- Dolore muscolari (14%)
- Raffreddore (11%)
- Meno frequenti nausea e vomito (5%), naso chiuso (5%), e diarrea (4%).

Come ha vissuto l'Umberto I il Coronavirus

“Ho paura per il futuro perché vedo alla televisione che tante persone che non fanno attenzione, non usano la mascherina e non rispettano la distanza sociale.”

“Per me è stato un periodo triste.”

“L'essenziale è che i nostri familiari, figli, nipoti, pronipoti, siano stati immuni dal virus, che stiano bene: è stato un sacrificio stare sempre chiusi in casa ma per fortuna non si sono ammalati.”

“È stato un momento doloroso per tutti i morti che ci sono in Italia e nel mondo. Qui all'Umberto I° è andato tutto bene, la prevenzione ha funzionato: è stato un sacrificio non poter vedere i nostri familiari e chiudere la casa alle persone esterne ma meritava perché ci siamo resi conto che i virus arrivano da fuori.”

“Abbiamo affrontato questo periodo capendo com'era la situazione e accettando quello che si doveva fare.”

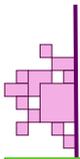
“Spero che quello che abbiamo vissuto serva per il futuro a regolamentare meglio le visite delle persone esterne e dei familiari in modo che non ci siano troppe persone che girano per la struttura a tutte le ore.”

“Io sentivo i miei cari per telefono tutti i giorni ma poterli rivedere di persona è stata una grande emozione.”

“Ci siamo accontentati di sentire i nostri cari per telefono. Abbiamo partecipato a tutte le attività presenti in struttura per cui non ci siamo annoiati e il tempo è passato veloce, sperando in tempi migliori.”

“Come tutti ho patito tanto il distacco dalla mia famiglia perché tutte le mamme hanno voglia di vedere i propri figli; la speranza era che durasse poco e invece è durato tanto. Avevo anche la preoccupazione del lavoro pensando sia a chi ha dovuto chiudere ma anche a chi ha dovuto lavorare di più perché legato all'ambito sanitario.”

“La cosa più brutta è stato non poter vedere i nostri cari ma all'interno della casa a noi non è mancato nulla.”



Una messa all'aperto

Durante questo periodo di emergenza sanitaria, l'Umberto I è riuscito a organizzare una messa all'aperto per dare modo ai nostri ospiti di non trascurare la loro spiritualità. La messa si è svolta nel nostro cortile, sotto i gazebo, dove abbiamo allestito un piccolo altare. Abbiamo mantenuto le distanze di sicurezza tra i partecipanti, che sono stati molto contenti. Hanno preso parte alla messa gli ospiti autosufficienti. Un ringraziamento particolare a Don Ilario e alla volontaria Irene per la disponibilità che ci hanno riservato e per averci aiutato a realizzare un desiderio dei nostri ospiti.



Don Ilario



Esperienza nella guerra al Covid-19

Sono tornato la sera del 23 marzo a Vico C.se dove risiedo con la mia famiglia dopo essere stato nel pieno del ciclone dell'emergenza Covid-19. Ho prestato servizio presso l'Ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo, tristemente noto alle cronache di quest'anno, come ufficiale del Corpo Militare della Croce Rossa, ausiliaria delle Forze Armate.



Direttore Raffaele Brasile

È stata una forte esperienza, che è andata ad arricchire anche il mio apporto professionale a Cuorgnè, conscio che anche il Piemonte, come effettivamente è avvenuto, sarebbe stato colpito da questa vera e propria calamità.

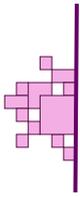
Sono arrivato all'ospedale di Bergamo, insieme ai colleghi di Esercito, Marina e Aviazione, proprio all'apice della pandemia, quando le risorse civili non erano più sufficienti a contrastare l'emergenza. Siamo stati subito addestrati con un corso di protocollo e di utilizzo dei DPI (Dispositivi di Protezione Individuale). L'efficienza era molto elevata, considerando la situazione di grande stress per i numeri spaventosi di chi necessitava di assistenza sanitaria. Abbiamo compreso che un normale ospedale in emergenza da pandemia trasforma radicalmente ogni reparto in due zone: una Covid e l'altra "pulita" non covid. Sono stato destinato al reparto oncematologico perché l'attività ospedaliera deve andare avanti nonostante tutto. Sono ritornato per qualche tempo al mio antico mestiere assistendo i pazienti nelle loro varie necessità. La priorità era sempre quella di mantenere il delica-

tissimo confine tra malati oncologici Covid positivi e negativi. Abbiamo imparato anche a gestire i DPI con parsimonia per evitare utilizzi superiori alle disponibilità, che in quel periodo erano davvero limitate. Ho imparato quindi a gestire le azioni e gli interventi correnti in modo da non creare rischi di ulteriore propagazione del contagio, capendo e prevedendo anche gli errori in cui è facile incorrere.

Quello che mi ha veramente colpito è stato il senso di gratitudine che ho trovato; non ho mai ricevuto tanti ringraziamenti, una gentilezza generale e totale. Una grande lezione di vita per me. Dopo il rientro e il previsto periodo di isolamento preventivo, fortunatamente nel mio caso, i tamponi sono sempre stati negativi. Sono stato ancora richiamato nei periodi di aprile e maggio, questa volta restando in Piemonte e occupandomi di gestione logistica e di commissariato senza contatti diretti con i pazienti.



L'ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo



La nostra parrucchiera Maura

Dopo 3 lunghi mesi di assenza dovuti all'emergenza sanitaria, la nostra parrucchiera Maura è finalmente tornata a portare gioia e vanità all'interno dell'Umberto I. La sua competenza e la sua professionalità sono al servizio dei nostri ospiti da molti anni, e senz'altro la sua assenza durante il lockdown si è fatta sentire più che mai. Maura è tornata in servizio il 21 maggio, e l'abbiamo provvista di tutti i Dispositivi di Protezione Individuale: camice, visore, mascherina, calzari, guanti e cuffia. Gli ospiti vengono accompagnati nella sala parrucchiera uno per

volta e, per garantire la massima sicurezza, il casco per le pieghe è stato spostato in un'altra saletta. In questo modo, mentre una signora è ad asciugare con i bigodi sotto al casco, un'altra è pronta alla postazione lavaggio. Con questo sistema ormai collaudato, ogni minuto è ben sfruttato e gli ospiti possono farsi belli senza correre alcun rischio.

Appena tornata in struttura le signore (ma anche i signori) facevano a gara per accaparrarsi un posto nel suo salone! Ma Maura non si è disperata, si è armata di pazienza e buona volontà e ha

sistemato tutte le teste dei nostri ospiti.

In effetti non c'è da stupirsi, l'Umberto I ha già avuto testimonianza della bontà di Maura, quando a dicembre dello scorso anno le abbiamo comunicato che per Natale avremmo voluto regalare a tutti gli ospiti un buono per una messa in piega o un taglio di capelli e lei, di tutta risposta, ci ha detto che era una buona idea ma che non avrebbe voluto essere pagata. In sostanza, ha fatto un bel regalo di Natale a tutti quanti!

Grazie Maura!!



Maura Giachino

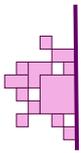




Una carrellata di belle signore (e signori!) all'uscita del salone di Maura. Ce n'è per tutti i gusti: piega liscia, piega a bigodi, piega a phon, permanente, taglio uomo...

Opsiti belli e soddisfatti!





Una poesia per la speranza

Durante questo periodo di quarantena si è diffusa in modo virale in rete una presunta poesia scritta durante l'epidemia della peste nel 1800 attribuita a un'autrice, *Kitty O'Meary*, nata nel 1839 e deceduta nel 1888. In realtà l'autrice è viva, vegeta e contemporanea ed infatti ci troviamo di fronte a una poesia scritta proprio nei tempi del Coronavirus. Il nome dell'autrice è *Kitty O'Meary* e la poetessa in un'intervista ha rivelato che la poesia nasce da un forte desiderio di combattere l'angoscia di questo periodo storico. A noi poco importa se la poesia sia del 1800 o contemporanea: quello che importa è che i suoi bei versi ben rappresentano lo stato d'animo del periodo che abbiamo attraversato e per questo abbiamo pensato di pubblicarla sul nostro giornalino.

*E la gente rimase a casa
E lesse libri e ascoltò
E si riposò e fece esercizi
E fece arte e giocò
E imparò nuovi modi di essere
E si fermò*

*E ascoltò più in profondità
Qualcuno meditava
Qualcuno pregava
Qualcuno ballava
Qualcuno incontrò la propria ombra
E la gente cominciò a pensare in modo differente*

*E la gente guarì.
E nell'assenza di gente che viveva
In modi ignoranti
Pericolosi
Senza senso e senza cuore,
Anche la terra cominciò a guarire*

*E quando il pericolo finì
E la gente si ritrovò
Si addolorarono per i morti
E fecero nuove scelte
E sognarono nuove visioni
E crearono nuovi modi di vivere
E guarirono completamente la terra
Così come erano guariti loro*

Decalogo del Coronavirus

La paura è un'emozione potente e utile se è proporzionata ai pericoli. Oggi molti pericoli non dipendono dalle nostre esperienze, ma dal modo in cui ne veniamo a conoscenza, da come sono descritti e dall'impatto emotivo che producono anche grazie ai mass media.

Accade così che la paura può diventare eccessiva rispetto ai rischi oggettivi ed è in questi casi che si trasforma in panico e finisce per danneggiarci.

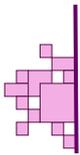
Nell'ottica di una gestione psicologica dell'epidemia da Coronavirus, è indispensabile evitare due errori possibili: sopravvalutare o negare il problema.

Le regole che seguono saranno utili per gestire paure sproporzionate, forme di ansia individuale e di panico collettivo.



ECCO I DIECI SEMPLICI PASSI CHE POSSONO AIUTARCI A GESTIRE L'EMERGENZA PSICOLOGICA DA CORONAVIRUS

1. E' normale essere ansiosi. L'ansia non patologica può salvarci la vita.
2. Quando l'ansia aumenta perché non conosciamo il pericolo (epidemie, disastri naturali, ecc.) corriamo il rischio di diventare più facilmente suggestionabili.
3. Una forte ansia ci rende meno lucidi, meno capaci di prendere le giuste decisioni.
4. Per vincere la paura ci vuole la conoscenza. Informarsi correttamente attraverso gli organi ufficiali sulle caratteristiche e sulla diffusione del virus, significa già prendersi cura di se stessi.
5. La conoscenza corretta è il primo atto di protezione. Attenersi ai fatti cioè al pericolo oggettivo. Non esporsi e non esporre gli altri a notizie false e allarmanti, che porterebbero soltanto a sviluppare vulnerabilità psicologica.
6. Non assumiamo comportamenti a rischio, atteniamoci alle indicazioni, agiamo responsabilmente nell'interesse di tutti.
7. Aiutiamo i bambini a capire cosa sta accadendo rispondendo in modo chiaro alle loro domande, affinché applichino anche loro le regole igieniche suggerite dalle Autorità Competenti.
8. Aiutiamo le persone che si sono fatte travolgere dall'ansia, cercando di fornire informazioni chiare, non allarmistiche. In caso di necessità non esitiamo a contattare gli Psicologi disponibili a rispondere a questo bisogno di aiuto.
9. La sicurezza si costruisce insieme. Ognuno di noi può contribuire a diffondere calma e saggezza nella gestione di questa delicata situazione.
10. Fidiamoci delle istituzioni. In questo momento critico è importante fare rete con le Autorità competenti, attenersi alle indicazioni e segnalare eventuali criticità.



Il mio servizio militare

Io sono nato nel 1939. All'epoca si partiva per il servizio militare una volta compiuti i 21 anni. Ero finito nei Bersaglieri ed è stato molto faticoso perché passavamo la giornata a marciare o a correre, carichi di un fucile americano molto pesante, cantando al suono della tromba. Subito sono stato destinato ad una caserma della provincia di Napoli, poi mi hanno trasferito in provincia di Milano e infine sono andato a Roma dove ho avuto anche l'occasione di vedere il Papa, all'epoca c'era papa Giovanni. Ricordo ancora la sua immagine, con le braccia aperte rivolte verso il cielo, che si affacciava dalla finestra di piazza San Pietro e che poi lanciava in volo delle colombe bianche.



Francesco Montagna



Durante i 18 mesi del servizio militare sono stato per ben tre volte in Sardegna, a Capo Teulada in provincia di Cagliari. La prima volta sono arrivato in aereo partendo da Milano mentre le altre due avevamo preso la nave partendo da Civitavecchia. In Sardegna facevamo le simulazioni di guerra durante le quali ci sono stati ben due gravi incidenti che hanno portato alla morte di due miei compagni. La nostra base era vicino a quella degli americani e ricordo che tutti i gabbiani andavano a mangiare nella discarica degli americani perché trovavano tanti avanzi nella loro spazzatura mentre nella nostra non trovavano nulla perché niente veniva sprecato. Due miei compagni erano sardi e così conoscevano posti bellissimi in cui ci portavano a fare il bagno. Io sono l'unico della famiglia che non ha mai imparato a nuotare per cui non mi inoltravo nell'acqua alta ma preferivo stare sulla spiaggia a raccogliere le spugne di mare. Pescavamo tanti pesci e

granchi che poi arrostivamo sul fuoco. L'entroterra era ricco di animali selvatici tra i quali dei bellissimi asinelli, piccoli e bianchi. Ho un bel ricordo del servizio militare perché ho fatto delle buone amicizie e perché ho avuto modo di conoscere la Sardegna che è una regione meravigliosa nella quale successivamente non ho avuto più modo di tornare. Una volta che mi hanno dato il congedo sono ritornato nella mia cara Sicilia e poi mi sono trasferito con la famiglia in Piemonte dove sono rimasto negli anni.



“Accetta ciò che non puoi cambiare e cambia ciò che è nelle tue mani. Sorridi, sorridi, sorridi. Ogni tanto piangi, perché gli ostacoli ci sono ma anche se sembrano enormi, non mollare mai.”

Oblazioni Ricevute fino al 30 luglio 2020

G

r

NOMINATIVI**IMPORTI****CAUSALE OBLAZIONE**

a

N.N.

200,00

Oblazione per la Casa di Riposo

z

Perino Mariangela

100,00

Oblazione per La Casa di Riposo in
memoria della mamma Merlino Anna

i

Donetti Dontin Sergio

100,00

Oblazione in memoria del padre Armando

e

Moglie del Sig. Razzano Piermario

100,00

Oblazione per la casa di riposo

G

r

Piera

20,00

Oblazione per il giornalino

a

Mattioda

20,00

Oblazione per il giornalino

z

Vaira Domenica

1000,00

Oblazione in memoria del padre Mario

i

Cassetto Susanna

50,00

Oblazione per la Casa di Riposo

e

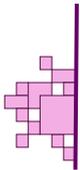
Coscritti di Barbara Foddi

150,00

Oblazione per la casa di riposo in memoria
di Barbara

**Un *GRAZIE* in particolare alla
Fam. Goglio e alla farmacia
Rosboch per aver donato at-
trezzatura medica particolar-
mente gradita in questo perio-
do di emergenza sanitaria**

**Ancora *GRAZIE* al Vespa Club L'eva
d'or, all'ANA di Torino, al Rotary
Club Cuornè e Canavese, all'OPI di
Torino e al Comune di Cuornè per a-
ver donato Dispositivi di Protezione
Individuale di vario tipo, fondamentali
per affrontare il periodo di emergenza
Covid-19 in sicurezza**



Residenza Sanitaria Assistita
I.P.A.B. Umberto I
Cuorgnè

Stampato in proprio sede
V. Perrucchetti, 7
10082 Cuorgnè (TO)
Tel 0124 657506
Luglio 2020
Numero 49



Gli ospiti di cui sono pubblicate le generalità ed immagini hanno espresso esplicito consenso.

Purtroppo ancora non ci sono novità per quanto riguarda feste ed eventi all'Umberto I. Data la situazione di emergenza che ancora stiamo affrontando non sappiamo ancora come e quando potremo organizzare tali momenti di convivialità. Sarà nostra premura informarvi tramite mail, FB, Instagram e sul nostro sito WWW.casadiriposoumbertoprimo.it di qualsiasi nuova iniziativa.

Dalla redazione ringraziano e vi danno appuntamento alla 50° edizione.

Stampato in collaborazione con la Cooperativa Nuova Assistenza.

Arrivederci !!



Per ogni comunicazione on-line le E-mail della Casa sono:
info@casadiriposoumbertoprimo.it
segreteria@casadiriposoumbertoprimo.it
direzione@casadiriposoumbertoprimo.it

www.casadiriposoumbertoprimo.it

Le nostre pagine web
facebook
Umberto Primo Cuorgnè


Instagram
segreteria35

