NEWSLETTER

Fondazione Opera Charitas

EDIZIONE N° 2 – Lunedì 21 giugno 2021

INFORMAZIONI

Cari residenti, cari famigliari,

la Fondazione Opera Charitas è lieta di presentarvi la seconda edizione della nostra newsletter per l'anno 2021.

BUONA LETTURA!

PROMEMORIA VISITE

- Per tutte le modalità di visita è necessario prenotare.
- L'orario per telefonare e riservare un appuntamento è dal lunedì al venerdì dalle ore 09:00 alle ore 11:00 al numero *091 936 01 08*. Non potranno essere concordati appuntamenti al di fuori di questa fascia oraria in quanto gli operatori sono occupati con lo svolgimento delle visite o di altre attività.
- Gli appuntamenti annullati devono essere comunicati tempestivamente alla struttura per poter consentire una presa d'appuntamento all'ultimo minuto.
- Tutti gli appuntamenti saranno scanditi nell'arco del pomeriggio al fine di evitare assembramenti.
- Le postazioni che vengono riservate non possono essere sostituite con altre per una gestione adeguata delle stesse.

VISITE AI RESIDENTI ED ALCUNE NOVITÀ

Le modalità di visita presso la nostra struttura sono le seguenti:

- **Visita in camera**: sia i visitatori che i residenti dovranno indossare la mascherina chirurgica per tutta la durata della visita. La durata della visita in camera è illimitata nel tempo, a discrezione del visitatore/residente. Il visitatore che vuole concludere la visita dovrà suonare il campanello della camera o concordare l'orario d'uscita con l'operatore ed attendere di essere accompagnato all'uscita. Coloro che avranno oggetti/vestiti da consegnare ai residenti potranno portarli direttamente presso la camera, previa sanificazione da parte del personale che lo accoglie. Il numero massimo di visitatori è di 2.

- **Visita presso il locale degli affetti**: sia i visitatori che i residenti dovranno indossare la mascherina chirurgica per tutta la durata dell'incontro. La durata massima è di 60 minuti. Durate la visita sarà possibile usufruire delle consumazioni della caffetteria, che verranno portate dal personale direttamente nel locale. In questa circostanza la mascherina potrà essere abbassata solo per il tempo necessario della consumazione. Si ricorda che la possibilità di consumazione è attuabile solo se vi è la distanza sociale di 1,5 m. Il numero massimo di visitatori è di 2.

- **NOVITÀ - Visite in terrazza**: sono state allestite presso la terrazza della struttura 2 postazioni di visita che avverranno contemporaneamente garantendo le dovute distanze. Si accederà a quest'area da un cancello grigio situato al termine della terrazza, sul retro della struttura. La durata delle visite sarà di massimo 60 minuti. Durante la visita sarà possibile usufruire delle consumazioni della caffetteria, che verranno portate direttamente dal personale. In questa circostanza la mascherina potrà essere abbassata solo per il tempo necessario della consumazione. In caso di maltempo l'appuntamento verrà spostato all'interno della caffetteria.
  Il numero massimo di visitatori è di 2.

- **Visite reparto protetto UAP**: i visitatori che si recano presso l'unità abitativa protetta posso rimanere all'interno del reparto per una durata massima di 90 minuti. È obbligatorio l'utilizzo della mascherina chirurgica. Il numero massimo di visitatori è di 2.

- **Pranzi con i residenti**: È di nuovo possibile svolgere i pranzi in compagnia dei propri cari all'interno della caffetteria. La possibilità di svolgere questa tipologia di pranzo sarà possibile offrirla solo ai residenti che consumano il pranzo autonomamente. Le prenotazioni dovranno avvenire con almeno una settimana di preavviso. Il costo del piatto del giorno per il visitatore è di 25.- bevande escluse. Il numero massimo di visitatori è di 2.

- **Accesso ai minori**: i bambini sopra gli 8 anni contano come un visitatore, i minori di 8 anni non hanno obbligo di indossare la mascherina e possono accedere a tutte le modalità di visita accompagnati da 1 o 2 adulti. Si consiglia se presente un minore di 8 anni di ridurre la durata della visita a 15 minuti.

LE NOSTRE NOVITÀ

LETTERA DEL NOSTRO DIRETTORE

La pandemia di coronavirus ci mostra impietosamente quanto può essere vulnerabile il nostro mondo globalizzato. "Supereremo tutto questo insieme" L'appello da Ginevra del segretario generale dell'ONU António Guterres fornisce lo spunto per iniziare questo piccolo contenuto della Newsletter di questo mese. A marzo 2020 era stato annunciato il primo caso di coronavirus in Svizzera, nel Canton Ticino e, all'epoca non sapevamo cos'altro aspettarci. Nel mondo degli istituti per anziani questo appello globale non è stato una semplice esortazione a resistere: durante la prima ondata di pandemia, in un momento in cui le immagini drammatiche degli ospedali italiani facevano il giro del mondo, il nostro istituto non ha registrato neanche un caso di positività fra i propri ospiti. Purtroppo, con il peggioramento della situazione epidemiologica all'inizio del mese di dicembre il virus si è insediato all'interno della nostra struttura che sistematicamente si è confrontata con la carenza di collaboratori dovuta alle importanti assenze e alla progressiva apertura di tre comparti dedicati alla presa a carico di ospiti colpiti dal Covid-19. I due mesi successivi sono stati molto impegnativi sia sotto l'aspetto organizzativo che quello etico-morale con la perdita di 14 ospiti. La conseguenza a livello cantonale di questa seconda ondata è poi stata quella di liste d'attesa svuotate e stanze vuote. Situazione che non ha per niente risparmiato il nostro istituto.

La pandemia innescata dal Covid-19 ci ha mostrato senza ombra di dubbio che le esigenze poste alle strutture sanitarie e ai loro operatori possono cambiare molto rapidamente e rendere necessarie competenze aggiuntive o diverse. Tutti gli attori del settore sanitario devono verificare costantemente le sfide gestionali contribuendo a plasmare attivamente il processo di trasformazione.

In questa situazione eccezionale la Fondazione Opera Charitas si sta impegnando al massimo per offrire agli ospiti dell'istituto attraverso i propri collaboratori, servizi con la qualità di sempre ma anche i parenti e le persone care dei nostri ospiti hanno dimostrato impegno: sopportando oltre tutte le conseguenze della pandemia anche le pesanti restrizioni messe in atto all'interno degli istituti sanitari; un altro ottimo segnale!

Le crisi impongono degli adattamenti; favoriscono la solidarietà e le innovazioni a conclusione di un anno difficile, ma altrettanto ricco di soddisfazioni, mi sento in dovere di ringraziare tutti, indistintamente, per l'enorme lavoro svolto e per il forte impegno dimostrato per raggiungere assieme un obiettivo comune: la cura degli ospiti della Fondazione Opera Charitas.

John Baldi
Direttore amministrativo

I Denti della Vecchia

"I Denti della Vecchia sono sicuramente la montagna più caratteristica e spettacolare del Luganese. Viste da nord sembrano veramente delle piccole Dolomiti e infatti sono costituite della medesima roccia, la dolomia, e come quelle si prestano ottimamente all'arrampicata. In realtà noi ticinesi le abbiamo scoperte tardi, a metà degli anni 30, quando il famoso scalatore triestino Emilio Comici, di passaggio a Lugano per una conferenza, fu condotto dagli alpinisti locali sui Denti, dove aprì una via sulla guglia denominata Gemelli. Da quel momento in avanti anche i luganesi si sono dati da fare e si sono sbizzarriti sulle pareti principali. In seguito, con la nascita e lo sviluppo dell'arrampicata libera, tutta la cresta della montagna è stata allestita quale grande palestra naturale ed è solcata da innumerevoli vie di ogni difficoltà, salite da climber ticinesi, lombardi e nordalpini. Nel mio piccolo ho affrontato le vie più facili e storiche quali la Scalinatella, la Piramide, lo Spigolo del Sasso Palazzo e la Est del Sasso Grande (che in realtà è a sud). Sono anche salito molte volte sulla cima principale, appunto il Sasso Grande, che sfiora i 1500 metri di altitudine.

Ci sono tornato anche settimana scorsa con mio figlio, dopo 10 anni dall'ultima volta, combinando un avvicinamento alla regione in moto elettrica, con la salita a piedi fino alla base dell'ultimo risalto e infine con una facile arrampicata in vetta. Al momento dell'attacco finale ci siamo incordati, anche se questo non è necessario per la modesta difficoltà della salita. In realtà non si tratta di un semplice sentiero: bisogna usare spesso le mani e considerata l'esposizione al vuoto, la mia età non più giovanile e un certo timore e inesperienza del ragazzo, abbiamo voluto essere più tranquilli e anche approfittare per fare un po' di esercizio con le manovre di corda, i nodi e i moschettoni. Così, seguendo i segni gialli che ai miei tempi non c'erano e che facilitano l'orientamento, siamo saliti tra i pini mughi che attenuavano la sensazione di vuoto e offrivano dei buoni appigli; siamo giunti così all'anticima, ossia il piccolo ripiano pianeggiante a pochi metri dalla vetta."

http://www.viverelamontagna.ch/wp/magazine/?p=10501

NUOVA RUBRICA – CI PRESENTIAMO

Questa nuova rubrica nasce dall'idea di far conoscere a tutti il team della fondazione Opera Charitas, ogni mese racconteremo la storia di vita di uno o più collaboratori.

Daniela

Antonietta, la responsabile dell'Attivazione, ha proposto ai collaboratori di scrivere alcune righe per presentarci ai parenti dei nostri Ospiti, attraverso la Newsletter mensile, e non essere solo un nome o un volto. Non è per niente facile presentarsi, perché sembra di non aver nulla di particolare da dire, o, al contrario, si rischia di diventare prolissi.

E allora eccomi qui, a provarci.

Mi presento: nasco oltre (su, non siate troppo curiosi) cinquanta anni fa a Sonvico, da papà sonvichese "doc" e mamma cittadina, di Lugano, con origini germaniche. Mi battezzano col nome Daniela, che pare fosse un nome di moda negli anni sessanta e che non proviene da nessun antenato. Stessa sorte non hanno avuto mio fratello e mia sorella maggiori, e quando sono arrivata io…i nomi dei nonni erano esauriti. In famiglia siamo quattro fratelli (due maschi e due femmine, così è risolto da subito il problema di chi ha la camera singola in famiglia - due letti per camera, e non se ne parla più) e io sono la numero tre. Da piccola, appena imparo a leggere (e lo faccio presto, tante sono le cose che mi interessano), mi tuffo nella lettura dei Topolini, e in famiglia sono famose le corse fra me e mio fratello maggiore per arrivare a casa da scuola per primi e potersi impossessare della raccolta di fumetti da leggere! Vince quasi sempre mio fratello, più veloce…e magrolino! Ma mi rifaccio col tempo, perché lui ben presto frequenta una scuola con orari diversi, arrivando a casa quindi più tardi... Ai Topolini si aggiungono ben presto altre serie di fumetti, alcune impegnate, altre meno, che seguo fino all'età adulta. E naturalmente i libri.

La lettura ha sempre fatto parte della mia vita, e ricordo con una certa nostalgia le serate sul lettone di mamma e papà con nostra madre, pure appassionata lettrice, circondata da noi quattro figli, ad ascoltarla rapiti mentre ci legge, capitolo per capitolo, le peripezie dei protagonisti dei libri di Jules Verne, o Emilio Salgari, o Robert Stevenson. E tanti altri, a popolare i nostri sogni di bambini. Alle scuole maggiori (le scuole medie non erano ancora state create) ammetto di aver bigiato alcune volte le lezioni di quello che allora era chiamato "lavoro femminile", uscendo dalla finestra della classe al pian terreno per scendere nel seminterrato che fungeva da biblioteca e gettarmi ora su un libro, ora su un altro. L'insegnante sapeva sempre dove cercarmi, e so per certo che ogni tanto fingeva di non trovarmi, tanto alle sciarpe, ai pullover e alle calze di lana da terminare in classe ci pensava mia zia, donna dalle mani magiche nel lavorare a maglia, che con benevolenza e pazienza disfaceva il disastro da me compiuto e lo risistemava da zero. Manina d'oro, la zia Franca, con buona pace di chi tentava di inculcarmi il punto croce e il rammendo. Non è mai stata (e mai lo sarà) musica per le mie orecchie.

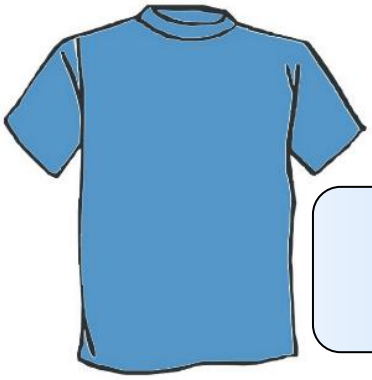
Musica che aggiungo ben presto alla mia sete di conoscenza, con un amore particolare per le sinfonie di Tchaikovsky, e una vera passione per i Beatles per poi, con gli anni, imparare ad amare il blues e il jazz, sempre accanto alla musica classica, però. Sono proprio i quattro baronetti coi capelli a scodella

di Liverpool ad essere i miei primi docenti di inglese: grazie ad una chitarra ed un libro di canzoni con gli accordi delle loro canzoni più famose, inizio a balbettare a ritmo e scuotendo la capigliatura qualche parola di inglese, tanto che alle prime lezioni "ufficiali" di inglese alla scuola di commercio, posso vivere di rendita e concentrarmi meglio su altri argomenti. Thank you John, Paul, George and Ringo!
Nel frattempo, la lista dei libri letti si allunga, porto per un anno l'apparecchio ai denti che mi dà quasi un accento francese ma non mi corregge la dentatura, perdo la testa della Barbie in un torrente della Val Bedretto, fra lacrime e singhiozzi disperati perché l'avevo ricevuta come regalo di compleanno il giorno prima, passo le estati nei boschi e sui prati della Leventina, raccogliendo, emozioni e sensazioni che mi accompagnano ancora oggi, e mirtilli, tanti mirtilli. Gioco a calcio fino ai vent'anni circa (niente di professionale, solo fra amici, a pestarci i piedi e a reclamare rigori inesistenti e "opsaid") e mi cimento pure nell'hockey su ghiaccio…da asfalto, anche qui con fratelli e amici. Mi diverto per una brevissima stagione con una neo formata squadra di softball femminile, nata e morta nell'arco di pochi mesi, continuo a ghiacciarmi i piedi alla vecchia Resega in veste di tifosa dell'HC Lugano, poi per fortuna costruiscono la pista nuova e soprattutto coperta, tanto che ci si può stare anche in maglietta. Lo sport viene poi relegato in veste di tifosa, perché altri interessi e impegni prendono il sopravvento. C'est la vie.
La scuola di commercio mi diploma nell'ormai lontano 1984, tempi d'oro per la piazza finanziaria luganese e per i neo diplomati in cerca di un lavoro, e nell'arco di nemmeno un mese trovo il mio primo impiego in una importante banca di Lugano, che lascio dopo 17 anni per un'altra banca, che lascio a sua volta dopo 15 anni, per approdare alla Fondazione Opera Charitas, settore amministrazione: è ora di lasciare che ai numeri, alle ipoteche e ai conti correnti ci pensino altri, e ritrovare il gusto di avere a che fare con persone in carne e ossa.
Ma fra il 1984 e il presente, mi innamoro e disinnamoro di Tizio, Caio e Sempronio, senza sposare nessuno di loro, comprendo che la discoteca non fa per me, così come gli schiamazzi, la folla, le persone arroganti e false. E i maleducati. A 19 anni, il mio primo battesimo dell'aria mi porta in Giappone, dove incontro un nuovo mondo, saluto il sacro monte Fuji, bagno i piedi nel Mar del Giappone, prendo lo Shinkansen e imparo a fare gli inchini con discrezione, bevendo il thè con una vera geisha. Mi innamoro sempre più del Canada e ne bacio la terra appena ci metto letteralmente piede, davanti a una guardia che ride al confine con gli Stati Uniti, quando a poco più di 20 anni realizzo il mio sogno di andarci. Ritorno a casa, ma non vorrei. Adotto un nonno nativo americano, gli mando via aereo miele, cioccolato svizzero e il mio cuore ancora ingenuo, e lui mi scrive come si scrive a una nipote, parla della sua vita e dei suoi sogni e di quelli del suo popolo, e le sue lettere così dolci, tristi e determinate al tempo stesso sono in un cassetto della mia scrivania e nel mio cuore, per sempre, accanto alla sua foto che lo ritrae col cappello da cowboy e le lunghe trecce. Sidney, si chiamava, e nella sua lingua Piccolo Capo, ma lui era un grande uomo, una grande Anima, un Grande Capo. Una foto sbiadita per un'emozione sempre viva. Sempre. Cambio auto e casa diverse volte ma rimanendo sempre a Sonvico, perché dei Denti della Vecchia non posso farne a meno, faccio parte della sezione culturale del paese per una decina d'anni, divento zia di sette splendidi nipoti grazie ai miei fratelli (grazie per averci pensato voi), adotto una gatta che mi accompagnerà per ben 18 anni, e poi una meravigliosa cagna col pelo che profuma di miele, che fa ancora parte della mia vita ed è la mia costante guida, e una seconda gatta, entrambe dal pelo rosso e di una dolcezza infinita. Inizio l'ennesima formazione (che non è ancora finita ed è in continua evoluzione) per il benessere dei cani (e dei loro proprietari) che mi porta ad un primo diploma e a conoscere persone splendide, dal cuore immenso e dall'enorme conoscenza della vera cinofilia, che esula dal "seduto", "resta" e "terra", ma parla al cuore di questi splendidi esseri e cerca soprattutto di ascoltarli. Da vera Gemelli inizio mille progetti personali che seguo ancora oggi e che porteranno ad altri mille progetti, continuo a frequentare persone che arricchiscono la mia vita emotiva, a viziare il

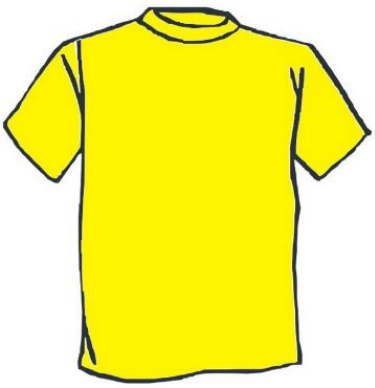
mio cane e il mio gatto, e anche i nipoti, a seguire corsi ora su un argomento, ora su un altro, appena posso seguo le opere di teatro e continuo a leggere. Sei mesi fa circa (di già!) un'amica allevatrice mi propone l'adozione di un secondo meraviglioso cane di cinque anni ma dal carattere da adolescente, ritornato al mittente non si sa perché e quindi in cerca di casa. Un Labrador irruento e scodinzolatore folle, che russa come pochi, tutto nero, con una macchia bianca a forma di cuore sul petto. Un segno, sicuramente, un invito a continuare questo splendido viaggio che è la vita, così ricca e variegata, che a volte punge, a volte accarezza, piena di cose da imparare e condividere, con ostacoli da superare, con battute d'arresto e slanci da saltatrice di triplo, grandi e piccole sconfitte, grandi e piccole vittorie. Diciamocelo, più le vittorie, perché poi col tempo si impara a trasformare le sconfitte in lezioni, e allora diventano vittorie. Quelle che contano, quelle che fanno crescere e danno un senso al tutto.
E il viaggio continua, perché di strada ce n'è ancora da percorrere…
Ma questa è un'altra storia.

COME RICONOSCERE IL PERSONALE OPERA CHARITAS

MEDICI

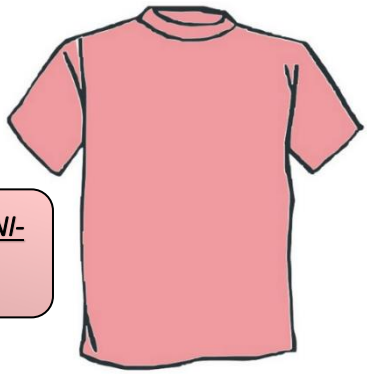


CAPO CURE
VICE CAPO CURE
INFERMIERI

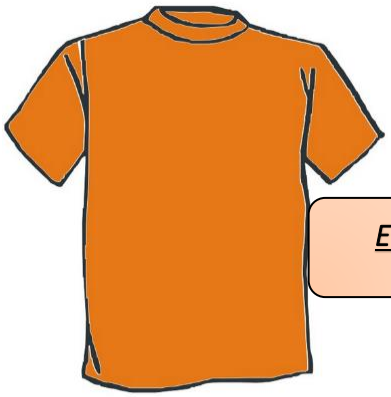


OSS

ASSISTENTI DI CURA / AUSILIARI DI CURA



SPECIALISTI IN ATTIVAZIONE / ANIMATORI



ECONOMIA DOMESTICA

FISIOTERAPISTI

PROMEMORIA

Si porta all’attenzione dei visitatori che durante le visite nel locale degli affetti è consentito unicamente l’utilizzo degli arredi messi a disposizione mostrati nella foto sottostante.

RUBRICA QUIZ

Vi proponiamo in questa rubrica alcuni indovinelli sul Ticino.

1. Cosa significa Valascia in italiano?
   - **A.** Un luogo a rischio valanga
   - **B.** Un luogo molto lontano
   - **C.** Un luogo sempre nuvoloso

2. Cosa è rimasto ad oggi nel giardino del vecchio castello di Trevano?
   - **A.** Cancello
   - **B.** Fontana
   - **C.** Entrambe le risposte sono corrette

3. Quanti km era lunga la funicolare Lugano-Cadro-Dino?
   - **A.** 18 km
   - **B.** 15 km
   - **C.** 8 km

4. Come si chiama la nuova funicolare della stazione di Lugano?
   - **A.** Sassellina in onore del quartiere di Lugano Sassello in cui si trova la stazione
   - **B.** Teresina in onore della moglie del costruttore della funicolare
   - **C.** Cioccarina in onore della piazza Cioccaro che si può raggiungere tramite la funicolare

Risposte: 1. → A 2 → C 3 → C 4 → A

COMPLEANNI DEL MESE

I compleanni che si festeggeranno questo mese saranno:

- Domenica 06.06 Lucia P.
- Domenica 13.06 Carla R.
- Giovedì 17.06 Gianfranca G.
- Sabato 19.06 Elisabetta T.

ALCUNI NUMERI DEL MESE

Le videochiamate svolte lo scorso mese sono state:

20

Gli incontri presso il locale degli affetti lo scorso mese sono stati:

80

Gli incontri presso le camere lo scorso mese sono stati:

140

Gli incontri presso il giardino lo scorso mese sono stati:

12

CONTATTI

attivazione@charitas.ch

091 936 01 08

Fondazione Opera Charitas
Strada della Castellanza 98
CH-6968 Sonvico