

APPROCCIO NON FARMACOLOGICO NELLA CASA DI RIPOSO CHA MARIA



IL NOSTRO MODO DI VIVERE IL QUOTIDIANO

Attenzione, relazioni, terapie non farmacologiche,
affetto per i nostri Ospiti

CHA MARIA: UNA CASA, UNA FAMIGLIA

Vivere in casa di riposo non significa solo esser assistiti 24 ore su 24, ma anche vivere in comunità come una grande famiglia.

Nella nostra RSA la quotidianità ha un valore qualitativo enorme, le giornate sono scandite da attività relazionali, ricreative, rieducative con funzione di terapie non farmacologiche per far sentire i nostri Ospiti, non semplicemente come pazienti, bensì

ancora
protagonisti della
loro vita.



Per questo
motivo, ogni
progetto è
pensato per
avere carattere
terapeutico
specifico, non
tralasciando

l'aspetto divertente e rilassante coinvolgendo sia chi è autosufficiente, sia chi vive una condizione di fragilità come Alzheimer o demenze anche gravi.

Tutti i giorni il nostro personale si dedica con passione ed umanità, operatori, fisioterapisti, animatori: laboratori manuali, grafici, artistici e teatrali, passando per attività motorie a fini terapeutici e riabilitativi. Un team di professionisti che ascolta, assiste, lavorando per il benessere psico-fisico degli anziani, ponendosi come punto di riferimento oltre ai propri famigliari.

Questo breve documento ha lo scopo di raccontarvi come si vive la quotidianità in struttura, fra cure, assistenza, passione,

divertimento e molto altro, per regalare ai nostri Ospiti un'esperienza di vita protetta ma allegra e stimolante.

LE NOSTRE ATTIVITA' RICREATIVE E RIEDUCATIVE

Le attività ricreative hanno una funzione rilevante nella vita di una RSA, in particolare in Cha Maria, dove il tempo libero dell'anziano è inteso come momento in cui riappropriarsi della propria autonomia, della progettualità della propria esistenza, attraverso l'attivazione fisica, mentale e psico-relazionale, perché gli Ospiti non hanno solo bisogni fisiologici, ma anche psicologici e sociali che influiscono, se non soddisfatti, sul decadimento generale.

Per questo, l'animazione nella nostra RSA si compone di diversi momenti che vanno dall'organizzazione di eventi e feste a tema, di gioco, laboratori didattici e creativi, spesso questi momenti sono condivisi con enti ed associazioni del territorio (attualmente sono stati sospesi a causa Covid).

ATTIVITA' DI SOCIALIZZAZIONE

Almeno una volta a settimana, i nostri animatori propongono iniziative di condivisione, che portano risultati sorprendenti sul



fronte
dell'emozione,
della memoria e
della risposta
psicomotoria, si
tratta di eventi
come le feste di
compleanno, la
tombola, giochi a
squadre durante
i quali viene
sponsored la

capacità di comunicazione e coinvolgimento tra ospiti e speriamo presto anche dei famigliari.

LABORATORI CREATIVI COME ARTETERAPIA



Per garantire ai nostri Ospiti una quotidianità sempre attiva e vitale, settimanalmente vengono proposti diversi laboratori artistico-creativi, la pittura, il collage, sabbia, DAS, l'argilla, la pasta fimo.

L'arteterapia favorisce il ripristino non solo delle facoltà cognitive, ma anche il rilassamento, stimola la fantasia e va ad agire positivamente sugli stati di ansia e depressione, oltre a rappresentare un piacevole momento di condivisione e socialità.

ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA

Passeggiate nella Borgata Torrione favoriscono il contatto dei nostri ospiti con la cittadinanza e con la natura, tutto ciò apporta benefici non solo all'umore, tenendo lontani ansia e depressione, ma forniscono al fisico il necessario al mantenimento del calcio e delle vitamine come la B12, fondamentali per le ossa e per i muscoli.



Non solo, si organizzano giochi di squadra nel nostro giardino o belle grigliate con il personale, in un'atmosfera di gioia e felicità.

CUCINA ED ATTIVITA' MANUALI

Tutte le attività legate alla vita domestica stimolano il ricordo, favoriscono l'attività celebrale, rafforzando al tempo stesso memoria e manualità, vengono così proposti i laboratori di cucina



o i laboratori di cucito che consentono di vivere e rivivere le preziose abitudini di una vita.

MOVIMENTO FISICO

Il muoversi è passe-partout per la salute in generale, nella nostra Casa di Riposo si garantisce agli Ospiti non solo una ginnastica individuale quotidiana, condotta dai nostri fisioterapisti, ma



l'animazione coordinata dagli stessi conduce settimanalmente un'ora di ginnastica dolce di gruppo.

PROGETTI INTERGENERAZIONALI

Nell'ambito dei rapporti e della socialità, esistono tante attività svolte all'interno della struttura da associazioni di volontariato del territorio e la Pro Loco Piazzese, come i progetti di scambio



intergenerazionali dedicati a stabilire una connessione tra le generazioni più giovani e i nostri Nonni.

ORTOTERAPIA

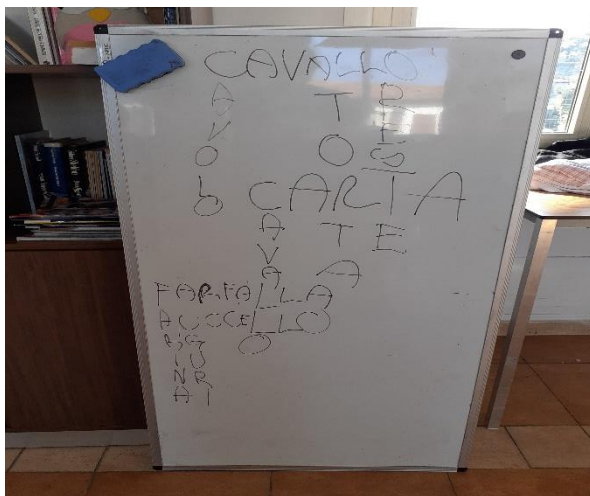
L'ortoterapia, attività di progettazione e cura di orti e di fiori, non è solo uno svago o un momento di relax , ma ha scopi curativi: alimenta negli anziani la capacità di prendersi cura di qualcosa, con attenzione e passione, alimentando l'autostima derivante dal



fatto di
veder
crescere
qualcosa
grazie al
proprio
lavoro e
dalle loro
mani, e
aumenta

notevolmente quando ciò che si è coltivato diventa una pietanza da condividere con tutta la struttura, come ad esempio il basilico trasformato in pesto.

ATTIVITA' PRETTAMENTE COGNITIVE



Attraverso il linguaggio si esterna il pensiero la cui base è la memoria, per questo la lettura e la scrittura sono alleati per combattere il decadimento cognitivo,

queste attività sono centrali a Cha Maria, si gioca con i cruciverba su maxi cartelloni, alle parole incastrate o la lettura di giornali con seguente dibattito.

GITE FUORI STRUTTURA

Conoscere posti nuovi arricchisce il proprio bagaglio di esperienze: la socialità e il contatto con l'esterno sono un tocco sano per il benessere psico-fisico degli Ospiti. Le uscite constano di diverse iniziative in grado di unire cultura,



ambiente e cibo: visite a teatro, al cinema, gite culturali e di svago, sempre accompagnati da un team di professionisti.

Queste attività, sospese per effetto del Covid, saranno riattivate non appena possibile.

ATTIVITA' RELIGIOSE

Grande importanza, nella RSA Cha Maria, viene data all'aspetto spirituale degli Ospiti. La religione è un punto centrale per la vita di una persona anziana perché rappresenta un'ancora spirituale per combattere la depressione, l'apatia emotiva che determinate condizioni o difficoltà possono determinare.



Per questo motivo ogni settimana oltre la celebrazione della S.S. Messa viene recitata, con gli ospiti che lo desiderano, la

preghiera del S. Rosario.

SPAZIO FAMILIARI



Nella casa di Riposo Cha Maria, molta attenzione viene rivolta anche ai familiari degli ospiti, che spesso sono soggetti ad attività intense sia dal punto di vista fisico che psicologico: per questo i

nostri professionisti, dalla coordinatrice all'animatore, sono sempre disponibili al colloquio con i familiari sia per fornire un supporto emotivo che consigli per affrontare la malattia del proprio caro.