



**UN QUARTIERE
AMICO DEGLI
ANZIANI**

Anno 5 - numero 3 - ottobre 2021

**Il progetto CIVEDIAMO
promuove lo sviluppo della
comunità locale attraverso
la creazione di servizi
intessendo relazioni di
buon vicinato.
Si rivolge alla popolazione
anziana con lo scopo di
favorire la permanenza
degli anziani presso la
propria abitazione.**

CAMBIAMENTI

Questo lungo periodo di emergenza sanitaria ha cambiato le nostre abitudini quotidiane, lavorative, sociali. Anche noi del progetto Civediamo abbiamo dovuto reinventarci più volte, trovare soluzioni nuove che si adattassero al momento, ai decreti e alle restrizioni che ogni volta venivano stabiliti. Ce l'abbiamo fatta ogni volta: siamo riusciti sempre in qualche modo a non perdere il contatto con la nostra utenza e a garantire, anche nei momenti peggiori, quella compagnia e quelle attività che caratterizzavano la loro quotidianità prima del Covid. È stato faticoso, ma la soddisfazione di continuare a vedere, seppur on line, i nostri utenti, anche gli over 90, non ha prezzo! Ora l'ennesimo cambiamento: una nuova sede in cui fare attività! Da settembre infatti il Polo Culturale di Via Ada Negri è diventato lo spazio che ci accoglie per fare una serie di attività, tra cui potenziamento cognitivo ed attività fisica. Si tratta di uno spazio circoscrizionale dove anche altre realtà associative del territorio operano, tra cui La Gilda del Grifone, Celestia Taurinorum, Polaris e Formeduca. Realtà con cui si collabora e che propongono attività per i nostri utenti, ma anche per tutta la cittadinanza, in diverse fasce orarie. Per i nostri utenti, non è stato facile lasciare un posto a cui erano affezionati e che in qualche modo faceva parte della loro quotidianità, ma hanno risposto con estremo spirito di adattamento e voglia di fare! Da ogni esperienza, anche quelle più brutte, si può apprendere e trarre insegnamenti: noi sappiamo che la forza del gruppo è più forte di ogni limitazione, e che grazie alla forza di volontà e allo spirito di adattamento si riesce sempre, quasi sempre, a trovare una buona soluzione.

LABORATORI PROGETTO CIVEDIAMO

LUNEDÌ 9.15 - 11.00	MARTEDÌ 9.15 - 11.15	MERCOLEDÌ 9.15 - 11.15	GIOVEDÌ 9.00 - 11.00	VENERDÌ 9.00 - 12.00
<p><u>A SETTIMANE ALTERNE</u></p> <p>GRUPPO DI CAMMINO <i>in Piazza d'Armi dalle 9.15 alle 10.15</i></p> <p>&</p> <p>IL GIOCO NON HA EtÀ <i>presso il Polo Culturale di via Ada Negri 8, LABORATORIO gestito dall'Ass. Polaris DALLE 10 ALLE 11</i></p>	<p><i>presso il Polo Culturale di via Ada Negri 8</i></p> <p>GINNASTICA DOLCE over 70 <i>la nostra sentinella e fisioterapista Massimiliano Elia ci aiuta a tenere il corpo allenato, con esercizi specifici</i></p> <p>h 10.30 FARMACI & DINTORNI <i>ogni 2 settimane, informazioni inerenti il mondo della salute e del benessere psicofisico con la nostra Sentinella e Farmacista Sara Camoletto</i></p>	<p><i>presso il Polo Culturale di via Ada Negri 8</i></p> <p><u>A SETTIMANE ALTERNE</u></p> <p>«SBAM» <i>con CPD (Consulta per le persone in difficoltà) DALLE 10 ALLE 11</i></p> <p>&</p> <p>ATTIVITÀ DI POTENZIAMENTO COGNITO <i>la nostra psicologa Antonella Zappavigna ci aiuta a tenere la mente allenata con semplici esercizi</i></p>	<p><i>presso Spazio Gessi</i></p> <p>4 PASSI e 1 CAFFÈ <i>in compagnia delle sentinelle, partenza da Spazio Gessi</i></p> <p>SPORTELLO di segretariato sociale <u>solo su appuntamento,</u> <i>Anna vi aiuterà per prenotazioni on-line di visite mediche o altro</i></p> <p>APERTURA POMERIDIANA <i>per informazioni contattare lo SPORTELLO</i></p>	<p><i>presso Spazio Gessi</i></p> <p>SPORTELLO di segretariato sociale <u>solo su appuntamento,</u> <i>Federica vi aiuterà per prenotazioni on-line di visite mediche o altro</i></p>
<p>ATTENZIONE: GLI INCONTRI SARANNO SU DIVERSE LOCATION:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spazio Gessi via Romolo Gessi 4 - Polo Culturale via Ada Negri 8 				

RETE DI COMPAGNIA

In quest'ultimo periodo, con la riapertura dei nostri servizi, i nostri utenti hanno avuto l'esigenza di un supporto per quanto riguarda richieste di vaccini e di green pass. Il primo passo è stato convincerli dell'importanza del vaccino, della sicurezza che ne potevano trarre. Il secondo passo, organizzare per loro non solo l'appuntamento, ma soprattutto l'accompagnamento. Insieme alle nostre sentinelle, abbiamo creato una rete per far sì che i nostri anziani non si sentissero soli proprio nel momento in cui ne avevano più bisogno, perché non è solo un problema di trasporto: serve sentirsi accompagnati, aiutati nel leggere e compilare i moduli, superare la paura che a volte gioca brutti scherzi. Grazie alle nostre sentinelle abbiamo trovato soluzioni ed aiuto per tutti: accompagnamento per fare il vaccino e per alcune visite mediche o semplicemente dedicare alcune ore per compagnia o portare la spesa a casa. Tutto ciò ha fatto sì che i nostri anziani, nonostante il distanziamento da mantenere, non si siano sentiti soli. Abbiamo dato loro un supporto concreto ma anche un supporto morale. Quindi, se avete del tempo libero e lo volete dedicare a qualcuno ma non sapete come fare, non esitate a contattarci presso lo sportello del segretariato sociale in via Romolo Gessi 4, il venerdì dalle 9 alle 12 o contattando il nostro numero di cellulare. Più gente siamo ad aiutare, meno gli anziani si sentono soli.

INFO

Telefoni **011 0588379 - 329 5360643**

Spazio Gessi si trova in via Romolo Gessi 4, Torino

Indirizzo mail info@civediamotorino.it

Web www.civediamotorino.it

Maggior sostenitore



UN SOGNO PER TUTTI
COOPERATIVA SOCIALE



con il patrocinio di
CIRCOSCRIZIONEDUE
Santa Rita - Mirafiori Nord - Mirafiori Sud CITTÀ DI TORINO