

Ben Fare

La qualità paga
e il benessere
si vede

14—15 aprile
2014

Parc Hotel
Paradiso,
Castelnuovo
del Garda (Vr)



APP "DEL CAMPANA GIAZZESI" SAN
MINIATO (PI)

Angolo del benessere low cost

**APSP “Del Campana Guazzesi”
San Miniato – PISA**

**Romina Marianelli Fisioterapista
Elisabetta Coscia Animatrice
IL PONTE Società Cooperativa
IDEALCOOP Società cooperativa
14-15 aprile
Castelnuovo del Garda (Vr)**

Primi Passi

- Prima di pensare all'Angolo del Benessere avevamo già intrapreso un percorso che coinvolgesse i nostri anziani con grave decadimento cognitivo o gravi disturbi comportamentali, che non potevano partecipare alle consuete attività già programmate, inventando il progetto "Musica e Massaggi".
- Tale progetto si basava su massaggio e auto-massaggio di gruppo guidato, finalizzato al rilassamento, alla stimolazione sensoriale e alla socializzazione tramite linguaggio non verbale.
- Il tutto si svolgeva con oli e candele profumati, musica particolare e spazi più intimi sempre però all'interno degli spazi collettivi al piano di residenza



La Partenza

- Per migliorare la qualità di vita in RSA delle persone con forte fragilità, abbiamo pensato di creare uno “spazio” a loro dedicato: l’Angolo del Benessere.
- Abbiamo preso in considerazione gli aspetti principali che riguardano “il concetto generale di salute” della persona e che comprendono quindi il benessere fisico, psichico e relazionale.
- Anche i principi a cui si ispira il “Marchio Q&B” (Qualità e Benessere), ci ha stimolato a proseguire in questo percorso in particolar modo l’indicatore del comfort.

Costruire la Base

- I buoni risultati ottenuti, con i primi passi, e il nostro entusiasmo ci hanno spinto a rendere il nostro progetto più ambizioso e quindi creare un luogo dove questa tipologia di anziani potesse anche sperimentare liberamente.
- Abbiamo identificato quali locali utilizzare e abbiamo ritenuto che quelli più idonei al nostro progetto erano due stanze, vicino alla palestra, comunicanti che non erano per niente sfruttate
- Con il supporto della direzione e delle cooperative, con l'aiuto di molti e con il finanziamento di alcune ditte del circondario tra le quali un centro fisioterapico della zona, che ci ha donato la vasca idromassaggio dotata di galvanoterapia, abbiamo potuto creare il nostro **"ANGOLO BENESSERE"**





09/04/2014

Pane Amore e Fantasia

- Ci teniamo a sottolineare che tutto questo è stato realizzato grazie all'inventiva e all'arte di sapersi arrangiare di tutti quelli che hanno lavorato al nostro progetto e anche grazie ad un piccolo contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di San Miniato ed all'aiuto di altre aziende private. Possiamo dire quindi che abbiamo realizzato con poche risorse un vero e proprio angolo benessere low cost

Le spese “folli”

- Vasca idromassaggi=regalata dal centro Ricci
- Trasporto= gratuito di Edilgiada
- Poltrona massaggiante= €. 759,00
- Colonna luminosa a bolle=€. 310,00
- Stereo e mobili=€. 530,00 (Ikea)
- Luci regolabili=€. 366,00
- Piantane=€. 158,00
- Vernici=€. 200,00
- Tendaggi=Regalati Mixage
- Imbiancatura e impianti=Volontari AUSER

SPESA TOTALE PER LE DUE STANZE=€.2.220,00

Entusiasmo e volontà=€. Non quantificabile.....

Dar corpo alle nostre Idee

- Il progetto prevedeva la possibilità di poter utilizzare due stanze e quindi abbiamo deciso di:
 1. Dedicare una stanza all'idromassaggio e alla galvanoterapia facendo installare la vasca
 2. Dedicare la seconda stanza alla stimolazione dei sensi

1. L'Idromassaggio

- La vera e propria parte attuativa è iniziata con il consulto dell'ingegnere che segue la struttura per decidere a norma di legge le modifiche necessarie da attuare nella stanza della vasca.
- Successivamente i nostri volontari Giorgio e Lido hanno provveduto ad eseguire piccoli lavori all'impianto idraulico e elettrico e hanno installato la vasca.
- Abbiamo scelto i colori delle pareti e abbiamo creato dei disegni per abbellirle.
- Per comprare l'arredamento siamo andate all'Ikea a Firenze.





2. La Stimolazione dei Sensi

- Per l'altra stanza abbiamo pensato che il miglior modo per permettere la sperimentazione da parte degli anziani, era quello di inserire stimoli e oggetti che sollecitassero tutti i sensi.
- Nello specifico Abbiamo inserito:
- Per il Tatto i tendaggi al soffitto ed alle pareti, il pannello tattile (con materiali di recupero con varie consistenze), la poltrona massaggiante (creata appositamente per gli anziani) e diverse tipologie di oli e creme per i massaggi.
- Per la Vista i colori delle pareti, la colonna di luci a bolle con tanto di pesci colorati all'interno (acquistata su internet) varie lampade e candele colorate, una sfera di vetro che proietta fasci di luce colorate e quadri alla parete che richiamano la natura.
- Per l'Udito lo stereo con una varietà di brani musicali che noi scegliamo in base allo stato d'animo degli anziani e se possibile alla loro volontà e i suoni della natura riprodotte da una sfera di vetro
- Per l'Olfatto l' aromatizzatore con varie essenze, le candele profumate, il pourpourri e gli incensi
- Per il Gusto il bollitore elettrico con vari tipi di tisane a disposizione.







Cosa ci aspettiamo

- Premettendo che i benefici che ci aspettiamo di ottenere nel nostro angolo benessere non sono ancora verificabili (visto il numero limitato di sedute effettuate) ci aspettiamo di raggiungere piccoli e grandi obiettivi tra i quali:
- Rilassare la muscolatura sia sfruttando le proprietà fisiche e la temperatura dell'acqua, sia grazie al massaggio. Stimolare la motilità fine delle mani tramite l'automassaggio. Alleviare i dolori articolari sfruttando le correnti galvaniche
- Permettere all'anziano di sentirsi libero di utilizzare la stanza a proprio piacimento quindi di sperimentare i vari oggetti, di rilassarsi qualora volesse e gestire autonomamente spazio e tempo, il tutto supportato dalla nostra presenza.
- Aumentare le capacità percettive, attraverso la stimolazione dei cinque sensi.
- Rendere il clima lavorativo più armonioso e più collaborativo.



**GRAZIE A
TUTTI PER
L'ATTENZIONE**