

La scoperta del presente
Storie dal Centro Diurno Anziani Fragili Elianto

A cura del Centro diurno Anziani Fragili ELLANTO

PREFAZIONE

I Centri Diurni per anziani sono nati in Italia nei primi anni '80 grazie all'intuizione di alcune organizzazioni no profit e sulla scorta delle sperimentazioni avviate qualche anno prima in diversi paesi esteri soprattutto in Canada.

A Roma vengono strutturati come servizio dal Comune alla fine degli anni '90. I Centri Diurni per Anziani Fragili, denominazione data dal Comune di Roma, nascevano nella capitale grazie ad una sperimentazione spontanea delle cooperative che svolgevano assistenza domiciliare alle persone anziane.

Si è iniziato a pensare che fosse fondamentale, per mantenere l'utente all'interno del contesto di vita e promuoverne l'integrazione sul territorio, uscire dal domicilio e tessere relazioni, stabilire contatti anche attraverso attività di gruppo. Insieme si pensava a momenti che potessero dare beneficio alla persona anziana e si utilizzavano spazi di aggregazione per attività di socializzazione.

Questo tipo di azione mise in evidenza da subito le ricadute positive sul benessere degli utenti.

La Cooperativa Iskra aprì il suo primo Centro Diurno nel 2000 e lo fece puntando sulla qualità del progetto e dell'intervento declinandola attraverso tutte le fasi dell'azione operativa che prevedevano, e prevedono, la centralità della persona come elemento fondamentale.

Allora si tenne conto di ogni dettaglio per mettere da subito in evidenza l'importanza che per noi aveva fornire un intervento di qualità per le persone. Si fece uno sforzo economico per acquisire gli spazi e per scegliere, con cura e attenzione, il loro allestimento e questo affinché si percepisse immediatamente, fin dal primo momento di accoglienza, quanto fosse essenziale "far stare bene" la persona anziana.

Quando il beneficio sugli ospiti, già dopo pochi mesi dall'apertura, fu evidente a tutti i familiari e anche al Comune di Roma e alle ASL territoriali che avevano in cura diversi anziani che frequentavano il nostro Centro, decidemmo che quel modello metodologico vincente sarebbe stato utilizzato ogni qual volta fosse stato richiesto alla Iskra un intervento per le persone anziane tramite un Centro Diurno.

Accadde questo quando il Comune di Monterotondo decise di indire un bando di gara per l'apertura di un Centro Diurno Anziani Fragili. Nacque Elianto attraverso un'attenta formazione di tutto il personale che sarebbe stato impegnato al Centro proprio perché non volevamo perdere nulla dell'esperienza acquisita.

Anche ad Elianto riscontrammo immediatamente un ritorno positivo del nostro lavoro sugli ospiti anziani e sui loro familiari.

Chi pensava che un Centro Diurno per Anziani dovesse essere uno spazio chiuso e protetto per tutelare la serenità della vecchiaia ha dovuto subito ricredersi constatando la dinamicità di ogni azione operativa del Centro che portava al suo interno la comunità; si proponevano attività e laboratori culturali e intergenerazionali nei propri spazi portando il centro nella comunità, con la scoperta e la conoscenza del territorio che molti dei nostri ospiti non avevano mai scoperto né conosciuto.

Fu dunque apprezzato fin dall'inizio il modo di considerare il nostro intervento come sollecitatore delle risorse della persona anziana rivolgendoci sia all'individuo che al contesto sociale in cui viveva per attivare le sinergie necessarie ad alleviare la sofferenza, ridefinire gli spazi di vita e pensare ad un nuovo benessere.

Abbiamo sempre creduto che puntare su servizi di qualità fosse garanzia di riconoscimento del giusto lavoro; che un servizio ben progettato e ben svolto, avrebbe potuto superare indenne qualsiasi ostacolo si fosse presentato sulla sua strada.

Nel 2006 ancora si poteva parlare di "spesa" sui servizi sociali e gli Enti Locali, pur tra mille difficoltà, potevano tenere effettivamente in considerazione i bisogni espressi dalle persone. Col passare degli anni tutti quanti abbiamo dovuto fare i conti con una drastica riduzione della spesa sui servizi sociali definita da scelte politiche, a livello nazionale, che hanno stabilito priorità diverse nella "costruzione" del bilancio dello Stato. Tutto ciò si è naturalmente riverberato su tutti gli Enti Locali del territorio nazionale determinando quell'insicurezza e instabilità sociale che abbiamo oggi nelle nostre comunità.

Il Comune di Monterotondo non fa eccezione all'interno di questo quadro. E se anche per anni ha contraddistinto la propria politica sul sociale attraverso la crescita e lo sviluppo dei servizi, tanto da farlo emergere e facendolo distinguere sul territorio regionale, oggi

dobbiamo registrare quella flessione che purtroppo tanti territori hanno sofferto.

Il Centro Elianto può essere rappresentativo di un percorso che tanti servizi hanno vissuto in questi ultimi anni.

Oggi è a rischio il mantenimento di un servizio riconosciuto come virtuoso ed utile al territorio perché la “coperta è troppo corta”.

Una coperta tanto corta da non poter soddisfare l'esigenza dei tanti che esprimono un bisogno, che altro non è se non un diritto al benessere il quale sembrava definito come assunto inviolabile.

Nonostante la presa d'atto, da parte di tanti rappresentanti istituzionali, del peso che assume su una comunità la scelta di sguarnire di interventi sociali un territorio, quando la “coperta è troppo corta”, la riduzione della spesa sociale diventa subito praticabile.

Definire una spesa per i servizi sociali, adeguata al livello di disagio che oggi esprimono i territori, significa ripensare alle priorità.

Se non si sostengono adeguatamente fragilità sociali e non si investe su azioni di prevenzione sarà troppo alto il prezzo che la comunità pagherà in termini di ricadute negative, costi ulteriori e rischi per la sicurezza.

Quali scelte politiche sono richieste e chi può contribuire alla definizione di quelle scelte?

I grandi cambiamenti sulla spesa sociale devono avvenire a livello nazionale, ma è necessario far crescere la partecipazione sul territorio cittadino e sollecitare i necessari ed urgenti cambiamenti, che da subito si possono e si devono attivare.

Gli ospiti di Elianto hanno accresciuto la loro consapevolezza di cittadini attivandosi nell'approfondimento della conoscenza dei propri diritti e dei diritti di una comunità. Una comunità che vivono e fanno crescere all'interno di una cultura dell'integrazione. Solo dove si coltiva e si pratica l'eguaglianza, la solidarietà, il rispetto della dignità umana, le libertà a partire dalla libertà dal bisogno, esiste civiltà.

Se il bisogno rappresenta l'umano, il diritto rappresenta l'ordine rigoroso a cui deve attenersi il comportamento espresso dai sistemi di governo.

Deve essere, quindi, l'emergere di tutte le energie che costituiscono la comunità a determinare la forza d'impatto che deve definire le scelte del sistema di governo.

Abbiamo sempre inteso il nostro lavoro di operatori del sociale come sollecitatore delle risorse di una comunità, di un territorio affinché ogni individuo contribuisca alla definizione della propria qualità di vita attraverso elementi di integrazione e condivisione.

Elianto in questo senso è stata giusta sintesi del nostro lavoro e ha dimostrato tutta la sua ricchezza definendosi, proprio con il suo agire quotidiano, come ricchezza del territorio di Monterotondo e del suo distretto.

Maurizio Simmini

Presidente della Iskra Cooperativa Sociale Onlus

INTRODUZIONE

Come sempre, il prodotto di un laboratorio è sempre il frutto di un processo che è forse più interessante del prodotto stesso.

Ad un certo punto, come equipe, abbiamo sentito che dal gruppo di Elianto emergeva un qualche tipo di bisogno che, tra l'altro, sembrava coinvolgere anche noi.

Non si può certo non tener conto del fatto che da Aprile il servizio ha vissuto nella completa precarietà, situazione che ha inevitabilmente portato il gruppo a riflettere sulla fine e sulla necessità di fare un bilancio sul proprio percorso dentro il servizio.

Può sembrare triste, difficile, ma vorremmo che i lettori non pensassero che gli anziani debbano essere protetti da questo tipo di confronti e riflessioni. È la caratteristica del Centro Diurno, di Elianto, quella di dar senso alle emozioni che sentiamo, che non devono essere nascoste o addomesticate ma attraversate insieme, quello sì; in questo sta la cifra del nostro metodo e di questo lavoro. Il nome Elianto, forse non molti lo sanno, è stato dato pensando al girasole come fiore che ha bisogno di guardare al sole, di guardare avanti come indicazione dell'idea che non si può più pensare, come qualcuno ancora oggi pensa, che la senescenza sia un'età involutiva. Finché c'è vita l'essere umano cresce, cresce nella sua capacità, se gli si fornisce l'opportunità e la persona la coglie, di auto-riflettere su di sé, di ri-pensarsi, di ri-formulare delle convinzioni su di sé, di ri-memorizzare gli eventi delle proprie storie, e infine di perdonarsi per essere stati così lontani dall'ideale, delle proprie sbafature, imperfezioni. Parliamo di una Fragilità che non spaventa più così tanto da lasciarci chiusi in casa da soli. Una fragilità a cui possiamo accedere, ancora e ancora, per imparare ancora e ancora.

Il libro si articola con gli scritti delle persone a cui, come traccia, sono stati chiesti quattro spunti:

Come eri prima di frequentare Elianto,

Come ti senti oggi

Cosa senti di aver imparato

Raccontaci un episodio che ricordi con maggiore affetto

Il contributo degli operatori lo troverete sparso tra gli scritti degli anziani perché anche in questo caso ci piace ricordarci e sentire che

siamo, seppur con diversi ruoli, partecipi del percorso “Elianto”, dentro il quale tutti siamo cresciuti molto.

信 (shin) è il kanji che in giapponese significa "*fiducia*", "*fede*". Un concetto che scava la sua origine nella forma stessa del suo kanji: 人 **persona** e 言 **parlare**.

E' così che per i giapponesi si crea un rapporto di fiducia, parlandosi, a lungo. Un lungo che non è fatto di una sola volta ma di tante, così come al Centro Diurno Anziani Fragili Elianto

Il punto di vista dell'equipe: Alessia

*"...non ci si ricorda da soli
ma con l'aiuto dei ricordi altrui".*

Ricoeur, 1998

Il gruppo: *Transitare dall'io al noi, transitare dal passato al futuro*

Le persone che si sono man mano iscritte al centro non avevano quasi nessuna esperienza di contesti gruppali strutturati e stare in un gruppo non è un'esperienza semplice; il confronto è continuo ed immediato, molteplice nel senso che coinvolge molte persone contemporaneamente ognuno con le proprie storie e particolarità. Il confronto tra somiglianze e differenze ci permette sia di conoscere l'altro ma anche altre parti di noi stessi, che scritto così sembra una cosa bella e fattibile ma non è sempre così. C'è infatti un vecchio detto che sottolinea come *ogni testa sia un tribunale* e il confronto, anzi la capacità di confrontarsi e regolarsi nelle relazioni con gli altri, non può essere immediata, c'è bisogno di tempo e di una capacità di accompagnare gli eventi complessi che accadono. Una delle caratteristiche dei gruppi è la circolarità e cioè il fatto che quanto viene detto da un membro del gruppo, riguarda tutti. Quando nel gruppo qualcuno porta un'emozione, la porta sia per sé ma veicola anche un sentimento che in qualche modo riguarda tutti: c'è chi riesce ad accoglierla empaticamente e c'è chi invece si tira indietro, ma tutti siamo coinvolti

Per questo tutti i setting all'interno del centro sono gruppali, dal trasporto alla colazione, dai laboratori fino ad arrivare al gruppo istituzionale che è una particolarità propria del centro diurno Elianto. Il mandato di questo setting è discutere di quello che succede al centro, sia in termini di accadimenti che in termini di emozioni; cerchiamo cioè di portare le persone a parlare di un tempo presente, tempo in cui si possono fare scelte nuove e che permette anche di dare significati diversi a eventi passati.

Noi, infatti, incontriamo persone che vivono nel passato e il passato non è un tempo, nel passato c'è solo ripetizione. Sentire la durata è il prerequisito che garantisce di vivere nel tempo come un processo non frazionato e segmentato ma continuo, lungo il quale passato e presente si compenetrano facendo leva sulla presenza di un *Io che*

dura. Siamo nel presente, attraverso attività, cose da fare insieme, relazioni cariche di legami e anche conflitti. Siamo certi, infatti, che il cambiamento non avvenga nelle teste ma nella realtà ed è questa *la differenza tra lo stare a casa, ognuno per conto suo* e la possibilità di stare insieme: si sta nel *qui ed ora*, nel tempo presente. Solo lavorando incessantemente sul presente, abbiamo potuto, nel corso di questi anni, far accedere gli anziani ad un tempo futuro.

La temporalità umana emerge, inoltre, attraverso la *mediazione della narrazione* se quello che è stato vissuto può essere raccontato a qualcuno allora lo possiamo percepire come qualcosa che accade *nel tempo*. Al centro diurno, attraverso i differenti dispositivi gruppali viene fornita *la possibilità di rilettura delle proprie vite, di nuove costruzioni interpretative delle proprie biografie testuali* (De Robertis 2015). E le riletture sono indice di cambiamento. Un cambiamento visibile a noi operatori, alle famiglie ma soprattutto agli anziani stessi. Questo, come dicevamo, permette un accesso diretto al futuro e alla progettualità, quindi ai propri desideri. Emerge dal gruppo sia il desiderio di dar senso al passato vissuto all'interno del centro ma allo stesso tempo *pensare come se ci fosse un domani*, si apre cioè la possibilità di lasciare ai successori, figli, nipoti, ad altri insomma, in consegna qualcosa di costruito da loro. Altra questione che ci appare ovvia ma ovvia non è. È un tema cogente se pensiamo a tutto il movimento giovanile sul clima, sul lasciare ai posteri un luogo bello dove vivere.

Ecco, di questo obiettivo siamo veramente molto soddisfatti e pensiamo di aver fatto un ottimo lavoro. A chi pensasse, leggendo questo, che è chiaro che l'oste dica che il suo vino è buono, vorrei dire che è importante sentirsi gratificati dai cambiamenti che il proprio lavoro porta. È un motore importante per progettare sempre altro e in modo migliore.

Il gruppo: *la funzione della crisi*

Il periodo di crisi che abbiamo affrontato e stiamo affrontando ci ha permesso di fare un ulteriore passo in avanti. Insieme al gruppo stiamo raggiungendo *la dolorosa consapevolezza che tutto ha una durata*, anche il centro diurno e noi come soggetti. Essere liberi di sentire questa emozione, non spaventarsene solamente, ma occuparsene, ci sta permettendo di pensare a cosa potrebbe succedere se Elianto

dovesse chiudere, al *dopo* Elianto, al fatto che come equipe desideriamo accompagnarli. A differenza di 13 anni fa ci risulta chiaro che il tempo non è fermo, e che noi nel fluire del tempo, continuiamo a vivere.

Nel corso degli anni ci siamo confrontati su un paradosso: *gli anziani hanno molto tempo a disposizione, troppo, e allo stesso tempo pare non ci sia tempo o anche non ce ne sia più.*

Allora un servizio come il centro diurno così come lo abbiamo realizzato, tiene conto del tempo e se ci manca il tempo, paradossalmente, abbiamo creduto fosse necessario *rallentare*, andare più piano, *darci tempo per guardare, capire, sentire. Quando andiamo veloce, siamo già dove vorremmo andare: rallentando stiamo dove siamo.*

Il gruppo: *l'equipe del centro*

Il percorso di costruzione del gruppo ha inevitabilmente ingaggiato anche l'equipe di lavoro. Un percorso durato 13 anni che ci ha visti impegnati nella costruzione di un metodo di lavoro che potesse permetterci di essere sia operativi ma anche capaci di ripensare all'operativo, cercando di essere curiosi e aperti alle criticità, alle difficoltà, al nuovo, a ciò che ci spaventava. Lavorando con gli anziani per forza di cose ci siamo dovuti confrontare con il limite, la fine, le separazioni ma anche con la consapevolezza che siamo sempre impegnati in un processo di crescita: finché c'è vita, l'essere umano cresce.

Desidero più di ogni altra cosa dire grazie.

Un grazie speciale a chi è andato in pensione: *Maria Stella, Enza e Seda*, le nostre operatrici "anziane" che ci hanno permesso di creare una *base sicura* dai cui muoverci.

Ai nostri supervisori *Salvatore Zito* e *Onofrio Strignano* che ci hanno accompagnato in questo percorso di crescita.

A *Lida* e *Nadia* che hanno fatto un pezzo di percorso con noi. Agli infiniti tirocinanti che abbiamo incrociato e a quelli che poi hanno deciso di fare una tesi sul Centro Diurno, confidandoci di aver scoperto che non esiste solo l'infanzia come ambito professionale.

Per ultimi ma non per importanza ringrazio *Alessandro, Filippo, Giovanna, Alessandra* e *Lorenza* perché senza di loro il contenitore

ELIANTO avrebbe molto meno senso e anche i miei pensieri sarebbero troppo soli per avere voce.

Alessia Fedeli,

Socia della Iskra Cooperativa Sociale Onlus,
Responsabile del Centro Diurno Anziani Fragili Elianto
Psicologa e Psicoterapeuta

Marisella de Dominicis

Avevo avuto dei problemi ed un forte esaurimento. Ho ringraziato tanto mia cognata Antonia che mi diceva *“vieni al centro e vedrai che ti sentirai meglio”*. Poi con l'aiuto dei miei figli mi sono convinta. Un giorno mia nuora va al comune e mi prende l'appuntamento con la dottoressa Alessia. Mio figlio Bruno mi ha accompagnato al centro per parlarci e mi ha detto: *“Va bene il giorno 9 settembre puoi venire”* ed io gli ho detto che era il giorno del mio compleanno. Ho iniziato a frequentare Elianto festeggiando perché ho portato la torta. Vedere tutte le persone intorno a me è stata una gioia e mi hanno fatto una grande festa.

Elianto mi ha cambiato la vita.

Da quando frequento Elianto mi sento più sicura e più forte di affrontare la vita rispetto a me stessa ed allo stare insieme agli altri.

Grazie alla dottoressa ed al dottore e tutti gli operatori che siete persone speciali.

Ricordo con piacere un episodio in particolare. Il teatro è stata una bellissima esperienza che mi è piaciuta tanto. Ricordo inoltre la gita a Roma di sera e tutti i laboratori che facciamo che mi piacciono tanto. In Elianto ho potuto rivivere tante cose del mio passato. Ad esempio ho avuto sempre paura degli aerei perché mi ricordano la guerra! Quando siamo andati a Bracciano a vedere il museo degli aerei mi ha riportato indietro nel tempo e riconoscevo tutti gli aerei della II guerra mondiale perché passavano sopra il cielo di Monterotondo nel lontano '43.

Per me Elianto è la mia vita.

Pina di Carlo

Abitavo a Roma ma poi sono venuta a Monterotondo e la mia vita è cambiata completamente. Ho iniziato a frequentare il centro Elianto e trascorro le mie giornate contenta perché ho conosciuto tante persone buone buone. Si parla tanto delle nostre cose, gli operatori ci tengono tanto impegnati ed io non ho problemi e ringrazio a tutti voi collaboratori ed a questo bel centro Elianto.

Oggi dopo aver frequentato Elianto mi sento molto soddisfatta; mi alzo la mattina tanto contenta perché so di venire al centro Elianto dove sto molto bene e voi ci tenete molto impegnati. Facciamo molte attività: ci fate fare giochi, gite fuori per vedere posti nuovi, mangiare una pizza, mangiare un gelato, ad Ariccia a mangiare la porchetta e di questo ne sono felice! Grazie a tutti voi!

Quando è stato il momento di fare il teatro pensavo di non riuscirci perché non l'avevo mai fatto! Ma poi quando mi hanno visto i nipoti tra il pubblico li ho sentiti urlare: *"Brava nonna Pina"*.

Ho preso il diploma di attrice, gli ho comprato una bella cornice e l'ho appeso a casa e quando mia figlia racconta delle cose che faccio in Elianto alle altre persone è orgogliosa di me.

Annina Candelori

Ho iniziato a frequentare il centro nel 2014 dopo 2 anni dalla morte di mio marito. Su consiglio di mia figlia che mi ha invitato a partecipare alla festa di carnevale, ho iniziato a frequentare il centro.

La lunga malattia di mio marito che soffriva di Alzheimer mi ha lasciato un grande vuoto perché le giornate con lui erano talmente piene, intense e molto faticose ma all'improvviso la calma piatta, la casa deserta ed io nonostante la voglia di fare mi sentivo un grande vuoto.

Ho iniziato a frequentare Elianto nel maggio del 2014.

Ora sono circa 6 anni che vivo la realtà del centro. Mi sento contenta di poter condividere le giornate con persone della mia età che in qualche modo hanno gli stessi problemi ed interessi.

Mi sveglio con piacere a prepararmi per le giornate del lunedì e del mercoledì che sembrano passare troppo in fretta. Quando devo fare una visita cerco sempre di non impegnarmi questi giorni.

Mi piace partecipare alle attività proposte dagli operatori che sono sempre molto attenti alle nostre esigenze. Ad esempio, questa estate, nonostante le mie difficoltà sono andata in vacanza con il centro ed ho constatato di persona quanta professionalità, competenza e amore mettono nel lavoro da svolgere. Mi hanno sempre aiutata, considerata e soprattutto capita facendomi vivere una bella esperienza nella quale ho partecipato anche con mio figlio Marco che anche lui ricorda con piacere.

Cosa ho imparato al centro? Stare in un gruppo di persone non sempre può essere facile ma posso dire che ho imparato ad ascoltare il prossimo cercando di rispettare il pensiero di tutti che non sempre può essere condiviso. Ho imparato ad aspettare il mio turno ed ho conosciuto grandi amiche che anche il sabato o la domenica mi rivolgono una telefonata di piacere. Stare al centro mi fa stare tanto bene.

Ho tanti ricordi. Posso dire che tutte le attività proposte mi coinvolgono molto ma l'esperienza di salire su un palcoscenico ed essere protagonista insieme alle mie compagne in un vero e proprio

spettacolo teatrale rimarrà sempre nel cuore. Grazie del bello che ogni giorno mi date per vivere.

Maria Pompili

Prima di frequentare il centro Elianto ero una donna ormai anziana che si trovava a stare spesso sola in casa in quanto i miei figli erano spesso impegnati fra loro tra privato e lavoro. Così mi stavo ammalando di solitudine ed anche la testa iniziava a lasciarmi. A quel punto ho iniziato a prendere medicine per la depressione prescritte dal medico ma ora, da 2 anni che sono entrata in questo centro, posso dire con gioia di non trovarmi più in quello stato di depressione perché sono felice di alzarmi la mattina ed avere uno scopo nella vita.

Come mi sento oggi? Mi sento più serena, tranquilla ma soprattutto considerata. Gli operatori che lavorano ad Elianto svolgono il loro lavoro con amore verso noi anziani.

Ho imparato tante cose ad Elianto essendo una donna che ha dovuto pensare soprattutto (se non solo) al fabbisogno della famiglia e mai a me stessa per vari motivi. Oggi che frequento Elianto ho imparato a pensare più a me. Stare in compagnia con altri anziani, comunicare tra di noi, condividere le varie attività, uscite che facciamo al centro: tutto questo mi rende serena.

Ricordo con piacere quando ci hanno fatto mascherare per carnevale. Ero vestita da signora inglese e le amiche mi hanno fatto i complimenti. Queste gentilezze non le ho mai ricevute e mi sono emozionata. Mi sono sentita importante per qualcuno. Grazie di tutto

Francesca Maiolo

Vengo da un paesino della Calabria e dopo essermi trasferita a Monterotondo non conoscevo nessuno. Date le mie condizioni fisiche non potevo uscire a fare amicizie e le mie giornate erano solitarie che non passavano mai. Ora grazie al centro Elianto sto meglio, mi sento utile e con tutta questa compagnia spero che dura perché è un punto di appoggio per me e i miei familiari.

Come mi sento oggi?

Da quando frequento il centro, la mia vita è cambiata in meglio cioè prima mi sentivo triste e isolata ora ho trovato amiche che non conoscevo. Sto bene con loro ci scambiamo tante idee e passiamo belle e spensierate giornate, facciamo lavoretti che io non conoscevo che ci vengono bene anche grazie agli operatori del centro.

Dal centro ho imparato che nella vita non c'è solo da vivere ma ci sono tante persone buone che non si conoscono e frequentando questo posto ho visto che si sta bene insieme agli altri. Avendo vissuto sempre con i miei familiari avevo poche amicizie ma grazie a questo centro mi è cambiata la vita; spero che duri per tanti anni ancora.

Un episodio che posso raccontare? Questo episodio può essere una cosa da poco ma ogni volta che una persona festeggia il compleanno io mi commuovo perché sembra una festa. Anche se a me festeggiano a casa non è la stessa cosa! Qui si sente di più, più allegria e sono contenta che ci sono pure io perché per me è una casa nuova! Grazie Elianto.

Concetta de Carlo

Prima di venire ad Elianto frequentavo una cerchia di persone più ristretta e avevo minori possibilità per svagarmi. Non avevo la possibilità di affrontare argomenti interessanti di vita né di esprimermi in lavori manuali ed espressivi.

Oggi mi sento più serena. Più stimolata intellettualmente. Sento un senso di appartenenza al gruppo e percepisco il calore dell'amicizia degli altri ed il piacere della compagnia.

Cosa ho imparato? Ho imparato a lavorare insieme agli altri a condividere le attività ed a stare bene insieme agli altri.

L'episodio recente del furto mi ha colpito molto ed amareggiato. Un altro ricordo è quando abbiamo svolto il soggiorno a Tortoreto l'estate scorsa: è stato bello quando eravamo al mare ed ho cantato e sono stata molto apprezzata. Per il resto ho un po' di difficoltà a ricordare. Sono rimasta molto contenta per tutte le iniziative esterne soprattutto "Roma di notte" visto che era tanto tempo non vedevo Roma all'imbrunire.

Il punto di vista dell'equipe: Alessandro

I significati che do al centro

Anche se il taglio del nostro intervento non è sanitario ma sociale, è un fatto che in questi anni, Elianto ha avuto una ricaduta in termini di buona salute, di benessere e di prevenzione nei nostri ospiti. A tal proposito gli anziani ci dicono:

“Avevo avuto dei problemi ed un forte esaurimento. Ho ringraziato tanto mia cognata Antonia che mi diceva “vieni al centro e vedrai che ti sentirai meglio” (Marisella)

“Mi stavo ammalando di solitudine ed anche la testa iniziava a lasciarmi. A quel punto ho iniziato a prendere medicine per la depressione prescritte dal medico ma ora, da 2 anni che sono entrata in questo centro, posso dire con gioia di non trovarmi più in quello stato di depressione perché sono felice di alzarmi la mattina ed avere uno scopo nella vita” (Maria)

“Prima di frequentare Elianto stavo passando un periodo triste per la perdita di mio marito e per la malattia che non riuscivo a superare. La solitudine non aiutava. Non avevo amiche con cui scambiare qualche parola. Non esistevano momenti divertenti e di allegria” (Enrica)

“Benché avevo i miei figli mi sono ritrovata sola e sono caduta in depressione” (Pina)

“A seguito di una tragedia familiare accadutami, ero precipitata in un periodo buio e freddo e la luce non si riusciva a scorgere. Forse mi trovavo bene nella mia solitudine ma poi ha iniziato a pesarmi tanto la mancanza di calore e di luce” (Tecla)

Il punto di partenza di Marisella, Tecla, Pina Enrica è comune a molti ospiti di Elianto ed è molto interessante come lo stare in relazione con gli altri modifica le storie, i vissuti, la percezione di sé, i significati.

Da 13 anni svolgo una funzione educativa all'interno del centro diurno Elianto, conducendo spazi di gruppo in cui provo a "far accadere" cose che generano benessere all'interno del servizio.

Quando gli anziani dicono che al centro ci "insegnano" tanti lavoretti, mi piace pensare che nel nostro lavoro "*in-sogniamo*" a desiderare per nuovamente riconoscerci come soggetti.

Difatti il gruppo è laboratorio culturale quando nel suo quotidiano stare insieme, agire e scambiare intuizioni, scatena un'immaginazione creativa che produce nuove progettualità. Non è scontato che le relazioni avvengano solo perché le persone stanno insieme; è necessario un intenso lavoro, a tratti doloroso e conflittuale, di continua ri-significazione dell'esperienza ma sicuramente vitale. E di questo gli anziani ne sono consapevoli quando dicono:

“Stare in un gruppo di persone non sempre può essere facile ma posso dire che ho imparato ad ascoltare il prossimo cercando di rispettare il pensiero di tutti che non sempre può essere condiviso” (Annina)

“Devo dire che la convivenza tra le persone della nostra età con una lunga esperienza consolidata non sempre è stata semplice, ma con il buon senso e l'aiuto degli operatori si può sempre migliorare” (Antea)

“L'insistenza dei miei fratelli e delle mie amiche mi hanno convinta a frequentare il centro Elianto. Devo dire la verità: ero un po' diffidente: il contatto con persone anziane mi avrebbe dato la fiducia che volevo?” (Simonetta)

In questi racconti, quello che gli anziani esprimono è un'interazione possibile che è avvenuta ed avviene ancora; la presa di coscienza delle persone che vivono nel qui e ora, è possibilità di vita che fa crescere con maggior senso di accettazione se stessi e rende possibile un loro cambiamento in senso evolutivo.

Il significato che gli anziani danno al centro è il frutto di una faticosa e lenta conquista anche a 90 anni. Uno degli obiettivi specifici dell'educazione, infatti, è quello di costruire delle vere interazioni tra le persone che partecipano al processo educativo. Far maturare un gruppo significa, di fatto, far crescere e sviluppare le interazioni tra i suoi membri.

La programmazione congiunta che conduco da 13 anni rappresenta uno degli strumenti fondamentali del nostro lavoro che si orienta verso questa direzione e cioè restituire all'anziano il diritto di essere il protagonista delle proprie scelte, del proprio invecchiamento e parte attiva del proprio contesto di appartenenza.

In un setting che privilegia il *circle time*, è svolta con gli anziani e con l'équipe; le proposte che emergono vengono accolte per essere elaborate e restituite al gruppo per essere poi concretamente attuate. È un laboratorio di partecipazione, uno spazio cioè, dove esercitare nuovamente i legami con l'altro, fare insieme, condividere, accrescere il senso di appartenenza ad un gruppo. E' un esercizio continuo di socialità e di benessere che ha (e deve necessariamente avere) un ritmo lento e costante per ri-connettersi ed imparare a condividere e partecipare. E' uno spazio in cui "*in-sogni-amo*" a vicenda, quindi.

Ricordo con tenerezza un'anziana scomparsa qualche anno fa, quando nei primi incontri di gruppo diceva a proposito dell'organizzazione di una festa: "*compriamo due frappe e via*", come a delegare a qualcun altro un compito e non prendere in mano il proprio desiderio e progetto.

Oggi il gruppo è cambiato e quando gli anziani dicono "*Elianto mi ha ridato la vita*" probabilmente c'è una quota di verità per gli ospiti che frequentano il centro.

Difatti dietro questa importante affermazione c'è un significato profondo che l'anziano contatta perché all'interno delle relazioni si dà il permesso di (ri)tessere un tessuto di quotidianità. Forse potremmo dire che in Elianto l'anziano *ritorna* alla vita ri-conoscendosi nuovamente negli slanci di socialità e di relazioni con gli altri, come avveniva in passato. Questa seconda giovinezza, intesa come opportunità per fare esperienze, è caratterizzata da stupore per la cura che ricevono ed il reiterarsi di situazioni ri-conosciute.

Allora riprendendo la prescrizione iniziale, la “*ricetta Elianto*” assume per noi il significato non di terapia del quotidiano ma di una *terapia nel quotidiano*: Non si tratta più solo di vivere, ma insieme di dare significato alle cose che si vivono. A tal proposito alcuni anziani dicono:

“*Ogni volta che una persona festeggia il compleanno io mi commuovo perché sembra una festa. Anche se a me festeggiano a casa non è la stessa cosa! Qui si sente di più, più allegria e sono contenta che ci sono pure io perché per me è una casa nuova! Grazie Elianto*” (Francesca)

“*È stato bello quando eravamo al mare ed ho cantato e sono stata molto apprezzata*” (Concetta)

“*Lo stare sul palcoscenico mi ha lasciato una cosa profonda perché mi son sentito per la prima volta in grado di parlare in pubblico, cosa che mi è stato sempre difficile; è come se avessi scoperto una nuova parte di me*” (Marco)

Queste affermazioni significano recuperare fiducia di sé attraverso il dispositivo Elianto che diventa un luogo della creazione, ovvero un luogo in cui è possibile generare e produrre nuovi significati o, semplicemente, ridare vita a quelli che l'uso routinario quotidiano ha svuotato, riscoprendo il significato delle cose di ogni giorno.

In Elianto grazie all'esperienza, cambiano i **linguaggi**: gli anziani si arricchiscono di parole nuove che danno possibilità di dare nomi alle emozioni, a raccontare e ri-significare le esperienze passate e

presenti. Una delle cose che succede agli anziani che stanno con noi è che migliorano la struttura sintattica e rendono più appropriato il lessico riuscendo ad esprimere i tabù e le cose non dette prima; gli anziani acquisiscono generosità nel concedere parti di sé preziose e questo li aiuta ad attivare ed esprimere processi riflessivi.

Cambiano i significati del tempo che diventa **attivo e progettuale**. Frequentare Elianto, per alcuni ricorda un impegno lavorativo tanto che, in modo ironico, “reclamano le ferie”. Ci sono alcuni anziani che frequentano Elianto 2 volte a settimana e considerano questa cosa come un impegno per 4 volte a settimana: 2 perché vengono al centro altre due perché la sera prima, preparano il vestito da indossare, pensano al trucco, si mettono i bigodini vivono cioè un tempo attivo per sé e per l'altro.

In questo periodo sentiamo che lo spazio pubblico ha perso il suo ruolo nella costruzione della cittadinanza. Si rende quindi necessario trovare soluzioni che prendano il suo posto per produrre socializzazione, partecipazione e responsabilità sociale. Le esperienze di «spazio comune» avviate in questi anni vanno a inserirsi proprio in questa direzione. Sono spazi fisici, ma soprattutto mentali ed emotivi, che sollecitano una partecipazione consapevole generando buona salute.

E le parole di Simonetta rappresentano il nostro vissuto in questa Esperienza Elianto quando in riferimento allo spettacolo teatrale svoltosi 2 anni fa dice:

“Trepidare alla prima rappresentazione, restare sbigottiti quando il sipario si è aperto, aver paura di non ricordarsi le battute ma andò tutto bene. MA per me il momento più emozionante è stato quando il pubblico applaudiva e noi nel proscenio ringraziavamo. Non so perché ma in quel momento avevo le lacrime agli occhi”

Alessandro Vattimo

Socio della Iskra Cooperativa Sociale Onlus,
Educatore del Centro Diurno Anziani Fragili Elianto
Pedagogista

Marco Silvestrini

Prima di frequentare Elianto sono sempre stato socievole ma frequentando il centro lo sono diventato sempre di più.

Oggi, da quando frequento Elianto, mi sento sicuramente più sereno e più attivo.

Ho imparato a stare in compagnia dei miei coetanei ed apprezzare tutto ciò che facciamo insieme.

Mi ricordo tante cose belle, ma quando abbiamo recitato è stato un arricchimento ed un'esperienza che porterò nel cuore. Lo stare sul palcoscenico mi ha lasciato una cosa profonda perché mi son sentito per la prima volta in grado di parlare in pubblico cosa che mi è stato sempre difficile: è come se avessi scoperto una nuova parte di me.

Amelia Bonanni

Ero e sono una persona curiosa e dopo che i miei figli presi dalle proprie famiglie e dai problemi quotidiani non li vedevo più, spesso soffrivo di solitudine.

Da quando frequento Elianto mi sento più serena e disponibile. Ho imparato a condividere con tutti gli altri frequentatori del centro e le persone che si prendono cura di noi, la voglia di stare insieme con affetto e rispetto.

Da Elianto ho imparato ad avere più cura e rispetto di me stessa e di tutti gli altri.

Un ricordo particolare? Ho incontrato una mia amica che avevo da ragazza e che avevo perso di vista da tantissimi anni. Rivederla qui e condividere con lei lo stare insieme al centro Elianto mi ha fatto molto piacere e mi ha riportato alla mia gioventù.

Annamaria Meliffi

Prima di venire ad Elianto ero curiosa e divertente! Stavo sempre in compagnia perché vivevo in casa con una mia cugina, ma poi le cose cambiano e la solitudine si fa sentire.

Da quando frequento Elianto mi sento più serena e sicura! Quando sono qui sto bene.

Ho imparato ad ascoltare gli altri in particolare le loro storie.

Non ho un episodio in particolare da raccontare! Mi piace ricordare l'ultima gita al lago in cui sono stata molto bene. Ero serena e mi è piaciuto passeggiare. Mi ricordava la gioventù perché spesso si facevano lunghe passeggiate quando si andava al mare. Devo dire che sono una donna fortunata perché anche se vivo sola le figlie sono sempre presenti e mi tengono compagnia.

Immacolata Cutri

Prima di frequentare Elianto ero sola e triste perché non avevo scopi: solo io e la televisione.

Da quando frequento il centro mi sento più serena, sento che servo a qualcuno e non vedo l'ora di prepararmi al mattino perché devo uscire per andare al centro e non sono più sola anche se ho mia figlia. Ma lavora.

Ad Elianto ho imparato a stare con gli altri e a condividere le cose che facciamo, ad essere ascoltata da tutti gli operatori che ci trattano come delle loro mamme e che alla mia età è possibile fare cose ormai inarrivabili.

Un ricordo ad Elianto? Non riesco a pensare ad un solo episodio ma a tanti come le gite che da sola non potrei fare, al teatro e le feste come se stessi con la mia famiglia.

Frasquita Cappucci

Per ragioni del mio passato triste io vorrei cambiare il mondo ma non ci sono riuscita.

Pure oggi mi sento sola, non c'è comunicazione con altri; ho solo desiderato di avere la fortuna di vedere la dottoressa Alessia e il dottore Alessandro che mi danno forza di andare avanti e sono contenta.

La mia esperienza al centro in questi anni è molto cambiata. Ricordo con affetto le amicizie fatte con Giovannina, Marcella, Silvana, Fernanda: mi sentivo in famiglia.

Vorrei raccontare cose belle ma per il momento non sono stata fortunata e mi mancano le persone scomparse ma ricordo tante cose divertenti.

Non capisco perché: sono una donna che cerca un sorriso ma nel mondo non l'ha trovato; sono una donna che cerca un sorriso e spero che arrivi perché finora l'unico sorriso che ho trovato è della dottoressa e del dottore che mi danno forza e coraggio di andare avanti.

Mi ricordo a San Pietro quando c'era Marcella! Feci tante risate che me le ricorderò fino in bara. Era il periodo di Natale e nel girare per le vie del centro incrociammo i cocchieri con le carrozze. Marcella si spaventò perché li vide sbucare all'improvviso e il cavallo le leccò il collo.

Con Marcella succedevano tante cose strane e la ricordo con tanto affetto!

Il punto di vista dell'equipe: Lorenza

Trasportando emozioni

Ho iniziato a lavorare ad Elianto nel luglio 2015.

Ricordo ancora il colloquio che feci con la coordinatrice del centro diurno anziani fragili. Cercavano una sostituzione per un breve periodo ed io, essendo già dipendente della Cooperativa Iskra e conoscendo il servizio rivolto alle persone anziane, ho accettato ben volentieri di capire di che lavoro si trattasse.

Tra le capacità richieste, quella che mi mise maggiore preoccupazione fu quella di dover guidare un pulmino, mezzo che permette di offrire il servizio di accompagnamento al centro e di ritorno a casa. Allora mi preoccupò in maniera quasi paralizzante il dover condurre un mezzo percepito da me grande, troppo grande per le mie capacità di pilota. Ignoravo i diversi significati e sfumature che può assumere una cosa che appare molto semplice e pragmatica come il trasportare una persona.

Da quel colloquio ero uscita con la grande paura del pulmino. Mi ero soffermata a quella che pensavo dovesse rappresentare la mia difficoltà da superare. Ricordo che il solo pensiero di muovermi tra le strade del distretto (Monterotondo, Mentana e Fonte Nuova) mi metteva così tanta ansia da non dormire la notte. Mi ripeteva in continuazione, ma sarò capace? Come farò a trovare gli indirizzi e a parcheggiare? Sarò in grado di affrontare le salite? Mille dubbi e mille preoccupazioni.

Ormai sono quasi 4 anni che lavoro nel centro diurno e mi sono bastati pochi viaggi per capire che guidare un furgone è la cosa meno impegnativa del lavoro, invece è quello che accade dentro il pulmino, con e tra le persone che trasporto a rappresentare la sfida maggiore. La conduzione di questo mezzo è la metafora che, all'epoca, mi anticipava il vero grande strumento del lavorare in e con un gruppo di persone: *il sapere stare dentro una relazione*.

Entrare a far parte di un'equipe, lavorare con un'utenza diversa da

quella già conosciuta rappresentava un inizio nuovo, un'avventura che non si limitava a guidare il pulmino e trasportare persone, ma imparare a relazionarsi con altri, imparare a muoversi vedendo, ascoltando, percependo spigoli, angoli e muri dell'altro e non solo quelli fisici che si incontrano per le strade.

Il trasporto “lungo” o “corto” costituisce un setting in cui la relazione tra operatore e utente/anziano si arricchisce di intimità, fiducia e condivisione di vissuti, ricordi e storie personali.

Quando iniziai a lavorare ad Elianto l'idea che avevo della vecchiaia era quella di fase della vita caratterizzata dalla rassegnazione ai limiti fisici che la fisiologia impone e di godimento di quanto seminato nell'arco della vita, vedendo nell'anziano una persona saggia da rispettare, da ascoltare con riguardo, da aiutare e sostenere nel suo appassire. Quello che ho imparato lavorando nel centro diurno è che la vecchiaia è una fase esistenziale, sì complessa e difficile, ma con delle potenzialità da valorizzare e stimolare.

Le persone che frequentano il centro diurno vengono, per lo più, da una situazione di vedovanza. Gran parte delle signore raccontano degli anni in cui tutte le loro attenzioni e le loro energie erano rivolte al prendersi cura, all'assistere e vivere la malattia del marito e una volta venuto meno si sono ritrovate con il vissuto di essere sole, inutili.

A ciò si aggiungono diversi fattori come il vissuto di solitudine, di sconforto e a volte depressione, dovuto al naturale peggioramento della salute fisica, alla scarsa opportunità di tenersi occupate e la sempre più carente vita di relazione. Questi aspetti combinandosi in modo differenziato da soggetto a soggetto, concorrono a ridurre lo spazio fisico e sociale della persona e ad alimentare una sensazione di un allontanamento del mondo.

Nonostante le relazioni familiari restano solide, i contatti con i figli sono frequenti, così come quelli con fratelli e sorelle, la trasformazione in atto porta al vissuto di solitudine che i nostri utenti ci riportano.

La possibilità di dare spazio, per la prima volta in questa complessa fase di vita, al desiderio di sperimentarsi, stare insieme, di parlare e condividere le proprie paure e preoccupazioni e non sentirsi sole,

spinge le persone anziane a frequentare il centro.

Stare e vivere il centro diurno porta a non vedere solo gli acciacchi dovuti al decadimento fisico, permette di intravedere e sperimentare la dimensione del possibile, di una nuova progettualità, di cogliere nuove risorse per continuare ad avere curiosità e maggiore fiducia nel futuro.

L'entusiasmo, il desiderio di fare e stare insieme degli iscritti ad Elianto l'ho visto in diverse occasioni.

Come la commozione di Tecla, di fronte al Colosseo in una delle uscite serali. Pur avendo lavorato per diversi anni a Roma e avendola visitata diverse volte, Tecla non aveva mai avuto l'occasione di vedere l'Anfiteatro Flavio di notte e di fronte a tale spettacolo e al fatto che ancora si possono realizzare i desideri si commuove e scatta dei selfie da inviare ai nipoti.

Lorenza Fiandaca

Dipendente della Iskra Cooperativa Sociale Onlus,
Operatrice del Centro Diurno Anziani Fragili Elianto
Psicologa

Maddalena Panigi

Prima di frequentare Elianto ero sempre sola e disorientata; sono una persona che ha sofferto tanto e che sono sempre più diffidente per paura di soffrire dopo tutto quello che ho passato nella mia vita. La mia paura più grande è la solitudine.

Da quando frequento Elianto sono più serena ed attiva con la voglia di fare e forse a volte esagero un po' troppo ma la mia voglia di imparare è tanta non essendo potuta andare a scuola.

Da quando frequento Elianto ho imparato a fare la mia firma, leggere un po', scrivere, fare dei lavoretti socializzare con altre persone. Sono più serena con gli altri e con me stessa.

Un episodio? Ci sono vari episodi dove sono stata bene tipo andare a trovare le persone sordomute o le uscite al mare. Oppure quando cuciniamo noi tutti insieme, le recite dove mi diverto tanto anche se non lo mostro.

Francesco Desiderio

Prima di frequentare Elianto ero solitario

Ora mi sento più sicuro con me stesso e con gli altri.

Ho cercato di dare agli altri ciò che amavo io: ad esempio la lettura dei giornali e le riviste.

Lidia Morelli

Frequento il centro da 3 anni e vorrei raccontarvi come ci sono arrivata. Ho passato anni di dedizione amorevole per mio marito il quale dopo un'ischemia cerebrale è vissuto 9 anni.

Alla sua morte avevo perso la voglia di ricominciare a vivere. Sono però una donna curiosa e mi piace imparare cose nuove.

Mi sono iscritta prima al corso dell'Università Popolare Eretina in storia dell'arte e poi a ginnastica dolce e per me è iniziata una nuova vita.

Ho preso per la prima volta un aereo ed ho visitato parecchie città europee e ho conosciuto l'Italia da nord a sud.

Tutto questo è durato dieci anni circa. Ma poi è venuto anche per me il momento che la mia salute ha cominciato a fare capricci e quando ci si mette il cuore bisogna rispettarlo. Passato il periodo più critico mi sono detta “ *devi reagire*”! E così è avvenuto.

Conoscevo il centro Elianto per sentito dire ed ho pensato che prima di entrare in depressione (perché la strada era quella) dovevo uscire dalla solitudine ed ho fatto la domanda. Sono stata accolta.

Devo dire che per me è stata una lezione di vita. Ero abituata a stare da sola. Avevo poche amicizie. Al centro ho trovato insieme alla comprensione solidarietà ed amicizia da parte degli ospiti e del personale che ci guida.

Sono tutti veri professionisti.

Tutto questo mi ha dato più stima per me stessa e rispetto agli altri. Mi sono sentita più sicura.

Seguendo i laboratori tutti noi ospiti ci sentiamo più attivi.

La cosa che apprezzo maggiormente al centro è il fatto che ogni decisione viene presa insieme con gli operatori e con tutto il gruppo e per questo ci sentiamo veramente partecipi della vita organizzativa e sociale.

In fondo siamo una grande famiglia con regole da rispettare.

Fra le tante feste che organizza il centro quella che preferisco è la festa della luce. È la più emozionante.

La fiammella che accendiamo è il segno di un continuo cammino verso la speranza e la gioia di vivere.

La mia prima festa del vino la ricordo con piacere! La pigiatura ad Elianto è molto particolare perché la facciamo con le mani e mi fa ricordare quando ero piccola. Farla insieme ai ragazzi è stata la prima volta per me perché è stato bello spiegare parti di me attraverso gli strumenti che si usano per la vendemmia! E' stata una bella esperienza

Ringrazio tutti per la serenità che mi date.

Teresa Mileti

Prima di frequentare il centro ero solitaria e triste senza interesse per la vita.

Adesso mi sento sicuramente più motivata. Il centro con le sue molteplici attività e la rete di amicizie mi ha permesso di sviluppare e mi riempie le giornate. Mi spinge a prendermi cura di me stessa ed ho riscoperto la voglia di vestirmi e agghindarmi di aprirmi agli altri.

Ho imparato a stare con gli altri, a mettere da parte la timidezza e vivere con entusiasmo i momenti belli che mi offre la vita.

L'episodio che mi ha coinvolta maggiormente è stato la realizzazione del calendario. Rivivere e raccontare in prima persona i mestieri di un tempo ha riportato alla memoria tanti ricordi legati alla mia infanzia ed al mio mondo.

Enrica Tiberi

Prima di frequentare Elianto stavo passando un periodo triste per la perdita di mio marito e per la malattia che non riuscivo a superare. La solitudine non aiutava. Non avevo amiche con cui scambiare qualche parola. Non esistevano momenti divertenti e di allegria.

Come mi sento adesso? Frequentare Elianto mi ha aiutato a superare la malattia e vivere la perdita di mio marito più serenamente. Adesso sono più attenta al mio aspetto, attiva e lo dimostra il mio partecipare alle tante attività di Elianto. Sono felice di aver trovato tante amiche con cui passare il tempo e scambiare quattro chiacchiere.

Cosa ho imparato?

Sicuramente ad avere più rispetto di me stessa e confrontarmi con gli altri in modo più sicuro. La possibilità di sentirmi per una volta una attrice partecipando ad una recita teatrale al Teatro Ramarini ed alla *trasmisione Rai top in "Quattro nonne in padella"*, è stato per me importante così come essere capace di trasferire le mie esperienze quasi come un'insegnante ai ragazzi delle elementari cioè fare i biscotti crostatine, pasta ed anche discutere della vita.

Molti sono gli episodi che vorrei raccontare. Quello che ricorderò per sempre è il mio ottantaseiesimo compleanno festeggiato al centro. Non avevo mai vissuto una festa di compleanno in questo modo con la torta, le amiche e gli amici intorno a me. È stato veramente emozionante.

Il punto di vista dell'equipe: Alessandra

La bellezza dello stare, la complessità dell'essere

“Se tu vieni, per esempio, tutti i pomeriggi, alle quattro, dalle tre io comincerò ad essere felice. Col passare dell'ora aumenterà la mia felicità. Quando saranno le quattro, incomincerò ad agitarmi e ad inquietarmi; scoprirò il prezzo della felicità! Ma se tu vieni non si sa quando, io non saprò mai a che ora prepararmi il cuore...”.

“Il Piccolo Principe”

Antoine de Saint-Exupery

Il Centro Diurno Elianto rappresenta per me un percorso professionale e personale di continua scoperta attraverso le relazioni, che mi ha permesso di affrontare le idealizzazioni e gli stereotipi rispetto la vecchiaia ma anche di riflettere sulle mie modalità di stare in relazione con l'altro che poi è il fulcro del mio lavoro di operatrice al Centro. Ciascun anziano giunge alla vecchiaia con la propria storia personale, familiare e collettiva. Non esistono regole comuni di come invecchiare e allo stesso modo non ci sono norme di come vivere. Nella nostra società dinamica, ambiziosa e competitiva, *la vecchiaia* sembra sempre più spesso riuscire ad essere pensata e vista paragonandola a ciò che si crede sia il suo opposto ossia *la giovinezza* o attraverso l'identificazione con il suo presunto sinonimo *la malattia*. L'anziano stesso a volte finisce con il pensarsi come “non giovane”, “malato” e con poche risorse. L'ambiente sociale agisce un forte potere condizionante e rispecchiarsi in quello stereotipo è fuggire dalla propria identità, dai propri desideri e bisogni per non far fronte alla complessità a cui siamo sempre sottoposti. Ecco, nel percorso fatto fin ora ad Elianto, è stato possibile costruire una visione delle persona e non della categoria “anziano”, lavorare sulla presa di responsabilità della complessità personale che come esseri umani ci rappresenta, e che se ascoltata ci permette di sintonizzarci con noi stessi e con gli altri riuscendo in tal modo a recuperare quel potere personale e competente che è promotore di azione e benessere. In quest'ottica si è responsabilizzati e si ha un ruolo attivo nella propria cura e nella ricerca di una migliore qualità della vita. Ad Elianto la

valorizzazione di queste competenze passa attraverso la motivazione allo stare in relazione con gli altri e il sentirsi appartenenti ad un gruppo, ciò può essere fonte di gratificazione, affetto ed accoglienza e anche frustrazione e conflitto: emozioni fondamentali per conoscersi e conoscere gli altri. Sentirsi soggetto di cure e di stima da parte dell'altro ha sulle persone un impatto significativo in termini di autostima e di motivazione che diventano una spinta alla vita. Prepararsi la mattina per venire al centro racchiude con una semplicità estremamente potente tutto il desiderio, la cura verso se stesse, il bisogno di sentirsi apprezzato dall'altro e il riconoscersi un posto in cui essere. "Ci si fa belle" lì dove la bellezza è un fluire di emozioni contaminandosi dell'altro e al contempo scoprirsi vitali, curiose e disposte a prendersi gentilezze, abbracci e sostegno. La bellezza è attendere "il proprio giorno" ad Elianto con felicità ed eccitazione o aspettare il pulmino per rincontrarsi e raccontarsi, lamentarsi e sorridere insieme. La bellezza delle donne e degli uomini di Elianto è il coraggio che hanno nel darsi la possibilità di perdere l'equilibrio, uscendo di "casa", inteso come primo passo verso la costruzione di un desiderio.

Alessandra Ottavi

Dipendente della Iskra Cooperativa Sociale Onlus,
Operatrice del Centro Diurno Anziani Fragili Elianto
Psicologa

Rita Galassi

Prima di frequentare il centro ero molto sola perché non avendo un mezzo personale per muovermi autonomamente e trascorrevi il tempo da sola.

Oggi sto bene perché ho conosciuto nuove persone con le quali posso dialogare e scambiare opinioni ed anche fare dei lavori insieme che aiutano molto e danno soddisfazione. La frequenza al centro mi dà molta serenità e mi consente di rendermi utile ai miei nuovi amici. Per quanto mi riguarda il centro mi ha spronato a prendermi maggiore cura di me stessa, a tenere un po' di più al mio abbigliamento, ho cominciato ad usare lo smalto per le unghie ed acconciare meglio i capelli.

Stare al centro mi ha insegnato a guardare gli altri con molta comprensione perché ognuno di noi ha sia problemi di salute che familiari ed ascoltare gli altri permette di dare il giusto peso alle cose.

L'episodio che ricordo con affetto è il carnevale al centro. Per la prima volta nella mia vita ho avuto modo di vestire un costume e mi sono divertita come se fossi tornata bambina spensierata e con tanta voglia di divertirmi.

Ricordo anche quando sono andata alla Zecca di Stato per vedere la riproduzione della Colonna Traiana: è stata una grande emozione! Vedere le monete tutti in fila mi ha riportato indietro nel tempo quando c'erano le lire.

Pina Pieri

Prima di entrare al centro eravamo una famiglia serena ma un giorno si è spenta questa mia serenità perché è morto mio marito. Intorno a me c'era il mondo che era cambiato e sono rimasta sola. Benché avevo i miei figli mi sono ritrovata sola e sono caduta in depressione e mi ha aiutato la dottoressa che mi ha inserito in elianto.

Oggi sono molto felice di frequentare il centro. Ho trovato una nuova famiglia: ci sono la dottoressa, il dottore e gli operatori che sono molto efficienti; ci sono poi i lavori che facciamo per il centro e soprattutto le amiche e gli amici con cui parliamo delle nostre storie: adesso sono rinata.

Al centro ho imparato a stare insieme ad altre persone che hanno lo stesso problema ed insieme ci facciamo compagnia.

Un episodio che ricordo è la cosa che è accaduta in questi giorni perché purtroppo i ladri si sono rubati il televisore. Ci sono rimasta molto male perché l'apparecchio è utile per noi. Sono molto triste per l'accaduto perché per me Elianto è come se fosse una seconda casa.

Silvana Giorgi

Prima di frequentare elianto ero una persona curiosa, divertente, solare ed il mio carattere è stato sempre quello di essere rispettosa verso gli altri.

Sono una persona ultraottantenne e prima di frequentare elianto ricordo un passato triste e ansioso. Adesso ho voglia di vivere ed il centro trasmette tanto amore alle persone.

Vivere al centro ogni giorno è una sorpresa ci impegna ed ho voglia di ritornare. L'episodio più bello è stato il teatro insieme a tutte: indimenticabile.

Nazzarena Onofri

Prima di venire qui ad Elianto ero taciturna isolata, ma quando mi sono trasferita nella mia nuova casa non ho trovato vicini disponibili a dialogare eccetto una signora molto anziana.

Ad Elianto ho cominciato a parlare, a confidarmi con alcune persone che stimo e mi accettano anche per i miei momenti di mutismo.

Da quando frequento il centro sento che l'unico giorno che mi alzo presto è il giorno prima di venire qui e lo faccio volentieri.

Negli altri giorni non ho voglia di alzarmi subito lo faccio solo per dovere. Al centro ci sto bene, mi passa in fretta il tempo e mi dispiace quando non posso andarci. Mi piace parlare con gli operatori quando mi accompagnano a casa.

Lo stare insieme ad altre persone, rispettare il mio turno per parlare il rispettare le idee degli altri, aiutare le persone che non riescono a fare i lavori sono tutti elementi di crescita.

Ricordo un episodio molto singolare. Anna Bucci, un'anziana che frequenta come me Elianto un giorno mi dice: *" sono la mamma di Polifemo e Pierpaolo". "Davvero?"* dico io *"Pierpaolo da ragazzo stava sempre insieme a mio figlio e veniva spesso a casa mia! Quanto è piccolo il mondo"*.

Un altro episodio è stato che un'amica ha costruito per me una piccola scatola porta pillole oppure quando amici ed amiche mi prestano i libri da leggere.

Annina Di Salvatore

Prima di frequentare Elianto ero più triste! Stavo sola dentro casa, non avevo voglia di uscire, di cambiarmi d'abito, di andare dal parrucchiere. Stavo davanti alla televisione e sentivo tante volte cose belle ma tante altre cose brutte che mi davano ancora più tristezza.

Dopo aver frequentato Elianto sono più rilasciata, ho voglia di vestirmi bene, essere più ordinata, vedere gente e spero che questo centro rimanga ancora aperto per tanti anni.

Cosa ho imparato? Ho imparato tante cose: a confrontarmi con altri e fare tanti lavoretti che da sola non avrei mai saputo fare come le borse per il mare, i centri tavola, fiori e tante altre cose.

Vi racconto un episodio che ho vissuto ma più che un episodio è stata una cosa bellissima che io non avrei mai immaginato di fare: il teatro, nonostante sono timida a mettermi in gioco in mezzo a tanta gente. Un'altra cosa è stato il laboratorio degli antichi mestieri dove impersonavo la lavandaia e mentre mi scattavano le foto al fontanile; la gente era incuriosita per la scena e si era creata una fila di macchine che quasi bloccavano il traffico ed erano tutte per me: è stato bellissimo.

Il punto di vista dell'equipe: Giovanna

“Elianto nel tempo”

Lavoro come operatore sociale ormai da tanti anni, prima nelle scuole come assistente di base poi, nel 2006 dopo la maternità, mi viene offerta la possibilità di lavorare a Monterotondo presso un nuovo servizio per anziani, il Centro Diurno Anziani Fragili Elianto. Per me è stata una novità perchè i servizi conosciuti fino a quel momento per gli anziani erano i centri sociali anziani, le case di riposo, il servizio domiciliare. Dopo aver avuto la possibilità di programmare con i miei colleghi, che avevano più esperienza di me in quest'area, si è aperto un nuovo orizzonte.

Questi passaggi come operatore, sono stati fatti insieme agli anziani dell'epoca, tenendo sempre presente le loro esigenze, i loro bisogni; non era semplice far uscire le persone da un'immagine di operatore sociale come badante. Il pensiero, la “*mission*” che ci ha sempre guidato è questa: rendere partecipe l'anziano in tutte le sue espressioni, in tutte i suoi vissuti, andando contro il luogo comune che vede l'anziano poco utile perchè non più produttivo anzi spesso vissuto come un peso.

Noi, invece, passavamo le nostre riunioni di programmazione settimanale a pensare come alleviare i disagi di relazione, di movimento, i disagi cognitivi degli anziani, cercando di tarare le nostre proposte di attività sempre più su di loro non pensando ad un “anziano ipotetico”. Essi stessi non si riconoscevano le loro competenze. Con un grande impegno abbiamo continuato a scalfire la “scorza” presente superficialmente in ognuno di loro.

Ricordo con particolare piacere uno dei giochi proposti agli anziani “*Il gioco della vita*” in cui attraverso un'immagine venivano evocati dei ricordi. Sono usciti fuori dei racconti e degli spaccati di una società a noi sconosciuta mostrandoci come loro vivessero la sensibilità, l'amicizia, l'amore, il matrimonio, i figli, i propri genitori, il lavoro.

Contemporaneamente cresceva il nostro rapporto con le famiglie che inizialmente erano spiazzate per il ruolo che assumevamo nella loro vita: il centro non era un semplice luogo dove lasciare un genitore ma un laboratorio di idee e di esperienze che chiedeva la

loro collaborazione e affiancamento nel perseguire gli obiettivi sui loro famigliari.

Pian piano il centro si è trasformato, si è aperto al territorio, si è fatto vedere, gli utenti hanno cominciato a esistere per il resto del mondo partecipando a eventi, feste rionali, Bicincittà, Fasti d'Autunno, la Sagra dell'Uva di Mentana, eventi territoriali a Fonte Nuova e tutte le altre attività che potevano vederli protagonisti con le loro capacità e competenze. Biscotti, pasta all'uovo, cucito, teatro, laboratori orto-culturali. Tutto questo ci ha permesso con il tempo di costruire collaborazioni con altri "pezzi" di società altrettanto chiusi come le scuole, centri riabilitativi per disabili, il Museo Civico di Monterotondo. A proposito di questa esperienza gli anziani sono stati invitati a raccontare episodi della seconda guerra mondiale dei quali sono stati testimoni viventi.

Gli iscritti hanno potuto confrontarsi e apprendere nuove idee e metodi, entrando nelle varie realtà, quindi dimostrare che nonostante l'età si può imparare.

Personalmente posso dire che ogni anziano mi ha insegnato qualcosa: la pasta fatta in casa, la maglia, il cucito, i cesti di vimini, la cura delle piante, il ricamo. Tutto questo negli anni è stato possibile perché come operatori abbiamo fornito quel sostegno necessario a far emergere le loro competenze. Questo dimostra che nella società nessuno può crescere da solo.

Le famiglie sono diventate una parte importante del centro: ci confrontiamo con loro relativamente al familiare, li supportiamo con le nostre competenze, ognuno al suo livello, si è stabilito un rapporto di fiducia.

Un altro progetto che mi è piaciuto particolarmente è stato "*Metti una nonna in cucina*"; grandissima esperienza sia per noi operatori sia gli anziani. Questo progetto ci ha messo alla prova in ambienti lontani dai nostri con cui desideravamo contaminarci. Andando nelle case di professionisti, ad esempio, siamo entrati in contatto con le televisioni, un regista ed uno chef famoso. A questa esperienza le nostre anziane si sono approcciate con la semplicità, con la

competenza e la fierezza che le contraddistingue portando anche un pizzico di umanità.

Giovanna Pilotti
Socia della Iskra Cooperativa Sociale Onlus,
Operatrice del Centro Diurno Anziani Fragili Elianto
OSS

Antecla Lazzari, detta Tecla

A seguito di una tragedia familiare accadutami, ero precipitata in un periodo buio e freddo e la luce non si riusciva a scorgere. Forse mi trovavo bene nella mia solitudine ma poi ha iniziato a pesarmi tanto la mancanza di calore e di luce.

Su insistente consiglio del mio psicologo sono venuta a conoscere Elianto ed è stato la mia corda per risalire la china.

Come mi sento oggi? Ho ritrovato pian piano un po' di serenità e sto riuscendo completamente nel pensiero che è possibile tornare a vivere.

Stando insieme a tante persone ho imparato che ciascuno di noi ha avuto il suo momento buio e ciò aiuta tutti, me compresa a tornare più serena ed accettare con una visione diversa la vita e tutto ciò che ci riserva.

Un episodio che mi ha colpito in modo fortissimo è stato la Festa della Luce.

Il ritrovarsi con il salone stracolmo di familiari e parenti al buio tutti con una fonte di luce tenuta in mano ad illuminare il buio, mi ha fatto sentire dentro qualcosa che scioglieva e mi faceva sentire un tutt'uno con i presenti. Sicuramente è una cosa che non dimenticherò mai.

Adriana Checchetelli

Prima di frequentare Elianto ero una persona sola e nel mio dolore. Ho ripreso a vivere frequentando il centro Elianto, come lo chiamo io.

Mi sono trovata tanto bene con me stessa e con persone del centro, con i miei operatori molto buoni e pazienti con noi anziani quelli presenti e quelli usciti.

Da quanto frequento il centro mi sento tranquilla e felice: ho imparato tante cose belle.

Un episodio che vi racconto è quello di aver fatto tante cose come il teatro e tante altre cose di cui sono soddisfatta. Elianto per me è stata una seconda famiglia.

Mi ricordo quando sono andata da Bruno Vespa alla trasmissione Porta a Porta e gli portai le fettuccine. Lui mi guardò e mi disse: *“Ma signora quanti anni ha?”*. *“Quasi 90 anni”* dissi io. *“Signora li porta benissimo ed è ancora molto bella!”* rispose. *“Pure lei”*, dissi io.

Domenica Troiani

Prima di frequentare Elianto mi sentivo sola e un po' depressa a causa dei vari eventi negativi che mi avevano sconvolto molto come la morte di mio marito e di un nipote di 45 anni che ha lasciato due figlie piccole.

Sono rimasta a casa da sola con i figli impegnati tra lavoro e famiglia ed io mi sentivo giù.

Da quando frequento Elianto mi sento più serena e più viva. Ho ripreso ad uscire, a rivedere alcune persone ed aspetto con trepidazione il giorno in cui vado al centro. Inoltre mi sento più attiva e con la voglia di provare sempre nuove esperienze.

Essendo una persona timida e riservata esterno poco i miei sentimenti ma da quando frequento Elianto ho imparato ad aprirmi un po' di più ed a condividere le emozioni con le altre persone.

Ci sono molti eventi positivi che ho vissuto al centro. Sicuramente un episodio che mi ha colpito e che mi è rimasto nel cuore è quando abbiamo partecipato al progetto "*Metti una nonna in cucina*". È stata una bella esperienza che mai avrei pensato a 80 anni di vivere: andare in tv e ricevere i complimenti. Un altro bel ricordo è stato lo spettacolo teatrale che abbiamo inscenato "*E noi che pensavamo fossero palloncini*" in cui ho recitato una parte.

Gaetana Di Giovanni

Ero molto triste prima di venire ad Elianto perché sono rimasta vedova, non ho figli e mi sentivo sola.

Ora che frequento il centro mi sento bene. Mi piace la compagnia di tutti gli anziani. Poi sono felice quando mi portano in giro, quando andiamo a pranzo oppure a prendere il gelato o la pizza tutti insieme.

Da quando frequento Elianto ho imparato a parlare nel senso di spiegarmi meglio. Mi relaziono meglio con le persone e voglio più bene agli altri.

L'episodio che ricordo e che preferisco non è uno solo; quello che mi piace di più è la compagnia degli altri a cui voglio bene.

Annina Loreti

Ero una persona di carattere chiuso e diffidente. Dopo la morte di mio marito ero sempre triste; al centro ho imparato a dialogare ed intrattenere rapporti personali con gli altri e fidarmi di loro.

Come mi sento? Mi sento più sicura e tranquilla! Ho conosciuto altre persone che si sentivano come me ed abbiamo fatto amicizia. Quando vado al centro sono serena e parlo con tutti; prima mi sentivo una persona inutile mentre oggi mi sento gratificata e sicura con più stima di me stessa.

Ho imparato tantissime cose al centro. Ci sono delle regole che tutti devono rispettare, facciamo tanti lavori, leggiamo i giornali e commentiamo gli articoli, facciamo i cruciverba e tanti esercizi per tenere allenata la memoria. Abbiamo anche recitato al teatro Ramarini, siamo andati nelle scuole ad insegnare ai ragazzi come fare la pasta ed i dolci e discutere della Costituzione, alcune volte i ragazzi vengono anche da noi al centro. Facciamo le gite ed ho conosciuto posti nuovi.

Di episodi ce ne sono tantissimi. Abbiamo fatto molte esperienze ed attività e quella che ricordo di più e con piacere è la vendemmia che mi ha portato indietro nel tempo; abbiamo fatto il vino come si faceva quando ero bambina.

Ci sono altre attività che ricordano la mia infanzia! Dopo tanti anni mi son vestita da mondina per un laboratorio di fotografia. Ho riportato i pantaloni con il maglione bianco.

Il punto di vista dell'equipe: Filippo

Esercizi straordinari di fragilità

Mi chiamo Filippo e lavoro ad Elianto da undici anni con la qualifica di OSS.

Raccontare la mia esperienza di professionista in tutti questi anni non è per me semplice né tantomeno può essere veloce perché so che l'esercizio di questi due elementi narrativi implicherebbe una non trascurabile approssimazione e riduzione della complessità in cui mi sono trovato ad agire. Proverò a descrivere sintetizzando ciò che per me Elianto rappresenta assumendo come vertice di osservazione i fatti "straordinari" che ho condiviso con gli utenti per riconsiderare l'idea di fragilità e ridefinirla in termini di risorsa emotiva condivisibile con l'altro diverso da sé. La routine, nella esperienza quotidiana degli utenti ad Elianto, rappresenta un fattore di ambivalenza emotiva nel senso che rassicura, crea una comfort zone, ma è anche generatrice di staticità relazionale, comprime la curiosità verso l'altro. Che cosa fa allora il "buon operatore"? Il buon operatore si fa delle domande, elabora ipotesi su di sé, sugli utenti, sul territorio, sugli obiettivi da raggiungere. E poi lancia il cuore oltre l'ostacolo e pensa di proporre agli utenti di mettere in scena uno spettacolo teatrale sugli eventi storici avvenuti a Mentana e a Monterotondo il 9 settembre del '43. Personalmente ho vissuto un'esperienza complessa, emozionante, divertente e ricca di soddisfazioni. Più di un utente, ne troverete traccia nei contributi raccolti in questo libro, non era mai salito su un palcoscenico o aveva parlato davanti ad un auditorio così affollato. Non farsi soverchiare dalle ansie, affrontare i propri limiti, considerare l'errore come un atto non irreversibile, fare qualcosa che destabilizza il "già noto": l'hanno fatto gli anziani egregiamente, l'abbiamo fatto noi operatori. La nostra determinazione è nata dalla consapevolezza della fragilità personale che abbiamo sempre vissuto ed agito come ponte verso l'altro piuttosto che come tesoro frangibile da occultare e difendere. Nello "straordinario" di Elianto ci sono i soggiorni al mare, luoghi e tempi che svelano dettagli personali altrimenti inaccessibili, interstizi emotivi che permettono una riflessione su sedimenti di memorie creduti spenti e che danno loro una luce nuova. Pur non perdendo la condizione di asimmetria operatore/

utente si stabilisce una relazione più complessa, fatta con colori di uno spettro emotivo allargato. Elianto per me è anche questo, la possibilità di ripensare la propria storia, la capacità di stare dentro relazioni particolarmente coinvolgenti e profondamente professionali. Elianto, negli anni, ha sempre cercato di lavorare “sul e con” il territorio relativamente alle competenze che potevano essere ancora condivise; abbiamo inventato “ Metti una nonna in cucina” che consisteva nell’andare a casa di un committente a cucinare alcuni piatti della tradizione. Entrare nelle case di sconosciuti non è stato facile, ha richiesto un impegno da parte di tutti, un superamento dei propri dubbi, delle singole difficoltà emotive ma la soddisfazione per i risultati ha rischiarato con una nuova luce l’immagine di fragilità dell’anziano. E anche quella dell’operatore.

Siamo andati più volte in vari programmi televisivi, Porta a Porta, TV2000, per portare il nostro sapere, nonostante i malanni, le resistenze, i dubbi cerchiamo di riconoscere le nostre emozioni e quelle degli altri e qui abbiamo giocato a raccontarci agli altri ma prima lo abbiamo fatto a noi stessi: anche questo per me rappresenta Elianto. Per lavorare in un centro anziani fragili è necessario sapere cos’è la fragilità e saperla esercitare, soprattutto la propria, il resto lo fa la voglia di condividere. Questo, in ultima analisi, mi sembra veramente lo straordinario di Elianto.

Filippo Alessandri

Dipendente della Iskra Cooperativa Sociale Onlus,

Operatore del Centro Diurno Anziani Fragili Elianto

OSS

Clara D'Antoni

Prima di frequentare Elianto ero triste e malinconica, adesso sono felice di venire qui.

Al centro ho imparato tante cose belle che a casa non pensavo di fare come ad esempio tanti lavoretti belli che abbiamo fatto.

Dopo aver frequentato Elianto mi sento bene perché parlo con tante persone e loro mi dicono che sono buona ed io gli voglio tanto bene.

Mi ricordo un episodio in particolare; quando facevamo un gioco che dovevamo dare un bacio dell'amicizia ad una persona più cara e questo episodio mi ha resa molto felice. Grazie di cuore a tutto il centro Elianto.

Graziella Bracci

Prima di venire ad Elianto ero sull'orlo dell'esaurimento, mi sentivo sola con un gran peso pur avendo un marito e due figli. Ho sempre parlato poco specie adesso che sono anziana e mi sento presa meno in considerazione.

Prima di venire ad Elianto ero titubante ma sono già 10 mesi che lo frequento e mi trovo molto bene. I dirigenti e gli operatori sono magnifici ed anche gli anziani che lo frequentano perché ognuno di loro insegna qualcosa con il proprio vissuto.

Mi piace ascoltare le loro confidenze e raccontare le mie. Oggi mi sento più leggera perché servo ancora a qualcosa.

Al centro diurno Elianto ho imparato ad aprirmi e parlare perché so che qualcuno mi ascolta anche se dico cose di poca importanza. Ho imparato a dare affetto e comprensione. Non capisco chi sputa cattiverie ed odio.

L'episodio che più mi è rimasto impresso è il giorno della "giornata benessere". Quel giorno mi ha emozionato tanto e tra massaggi e messa in piega mi sono sentita coccolata e importante. Pensare che tutto questo potrà finire mi fa salire tanta rabbia! È ingiusto scartare noi persone anziane. Questo diventerà un sogno svanito: grazie ai nostri amministratori politici.

Bonaria Crabu

La mia prima esperienza al centro mi è stata consigliata da un amico. La sua proposta mi ha incuriosita e sono andata al Comune per informarmi di tutto.

Il primo viso che ho incontrato fu quello rassicurante con un grande sorriso e grandissima disponibilità della dott.ssa Potena.

Non vedevo l'ora di sapere più informazioni possibili: avevo voglia di cominciare al più presto!

Mi disse che dovevo attendere due settimane per avere un altro colloquio con un'altra dottoressa di nome Alessia e tornai a casa contenta perché mi avrebbero chiamato al più presto e così fu!

Ricevetti la telefonata tanto attesa e conobbi la dott.ssa Alessia con un sorriso di accoglienza che fu una gioia per me, vedova da anni, abituata a chiacchierare qualche volta con qualcuno.

Con tanta gentilezza la dottoressa mi spiegò che presto sarei entrata nel gruppo e che avrei conosciuto tante persone e sarei stata impegnata dalle 8 alle 15 per 3 volte a settimana e non mi pareva vero. La vita sarebbe cambiata ed avrei fatto nuove conoscenze.

A distanza di 3 anni posso confermare che la vita è cambiata in meglio; pur abitando in campagna da sola ora ho la scusa per uscire, fare ginnastica impegnarmi in attività creative ed aggiornarmi su tutto quello che succede nel mondo, andare a teatro, fare parte come attrice di un cast di attori conosciuti al centro, andare al mare, pranzare fuori con tutti i compagni del centro, operatori e responsabili, raccontare i nostri ricorsi del passato: tutto questo grazie agli operatori del centro che non mancano occasione per stimolarci e proporci nuove esperienze. Mai avrei immaginato a 90 anni tante iniziative e divertirmi come mai ho fatto nella mia vita!

Non posso pensare di perdere tutte queste opportunità, sarebbe come far morire una parte di me.

I miei figli, tutti i generi e nuora dicono che da quando frequento il centro sono tranquilla e serena.

Sono molto riconoscente a chi mi dato la possibilità di fare questa esperienza, sono contenta se continuerà con tutte le sorelle di Mentana e fonte nuova.

Con riconoscenza
Bonaria

Maria Perri

Prima di frequentare Elianto stavo attraversando un periodo troppo triste perché avevo perso mio marito da poco. Non capivo niente e mi era crollato il mondo addosso, non mi interessava niente e volevo solo morire. Con l'aiuto di Dio che mi ha illuminata, mi ha fatto capire che la vita è una cosa preziosa. Con l'aiuto di mio figlio e mia nuora mi hanno convinto a provare ad andare al centro Elianto.

Sono andata e mi sono trovata bene, ho avuto un'accoglienza mai vista da parte di tutti gli operatori e delle mie amiche.

Qui ci vogliamo bene, ci rispettiamo e stiamo bene insieme come una famiglia.

Oggi al centro mi trovo bene con tutti, ringrazio tutti i nostri operatori specialmente la dottoressa ed il dottore che ci stanno sempre vicino e ci fanno fare tante cose insieme. Il Natale passato insieme, le feste, tutte le uscite e le bellissime giornate che abbiamo passato insieme.

Oggi posso dire che sono contenta, non posso fare a meno di andarci: è come una medicina, una sopravvivenza.

Quando ho sentito che il centro poteva chiudere ho sentito una grande tristezza e mi sono chiesta: cosa farò? Dove andrò? Perché per me è necessario andarci e ringrazio tutti con grande affetto.

L'esperienza più bella è stata quella del teatro. L'emozione che ho provato quando ho fatto teatro mi è rimasta impressa, la gioia di essere attrice per una giornata. Non lo dimenticherò mai. Grazie

Simonetta Panunzi

Dopo aver passato un periodo di varie avversità mi sono sentita sola così mi sono chiusa in me stessa. La solitudine non mi pesava tanto visto che avevo vari interessi ma erano chiusi in un cassetto e non avevo voglia di fare nulla.

L'insistenza dei miei fratelli e delle mie amiche mi ha convinta a frequentar il centro Elianto.

Devo dire la verità: ero un po' diffidente, il contatto con persone anziane mi avrebbe dato la fiducia che volevo?

Ho cominciato a frequentarlo e con mio grande stupore mi sono inserita bene anche perché ho ritrovato "vecchie amiche" e facendo amicizia con quelle nuove, ho avuto subito da loro simpatia ed affetto ritrovando così la fiducia e sicurezza in me stessa e la gioia di ridere e scherzare con tutte. Posso dire che il centro Elianto è per me, ma penso per tutte noi, un'oasi di pace dove lasciati fuori tutti i problemi quotidiani, si trova serenità e compagnia allontanando così la solitudine di tutte le persone anziane rimaste sole.

Con l'entusiasmo partecipo a tutte le iniziative proposte che gli operatori ci offrono ogni volta: gite, teatro, pranzi, laboratori ecc..... E questi svaghi ci allontanano dalla malinconia e dalla solitudine.

In questi due anni al centro ho imparato tante cose: ascoltare le storie di vita, a volte tragiche, raccontate dalle persone più anziane di me, ridere alle battute buffe, arrabbiarsi se non si vince giocando a carte, dire, soprattutto, una parola buona a chi sta passando un brutto momento. Seguire gli insegnamenti degli operatori perché c'è sempre qualcosa da imparare anche se si è anziani.

Per questo ringrazio tutti quanti per avermi tirato su di morale. Ora ho ripreso ad aprire il cassetto dei miei interessi.

Un episodio che ricordo volentieri è stato quando siamo andati lo scorso anno a piazza Navona. C'era una giostra bellissima e non resistito alla tentazione di salirci su come quando ero bambina. Quante risate che si siamo fatte con Alessandra e Filomena che giravano con me!

Di episodi del genere che ho vissuto al centro ce ne sono stati tanti sia belli che brutti. Ma quello che mi è rimasto nel cuore è quando abbiamo recitato al teatro. E' stato molto impegnativo imparare la parte ma molto significativo per dare modo di risvegliare la nostra memoria. Trepidare alla prima rappresentazione, restare sbigottiti quando il sipario si è aperto, aver paura di non ricordarsi le battute ma andò tutto bene. Ma per me il momento più emozionante è stato quando il pubblico applaudiva e noi nel proscenio ringraziavamo. Non so perché ma in quel momento avevo le lacrime agli occhi.

Grazie! W Elianto, W gli operatori, W noi anziani!

Antea Dari

Ho iniziato a frequentare Elianto dopo che mi sono trasferita a Monterotondo. Fino ad allora avevo vissuto a Mentana vicino alle mie sorelle con le quali condividevo la quotidianità, esperienze e feste in famiglia.

Dopo il mio trasferimento, poiché i miei figli durante la mattina lavoravano, ho ritenuto opportuno iscrivermi presso questo centro per frequentare persone della mia età con le quali fare nuove esperienze sia dal punto di vista sociale che della condivisione di nuovi interessi.

Frequentando Elianto ho imparato a fare lavori creativi, in occasione di feste e ricorrenze a partecipare ad attività sociali come la lettura ed il commento dei quotidiani; ho partecipato, quando ho potuto, a visite guidate sia di carattere culturale e ricreativo.

Tutti questi lavori organizzati hanno contribuito a mantenermi attiva ed informata sugli avvenimenti del paese.

Tra le varie attività ho trovato interessante e piacevole occuparmi di cucina facendo esperienze esterne al centro come ad esempio recarsi nelle abitazioni di alcuni conoscenti per preparare un pranzo o una cena all'interno del progetto *"Metti una nonna in cucina"*.

Devo dire che la convivenza tra le persone della nostra età con una lunga esperienza consolidata non sempre è stata semplice, ma con il buon senso e l'aiuto degli operatori si può sempre migliorare.

Emilio Leto: L'Elianto e io

Quando penso al Centro Elianto mi sembra di intrattenere quasi una relazione con una persona, tanto mi sento partecipe e coinvolto emotivamente nelle sue iniziative, mi sembra quasi di intrattenermi con un amico, che conosco da lunga data.

Le ore del pomeriggio dopo il pranzo in attesa di intraprendere nuove attività che concludono la giornata prima di andare via, sono i momenti migliori per rispolverare i ricordi che affiorano al momento e che disordinatamente si affollano nel presente.

Rapidi flash su tanti eventi, ma veramente tanti per chi come me frequenta il Centro da tanti anni, eventi che dimostrano di quanta creatività siano capaci gli operatori, e di come essi si diano da fare per realizzare, sempre con semplicità un legame tra noi il Centro e il mondo esterno.

Allora socchiudendo gli occhi mi vedo in tante feste. Infatti il Centro dà risalto alle festività di rito: con 'la Festa di Santa Lucia', si mette in risalto la luce simbolo di positività in tutti i campi dell'operare umano, 'la Festa del Vino', la festa che ci parla dell'autunno e del maturarsi del vino bevanda che ci induce alla condivisione di momenti di allegria dove si mangia e si beve anche il vino fatto da noi, poi arriva il Santo Natale, panettone e altre cose sempre ritrovandoci come vecchi amici e nel frattempo, cambiando le stagioni, cambiano anche gli arredi, che sono progettati e realizzati da noi, ognuno di noi ha collaborato a realizzarli e questa è una bella soddisfazione.

Non potrei concludere questi spiragli di ricordi senza citare i vari carnevali a cui ho partecipato, tanta allegria, tante danze; al momento penso al prossimo e ora sto già pensando di travestirmi da...sarà una sorpresa e quindi non lo dico, ma anticipo che sarà un costume coloratissimo, che addirittura volevo regalare, ma che per mia fortuna nessuno ha voluto.

Il mio incontro con il Centro Elianto è avvenuto nel 2009, in effetti non riesco a ricordare quanti anni siano passati, ma posso ben dire che sono tanti anni; mi trovo nell'Aula Consiliare del Comune di Monterotondo, non mi ricordo precisamente in quale contesto di

eventi, ma presuppongo che in quel posto si tenesse un tavolo di lavoro su qualche argomento legato al tema degli anziani.

In quel momento avevo fatto la conoscenza con la Dott.ssa Alessia Fedeli e mi stupii del fatto che lei poco dopo mentre parlava ai convenuti, comunicasse loro quanto le avevo detto prima e ne fui inorgogliato; non avrei mai immaginato che la mia iniziativa potesse essere così bene divulgata in quella sede.

Le avevo comunicato quanto facevo in quel tempo: una newsletter che redigevo insieme al mio Amico Piero, newsletter che prendeva in considerazione gli eventi culturali di Monterotondo che inviavo a duecento indirizzi di posta elettronica, con grande fatica certamente, ma ero molto motivato e mi davo un gran da fare con questa iniziativa volevo far conoscere qualcosa che potesse essere d'interesse a chi vi abitava e nello stesso tempo svolgendo questa attività anche io potevo usufruire di queste informazioni.

Da ciò iniziò il mio contatto con Elianto, la Dott.ssa Alessia mi invitò poi a venire al Centro il Lunedì mattina alle dieci per collaborare alla lettura del giornale.

Durò tanti anni questa mia collaborazione, questo mio ingresso nel Centro se pur limitato nel tempo che ivi passavo mi portò a conoscere le persone che operavano in esso e le loro iniziative.

Posso ben dire che diventai un 'ammiratore' di Elianto' e mi dedicai a parlarne non solo a viva voce agli amici e conoscenti, ma anche a più riprese parlavo di esso e dei suoi eventi sul mio *'L'Informamic'* e anche su un giornale online e su qualche foglio a diffusione cittadina.

Da un anno la mia collaborazione del Lunedì si è trasformata in una stabile frequenza del Centro nei giorni del Martedì e del Giovedì, quando mi è stato proposto ho accettato subito con gioia, ora sono a tutti gli effetti una delle tante persone che vivono la vita di Elianto.

Come succede un po' a tutti nelle nostre vite, ai giorni lieti si susseguono a volte giorni meno lieti e questo è capitato anche a me, un periodo di cattiva salute, una deficienza nella mia capacità motoria, e in questo caso ho potuto anche usufruire del servizio del pulmino, mi sembra importante dirlo. La necessità di dover

effettuare delle terapie, che hanno limitato la mia partecipazione al Centro ai momenti di svago, di cultura e di attività ludiche.

In questi momenti tristi Elianto, e quando dico Elianto, mi piace vedere il volto di tutti quelli che vi lavorano e tutti gli amici che lo frequentano, Elianto mi è stato vicino, e come dicevo in principio del mio discorso mi piace personalizzare il Centro e vederlo come un amico con cui si sta piacevolmente insieme in allegria nei giorni lieti, ma che non ti abbandona nei giorni di difficoltà e che anzi ti dà anche una mano.

Grazie Centro Eliano.

Irma di Rosa

Prima di frequentare Elianto ero un po' diffidente perché non sapevo cosa aspettarmi. Allo stesso tempo mi sentivo curiosa nello sperimentare nuove cose.

Oggi dopo aver frequentato Elianto mi sento una nuova persona: più sicura e più serena, più ricca e fiduciosa verso il prossimo.

Al centro diurno ho imparato che la vita riserva nuove sorprese ed ho imparato ad ascoltare con più attenzione gli altri ed a vivere in modo armonioso con le persone.

Ho imparato che la felicità ha il sapore della semplicità.

Al centro ho vissuto più di un'esperienza tra viaggi bagni in piscina le opere al teatro canzoni urlate al cielo in campagna e tante altre cose.

L'esperienza che più mi ha segnato e che porto nel cuore è stata l'intervista a TV 2000 a Roma.

In un'altra occasione ricordo si dovevano fare dei disegni per un laboratorio. Non mi sentivo in grado e ho fatto comunque le calle! Oggi le ho appese in cucina e tutte le persone le ammirano.

Vincenzina Petrangeli

Prima di frequentare Elianto mi sentivo un po' sola perché mio marito Enzo era morto da poco. Lui impegnava la mia vita perché dovevo preparargli i pasti e dovevo accudirlo. Abbiamo passato bei momenti insieme con qualche gita allegra e spensierata quindi quando è morto si è creato un vuoto e vivevo di ricordi.

Quando ho iniziato a frequentare il centro la mia vita ha avuto una svolta molto positiva. Ho conosciuto tante amiche ed amici con i quali ho condiviso le mie esperienze della vita trascorsa.

Gli operatori sono meravigliosi ci vogliono bene e ci fanno sentire importanti ci hanno fatto amare di nuovo la vita.

All'Elianto si commentano gli articoli di giornale, si raccontano le nostre storie, si scambia il sapere con gli studenti si fanno gite istruttive come quella al Colosseo si recita in teatro si va in tv... e chi avrebbe immaginato tutto ciò?

Ho imparato che la vita può essere bella ad ogni età e che non bisogna abbattersi. Gli operatori sono pronti a parlarmi per ascoltarmi quando ti vedono un po' giù ed anche i miei compagni e compagne del centro anziani come me al bisogno sanno darmi conforto.

L'episodio più bello che ho vissuto al centro è stato quello trasmesso in tv intitolato "*Metti una nonna in cucina*". Un regista mi ha ripreso insieme ad altre compagne mentre cucinavamo presso una casa privata molto bella e panoramica del centro di Roma. Il tutto consisteva nel cucinare un menu classico quello che una volta si faceva la domenica. Alcune di noi hanno preparato le fettuccine fatte in casa ed io ho cotto il coniglio, altre hanno cucinato i carciofi e fritto le *pizzelle*. Poi ci hanno trasmesso in televisione su rai1 ed in quella occasione mi hanno vista e riconosciuta. Tante persone hanno chiamato me e mia figlia al telefono per complimentarsi, altre come il mio dentista si è complimentato di persona. Il padrone di casa è stato fiero di noi. Allora si che mi sono sentita contenta, anzi felicissima.

Grazie Centro Elianto

Gabriella Tabanella

Prima di frequentare Elianto mi sentivo un po' sola perché da poco avevo perso mio marito con il quale dividevo le mie giornate. Qualcuno un giorno mi parlò del centro ed insieme a mia cugina Edda decidemmo di iniziare a frequentare questa bellissima esperienza che dura da 13 anni.

All'inizio ero molto curiosa ed un po' spaventata di non riuscire ad integrarmi mentre invece fin da subito ho trovato un ambiente piacevole e molto accogliente, persone molto simpatiche con le quali ho stabilito un bellissimo rapporto che dura ancora oggi.

Grazie alle innumerevoli attività che svolgiamo quotidianamente, il centro mi ha trasmesso molta serenità e sicurezza nell'affrontare questo periodo delicato della mia vita. Purtroppo molte persone della mia età si rinchiudono in se stesse isolandosi con gli altri. Io, invece, grazie al centro riesco ad interagire ancora oggi con tante persone e riesco ad affrontare la vita con spirito propositivo.

L'esperienza Elianto mi ha insegnato molte cose come socializzare e condividere momenti felici con le amiche. Mi ha insegnato anche molte cose che alla mia età non immaginavo poter fare tipo le attività teatrali o i tanti lavori che svolgiamo durante il giorno. A livello personale questa esperienza ha arricchito la mia vita ed il mio umore.

Tanti sono gli episodi che potrei raccontare che non basterebbe un intero libro. Forse uno degli episodi che mi rattrista un po' è quando ci sono discussioni tra gli ospiti del centro che possono in qualche modo ritrovare la bellissima armonia che viviamo ma fortunatamente sono stati pochissimi anzi quasi rari.

Ada Sciarra

Prima di frequentare Elianto mi sentivo angosciata e sola poiché non potevo più uscire da sola.

Oggi da quando frequento il centro mi sento più socievole e riesco di più a manifestare le mie emozioni.

Ho, infatti, imparato a stare con gli altri e con loro a condividere i lavori, le gite e tante altre cose.

Sono rimasta molto scossa per i furti subiti che mi hanno tanto rattristata oppure quando ho saputo della possibile chiusura del centro.

Tutti gli altri episodi sono gioiosi perché ogni giorno che trascorro in compagnia delle mie amiche e degli operatori è un giorno in cui mi sento viva.

Rocco Campagna

Ho conosciuto il centro grazie ad una signora che lo frequenta e visto che ne parlava bene ho provato a fare la domanda: sono stato ammesso.

Sono stato sempre un uomo normale: ho costruito una famiglia, ho 2 figli, sono vedovo e lavorando in ospedale ho avuto sempre a che fare con donne. Quando sono venuto al centro è stata la prima volta in cui mi sono sperimentato a frequentare le donne di una certa età perché con 70enni o 80enni non ci avevo mai parlato ed è stato una bellissima esperienza in cui ho imparato tante cose nuove.

In questi anni che l'ho frequentato abbiamo fatto tante cose (gite, laboratori, amicizie) e mi sono trovato così bene che ho potuto aumentare il mio bagaglio di esperienze.

Le cose che ricordo più volentieri sono le gite fuori porta dove la parte più bella è il viaggio per arrivare alla meta. Ma quello che ricordo con tanto affetto è il calore e l'amicizia dimostratami in questi anni da alcune persone con le quali ho legato e mi vedo anche fuori dal centro. Un anno a causa di un malore sono stato ricoverato all'Israelitico ed alcune amiche hanno preso il treno da Monterotondo e mi son venute a trovare portandomi conforto: ho apprezzato tanto questo gesto e per riconoscenza, quando ho fatto 80 anni, le ho invitate in trattoria.

Sono cattolico e sto dalla parte del Signore. Ho fatto un voto verso di lui e mi auguro si mantenga. Sono del 1932 ed ho un contratto con LUI fino al 2032: spero tanto duri perché ho tanta voglia di vivere. Se il centro dovesse chiudere mi dispiacerebbe proprio tanto perché trascorro 3 giorni a settimana di felicità.

Voglio aggiungere un'altra cosa diretta ai nostri politici. Quando siamo nati noi, l'Italia era unita ma per colpa di una guerra non voluta da noi la nostra Nazione fu messa a soqquadro. Noi giovani di allora con i nostri sacrifici, anche a costo della vita, Gli abbiamo ridato l'unità e la voglia di vivere.

Oggi i figli dei nostri figli sono andati al potere e non ci considerano per quello che abbiamo fatto per loro ma vogliono addirittura toglierci i diritti acquisiti. Chiediamo che ci lasciate la possibilità di vivere il tempo che ci è rimasto in tranquillità e con dignità.

Clelia Carchia

Prima di frequentare Elianto ero nervosa perché pensavo che tutta la terra mi cascasse addosso. Stavo a piangere tutto il giorno e tutta la mia esperienza, che in questi anni avevo acquisito, pensavo di averla persa.

Un giorno mia figlia ha saputo del centro Elianto e sono venuta a visitarlo! La prima volta che ho visto il centro mi è stato detto “*se ti trovi bene rimani, altrimenti no*”. Da quel giorno non ho mai smesso di frequentare Elianto.

Da quando vengo al centro non sono più nervosa, sto bene perché sto in compagnia e mi sento voluta bene da tutti! Io ho un carattere particolare e quando vedo le cose storte non riesco a stare zitta! Nonostante il mio carattere mi sento accettata da tutti.

Al centro ho vissuto nuovamente tranquillità e serenità e durante le cose che si fanno qui riesco ad esprimere anche la mia esperienza ed imparare nuove cose. La cosa che mi piace di più è chiacchierare con gli altri che mi fa stare bene e mi fa apprezzare questo spazio.

Sono tante le cose che si fanno al centro e ci sono state tante novità per me come ad esempio andare in trattoria perché io sono casalinga e non mi son mossa tanto da casa.

Il giorno più bello è quando siamo stati a Tortoreto l'estate scorsa. A quei posti ci sono tanto affezionata perché tanti anni fa ci andavo in villeggiatura e rivederli mi ha dato tanta emozione. Con mio marito avevamo casa lì vicino a Roseto degli Abruzzi ed insieme trascorrevamo l'estate. Il soggiorno è stato bello anche perché, al villaggio dove alloggiavamo, il giorno del mio 95° compleanno gli animatori mi hanno cantato “tanti auguri a te” e mi son sentita voluta bene da tutti.

Spero che questo centro continui.

Anna Bucci

Prima di frequentare il centro la mia vita era monotona perché ero vedova e nonostante avessi i figli stavo sempre sola. Un giorno al supermercato ero a fare la spesa ed una signora mi suggerì come iscrivermi al centro.

Da quando lo frequento mi sembra di essere tornata giovane quando con 4 figli avevo un sacco da fare. Stare con le persone, i lavoretti, il chiacchierare mi riempiono le giornate. Io vengo lunedì martedì e giovedì e sono giornate spendite.

Da quando sto ad Elianto mi sembra che sono una mamma che devo accudire tutti. Mi mancava questa dimensione perché sono sempre stata cacciarona ed insieme alla gente.

Qui ho imparato tante cose. Mi piacciono i lavoretti che neanche quando avevo i figli piccoli li ho fatti e poi ho imparato che il tempo vola in compagnia.

Sono tanti gli episodi ed ogni giorno è una festa per me ma quello che voglio raccontare è quando siamo stati al soggiorno a Tortoreto l'estate scorsa. Una settimana tutti insieme.

Da giovane andavo sempre a Pendenza e portavo i figli a prendere l'aria buona; partire a Tortoreto con tutti gli amici che mi son fatta al centro mi faceva respirare quel clima e quella gioia di gioventù.

Giuseppina Di Pietro

Prima di frequentare il centro mi sentivo sola e diffidente perché qualche anno fa è venuta mancare mio marito con cui ho trascorso tutta la mia vita

Da quando vengo qui al centro mi sento più serena perché ho la possibilità di stare insieme ad altre persone con cui si organizzano varie attività.

Ho imparato a stare volentieri con i responsabili del centro e tutte le persone che ho conosciuto ed ho trascorso giornate molto interessanti e positive.

Sono vari gli episodi belli che ho trascorso e per me sono stati tutti molto interessanti. Da tempo non avuto modo di stare con altre persone ad eccezione dei miei familiari ed ora mi sento più serena.

Antonietta Soldovieri

Eravamo una famiglia numerosa ed all'improvviso mi son ritrovata sola con me stessa perché i miei fratelli e le mie sorelle, per motivi di lavoro, si son trasferiti altrove.

Nonostante mi impegnassi a cercare nuove opportunità di socialità, comunque vivevo isolata. Fortunatamente nel 2005 circa è ritornata mia sorella Francesca che da Milano ha ottenuto il trasferimento a Roma. Abbiamo comprato casa a Monterotondo e siamo andate a vivere insieme.

Nonostante la situazione fosse un po' migliorata trascorrevi comunque una buona parte della giornata da sola perché mia sorella era impegnata al lavoro quasi tutto il giorno. Allora su suo consiglio e stimolo, ho deciso di iscrivermi ad Elianto per stare in compagnia. Provare a frequentare il centro non è stato tanto semplice per me, un po' perché pensavo che 8 ore insieme ad altre persone fossero troppe, un po' perché sono una persona riservata e timida e non ero abituata a stare in gruppo; poi con il tempo ho scoperto di non essere così asociale ed ho iniziato a costruire relazioni qui in Elianto. Mi sono sentita bene perché ho costruito una nuova immagine di me, di una persona capace di confrontarmi, discutere e fare delle cose con altre persone.

Ricordo tante attività fatte insieme, ma quello che mi piace di più è quando facciamo le feste perché il gruppo si allarga ed ho possibilità di chiacchierare anche con anziani che frequentano un turno diverso dal mio. Per me è un po' come quando vivevo in famiglia che durante le grandi occasioni ci riunivamo tutti insieme.

Anna Cicconi

Prima di venire al centro, trascorrevo il tempo facendo le faccende di casa e poi tutto il giorno davanti la televisione; non avevo tanti interessi il mio tempo era spesso in solitudine. Ho scoperto Elianto tramite mia nuora che lavora al comune di Monterotondo e mi ha parlato così bene di questo centro che ho deciso di provare a frequentarlo. Da quel giorno non ho smesso di venire. Dico la verità, quando arrivano il sabato e la domenica non vedo l'ora che arrivi il lunedì perché so di venire qui.

Apprezzo la gentilezza e la l'affetto del personale ed ho imparato ad essere compagna, ad integrarmi con gli altri, ad ascoltare di più, a sentire anche un po' più me stessa. La cosa che ricordo con affetto è stata l'uscita a piazza Navona qualche inverno fa ed è stato un tuffo nel passato perché da giovani andavamo a vedere la befana che veniva bruciata nella mezzanotte del 6 Gennaio.

Essere un familiare ad Elianto

*Le sofferenze familiari,
come gli anelli di una catena,
si ripetono di generazione in generazione
finché un discendente acquista consapevolezza
e trasforma la sua maledizione in benedizione*

Alejandro Jodorowsky

Quando in una famiglia qualcuno si ammala, chi se ne prende cura riceve una responsabilità. Il peso della cura è definito “*burden*”. È un fattore di stress in grado di incidere a fondo sulla salute dei familiari.

Un servizio come Elianto ha come finalità principale l'antidoto a questo *burden*: non fa sentire sole le famiglie.

Uno dei primi ricordi che ho delle famiglie ha a che fare con l'espressione di stupore che i figli, titubanti, venivano a vedere il centro: “*ah però è un bellissimo posto!*” come a sottolineare che la loro aspettativa fosse di un posto molto più dimesso, un po' come viene vissuta la vecchiaia. Invece la famiglie facevano l'esperienza di entrare in un contesto curato in tutto, in ogni dettaglio e piacevole, che voleva al contrario far pensare e rimandare l'immagine della vecchiaia come contesto di vita e non in attesa della fine.

A tal proposito mi viene in mente una vignetta in cui Charlie Brown dice a Snoopy: “*Un giorno ci toccherà morire*” e Snoopy gli risponde “*Certo, Charlie, però gli altri giorni no*”.

Ecco, sapevamo fin da subito che per ingaggiare il desiderio delle persone inserite, Elianto dovesse essere un posto che provava a stare su quello che c'è ancora o di altro, e non qualcosa che non c'è più.

È stato bello fin da subito percepire il sospiro di sollievo nel familiare che “lasciava” il suo caro presso un posto in cui lo stesso si sentiva bene, accolto e ascoltato. Ricorderò sempre una figlia che vedendo la mamma ballare ha sottolineato come a casa sembrava “*mezza morta*”.

Proprio così, se una persona ha la possibilità di vivere contesti che gli permettono di esprimersi, la vecchiaia acquista tutta un'altra prospettiva.

Per esempio all'inizio credevamo che alle feste che organizzavamo, gli anziani non invitassero le famiglie per paura di *disturbare*. Ci siamo cascati con tutte le scarpe dentro questo stereotipo, se vogliamo definirlo così. In realtà abbiamo capito quanto fossero *gelosi* del proprio spazio in cui potevano essere come volevano senza dover aderire a un ruolo specifico (*anziano, malato, triste, depresso, non desiderante*).

Perché le famiglie sono tanto belle quanto complicate: per tutti quelli che ci fanno parte.

"Accedere ai problemi di una persona significa entrare nella sua famiglia, penetrare l'atmosfera psicologica del suo ambiente. Tutti siamo marcati, per non dire contaminati, dall'universo psicomentale dei nostri antenati. Così molti individui fanno propria una personalità che non è la loro, ma che proviene da uno o più membri della loro cerchia affettiva. Nascere in una famiglia è, diciamo, essere posseduto".

Alejandro Jodorowsky

Da una parte i figli si aspettano che i genitori rimangano sempre uguali. Scoprire che il proprio genitore sta sempre più affaticandosi è un dolore indicibile. Allo stesso tempo gli anziani si aspettano un certo comportamento dai figli, prima di tutto che facciano qualcosa *senza chiedere*, come se fosse scontato sapere quello di cui si ha bisogno. Alcuni figli sono giovani e hanno loro stessi figli piccoli e/ o comunque adolescenti-giovani. Quindi si trovano a *"sentirsi tirato da una parte e dall'altra"*.

Mi torna alla mente il racconto della fuga da Troia: *Enea si carica sulle spalle il vecchio genitore Anchise, che tenacemente ha rifiutato di abbandonare la propria dimora, e così insieme al figlioletto/nipote Ascanio lasciano alle loro spalle la città e la reggia in fiamme per affrontare l'ignoto, che porterà secondo il mito alla fondazione di Roma.*

Come affrontare l'ignoto?

Quando si sta nell'angoscia di ciò che non si conosce il rischio è quello di irrigidirsi nelle relazioni creando molto dolore nei legami

tra persone. Per questo abbiamo proposto un gruppo, di un'ora e mezzo al mese, ai familiari in cui portare i propri pensieri su quello che stavano vivendo coi propri cari. Ci siamo incontrati per regolarmente per circa due anni, in un setting di gruppo nel quale è stato possibile, *commuoversi (cum movere ossia muoversi insieme)* e *aiutarsi*, anche concretamente, *riflettere e darsi nuovi significati*.

Nel tempo abbiamo notato che quando era più forte la *dimensione dell'obbligo*, sembrava si rimanesse imprigionati nel senso del dovere che non può fornire spazio all'emotività nella relazione con il proprio familiare; questo produceva *senso di colpa, rabbia, confusione*. E' quanto, ad esempio, ci ha raccontato G. che si è occupata del padre, ormai irrigidito nei suoi movimenti. Quando lo ha visto cadere dalla sedia davanti ai suoi occhi ha provato un forte senso di colpa; oppure quando R. ha raccontato di vivere un conflitto tra l'emozione di assecondare la mamma sul suo desiderio di continuare a vivere da sola e quindi anche lei poter continuare a viverci i suoi spazi e l'obbligo di fare la *cosa giusta*. Ma qual è la cosa giusta se non ascoltarsi e confrontarsi con l'altro su quel che si prova?

Quando, infatti, la relazione era centrata sulla condivisione emotiva in modo autentico e partecipato la stessa problematica veniva affrontata in termini più leggeri e nutrienti probabilmente perché ci si riconosceva come soggetti attivi nella relazione e questo abbassava i sensi di colpa e le paure. E' sempre G. a riportare l'episodio in cui, salendo le scale con il padre e sostenendolo sotto braccio, è caduta insieme a lui ed insieme a lui si è rialzata sorridendo sull'accaduto.

Vorrei concludere con questa poesia di Herman Hesse che può essere letta sia in riferimento al proprio essere genitori ma anche al proprio essere figlio.

“Tienimi per mano al tramonto,
quando la luce del giorno si spegne e l'oscurità fa scivolare il suo drappo di
stelle...
Tienila stretta quando non riesco a viverlo questo mondo imperfetto...
Tienimi per mano...
portami dove il tempo non esiste...
Tienila stretta nel difficile vivere.
Tienimi per mano...”

nei giorni in cui mi sento disorientato...
cantami la canzone delle stelle dolce cantilena di voci respirate...
Tienimi la mano,
e stringila forte prima che l'insolente fato possa portarmi via da te...
Tienimi per mano e non lasciarmi andare...
mai..."
(Herman Hesse)

Giuseppe Marcoccia

Figlio di Concetta De Carlo

L'inserimento di mamma al centro è stata una vera e propria benedizione. L'unico rammarico è non averla iscritta prima. Avere un impegno bisettimanale è molto importante per lei. Si è abituata ed è molto contenta di avere questo impegno. Ma la vera gioia, il vero "miracolo" è sentirla al suo ritorno. Il racconto della giornata è entusiastico: "*sono stata benissimo!*".

Ricorda gli esercizi di ginnastica, i giochi, i cineforum, i lavori fatti insieme i pranzi ricchi e tanto altro.

Al ritorno dalle gite non vede l'ora di raccontare l'esperienza unica vissuta: "*non l'avevo mai fatto...non ero mai andata... era così tanto tempo che non andavo...*" mi dice.

Ascoltare il suo racconto riempie il cuore, rassicura, fa sperare in un mondo migliore, a misura di anziani, un mondo che in un prossimo domani possa accogliere anche noi al tramonto della vita.

Per la famiglia la fortuna di avere il centro elianto è basata su molteplici elementi che si aggiungono a quelli già espressi.

Il primo attiene alla sicurezza di avere un aiuto qualificato per la gestione dell'anziano. Nei due giorni in cui è al centro, mamma ha un posto sicuro dove stare in compagnia circondata dall'affetto del gruppo e degli operatori.

L'altro aspetto attiene alla "terapeuticità" dell'esperienza di vita al centro. Il lavoro, i giochi, i *focus group*, il teatro ed i momenti conviviali rappresentano una vera propria terapia di rallentamento delle patologie neurologiche tipiche dell'età avanzata.

I miglioramenti sono tangibili! Essi riguardano non solo le capacità mnemoniche, relazionali e l'umore ma anche, incredibilmente, si riverberano sullo stato di salute dell'anziano che tende ad essere meno soggetto alle malattie. Avere un impegno, un obiettivo, esprimere la propria emozione e la propria creatività rinvigoriscono la voglia di vivere ed aumentano le difese immunitarie, che al contrario, si indeboliscono in un soggetto fragile afflitto dalla solitudine, dalla malinconia, dall'emarginazione. Tutto questo è possibile grazie al centro Elianto, un miracolo che si rinnova giorno dopo giorno grazie alla professionalità, allo spirito di sacrificio ed alla passione degli operatori.

Grazie di esistere

Fiorella Pini

Figlia di Maria Pompili

Sono la figlia della signora Maria Pompili, posso dire che a farmi conoscere Elianto è stato un caso. Incontrai una signora che frequentava il centro e scambiandoci i saluti e chiederci dei propri cari, gli dissi di mia madre che purtroppo si trovava a stare spesso sola e mi consigliò di informarmi del centro.

Io sono felice di questa scelta ed ho visto mia madre cambiare, trovarsi bene con tutti ed essere più attiva. Vedere che si sentono utili tra loro, facendosi compagnia, collaborando con gli operatori che sono meravigliosi nel dedicare il loro tempo a fargli fare tante attività che li tengono impegnati. Io come figlia che seguo mia madre, mi sento più tranquilla sapendola sicura e protetta ma soprattutto considerata.

Dico questo perché spesso penso che dovrebbero esserci questi centri perché si diventa anziani e non inutili alla società. Ringrazio tutti i collaboratori di Elianto per il loro lavoro che svolgono.

Questo centro aiuta non solo le persone anziane ma anche i figli perché ci dedicano un giorno al mese per poterci confrontare sulle varie esigenze che ognuno di noi ha con il proprio caro e ci aiutano ad affrontarle al meglio ed è molto utile. Spero che questo centro continui ad esserci e ringrazio per tutto quello che fanno.

Giuliana Silvestrini

Figlia di Lidia Morelli

Mi chiamo Giuliana sono la figlia di Lidia, all'anagrafe Geltrude, una donna che ad oggi ha 92 anni, tanti acciacchi ma una mente lucidissima.

La seconda vita di Lidia è iniziata il giorno in cui prese la sua prima pensione acquisendo autonomia, nonostante mio padre non le avesse mai negato nulla e dopo la morte di mio padre che aveva accudito con dedizione ed amore dopo una lunga malattia.

E' stato allora che, rimasta sola, ha voluto provare, anche dietro mio incoraggiamento a frequentare Elianto di cui aveva sentito parlare.

Mi ricordo il primo giorno in cui siamo andate al centro, lei confessò di aver avuto un primo senso di rifiuto anche perché abituata a vivere da sola senza dover interagire con estranei. Dopo questo primo impatto, man mano che mia madre ha frequentato il centro l'ho vista rinascere, sempre contenta delle iniziative proposte. In particolare ha apprezzato molto il contatto con gli studenti che periodicamente frequentano il centro tramite accordi con le scuole, un'interazione molto efficace nella trasmissione della memoria tra generazioni così distanti. Per quanto riguarda il rapporto con gli altri ospiti, alla fine sono diventati per lei una seconda famiglia.

Per quanto mi riguarda, nei giorni in cui va al centro mi sento più tranquilla e serena: so che è in buona compagnia e sempre presa in attività intellettuali e/o pratiche come la preparazione delle varie ricorrenze.

I giorni in cui non va al centro quando passo a trovarla, i racconti di quello che fatto al centro diventano motivo di conversazione.

Ho visto ed apprezzato la professionalità delle persone che lavorano al centro. L'iniziativa di riunire i familiari attraverso incontri periodici l'ho apprezzata molto, lo scambio tra noi parenti di esperienze e paure ha arricchito la nostra vita ed è stato uno stimolo per tirare fuori le nostre preoccupazioni aiutandoci a vicenda.

Il centro Elianto credo proprio che sia una realtà unica non manco mai di vantarmi di questo servizio di cui usufruisco quando entro in contatto con gente di altri paesi o città.

Spero ardentemente che questo servizio continui a beneficio degli ospiti e delle loro famiglie. Con la sua attività, il centro ha ridato dignità, identità ed anche più salute agli anziani fragili.

A noi ci ha dato speranza di una umanità più solidale e vicina a chi è solo ed indifeso.

Alvaro, Bruna e Carla

Figli di Loreti Annina

Innanzitutto grazie.

Da quando nostra madre frequenta il centro Elianto, noi figli oltre ad essere tranquilli abbiamo notato in lei un cambiamento radicale del carattere e della personalità. Prima era una persona chiusa e triste, parlava poco ed era molto svogliata. Adesso è più aperta, parla di più e volentieri. Ci racconta con felicità delle sue esperienze come ad esempio fare i cruciverba oppure leggere e commentare le notizie sui giornali, fare gite in compagnia e visitare tanti bei posti. Quest'anno anche la vacanza al mare tutti insieme.

In questo periodo ci racconta che stanno iniziando a fare lavori per l'autunno ed il Natale. Il centro è il punto di riferimento fondamentale per nostra madre ma anche per noi perché non l'abbiamo mai vista così contenta e motivata.

Alessandra Silvestrini

Figlia di Marco Silvestrini

Dedicato al centro Elianto.

Sono la figlia di Marco Silvestrini. Ho incontrato il centro diurno dopo la perdita di mia mamma che fino alla fine ha lottato per se stessa e per papà.

E' stata lei a fare in modo che papà avesse il supporto per papà e non posso che ringraziarla.

Nonostante io ed i miei fratelli seguiamo a 360° papà in una quotidianità fatta di gesti ripetuti rassicuranti nelle terapie, nelle fisioterapie, nelle feste, il centro è un qualcosa in più. Di determinante. Di stimolante. Di unico. Un bellissimo incontro per me come persona e per noi come figli.

Rita e Claudia Bonfini

Figlie di Annamaria Meliffi

Mamma è arrivata al centro diurno eliante un anno fa. Quando è venuta a mancare nostra zia. Zia Maria era per lei una sorella, una figlia, la sua migliore amica, la persona con cui passava 24 ore al giorno. La sua metà. Zia era l'ultima di tutti quelli intorno ai quali ruotava la vita di mamma. Prima nonna, poi subito papà... Era rimasta solo zia su cui mamma concentrava tutta la sua volontà di sentirsi utile. Di fare qualcosa per qualcuno. Che poi è stato lo scopo di tutta la sua vita. I figli, i familiari, gli amici. I figli cresciuti. Ne seguiva la vita di tutti gioendo dei successi di ciascuno di loro. Gli amici, i familiari. I cari che lentamente uno a uno venivano meno per età o malattie.

Restata sola si è sentita persa. Il suo sguardo non c'era più, aveva completamente perso i suoi interessi. Il tutto accompagnato da una malattia cattiva che ti toglie pezzi di te, che ti toglie memoria, personalità, forza e consapevolezza. Era persa... Sola nel suo mondo che era limitato. Era come parlare e relazionarsi con una persona che vive sotto una campana di vetro e sente meno, vive meno; le relazioni sono attutite da una specie di distanza che non è fisica... È l'impossibilità di arrivare alla persona che tu conosci, con la quale hai una relazione che pensi sia imm modificabile. Quella tra un genitore ed un figlio. E invece no. È finita. Adesso sei tu il riferimento. Quindi devi diventare il perno di una persona che ti sfugge... Di una personalità che non c'è più. E tutto in un momento. È bastata una piccola grande cosa. Una perdita, perdere un pezzo, l'ultimo pezzo, della sua vita di relazioni le ha fatto perdere tutti i suoi riferimenti. Tutta la sua vita.

Eliante le ha permesso di ritrovare uno spazio di socializzazione, uno spazio suo dove è la persona che un tempo era, per un tempo limitato, con capacità limitate, però suo. Ha conosciuto persone nuove e ha riscoperto degli interessi e la voglia di uscire di casa, anche di farsi bella e di stare con le persone con i suoi coetanei e con gli operatori, con persone che hanno vissuto le stesse epoche e con amici più giovani che vede e capisce essere impegnati a creare per tutti gli anziani le occasioni per vivacizzare la vita... Con molta fatica siamo riuscite a farle accettare che il mondo, la vita non è finita... È cambiata. Che quelli che non ci sono più non saranno mai

sostituiti ma che si può conoscere altre persone con cui condividere momenti di leggerezza come una risata, una festa, un pranzo, semplicemente fare qualcosa insieme.

Per noi, che lavoriamo tutto il giorno, significa sapere che mamma per soli tre giorni a settimana non è a casa ad ipnotizzarsi davanti alla televisione. Che ha la possibilità/necessità di uscire per vedere persone con cui, con piacere, trascorre un tempo utile, utile a non perdersi nelle nebbie di se stessa e della sua malattia. Per lei e per noi significa molto. Significa che può anche trovare una ragione di vita. Una donna che a 85 anni rimane sola, pur con l'amore dei figli, che però hanno una vita comune, fatta di lavoro e famiglia, ha tutti i motivi per lasciarsi andare. E lasciarsi andare a questa età ha solo una fine. Per una persona come nostra madre il centro elianto significa molto. Significa mettersi la sveglia per non fare tardi, per non perdere l'occasione. Per una persona anziana significa molto. Per un figlio fa la differenza.

Francesca Soldovieri

Sorella di Antonietta Soldovieri

Sono Francesca, la sorella di Antonia. Anche se non sono iscritta partecipo quando sono invitata alla vita del centro. Partecipo alle gite, alle feste, ai pranzi ed a tante iniziative.

Quando vengo mi trovo mio agio, ormai sono di casa quando vengo ad una festa o ad un evento al centro Elianto e so di incontrare tante persone.

La mia storia con Elianto è iniziata tanti anni fa. Consigliata da amici che mi vedevano in difficoltà, ho introdotto Antonia in questa struttura. In un primo tempo non mi era chiaro cosa si facesse al centro, poi, un poco alla volta, sono stata informata da mia sorella delle attività e dell'ambiente sereno che ivi si respira e mi sono rassicurata.

Anche se la mia frequenza all'Elianto è relativa (solo in momenti particolari) mi rendo conto come la struttura sia accogliente e gli operatori si impegnino al massimo affinché mia sorella e gli altri anziani siano stimolati a vivere una vita che altrimenti sarebbe di isolamento e tristezza.

Ma quante cose si fanno all'Elianto!

Ho dovuto constatare che anche la mia vita è migliorata da quando mia sorella frequenta il centro.

Difatti, anche a causa del mio lavoro che mi ha portato altrove, seguivo da lontano la sua vita con le sue limitazioni ed il conseguente isolamento che faceva parte delle sue giornate.

Ora è diverso ed io mi sento più sollevata perché so che mia sorella è in buone mani.

Katia Loli

Figlia di Pina Pieri

Sicuramente per mia madre è stato un percorso di grande aiuto. Sappiamo che con voi hanno un punto di riferimento, e per noi siete di grande aiuto.

Francesca Costantino

Figlia di Teresa Mileti

Buongiorno, il cambiamento che il Centro ha apportato nella mia vita è quello di vedere mia madre rifiorire alla vita, da donna anziana con sensazioni di inutilità e solitudine, si è trasformata in donna attiva, partecipe, serena. Si sente parte integrante del Centro e lo ritiene una presenza fondamentale della propria vita. Pertanto come figlia non posso che essere grata a quanti contribuiscono al benessere della mia mamma

CONCLUSIONI

Ci auguriamo che la lettura di questo libro abbia aperto nuove domande, pensieri altri, divergenti, relativamente al centro, alle persone che lo rendono vivo e vegeto. Vi lasciamo con una sollecitazione di R., iscritta al centro:

“Lo sapete cosa significa uno sfratto? Cosa significa vivere con la costante sensazione di essere lì lì per essere cacciata dal luogo per te più importante? Beh io sì, lo so. Mi è capitato anni fa di vivere con questa spada di Damocle sulla testa...abbiamo vissuto con gli scatoloni per casa per ben 7 anni...Ecco, io non voglio vivere questo momento di Elianto con quella sensazione lì. Al 31 Dicembre mancano ben 2 mesi, forza rendiamoli straordinari”.

Allora facciamo che l'incitazione di R. sia parte delle nostre vite e con le parole di *Ferdinando Sabino*:

“Di tutto restano tre cose:
la certezza
che stiamo sempre iniziando,
la certezza
che abbiamo bisogno di continuare,
la certezza
che saremo interrotti prima di finire.
Pertanto, dobbiamo fare:
dell'interruzione,
un nuovo cammino,
della caduta,
un passo di danza,
della paura,
una scala,
del sogno,
un ponte,
del bisogno,
un incontro”.

INDICE

Prefazione di M. Simmini	p a g . 7
Introduzione	pag.11
Il punto di vista dell'equipe. di A. Fedeli	pag. 14
Marisella De Dominicis	pag. 18
Pina Di Carlo	pag. 19
Annina Candelori	pag. 20
Maria Pompili	pag. 22
Francesca Maiolo	pag. 23
Concetta De Carlo	pag. 24
Il punto di vista dell'equipe: di A. Vattimo	pag. 26
Marco Silvestrini	pag. 32
Amelia Bonanni	pag. 33
Anna Maria Meliffi	pag. 34
Immacolata Cutri	pag. 35
Frasquita Cappucci	pag. 36
Il punto di vista dell'equipe: di Lorenza Fiandaca	pag. 38
Maddalena Panigi	pag. 41
Francesco Desiderio	pag. 42
Lidia Morelli	pag. 43
Teresa Mileti	pag. 45
Enrica Tiberi	pag. 46
Il punto di vista dell'equipe: di A. Ottavi	pag. 48
Rita Galassi	pag. 50
Pina Pieri	pag. 51
Silvana Giorgi	pag. 52
Nazzarena Onofri	pag. 53

Annina di Salvatore	pag. 54
Il punto di vista dell'equipe: di G. Pilotti	pag. 56
Autecla Lazzari	pag. 59
Adriana Checchetelli	pag. 60
Domenica Troiani	pag. 61
Gaetana Di Giovanni	pag. 62
Annina Loreti	pag. 63
Il punto di vista dell'equipe: di F. Alessandri	pag. 64
Clara D'Antoni	pag. 66
Graziella Bracci	pag. 67
Bonaria Crabu	pag. 68
Maria Perri	pag. 70
Simonetta Panunzi	pag. 71
Antea Dari	pag. 73
Emilio Leto	pag. 74
Irma Di Rosa	pag. 77
Vincenza Petrangeli	pag. 78
Gabriella Tabanella	pag. 80
Ada Sciarra	pag. 81
Rocco Campagna	pag. 82
Clelia Carchia	pag. 84
Anna Bucci	pag. 85
Giuseppina Di Pietro	pag. 86
Antonietta Soldovieri	pag. 87
Anna Cicconi	pag. 88
Essere un familiare ad Elianto	pag. 90
Giuseppe Marcoccia	pag. 93
Fiorella Pini	pag. 95
Giuliana Silvestrini	pag. 96
Bruna, Alvaro e Carla Clemenzi	pag. 98
Alessandra Silvestrini	pag. 99
Rita e Claudia Bonfini	pag. 100
Francesca Soldovieri	pag. 102

Katia Lolli
Francesca Costantino

pag. 103

pag. 104

Conclusioni

pag. 106