

SerenaMente

Periodico della Fondazione E. Germani a cura degli ospiti del Centro Diurno SerenaMENTE - 29 Marzo 2024 - n. 5



Guardando la fotografia dell'Ospedale Germani ai tempi in cui vi lavorava, la signora Carla, ora ospite del Centro Diurno, si prepara a condividere la sua storia in occasione della festa della donna.

Il periodico del
Centro Diurno SerenaMENTE

Benvenuti in questo angolo di creatività e condivisione, dove i nostri partecipanti trovano ispirazione, esprimono le proprie idee e celebrano la loro esperienza al Centro Diurno.

Qui ogni giorno è un'opportunità per scoprire nuove passioni, coltivare amicizie e celebrare vittorie grandi e piccole. *SerenaMente* è uno specchio di queste esperienze, un luogo dove le storie del Centro Diurno prendono vita.

Buona lettura!

Un uomo GIUSTO al posto giusto.

Alberto Morandi intervista il nostro Presidente.



Presidente La ringrazio per avermi concesso in esclusiva questa intervista. Mi dica se condivide o meno il titolo di questo articolo.

Mi sembra un po' iperbolico, il termine di "uomo GIUSTO" contenuto nel titolo mi richiama la Bibbia. La figura del giusto fa parte della tradizione ebraica a partire appunto dal testo biblico, secondo il quale il giusto è comunemente una persona normale capace di distinguere il bene dal male rifiutando l'indifferenza e assumendosi le sue responsabilità, anche quando è necessario sacrificarsi per gli altri. Il termine Giusto, tratto dal passo del Talmud che afferma "chi salva una vita salva il mondo intero", è stato applicato per la prima volta dallo Yad Vashem di Gerusalemme in riferimento a coloro che hanno salvato gli ebrei durante la persecuzione nazista in Europa. Niente di tutto ciò quindi, ma semplicemente una persona che ha accettato con umiltà e consapevolezza di assumere un ruolo importante, ancorché carico di oneri e responsabilità.

È anche vero tuttavia che ho con la Fondazione Elisabetta Germani un particolare legame, un vincolo anche affettivo, che si è fortemente radicato negli anni attraverso il cammino fatto con la struttura, un percorso talvolta anche un po' singolare, ma che ha riempito significativamente una fetta importante della mia vita.

Conosco la Fondazione Germani da molto tempo, vi entrai la prima volta il 15 aprile 1983, assunto dall'allora Ospedale E. Germani - IPAB, così si chiamava la struttura, come ausiliario per poi acquisire il titolo di Operatore Socio Assistenziale nel 1985 dopo un corso regionale. Nel 1992 dopo aver conseguito il diploma vengo assunto come infermiere (infermiere professionale, come veniva chiamato allora), accettando nel 2000 un incarico come Responsabile di Reparto facente funzioni.

Nel 2004 dopo aver conseguito un Master presso l'Università di Brescia assumo il ruolo di Coordinatore di Area Socio Assistenziale, ruolo che mantengo fino al pensionamento, il 1° maggio del 2015. Nello stesso anno entro a far parte del Consiglio di Amministrazione come Consigliere per assumere in seguito la carica di Vicepresidente nel novembre del 2019, carica che mantengo fino al 1° novembre 2022, data in cui S.E. Mons. Antonio Napolioni Vescovo di Cremona mi conferisce delega a rappresentarlo come Presidente della Fondazione Germani.

Se bastasse questo percorso fatto in fondazione, ancorché lungo e articolato, per acquisire meriti e diritti a ricoprire la carica di presidente, come mi sembra faccia intuire il titolo da lei proposto, sarebbe molto, troppo riduttivo a mio parere. La conoscenza della struttura e delle dinamiche che la governano potrebbe rappresentare un valore aggiunto, ma certamente non sufficiente per ricoprire una carica così importante e delicata.



Lei signor Presidente ha voluto, nonostante le difficoltà burocratiche esterne, l'uscita di questo foglio di informazione cioè del giornale "SerenaMente", quale strumento di collegamento fra il Centro Diurno, i famigliari dei frequentatori del Centro Diurno e di tutti, speriamo, i cremonesi. Come considera SerenaMente?

Ritengo SerenaMente un prezioso strumento di comunicazione e informazione per la Fondazione Germani, sotto molteplici aspetti. Dal punto di vista dei frequentatori utenti del centro diurno il periodico riproduce una specie di agorà, un punto di incontro dove scambiare esperienze, emozioni e storie di vita quotidiana. Per quanto riguarda invece i famigliari le pagine di SerenaMente sono il canale attraverso il quale congiunti, amici e persone affettivamente vicine ai nostri utenti, possono prendere visione della programmazione delle attività del centro e degli eventi organizzati dallo staff. Le pagine della rivista offrono inoltre ai lettori la possibilità di intrattenersi in interessanti letture di rubriche, racconti e aneddoti raccolti dagli anziani ospiti del centro diurno. Infine nei confronti dei cremonesi, che mi auguro diventino davvero i nostri numerosi, futuri lettori, SerenaMente lancerebbe un forte messaggio di vita e di speranza; le pagine del notiziario illustrerebbero appunto come a Cingia De' Botti le cure e l'assistenza di personale preparato e qualificato siano in grado, non solo di aggiungere anni alla vita, ma soprattutto di dare vita agli anni.

Sento il dovere di ringraziarLa per avermi voluto come direttore responsabile, però Le dico sinceramente che senza la presenza dello staff con cui collaboro non sarebbe stato possibile tutto ciò. Ora Le chiedo, se vogliamo raggiungere gli obiettivi della risposta alla domanda precedente, di rafforzare questo staff.

Mi fa piacere sapere che lei trovi nello staff del centro diurno un valido supporto alla funzione di direzione che sta svolgendo, attività nei confronti della quale esprimo un particolare apprezzamento e la certezza di aver incrociato la persona giusta. Compatibilmente con la sostenibilità organizzativa le assicuro fin da ora il mio personale impegno affinché il lavoro da lei svolto trovi il necessario supporto. L'impegno da parte mia sarà teso a creare le migliori condizioni affinché non venga meno la spinta propulsiva che traspare dagli obiettivi dichiarati.



Avrà già visto signor Presidente il programma che ci siamo dati per quest'anno, cioè arrivare a raggiungere tutti i paesi che geograficamente insistono su Cingia De' Botti e la Fondazione Germani. Non vogliamo fermarci qua, il nostro obiettivo dovrebbe essere tutta la parte orientale della provincia di Cremona, perché la Fondazione Germani ha la potenzialità di farlo.

Apprezzo e ammiro molto il suo entusiasmo, che spero di ricambiare, soprattutto per la stima e la fiducia che nutro in lei e nei suoi collaboratori. Gli obiettivi sono ambiziosi, ma la lungimiranza con la quale sono formulati le fa onore. Qualcuno potrebbe liquidarli come utopia, ma voglio qui rispondere riportando le parole dello stesso scrittore e saggista uruguayano Eduardo Galeano: - Mi avvicino di due passi, lei si allontana di due passi. Cammino per dieci passi e l'orizzonte si sposta di dieci passi più in là. Per quanto io cammini, non la raggiungerò mai. A cosa serve l'utopia? Serve proprio a questo: a camminare. -

Cammini, finché ne ha la forza egregio direttore, e avrà in me un umile compagno di viaggio.

Festa della donna, 8 Marzo

Si ricordano i diritti delle donne.

Il fiore che gli uomini regalano alle donne è la MIMOSA. Mio marito sapendo che non amavo questo fiore mi regalava i cioccolatini.

Nella

Anche mia moglie non la gradiva, quindi le compravo o i cioccolatini o le rose.

Giannino

Secondo me un tempo i mariti trattavano meglio le loro mogli, non come oggi che qualcuno le maltratta.

Lucia

In alcuni paesi si vedono le panchine colorate di rosso, simbolo della lotta sulla violenza alle donne.

Anche qui alla Fondazione Germani all'ingresso hanno voluto ricordare questa ricorrenza mettendo una panchina rossa con sotto un paio di zocchetti rossi.



Le donne del Centro Diurno al Barlume per un caffè e quattro chiacchiere.

Carla



Ho lavorato alla Fondazione Germani tanti anni fa, ero giovane e non ancora sposata. Era tutto parecchio diverso da oggi. Lavoravo con tante colleghe, alcune del paese (tra cui il nostro attuale Presidente). C'erano le suore, ricordo con affetto Suor Giacomina e Suor Rosalia, facevano assistenza ai malati ed era un lavoro duro. Nonostante la fatica del lavoro ricordo sempre una grande armonia tra i colleghi. Ricordo il gazebo e la madonnina dove ci fermavamo volentieri a recitare una preghiera.

Oggi sono al Germani come ospite presso il Centro Diurno, mi trovo veramente bene con tutti e per non perdere il vizio do volentieri una mano al personale durante il riordino dei locali.

Ringrazio di questo vostro ricordo nei miei confronti, penso di aver lasciato un bel segno nella storia della Fondazione e custodirò per sempre con amore questi ricordi.

Festa del papà, 19 Marzo

La festa del papà si festeggia il 19 Marzo. Per me sottolinea ancora una volta l'importanza del papà all'interno della famiglia.

Sono padre di 5 figli (2 femmine e 3 maschi). Quando i miei figli erano piccoli e festeggiavamo la festa del papà (nel mio caso festeggio anche l'onomastico) mi facevano trovare sotto il piatto una bellissima letterina con tante parole d'affetto, ora che sono grandi si ricordano sempre del loro papà in modi diversi. Le donne cucinano un buon pranzo a base di ravioli e bollito di gallina ripiena, non manca mai il dolce e il caffè corretto. I maschi mi fanno sempre gli auguri e non manca mai un regalo gradito.

Giuseppe, abita a Tidolo piccola frazione di Sospiro. Ha da poco compiuto 91 anni, e frequenta il Centro Diurno assieme alla moglie Maria, sposati da oltre 65 anni. Ha sempre svolto con passione il lavoro nei campi mentre al centro diurno oggi si occupa dell'orto.



I papà del Centro Diurno al Barlume per festeggiare il loro giorno speciale.

Santa Pasqua, 31 Marzo 2024

Il racconto delle tradizioni personali al Centro Diurno.



Il periodo che precede la S. Pasqua è la Quaresima, un'occasione di digiuno e penitenza che dura quaranta giorni a partire dal Mercoledì delle Ceneri.

Pasqua significa Resurrezione e cade sempre la Domenica. Come usanza il Parroco "lega" le campane che suoneranno proprio il giorno di Pasqua.

Il simbolo della Pasqua è la colomba, ma anche l'agnello e il cero. Ai nipotini si regala l'uovo di Pasqua, anche se spesso preferiscono la paghetta.

La domenica pasquale è un momento felice per riunirsi in famiglia e mangiare i piatti delle proprie tradizioni.

Il Centro Diurno in cucina

Muffin allo yogurt

Ingredienti per 12 muffin:

- 250 g yogurt a temperatura ambiente
- 250 g farina
- 2 uova
- 140 g zucchero
- 100 ml olio
- buccia di un limone
- 1 bustina di lievito

Preparazione:

Mescolare in una ciotola uova, olio, yogurt e buccia di un limone.

Aggiungere la farina, il lievito, lo zucchero e l'olio.

Distribuire l'impasto nella teglia per muffin e cuocere in forno a 180° per 15 minuti.

Bruna, Sara



L'oroscopo di Sara



Ariete

Mercurio vi darà la giusta spinta per affrontare i problemi della vita. Ehi Mercurio non troppo forte con le spinte i deambulatori non fanno magie!

Toro

Marzo viene influenzato da Venere che toccherà il vostro segno facendovi cadere in un pozzo senza fine. Tranquilli però, ci saremo noi a sostenervi!

Gemelli

Giove entra in Gemelli e vi consiglia di non fare passi più lunghi della gamba. Mi pare che questo consiglio ve lo dia anche la fisioterapista Chiara. Attenzione quindi. Ricordate chi va piano...non arriva MAI!! Ops...

Cancro

Plutone non porta nulla di buono in questo mese per voi, ma questo non ci importa, ogni giorno a pranzo di cose buone in tavola ne mette la nostra cucina. Più fortunati di così?!

Leone

La grinta del leone si fa sentire. Qualche battibecco qua e la non mancherà, avrete sempre voce (o ruggito!) in capitolo ma mai quanto la nostra Annalisa con il suo bel canto.

Vergine

Il vostro segno è in collisione con Mercurio con ottimi suggerimenti: non festeggiate il tempo che passa, ma passa il tempo festeggiando.

Bilancia

Quest'anno tutti i pianeti sono d'accordo con il fatto che con l'età arriva saggezza, pazienza, fortuna e amore... va beh aspettiamo il prossimo anno, che ci sia stato un tamponamento dei corpi celesti?

Scorpione

La Luna accende la nostra vitalità e dice che un giorno senza sorriso è un giorno sprecato. Lei non sa che al diurno non sprechiamo nulla, perché le risate sono quotidiane!

Sagittario

Caro segno sognatore, romantico e tanto dolce i pianeti si sono radunati e hanno risolto il tuo problema: le farfalle che senti nello stomaco non è perché siete innamorati, è fame! La curiamo noi!

Capricorno

Notizia importante dal pianeta Marte per il centro diurno se la gioventù è il fiore più bello, la vecchietta è il frutto più delizioso, ci crediamo? Se lo dice Marte sarà vero. Forza e coraggio che il male è di passaggio!

Acquario

Il sole ci illumina con le sue frasi intelligenti: l'appetito vien mangiando. A noi viene quando siamo a digiuno come MAI?!

Pesci

Il mese del vostro compleanno ci sarà una festa per tutti, qualcuno ha invitato i vigili del fuoco? Tutte queste candeline sono pericolose!

È arrivata la primavera!

Le giornate di primavera sono più lunghe, il clima è mite, e nascono i primi fiori, le viole, le margherite, i narcisi, i tulipani e gli alberi iniziano a germogliare.

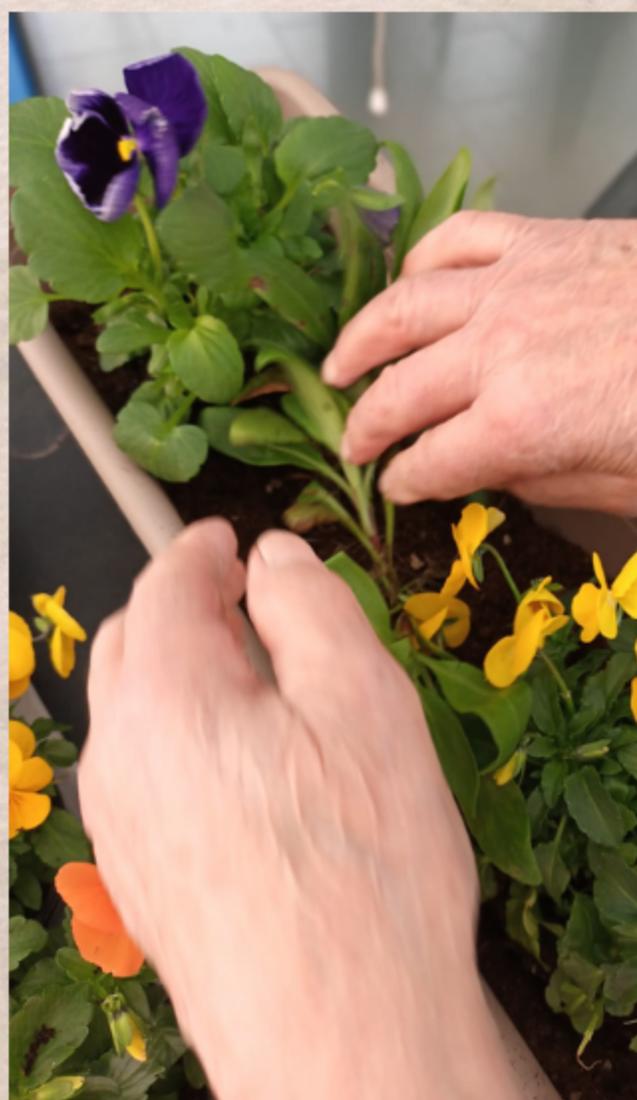
Maria R.

Ci vestiamo meno, poi ci lamentiamo dei doloretto di stagione. Ci sentiamo più stanchi e svogliati.

Carla, Nella, Lucia

Ricordo che mia moglie raccoglieva le viole e le metteva sul tavolo per profumare la cucina e dare un tocco di romanticismo mentre si cenava.

Giannino



È una stagione che ci mette allegria.

Carla

Si esce più volentieri a fare passeggiate, si chiacchiera di più.

Matilde

A qualcuno stimola l'appetito.

Ovaldo

Si vedono le prime rondini che si riparano nelle stalle, sotto i tetti e fanno i nidi.

Nella e Rocco



Le signore e i signori del Centro Diurno si sono recati presso il vivaio per acquistare alcune piante da fiore e alcuni ortaggi da coltivare sulla terrazza del centro.

Il Personale e gli Ospiti del Centro Diurno ricordano con tanto affetto Luigi Araldi.

Hanno contribuito alla realizzazione del giornale le signore e i signori del Centro Diurno con il supporto di tutto lo staff.

Un ringraziamento speciale al Presidente della Fondazione per averci dedicato il suo tempo e aver accolto le nostre domande.

Un grande grazie a Carla e Giuseppe che ci hanno prestato le loro storie.

Il Centro Diurno SerenaMENTE è un servizio socio-sanitario semiresidenziale che si configura come luogo di assistenza e cura nelle ore diurne. L'obiettivo è quello di promuovere la qualità della vita, tutelare la sicurezza e salvaguardare la dignità della persona.