

Il prezioso servizio di Pro Senectute

L'associazione si è impegnata parecchio durante questo difficile periodo. Sia sul piano cantonale sia su quello regionale. Con la portavoce Laura Tarchini abbiamo fatto il punto della situazione guardando ai vari servizi che sono stati offerti negli scorsi mesi e osservando, anche quelli che sono ripartiti in queste settimane di riaperture. La risposta, da parte degli anziani, del personale e dei volontari è stata più che positiva.

Anzitutto vorrei sapere come è stato vissuto dal personale di Pro Senectute questo difficile anno.

C'è stato qualche licenziamento o siete riusciti a mantenere gli effettivi?

E i volontari?

Il 2020 doveva essere l'anno dei festeggiamenti per 100 anni della Fondazione, ma la pandemia ha modificato radicalmente i nostri piani.

Lavorando nell'ambito del sostegno alle persone anziane che vivono ancora a domicilio, siamo stati particolarmente sollecitati a causa della pandemia che, come si sa, ha portato a un nume-



La sede di Pro Senectute in Piazza Buffi

ro importante di decessi soprattutto tra gli anziani. Essi andavano quindi protetti e aiutati il più possibile al domicilio. In questo senso, il nostro personale ha dato grande prova di adattamento alla situazione, è stato capace di adeguare il proprio lavoro a quello che erano le nuove esigenze (modificare quindi anche i pro-

pri compiti) e molte delle persone con incarico ad ore hanno lavorato sotto pressione visto il carico di lavoro aumentato e i turni che sono stati più importanti. Abbiamo anche dovuto incrementare il personale del servizio pasti, vista la crescita importante delle richieste a causa della pandemia.

Per quanto riguarda i volontari, durante il primo lockdown sono state molte le persone che si sono messe a disposizione per l'aiuto nel fare la spesa, si è trattato di persone giovani (in età lavorativa) che erano al momento a casa a causa della chiusura di molte attività. Molti nostri volontari over 65 hanno dovuto sospendere l'attività a causa delle limitazioni, ma hanno fornito un prezioso aiuto nel sostenere gli anziani telefonicamente.

Non da ultimo per importanza, grazie alle nostre psicologhe abbiamo attivato un servizio di sostegno psicologico per quelle persone che sono state particolarmente toccate da questa situazione. Esse venivano segnalate dai vari servizi e vi era una consulenza telefonica regolare per fornire un sostegno professionale a chi ne aveva bisogno.



Il Centro Diurno



Un po' di ginnastica all'aperto



E si gioca anche all'interno

Come vi siete organizzati con l'emergenza in corso?

Da parte nostra ci siamo attivati da subito per fornire un aiuto concreto agli anziani. Abbiamo messo in piedi in pochi giorni un servizio di sostegno per la spesa a domicilio. Esso è stato attivato una settimana prima che vi fosse il tanto discusso divieto di recarsi nei negozi per gli over 65. Questo servizio, complementare ad altri presenti sul territorio, ha potuto rispondere a richieste di oltre 500 persone, per un totale di oltre 2000 interventi. Questo è stato possibile grazie al personale dei centri diurni (chiusi per quasi due mesi durante la prima ondata) e a numerosi volontari. I centri diurni chiusi, oltre ad offrire sostegno in questo nuovo servizio, hanno fornito aiuti vari: sostegno telefonico agli utenti, hanno insegnato degli esercizi e dei passatempi alle persone al domicilio. Il personale del centro diurno terapeutico si è prestato per sostegno ai famigliari curanti, anche al proprio domicilio, per gli utenti particolarmente bi-

sognosi di assistenza. Il servizio di aiuto alla spesa è stato, che era stato sospeso di è riattivato a fine novembre, ma vi sono state meno richieste.

Quali sono state le attività (corsi, viaggi, consulenze, ecc) che avete dovuto congelare?

E quali, invece, le proposte che siete riusciti a portare avanti?

I corsi e le attività sportive sono state sospese ben due volte, in seguito alla prima e alla seconda ondata. Sono potute riprendere dal mese di marzo le attività all'aperto (movimento) con massimo 15 persone, monitrice inclusa. I viaggi, che normalmente si svolgono al mare in Italia, sono stati tutti annullati per ragioni di sicurezza e di responsabilità. È stato organizzato con successo un soggiorno a Bad Ragaz. Per il 2021 si pensa di proporre alcuni soggiorni in Ticino e in Svizzera. I centri diurni (chiusi durante la prima ondata) per fortuna sono rimasti aperti nella seconda ondata, questo

è stato molto importante per la salute fisica e mentale delle persone. Vi è da sottolineare il fatto che non vi è stato alcun contagio che è possibile ricondurre alla frequentazione di un centro diurno (sia terapeutico che socio-assistenziale) o di un'attività legata al tempo libero (corsi e sport). Tutti gli altri servizi della Fondazione sono rimasti attivi, con le necessarie misure di protezione.

Visti gli allentamenti decisi dal Consiglio Federale, dal 19 aprile sono riprese le lezioni finora sospese dei gruppi di ginnastica dolce, danza e ginnastica in palestra per le quali non è stato possibile trovare un'alternativa all'aperto.

Sono ripresi anche i corsi di formazione in presenza (corsi di lingue, informatica, docupass) e altri corsi di movimento legati al benessere (per es. Yoga) rispettando il numero minimo e massimo previsto per ogni corso (stesse indicazioni dei corsi iniziati a settembre), in funzione della capienza della sala. Anche per queste proposte valgono le raccomandazioni



LOTTERIA SPOSI
in palio 2 orologi del valore di Chf. 1'620.-
estrazione 30.10.2021
CREAZIONI ORAFE SABRINA
GIUBIASCO - Tel. 091 857 19 91

LORIS

tappezziere decoratore

- Rivestimento poltrone e divani
- Innendekorationen ● Antiquariato
- Materassi e cuscini ● Tendaggi

6500 Bellinzona
Tel. 091 825 02 22

info@lorisdeco.com
www.lorisdeco.com

FATTI NOSTRI

di proseguire con i corsi online laddove possibile e, in caso di corsi in presenza, di rispettare scrupolosamente le misure di protezione.

Nel Bellinzonese quante sono, in media, le persone che normalmente frequentano i vostri corsi o la sede o centri diurni?

È difficile dare dei numeri, in tempi normali abbiamo 20 gruppi di sport (ginnastica, ginnastica dolce, danza popolare, acqua-fitness e walking) e diversi corsi. Inoltre, abbiamo molti utenti dei vari servizi sul territorio. Presso il centro diurno socio-assistenziale di Bellinzona in tempi normali (prima della pandemia) era frequentato da oltre 40 persone, dopo la pandemia (con la riapertura dei centri dal mese di maggio) il numero è sceso a 13, viste le limitazioni imposte e le misure di distanziamento necessarie.

Siete stati coinvolti, in qualche modo, nella campagna vaccinale?

Avete sensibilizzato sul tema?

Siamo nel gruppo di coordinamento per l'informazione alla popolazione anziana, insieme agli altri enti che operano sul territorio a favore degli anziani. Ci troviamo ogni 3 settimane circa con il servizio di informazione del Consiglio di Stato e l'Ufficio del medico cantonale per fare il punto della situazione. Da parte nostra ci impegniamo a sensibilizzare tutta la popolazione anziana sull'importanza di vaccinarsi per uscire da questa emergenza sanitaria. Questo tramite il nostro personale che lavora sul territorio e tramite i vari canali informativi come il sito internet, diversi articoli che



© foto: AdobeStock

scriviamo, la pagina Facebook o la nostra partecipazione a trasmissioni varie dove siamo invitati a intervenire.

Come stanno reagendo, dal vostro punto di osservazione, gli anziani? Hanno preso coscienza della situazione? Come la stanno vivendo?

Gli anziani a nostro modo di vedere hanno reagito subito con grande rispetto delle regole, anche se nella prima ondata c'è stato un po' di malumore per il divieto imposto loro di accedere ai negozi e gli inviti a rimanere a casa. Nonostante questo, sono coscienti che il virus è pericoloso in primo luogo per la loro salute e si sono adattati subito alle norme. Vi è però disagio a causa della solitudine vissuta da molte persone, la mancanza di quelle piccole abitudini, come bere il caffè in compagnia al bar, si fa sentire da molti. Per questo motivo i nostri centri diurni socio-assistenziali, possono essere di grande aiuto soprattutto alle persone che vivo-

no sole e che sentono un bisogno di avere un contatto umano.

Qual è la proposta del Bellinzonese, oggi, per chi avesse voglia di rivolgersi a voi?

Abbiamo un centro diurno socio-assistenziale a Bellinzona, in via San Gottardo 99, che accoglie le persone anziane ancora autonome o con bisogno di presa a carico, al momento su iscrizione (tel. 091 829 08 21). Abbiamo un centro diurno terapeutico per persone affette da malattia d'Alzheimer o da patologie correlate che vivono ancora al proprio domicilio, normalmente si viene indirizzati dal proprio medico curante ma i famigliari possono chiamare per maggiori informazioni (091 980 35 57, il centro si trova Via Prato-carasso 8). Abbiamo anche dei gruppi di ginnastica, ginnastica-dolce, danza popolare, walking. Al momento sono attive solamente le attività che possono svolgersi all'aperto, come da disposizioni federali.

Salone Coiffeur
Armin

Via al Ticino 22 (CENTRO FELMI)
6514 SEMENTINA Tel: 091 857 11 88
LUNEDÌ CHIUSO

Acquisto
ORO

ARGENTO, posate, platino,
palladio, gioielli, monete,
lingotti, oro dentale,
Orologi di lusso

Gioielleria HEPP
Muralto

www.heppgold.ch



FATTI NOSTRI

Nel Bellinzonese abbiamo inoltre due progetti di quartiere, presso la residenza Mesolcina a Bellinzona e Presso la residenza Morenal a Monte Carasso. I nostri operatori di quartiere cercano di fare comunità coinvolgendo la popolazione di tutte le età, anziani compresi, ad attività di socializzazione e di aiuto reciproco che partono dal basso e che sono aperte alle persone di tutto il quartiere. Abbiamo un servizio pasti attivo su tutto il territorio cantonale (oltre 400 persone lo ricevono nel Bel-

linzonese) e i diversi servizi di aiuto, tra i quali la più importante è la consulenza sociale (con oltre 700 persone che hanno fatto capo al servizio nel Bellinzonese lo scorso anno), ma anche il servizio fiduciario e il servizio di aiuto al trasloco. Essi possono essere richiesti contattando la nostra sede di Bellinzona che si trova in Piazza Giuseppe Buffi 4 al numero 091 850 60 20. È possibile avere maggiori informazioni su tutte le attività navigando sul nostro sito www.prosenectute.org

Avete in preparazione qualche attività particolare per l'estate e il resto dell'anno?

Le attività di movimento all'aperto continueranno anche durante l'estate, a dipendenza della disponibilità dei monitori. Oltre ai viaggi che saranno proposti in Ticino e in Svizzera, non vi sono altre novità, tutti i servizi sono attivi e non prevedono alcuna sospensione durante l'estate.

Testimonianze di due Signore che frequentano regolarmente il centro diurno:



Amelia G., cdsa, Bellinzona



Carla J., cdsa, Bellinzona

Perché è importante frequentare un centro diurno?

Amelia G.: *"Si pensa di essere ancora un po' utili... Tante volte ci si trova a dover girare dottori, ospedali, si ha l'impressione di non poter più fare niente. Nel mio caso c'è anche la complessità di non vedere più bene e parlare con gente che si trova nella stessa situazione fa sentire meglio".*

Carla J.: *"Per avere compagnia, uno scambio di opinioni, fare due parole è importante. La pigrizia ogni tanto ci fa stare in poltrona, ma occorre combatterla per stare bene."*

Perché consiglia a una persona di venire una volta al centro?

Amelia G.: *"C'è l'occasione di ritrovare degli amici o di fare nuove conoscenze ed è bello avere l'occasione di confrontarsi, magari su temi attuali."*

Carla J.: *"Perché il personale è molto gentile e ci troviamo bene".*