





## INDICE:

› Dalla Copertina	pag. 2
› Istituzione	pag. 3
› Il Gioco del Cuore	pag. 4
› Direzione	pag. 6
› Pastorale VSBM	pag. 7
› Vita di Reparto VR	pag. 8
› Vita di Reparto VSG	pag. 9
› Vita di Reparto VSBM	pag. 10
› Risorse Umane VSBM	pag. 14
› La Scienza nelle Suore Ospedaliere	pag. 15
› Menni Chef	pag. 16

## REDAZIONE

- › *Claudia Robustelli, Coordinatore Comunicazione ETS*
- › *Redazione Villa Rosa (VR)*
- › *Redazione Villa San Giuseppe (VSG)*
- › *Redazione Villa San Benedetto Menni (VSBM)*

## GLOSSARIO

- › *NB: Nucleo Bianco\_Stati Vegetativi VSBM*
- › *NC: Nucleo Celeste\_Gravi Disabilità VSBM*
- › *NR: Nucleo Rosso\_Alzheimer e Demenze VSBM*
- › *RSA: Residenza Sanitaria Assistenziale VSBM*
- › *RSD: Residenza Sanitaria Disabili VSBM*
- › *RSP: Riabilitazione Specialistica Psichiatrica VSBM*
- › *SRP1: Riabilitazione Psichiatrica VSG*

Si ringraziano tutti i collaboratori che hanno contribuito a questo numero

Se desideri maggiori informazioni oppure se vuoi che InformaMenni non ti venga più inviato scrivi a [comunicazione.vsb@ospedaliere.it](mailto:comunicazione.vsb@ospedaliere.it)

Visita il nostro sito [www.ospedaliere.it](http://www.ospedaliere.it)

# Il cuore dell'ospitalità: ieri, oggi e domani

La nostra storia affonda in radici antiche che hanno saputo sostenere un tronco e tanti rami capaci di adattarsi al cambiamento.

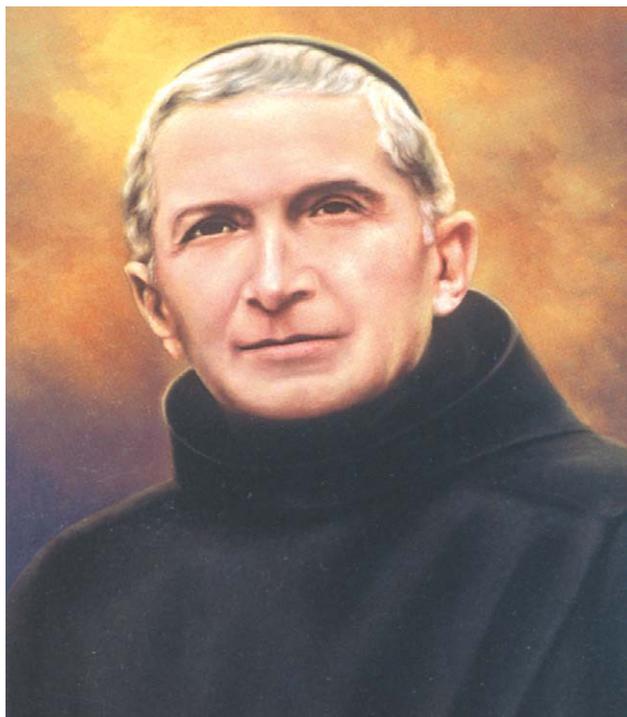
In termini di comunicazione già nel 1998 la Congregazione aveva avuto il coraggio di rivedere il proprio logo, per poi apportare nuove modifiche nel 2011 e presentare alla Comunità Ospedaliere (e al mondo) il logo così come lo conosciamo oggi. Il colore del tratto ricorda il rosso dell'amore e la nostra Missione Condivisa mantiene e proietta nel futuro questa **stessa finalità curativa che l'amore esprime**. Gli angoli sono arrotondati per suscitare **empatia**, poiché siamo caratterizzati da una speciale sensibilità per le persone fragili.

Il profilo che racchiude il cuore non solo mantiene, ma ne amplia l'apertura per riconfermare il valore dell'accoglienza liberatrice; **siamo una porta sempre aperta per i più bisognosi, che vi rimarranno il tempo a loro necessario per poi uscirne riabilitati**. Il cuore è pervaso dal color verde, simbolo del mondo della salute. La **nostra missione è quella di sanare e curare** e il centro del nostro cuore è occupato dalle persone di cui ci prendiamo cura.

È nella storia antica, fortemente radicata nell'**assistenza sanitaria nell'ambito della salute mentale**, che trova la sua forza il nuovo Ramo ETS costituito per sostenere i cambiamenti che i tempi richiedono.

Qui entra in gioco ancora una volta la comunicazione: InformaMenni, il periodico nato nel 2013 per la sola Casa di Albese con Cassano (Villa San Benedetto Menni) viene riproposto oggi come strumento di condivisione delle esperienze italiane dell'Ospitalità Ospedaliere accogliendo le testimonianze di vita professionale e umana anche della realtà di Viterbo (Villa Rosa) e di Ascoli Piceno (Villa San Giuseppe).

# Tempo di proattività e innovazione per le suore ospedaliere



**N**el libro della Bibbia Qoelet leggiamo che c'è un tempo per ogni cosa, ora questo nostro tempo è segnato da tanti eventi che ci portano luce e dubbi; speranza e preoccupazioni; sfide e nuove opportunità...

Noi, Suore Ospedaliere del Sacro Cuore di Gesù, con una storia di 143 anni di vita e missione nell'assistenza alle persone con sofferenza psichica, oggi siamo impegnate in un **processo di riorganizzazione** con l'obiettivo di rivitalizzare la nostra vita e missione in un tempo di cambiamenti anche dovuti agli sviluppi della scienza psichiatrica, dell'organizzazione assistenziale, dell'approccio terapeutico, ecc.

La Congregazione fondata da San Benedetto Menni, un milanese dei Fatebenefratelli, insieme a due donne di Granada (Spagna) Maria Giuseppina Recio e Maria Angustias Giménez, avendo ricevuto ed

accolto la loro eredità procede sul loro esempio ed il loro insegnamento. **Realizziamo la missione con stile proattivo ed innovatore**, orientato dai valori e criteri Ospedalieri, per offrire sollievo nella sofferenza, accoglienza dei più deboli e vulnerabili, adattandoci ai tempi e ai luoghi in cui siamo presenti: 24 paesi in 4 continenti, con la conseguente diversità di progetti della missione.

Dal 2007 tutta la Congregazione avanza nella riorganizzazione richiesta sia dalle esigenze interne sia da quelle esterne. In questo momento siamo noi, Provincia d'Italia, a fare una scelta con decisione coraggiosa, supportata di un profondo senso di responsabilità nel desiderio e nell'impegno, perché la missione della Congregazione continui a essere presente in Italia nell'offerta di assistenza di qualità alla persona che soffre e di lavoro a quanti li curano, costruendo la comunità ospedaliera.

Ci siamo concentrate, con consulenti ed esperti, nei temi richiesti, nell'analisi, nello studio, nel dialogo, nel confronto, nel discernimento per arrivare a prendere la decisione possibile e opportuna per il futuro dell'Opera Apostolica della Provincia d'Italia. La scelta fatta è stata quella di **costituire un Ramo ETS per gestire l'attività dei Centri convenzionati**. In ordine di fondazione essi sono: Villa Rosa a Viterbo, Casa di Cura San Giuseppe ad Ascoli Piceno e Villa San Benedetto Menni ad Albese con Cassano. Questa scelta comporta avere all'orizzonte una nuova organizzazione che promuova la **corresponsabilità** nel portare avanti la gestione, l'amministrazione, l'assistenza nella convergenza di criteri, stile, valori che trasmettano il Vangelo della Misericordia. Sostenuti dalla formazione, che illumina e supporta l'identità e il senso di appartenenza a una Istituzione, vogliamo continuare a camminare unendo, come vuole San Benedetto Menni, **"scienza e carità"**.



### COME SI GIOCA:

Minimo due giocatori.  
 Per giocare lancia un dado e avanza di quante caselle corrispondenti alla somma del punteggio ottenuto. Per completare il gioco devi posizionarti esattamente all'ARRIVO, se oltrepassi il numero 26 torni indietro di quanti punti eccedi. Se ti posizioni sulle caselle con i CUORI aumenta di due il punteggio che hai ottenuto con il lancio dei dadi.

# IL GIOCO DEL...CUORE



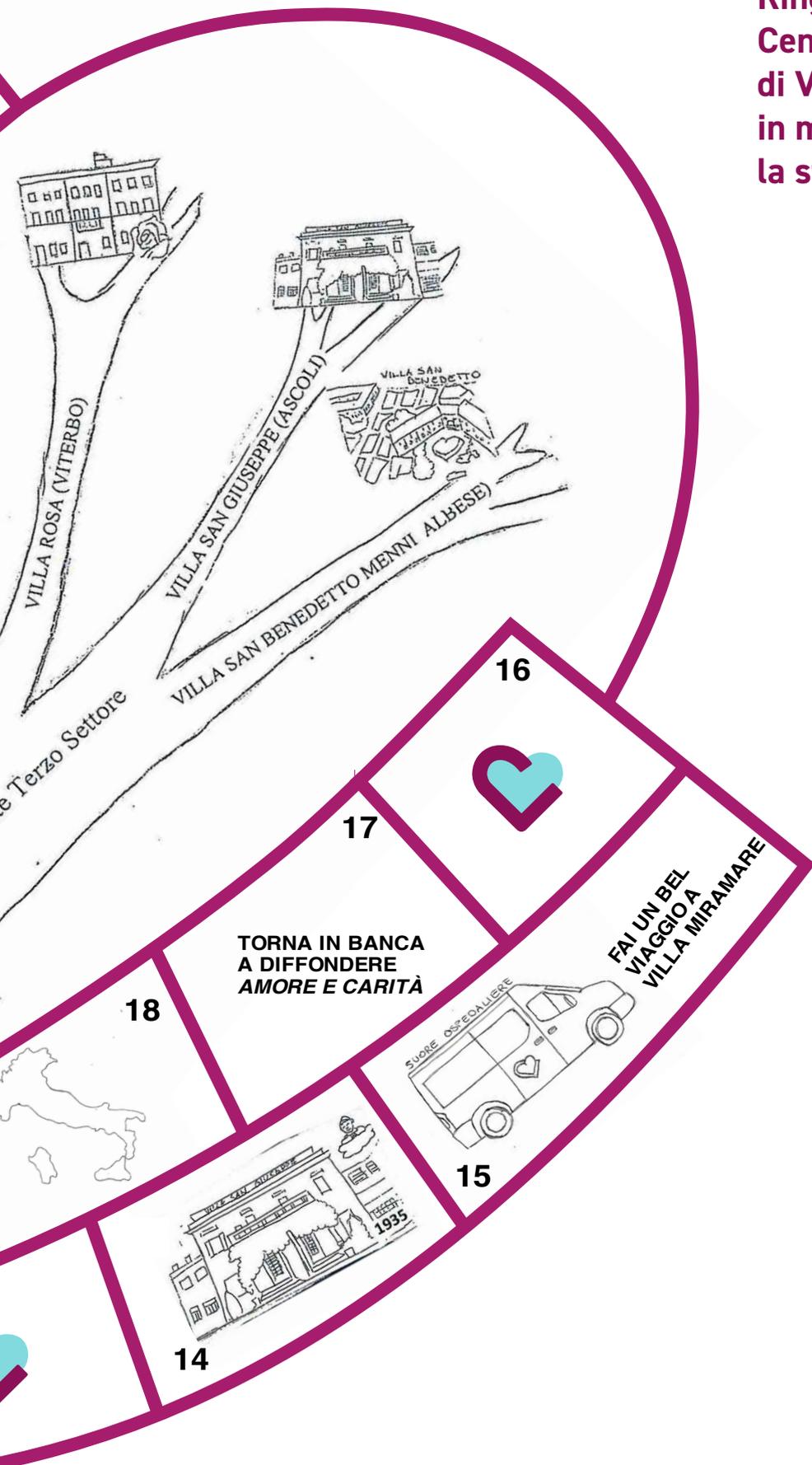
Ringraziamo gli Ospiti del Centro Diurno Psichiatrico di VSBM che ci propongono in modo gioioso e "giocos" la storia della Congregazione.

## Buon divertimento!

### LEGENDA:

- 1) 1841 nasce a Milano Ercole Menni
- 2) Da giovane lavora in Banca
- 3) A 19 anni entra a far parte dell'ordine Ospedaliero di San Giovanni di DIO
- 4) 13 maggio 1860 cambia il nome da Ercole a Benedetto
- 5) 1881 Fondazione della Congregazione delle Suore Ospedaliere del Sacro Cuore di Gesù
- 6) Benedetto Menni con le fondatrici della Congregazione: Suor Giuseppina Recio e Suor Maria Angustias Gimenez
- 7) 1907 Apertura di "Villa Rosa" a Viterbo
- 9) 1910 Apertura di "Villa Miramare" a Nettuno (Roma)
- 11) 14 Aprile 1914 Nascita al Cielo di San Benedetto Menni a Dinan, Francia
- 14) 1935 apertura di "Villa San Giuseppe" ad Ascoli Piceno
- 18) 1946 Fondazione della Provincia Italiana delle Suore Ospedaliere del Sacro Cuore di Gesù
- 19) 1955 Apertura di "Villa San Benedetto Menni" ad Albese con Cassano (Como)
- 21) 1999 Canonizzazione di San Benedetto Menni
- 25) SOLIS: acronimo di Solidarietà e Servizio, la nostra associazione di Volontariato

**ARRIVO:** 2024 Nascita del Ramo ETS (Ente del Terzo Settore) della Provincia Italiana



# Tre centri in unico cuore



Il 16 settembre 2024 è una data importante per il neo costituito Ramo ETS della Provincia Italiana della Congregazione delle Suore Ospedaliere del Sacro Cuore di Gesù: è stata ufficializzata ed è diventata operativa la nuova struttura organizzativa.

Quando ho presentato nei tre Centri la nuova organizzazione sono stato colpito dalle domande che venivano poste relativamente agli altri Centri: sui reparti di degenza, sui responsabili dei vari servizi ed altro ancora. Questo mi ha fatto capire quanto poco si conosca nei diversi Centri la realtà degli altri e quanto sia necessario, per il miglioramento gestionale, implementare anche i processi di comunicazione per coinvolgere tutti i soggetti interessati e farli diventare parti attive di questo cambiamento.

**La nuova organizzazione unifica le tre strutture, Villa San Benedetto Menni (Albese con Cassano), Villa Rosa (Viterbo) e Villa San Giuseppe (Ascoli Piceno), centralizzando le funzioni a supporto dell'attività ospedaliera e socio-assistenziale.**

L'obiettivo è concretizzare e rendere visibile una finalità del ramo ETS: fare in modo che tutti i dipendenti ed i collaboratori si sentano parte di un unico Ente, ora **accomunati dalla condivisione di un unico carisma** e in futuro anche sempre più uniti dalla **possibilità di confrontarsi** con i colleghi

degli altri Centri su modalità di lavoro uniformi.

La centralizzazione si realizzerà in due modi: alcuni processi come l'amministrazione contabile, l'amministrazione del personale e gli acquisti di beni e servizi, saranno unificati ed informatizzati per raggiungere obiettivi di semplificazione, risparmio ed efficienza.

In altri processi aziendali è prevista invece una funzione di coordinamento, che dovrà tra l'altro favorire lo scambio di esperienze e conoscenze tra lavoratori che si occupano degli stessi argomenti, al fine di individuare le modalità migliori per le diverse attività.

La centralizzazione non vuole certamente indebolire il legame che ogni Centro ha con il territorio, sia per la peculiarità dei rapporti con le strutture pubbliche, sia per quanto riguarda progetti ed attività che vengono svolte assieme ad altri enti locali; al contrario, vuole invece favorire lo scambio di esperienze per individuare nuovi spunti e possibilità da declinare localmente.

Le tre realtà, pur avendo competenze e obiettivi operativi distinti, collaboreranno ora in maniera coordinata condividendo risorse e conoscenze per migliorare le prestazioni. Anche dal punto di vista clinico questa unione porterà a un arricchimento: lo scambio di protocolli e conoscenze consentirà di elevare la qualità e l'efficacia delle cure e di favorire un aggiornamento costante tra i sanitari.

**L'unificazione rappresenta un'importante sfida per il futuro**, un'opportunità per creare un sistema più efficiente e dinamico, capace di rispondere con maggiore prontezza alle esigenze degli ospiti, dei collaboratori e del territorio.

Tutto questo sarà possibile solo con il coinvolgimento in prima persona di tutti i dipendenti, che con la loro creatività ed autonomia diventeranno protagonisti in prima persona del successo del progetto ETS.

# Provincia d'Italia Ramo ETS: oltre la riorganizzazione gestionale



La Provincia italiana della Congregazione delle Suore Ospedaliere costituendo il Ramo ETS è entrata pubblicamente nel mondo del **Terzo Settore**, portando con sé la propria identità, cioè il **patrimonio spirituale/culturale che le deriva dal Carisma di Ospitalità del Fondatore**, San Benedetto Menni, e dalla storia di 143 anni di assistenza qualificata nel settore della Sofferenza Mentale.

La cultura dei Servizi su cui si fonda il Terzo Settore (non-profit di Fondazioni, cooperative sociali, associazioni di Volontariato...) ha due punti fermi: il protagonismo dell'utente (empowerment) e la partecipazione della società civile (a tutti i livelli). Si tratta del **Welfare Generativo** (dare servizi generando risorse sociali). Questa cultura si traduce sinteticamente e significativamente nella **CULTU-**

**RA del DONO**, che è molto più ampia della pratica della 'Donazione di beni materiali'.

A fronte del Welfare del Terzo Settore c'è il Welfare State (lo Stato che assicura i servizi) che va dimostrando la sua intrinseca debolezza, cioè la sua difficile sostenibilità e, soprattutto, il suo indurre alla passività.

Questa premessa ci è utile per capire aspetti della decisione della Provincia di costituire l'ETS per gestire le Opere, poiché la Congregazione ha già costituzionalmente in sé da una parte il valore della **centralità della persona assistita** (ospite non utente!), mai separata dalla sua famiglia, entrambi con i loro bisogni e con i loro desideri, e dall'altra la **corresponsabilità** (virtù e valore civile) **degli operatori** (significativamente chiamati non "dipendenti", ma Collaboratori), dei volontari, degli stakeholders vari.

Facendo un passo oltre, consideriamo che la **dottrina sociale della Chiesa** pur confermando sempre l'esigenza della giustizia sociale, ricorda che ci vogliono gli occhi dell'amore e della Misericordia per poter riconoscere tempestivamente i bisogni e le sfide sociali e che solo l'amore imprime la spinta necessaria....(Perciò) "l'amore non è una specie di aggiunta o di appendice della giustizia, ma è la forma di giustizia adeguata all'uomo, propria dell'uomo...." (cfr Cardinale W.Kasper in MISERICORDIA pagg 278-280).

È evidente come questi concetti fanno parte della **CULTURA del DONO** di cui si è detto sopra e come possiamo ben comprendere tutto con il motto che il XXII Capitolo Generale ci ha consegnato per il prossimo sessennio: **"Rivestitevi di sentimenti di Misericordia"!**

# Villa Rosa tra passato e futuro



**E**rano i primi del Novecento quando San Benedetto Menni fondava la "Casa del Vento" a Viterbo (poi Villa Rosa) per **riabilitare anche socialmente i malati psichici** ben oltre lo stigma di contenimento e segregazione del tempo.

Villa Rosa ha nel suo DNA la vocazione riabilitativa.

In linea con le intuizioni del Fondatore, come declinato nel 1882 nelle sue "Costituzioni" in cui parlava di "occupazioni", **Villa Rosa è antesignana di un approccio** (poi riconosciuto scientificamente) **basato sul fornire agli ospiti una comunità terapeutica e supportiva** dove imparare a vivere grazie a un "fare" individualizzato secondo bisogni e inclinazioni. Questo approccio è oggi conosciuto come **Recovery**.

Villa Rosa, tra le più antiche Strutture italiane operanti in psichiatria, è punto di riferimento per la provincia di Viterbo (la più estesa d'Italia) e per l'intero bacino di utenza romano.

Molteplici sono le attività rese in sinergia da professionisti sanitari e operatori, allo scopo di rispondere alle necessità degli ospiti con attività individuali e di gruppo sia psicologiche che riabilitative.

Abbiamo incrementato la collaborazione con Scuole e Università (Un. La Sapienza, Un. Cattolica e Un. di Scienze Motorie di Roma, Un. della Tuscia) e con le agenzie civili e religiose del territorio, Enti locali e Terzo Settore, con cui realizziamo **progetti ad alta valenza inclusiva** dove i nostri ospiti sono

impegnati in iniziative di grande risonanza. Per specifici progetti collaboriamo con la nostra Ass. di Volontariato Solidarietà e Servizio costituita per operare nel mondo della sofferenza psichica e con persone fragili. L'Associazione svolge attività dirette ed indirette che riguardano il volontariato. Per il futuro intendiamo potenziare la ricerca di occasioni di *co-housing* e lavoro, per prospettare ai nostri ospiti sbocchi reali per implementare le autonomie (ri)acquisite.

Ecco riemergere accordo tra le originali indicazioni di San Benedetto Menni e gli attuali orientamenti scientifici e di politica socio-sanitaria: i nostri Ospiti, una volta in compenso psicopatologico, hanno diritto a rientrare nella società in modo protetto, tanto più che a volte non dispongono di famiglie funzionali.

Per questo miriamo a consolidare la nostra identità nel solco sì della tradizione, ma pronti ad affrontare le nuove sfide scientifiche e sociali (già raccolte dalla Congregazione) per attuare al meglio quanto ci si attende da noi.



# I disturbi d'ansia



Presso la Casa di Cura Villa San Giuseppe l'equipe multidisciplinare del Reparto SRP1 si occupa di trattare patologie psichiatriche tra cui i **disturbi d'ansia**. In particolare, il servizio di riabilitazione composto da Tecnici della riabilitazione psichiatrica svolgono attività individuali e di gruppo con l'obiettivo di aumentare la consapevolezza sul disturbo e fornire delle strategie utili al fronteggiamento.

Si svolgono due attività psicoeducative di gruppo a settimana dedicate ai disturbi d'ansia della durata di circa 45 minuti. I pazienti hanno modo di conoscere le differenti tipologie: disturbo da attacco di panico, ansia generalizzata, post traumatico da stress, fobie specifiche, fobia sociale e disturbo ossessivo compulsivo.

In tali sedute si mettono i pazienti in condizione di acquisire informazioni attraverso varie fasi di conoscenza su che cosa sono i disturbi d'ansia, quali sono, come si presentano, le cause, le terapie farmacologiche e acquisire strategie di gestione.

Vengono mostrati video, compilazioni di diari e schede di lavoro, role play al fine di incrementare la consapevolezza rispetto a problematiche ansia correlate.

Gli interventi possono essere di gruppo o individuali in relazione ai risultati ottenuti dalla valutazione del funzionamento personale, sociale e globale del funzionamento e la somministrazione di test specifici per valutare l'ansia di stato e di tratto.

**Ogni intervento** elaborato dal tecnico della riabilitazione psichiatrica **viene concordato con il paziente** stesso al fine di valutare insieme le risorse e il

contesto più adeguato e più accogliente possibile. La parte pratica prevede un lavoro sul respiro e poi su tutto il resto del corpo.

Una di queste tecniche è la respirazione lenta; il Tecnico della riabilitazione psichiatrica, attraverso dei suggerimenti vocali, insegna a portare il paziente a compiere un atto respiratorio di 6 sec. al minuto così da ottenere una respirazione controllata che porterà presto ad uno stato di calma. I disturbi d'ansia portano un accumulo di tensione muscolare di cui spesso la persona è inconsapevole e tende a portare diversi livelli di rigidità muscolare.

Al fine di contrastare tensione e rigidità corporea seguendo l'intervento cognitivo comportamentale di Andrews si insegnano le pratiche di rilassamento muscolare isometrico e progressivo che coinvolgono i muscoli di tutte le parti del corpo. Oltre a questi interventi, si lavora anche sull'esposizione graduale al fine di favorire l'autocontrollo, migliorare l'autostima e riconoscere e contrastare i pensieri funzionali concorrendo tutti all'innalzamento della qualità di vita.

Alleghiamo di seguito la collaborazione volontaria di una nostra utente B.C.G. alla stesura dell'articolo.

"Quando proviamo ansia la mente si affolla di pensieri e di immagini. Rivolgo al futuro, che mi ha spesso così: "E se...?". Ovviamente, ipotizzando gli scenari peggiori: "E se l'esame venisse male e venissi umiliato di fronte a tutti?", "E se zolla fatto. Nessuno mi parlasse e provassi un imbarazzo insostenibile?", "E se commettessi qualche errore e venissi criticato?". Questi "E se?" sono solo pensieri ma in preda all'ansia, ne siamo quasi ipnotizzati. Ci convinciamo che siamo utili e protettivi da ciò che ci sembra di non poter controllare e non vediamo che, in realtà, sono ledri di energia, rilassatezza e fiducia.

"L'ansia è una reazione anticipatoria caratterizzata da preoccupazione, apprensione, paura, manifestazioni fisiologiche e di tensione psicofisiche, di fronte ad uno stimolo o ad un evento negativo futuro, ovvero che non è realmente presente o che potrebbe accadere".

# Multidisciplinarietà e formazione: costruire un bagaglio condiviso



Il lavoro di equipe nel contesto del Reparto di Riabilitazione Specialistica Psichiatria (RSP) di Villa San Benedetto Menni svolge ormai da diversi anni un ruolo prezioso nella cura dei pazienti ricoverati; l'**integrazione delle competenze** mediche, psicologiche, educative e infermieristiche permette il confronto e la collaborazione produttiva nello strutturare e realizzare quotidianamente piani di intervento specialistici efficaci e in continuo miglioramento.

Nel corso degli ultimi mesi il reparto di riabilitazione specialistica psichiatrica ha accolto alcuni nuovi operatori all'interno dell'organico multidisciplinare. Ciò ha reso necessario, al fine di garantire agli Ospiti un intervento il più specialistico possibile, proporre una **formazione ad hoc sul disturbo ossessivo compulsivo**, disturbo per il quale in reparto viene proposto un progetto dedicato.

sa quindi ulteriormente in campo in tale progetto di formazione. Gli incontri, strutturati in due sessioni interattive per un totale di 6 ore, hanno visto l'intervento di alcuni rappresentanti delle diverse figure professionali nella illustrazione delle caratteristiche cliniche del disturbo ossessivo compulsivo e delle sue strategie di intervento, riconoscendo il valore della condivisione delle conoscenze e delle competenze tra colleghi. I contenuti presentati, il confronto costruttivo e la condivisione di criticità hanno favorito la delineazione di modalità di intervento più efficaci e un'ulteriore integrazione delle competenze per un lavoro d'équipe sempre più di qualità.

Il corso è stato accolto con entusiasmo ed interesse da parte dei colleghi coinvolti e si prevede la possibilità di organizzare nuovi incontri nei prossimi mesi al fine sia di approfondire le tematiche affrontate sia di formare l'eventuale personale nuovo che sarà assunto nel corso del tempo.

La formazione, dunque, si è mostrata ancora una volta uno strumento vincente e che non può mai mancare all'interno di una struttura sanitaria e socio-assistenziale.

Inoltre, la valorizzazione delle competenze dei professionisti già impegnati nelle attività di reparto ha arricchito questo percorso formativo perché ha avuto il vantaggio di essere basata su una reale conoscenza delle dinamiche di reparto, della specificità delle patologie trattate e di un'analisi delle criticità legate all'inserimento di nuovi operatori.

La multidisciplinarietà degli operatori è stata mes-

# Le relazioni umane: veicolo di ospitalità in RSD

**“...occorre innanzitutto la competenza professionale, ma da sola non basta.**

**Gli esseri umani necessitano sempre di qualcosa in più di una cura.**

**Hanno bisogno di umanità, hanno bisogno dell'attenzione del cuore.**

**Perciò, oltre alla preparazione professionale è necessaria anche e soprattutto la FORMAZIONE DEL CUORE”**

*Claudia, Mamma di Noemi*



Queste parole, incise su due cuori di legno appesi vicino alla porta dell'ufficio degli educatori della Residenza Sanitaria Disabili (RSD) di Villa San Benedetto Menni, sono lì per ricordare a tutti che è buona norma impegnarsi nelle relazioni che si vivono nella quotidianità con

l'impegno di **esercitare attenzione e di usare gentilezza verso il prossimo.**

Quando una persona arriva in RSD vive un momento di tensione, momento che è anche più difficile per i familiari, esperienza carica di ansia e spesso anche di sensi di colpa.

Chi ricovera un proprio caro è spesso pieno di domande che non osa formulare oppure è un fiume di parole con gli occhi velati dalle lacrime.

Anche l'educatore che accoglie un nuovo Ospite sente l'ansia di avere una modalità di comunicazione che instauri una relazione di qualità da mantenere nel tempo.

Importantissima inoltre è la **relazione interpersonale** che nasce fra educatore e familiare e che può, col passare del tempo, basarsi su sentimenti come fiducia e stima reciproca.

Con qualcuno si entra in confidenza, con altri si deve mantenere una distanza di sicurezza, con altri il legame che si crea non si spezza alla morte del familiare.

Spesso fra educatori e familiari si arriva a coltivare una **“collaborazione operativa”** cioè un **desiderio di partecipare alla vita del reparto** che si manifesta con il lavoro che serve soprattutto per addobbare la struttura per le feste e le ricorrenze e per organizzare i mercatini.

Momenti prolifici per le relazioni possono e devono essere le visite settimanali, ma per esperienza personale, possono esserlo anche le volte in cui si porta un Ospite a una visita medica con la presenza di un familiare, quando i lunghi tempi dell'attesa si riempiono di **parole che esprimono sentimenti e ansie e che portano a creare un clima di confidenza.**



Quando parlo di “momenti di collaborazione operativa”, mi riferisco ad esempio all’occasione in cui una mamma, grazie alla sua abilità nell’uso del pirografo, ha inciso le frasi sui due cuori di legno o alle tante volte in cui la sorella di un’Ospite con l’aiuto di una sua amica ha realizzato molti addobbi che hanno reso più accogliente e festoso il nostro reparto.

Più in generale, il messaggio che vorrei trasparisse da queste righe è che ciascuno di noi deve comprendere la necessità di interagire con gli altri individui secondo regole che tengono in considerazione il **rispetto verso gli altri e la sensibilità di ciascuno**.

Noi dell’RSD abbiamo maturato la consapevolezza che fra noi, i nostri ospiti e i loro familiari deve realizzarsi una relazione positiva di collaborazione, per il benessere di tutti.

Questo è l’impegno quotidiano per **praticare una vera Ospitalità**, come ci ha insegnato il nostro Fondatore, San Benedetto Menni.

**“Esiste un solo vero lusso ed è quello delle relazioni umane”**

*Antoine de Saint Exupery*



# Esperienza di racconto e confronto per i familiari



Sabato 28 settembre è stata proposta ai familiari dell'RSA un incontro a carattere informativo ed esperienziale di arteterapia in piccolo gruppo. L'esperienza era volutamente rivolta a tutti i familiari afferenti dai diversi reparti della RSA: Geriatria, Nucleo Rosso (NR- Alzheimer e Demenze), Nucleo Bianco (NB -Stati vegetativi), Nucleo Celeste (NC- Gravi Disabilità), anche in un'ottica di superamento di pregiudizi e timori rispetto alla malattia e al suo progredire e che spesso procura ansie a chi assiste il proprio caro.

In un clima disteso e neutro rispetto alle realtà dei singoli reparti, ciascuno ha potuto trovare uno **spazio di racconto e confronto** sulla propria identità familiare legata al decorso della malattia.

Diverse le coppie familiari presenti al gruppo e i ruoli: una figlia ormai giovane donna che ha potuto esprimere il dolore e la fatica del doversi confrontare con un padre ammalato in giovanissima età; una moglie, un figlio, un amministratore di sostegno. Alcuni partecipanti da poco inseriti nella vita della Casa hanno potuto ascoltare i racconti e

le esperienze di chi da anni vive la quotidianità in Villa San Benedetto Menni.

Nella mattinata è stato possibile approfondire i motivi di crisi dentitaria della coppia familiare alla luce dei mutamenti indotti dalla malattia, offrendo nel contempo ai partecipanti strumenti per riflettere su nuove possibili rappresentazioni di sé e della propria storia di vita, passata e presente e ritrovare una possibile continuità di percorso a due nella quotidianità dell'RSA.

Alle narrazioni autobiografiche si è affiancata un'esperienza di arteterapia che ha permesso l'esplorazione di contenuti emotivi latenti (paure, sensi di colpa, rimpianti, speranze), traslati anche nella scelta dell'immagine simbolica di alcune cartoline proposte.

Il gruppo misto ha costituito un'importante risorsa, permettendo un riconoscimento della precedente identità e **un'occasione di accoglienza e socialità** nell'ottica dell'Ospitalità delle Suore Ospedaliere.

Abbiamo accolto immagini, narrazioni, commenti che testimoniano l'accettazione del cambiamento, alla luce di una possibile ritrovata gratitudine verso il proprio caro.



## Da sfida a opportunità



Considerata la difficoltà nel reclutamento di personale ASA, lo scorso anno Villa San Benedetto Menni ha avviato una convenzione relativa alla formazione di nuove figure ASA con l'Istituto San Vincenzo, che si trova proprio di fronte alla nostra Casa.

Una barriera in ingresso per la partecipazione al corso per molte persone era ed è il costo del corso e la conciliazione tra studio e lavoro, per cui la scelta della struttura è stata quella di finanziare il costo totale del corso al posto dei partecipanti, preventivamente selezionati.

Dal momento che alcuni iscritti erano anche già nostri collaboratori, ci si è impegnati per gestire una turnazione che potesse conciliare gli orari tra la frequenza delle lezioni e l'attività lavorativa. Dal canto loro, gli studenti hanno assunto l'impegno di restare in Villa San Benedetto Menni per almeno 3 anni dalla data di acquisizione del titolo. I primi risultati sono arrivati ad ottobre, con 6 nuovi ASA inseriti nei diversi reparti: Benedetta, Carmen, Monica, Elvirra, Maria e Marcia!

Visto il successo del primo anno, la convenzione è stata rinnovata per un altro anno!

**Dalla criticità legata alle difficoltà di inserimento siamo riusciti, insieme, a dare l'opportunità ai**

**nuovi colleghi di raggiungere un primo traguardo importante per tutti!**

Le sfide poste dall'attuale situazione del mercato del lavoro sono state affrontate con uno spirito innovativo e attento agli aspetti formativi e di conciliazione vita lavoro con l'obiettivo di rafforzare il legame con il territorio e trovare soluzioni con ricadute sul medio periodo.

Ecco questa esperienza raccontata dalle parole di alcuni di loro:

*"Ho iniziato a lavorare a Villa San Benedetto Menni svolgendo un'altra mansione.*

*L'opportunità che mi è stata data acquisendo il titolo di ASA, mi ha permesso di poter contribuire attivamente e con entusiasmo al progetto di cura e di assistenza a chi ne ha bisogno, sperimentando quel senso di appartenenza che va oltre la propria professione.*

*Questo percorso mi ha formata come persona e mi ha insegnato cosa vuol dire lavorare in équipe imparando ad interagire anche con altre figure professionali da cui c'è da imparare quotidianamente. Ringrazio per l'accoglienza e la fiducia che è stata riposta nei miei confronti". Benedetta Principalli*

*Avevo già pensato di fare il corso ASA/OSS perché stavo già lavorando nell'ambiente sanitario facendo pulizie. La cura per chi ha bisogno è stato senza dubbio il mio obiettivo principale.*

*Ringrazio per il supporto e l'opportunità che la struttura mi ha dato!*

*È stato un anno intenso, dover conciliare tante cose (vita personale, professionale e studi), ma alla fine ce l'ho fatta e so che è solo l'inizio".*

*Marcia Souza*



# L'impatto del Training di Biofeedback della Variabilità Cardiaca nelle Persone con Disturbo di Panico

La variabilità della frequenza cardiaca è una misura della variazione del tempo tra un battito cardiaco e l'altro e riflette il funzionamento del sistema nervoso autonomo, che regola involontariamente funzioni corporee come il battito cardiaco. Una buona variabilità cardiaca indica una maggiore capacità del corpo di adattarsi a stress e cambiamenti, mentre una ridotta variabilità è associata ad una minore capacità del corpo di gestire lo stress, come avviene in alcune condizioni mentali, come ansia e depressione, suggerendo, quindi, una disfunzione del sistema nervoso autonomo.

Gli studi hanno infatti evidenziato **un'associazione tra il disturbo di panico e una ridotta variabilità della frequenza cardiaca che potrebbe aumentare la vulnerabilità a problemi cardiovascolari e ridurre la qualità della vita**. Alcune ricerche preliminari hanno dimostrato che l'utilizzo di tecniche che favoriscono l'aumento della variabilità cardiaca riescono a migliorare la regolazione del sistema nervoso autonomo e, di conseguenza, i sintomi d'ansia. Una di queste è il **training di biofeedback della variabilità cardiaca**. Si tratta di una **tecnica che permette di controllare consapevolmente la variabilità della frequenza cardiaca** attraverso esercizi di respirazione diaframmatica lenta. Grazie a un dispositivo che monitora il battito cardiaco e fornisce feedback visivi o uditivi in tempo reale, i pazienti apprendono come regolare la loro risposta fisiologica allo stress, migliorando così il benessere sia mentale che fisico.

Sfruttando questa tecnica abbiamo così condotto uno **studio osservazionale retrospettivo pilota** con l'obiettivo di valutare l'impatto dell'intervento di biofeedback della variabilità cardiaca sulla modulazione dell'attività autonoma in pazienti

ambulatoriali con disturbo di panico, con o senza agorafobia.

Abbiamo incluso nello studio 10 pazienti (5 donne e 5 uomini) con diagnosi di disturbo di panico (9 con agorafobia e 1 senza). La gravità del disturbo di panico e dell'agorafobia è stata valutata utilizzando la scala Panic Associated Symptoms Scale. Tutti i pazienti inclusi nello studio sono stati sottoposti ad una valutazione fisiologica per determinare i parametri basali della variabilità cardiaca e la frequenza respiratoria durante un periodo di riposo di 5 minuti all'inizio dello studio e durante una valutazione di follow-up. Tra la valutazione iniziale e quella di follow-up, tutti i pazienti hanno seguito il training di biofeedback della variabilità cardiaca.

L'intervento di biofeedback della variabilità cardiaca nei pazienti con disturbo di panico, con o senza agorafobia, ha mostrato un miglioramento significativo della variabilità della frequenza cardiaca. Questi miglioramenti, inoltre, non sembrano essere legati alla terapia psicofarmacologica o alla gravità del disturbo.

Il nostro studio permette di concludere che **il training di biofeedback della variabilità cardiaca è un intervento non invasivo e non farmacologico che potrebbe favorire la regolazione autonoma nei pazienti con disturbo di panico**.

Ulteriori ricerche sono necessarie per determinare in che misura il training di biofeedback possa aiutare a ridurre i sintomi di panico e la gravità del disturbo.

*Lo studio è stato condotto dall'equipe di ricerca di Villa San Benedetto Menni e Humanitas University e presentato come Tesi di Laurea in Medicina e Chirurgia, Humanitas University, anno accademico 2023-24.*

# Pignattaccia Viterbese

La Pignattaccia è un piatto tipico viterbese. Un tempo veniva preparato con tagli di carne meno pregiati e quindi poco costosi.

L'originalità di questa pietanza stava nella tecnica della cottura: si metteva infatti la carne nella pignatta (pentola di coccio) alternandola con uno strato di verdure.

La pentola veniva poi coperta con la carta paglia, chiusa con il coperchio, legata con uno spago e portata al forno pubblico per la cottura.



## INGREDIENTI

per 4/5 persone

- › 1 kg di vari tagli di carne: trippa, testina, coda;
- › 3 o 4 chiodi di garofano;
- › una costa di sedano;
- › 2 o 3 grosse patate;
- › 1 cipolla;
- › 2 carote;
- › 4/5 pomodorini;
- › sale e peperoncino qb;
- › vino e olio extravergine di oliva.

## PREPARAZIONE

Per la preparazione: si mette per qualche ora la carne a bagno in acqua salata, con l'aggiunta di un bicchiere di vino e i chiodi di garofano.

In una pentola di coccio si colloca un primo strato di patate a fette grossolane che si ricopre con la carne, sopra ancora si aggiunge uno strato di verdura tagliata a pezzi (sedano, carote, cipolla, pomodori, e peperoncino). Si condisce il tutto con un filo di olio extravergine di oliva e il sale; si continua a comporre strati fino a riempire tutta la pignatta, terminando con le patate.

Si aggiunge, infine, l'acqua della marinatura a ricoprire tutti gli ingredienti e si inforna per la cottura.

Oggi, in mancanza delle pentole di coccio e dei forni a legna si usa la pentola a pressione.

**Buon Appetito!**



Suore Ospedaliere

PROVINCIA D'ITALIA