NONNI INSIEME A NOI, SEMPRE

Speciale nonni, tra salute e tecnologia

Festa dei Nonni: il 2 ottobre è alle porte

Essere nonni in Italia: il panorama

Nonni 2.0 e oltre: sempre più digitali!

Agevolazioni e aiuti over 65 per una quotidianità più serena

Preservare la salute con il movimento, tra Rsa e casa

Speciale salute

Le giornate mondiali su salute e fragilità: screening e prevenzione per i senior

Speciale Rsa

Rsa: quali novità terapeutiche per una qualità di vita sempre maggiore?

Normative e tecnologia a sostegno della salute in Rsa: il panorama Edos

Il Gruppo Edos è con te: restiamo in contatto

INSIEME MAGAZINE
NUMERO 2 - 2022

L’ARTE DI PRENDERSI CURA DI TE

Nonni: insieme a noi, sempre

A cura della redazione del Gruppo Edos

Un giorno dedicato alla Festa dei Nonni: è quello del prossimo 2 ottobre, tra poco meno di un mese. Una 24 ore che vede gli anziani protagonisti, tanto a casa quanto in Rsa. Perché celebrare questa giornata significa celebrare la nostra memoria storica e familiare: e quale migliore occasione, dunque, per dedicare ai nostri cari nonni un intero numero di “Insieme”, tra approfondimenti su salute, mondo digitale e tanto altro? Infatti, in questa uscita settembrina del nostro magazine, andremo ad analizzare il panorama senior italiano e il ruolo dei nonni nel belpaese: dai

dati statistici sulle loro condizioni di salute e di vita, alle sovvenzioni e agevolazioni davvero utili nel quotidiano per gli over 65 e 75, oltre allo speciale focus sul mondo digitale, fatto di social e app a misura di senior che rappresentano uno strumento non solo utile ma anche divertente per la vita di tutti i giorni.

E la Festa dei Nonni non è l'unico evento che merita approfondimenti e attenzione: parleremo infatti delle tante Giornate, Mondiali e Nazionali, che si susseguiranno in questo autunno; vere e proprie ricorrenze che ci danno la possibilità di conoscere e approfondire tante patologie, purtroppo molto diffuse, e di conoscere gli screening gratuiti con cui salvaguardare la nostra salute.

Infine, come di consueto, troveremo anche gli interventi dei nostri professionisti - fisioterapisti, medici e direttori sanitari - per parlare della vita tra casa ed Rsa, con consigli e focus sulle novità specifiche di questo periodo post-Covid, tra le nuove normative, attive dal 30 settembre, per vivere la quotidianità all'interno delle Residenze, fino ai traguardi tecnologici e al panorama terapeutico dedicato ai più fragili, anche in vista della Giornata Mondiale dell'Alzheimer.

Non ci resta che augurarvi buona lettura!

La redazione del Gruppo Edos

Festa dei Nonni

Il 2 ottobre è alle porte

In collaborazione con il Dott. Matteo Marastoni, Responsabile Clinical Governance del Gruppo Edos

Il 2 ottobre si avvicina! E cosa fare per passare una giornata indimenticabile in compagnia dei nostri cari anziani? Abbiamo raccolto qualche idea per trascorrere tempo di qualità insieme, lasciando spazio a memorie e tradizioni, senza dimenticare che la Festa dei Nonni non è solo una giornata simbolica, ma è anche quell'occasione in più per dimostrare vicinanza e affetto ai nostri cari.

Festa dei Nonni: Perché è nata, e come

La Festa dei Nonni è una celebrazione diffusa in tutto il mondo: per esempio, negli USA si festeggia a settembre, ed è nata nel lontano 1978. In Francia, invece, esiste una festa dei nonni… e una delle nonne!
In Italia, questa celebrazione è nata nel 2005 ed è sancita dalla legge n.159 del 31 luglio, ma la sua ricorrenza è stata fissata il 2 ottobre: perché questo giorno è lo stesso prescelto dalla Chiesa Cattolica per celebrare i santi angeli custodi. E cosa sono i nonni, se non custodi della famiglia, da sempre simbolo di esperienza, di saggezza e di dolcezza?
E, nelle nostre Rsa, questa festa è sempre al centro delle programmazioni ludico-ricreative di ottobre, proprio come testimonia questo video che una nostra Ospite ha voluto regalare a tutti noi.

Festa dei Nonni: passiamo un po' di tempo insieme!

Come detto poco sopra, stiliamo qui qualche idea con cui trascorrere attimi preziosi insieme, da ripetere non solo durante questa giornata, ma ogni qual volta si desideri passare tempo di qualità insieme.

- Cucinare insieme alla scoperta dei sapori più amati. Cucinare: un'attività che migliora la coordinazione oculo-manuale, da sempre al centro dei tanti laboratori nelle Rsa del Gruppo Edos. E quale occasione migliore per rispolverare il buon vecchio ricettario di famiglia, alla scoperta dei sapori più amati a casa? Il giorno della Festa dei Nonni è perfetto per preparare insieme tante specialità - sughi, dolci tradizionali e piatti anche più complessi - da gustare poi tutti insieme.

- Sfogliare l'album di famiglia… o costruirne uno insieme. Guardare fotografie e immagini dal passato, seduti vicini, è un ottimo modo per riportare a galla i ricordi e per allenare la memoria. E, se l'album di famiglia ancora non c'è, quale occasione migliore per costruirne uno insieme, o per regalarne uno, così da sorprendere i nostri nonni e fare un dono alle generazioni che verranno?

- Una gita sui luoghi dell'infanzia. Ritornare alle origini: se le condizioni fisiche e di salute dei nostri cari lo consentono, una gita nei luoghi in cui sono nati e hanno vissuto è quello che ci vuole! Perché un piccolo viaggio insieme è certamente un ottimo ponte tra ricordi e movimento fisico. Senza dimenticare che anche le Rsa, sempre più spesso, dopo l'emergenza Covid, organizzano gite sul territorio, tra natura e città, anche in collaborazione con enti, associazioni e realtà locali.

Una giornata insieme, anche in Rsa

In vista del 2 ottobre, le Rsa del Gruppo Edos stanno già organizzando feste e momenti divertenti per celebrare ogni nonno come merita, naturalmente sempre con un occhio attento alla sicurezza. Infatti, le porte delle nostre Rsa sono di nuovo aperte e, rispettando le norme per il contenimento del contagio, è possibile trascorrere tempo con i propri cari.

Essere nonni in Italia

Il panorama

A cura della redazione del Gruppo Edos

Nonni in Italia: gli anziani, nella nostra Penisola, hanno superato quota 12 milioni. Ma come vivono, e qual è il loro ruolo oggi? Si tratta di domande che gli esperti di statistica, tra quotidiani e università, si sono posti, conducendo così indagini interessanti che ci offrono, attraverso i loro numeri, un quadro chiaro sulle condizioni di vita dei senior nelle principali città italiane.

Alcune statistiche sulle città italiane

Il Sole24Ore, nella sua rubrica digitale Lab24, ha lanciato di recente un'indagine che racconta nel dettaglio le condizioni di vita degli anziani in alcune città italiane, ovvero quelle in cui possono godere di una miglior qualità di vita: sul podio, troviamo Cagliari, Bolzano e Trento, seguite poi dalla capitale e da Nuoro. Queste città si sono classificate nella *top five* per via della presenza di importanti indici statistici, tra cui la speranza di vita over 75, la presenza di spazi verdi nell'assetto urbano, l'assistenza infermieristica o geriatrica, il basso livello di assunzione di farmaci antidepressivi e di esposizione all'inquinamento acustico.

Ritorna il senior housing

Ricordi il senior housing? Ne abbiamo parlato anche in questo nostro blog post: si tratta di una frontiera abitativa, ormai diffusa da una decina d'anni, con cui condividere spazi abitativi e ricreativi. E, proprio questo modo di vivere, dopo la dura flessione subita nel periodo del Covid-19, sembra riprendere il suo cammino: infatti, in questo 2022, INPS, Inarcassa ed Enpap stanno collaborando insieme al "Piano Aristotele" incentrato sullo sviluppo di progetti residenziali, dedicati gli over 65, in tutta Italia.

La presenza dei nonni in famiglia è benefica

I ricercatori dell'Università degli Studi di Bologna e di Padova hanno pubblicato sulla rivista internazionale "Genus", e sulla rivista universitaria petroniana, uno studio dedicato al ruolo benefico che i nonni hanno all'interno delle famiglie con figli: queste figure, infatti, sono in grado di sollevare il bilancio domestico familiare, grazie alle loro capacità di accudimento con cui aiutano le coppie lavoratrici. Si tratta, insomma, di una presenza attiva che aiuta ad avere una gestione più equilibrata della quotidianità e che si esaurisce nel concetto di "solidarietà familiare", relativo ai meccanismi di distribuzione dei compiti legati alla gestione della casa, ancora piuttosto asimmetrici poiché svolti, nell'80% dei casi, dalle donne lavoratrici.

Nonni 2.0 e oltre
Sempre di più digitali

A cura della redazione del Gruppo Edos

"Transizione digitale" e anziani: complice la pandemia, i senior sono diventati molto più connessi. Infatti, il Covid-19 e la distanza hanno fatto sì che molti anziani approfondissero il loro rapporto con tablet, smartphone e pc. A questi strumenti si aggiungono, poi, anche tante app divenute, giorno dopo giorno, sempre più utili e familiari. Insomma: che questo *digital divide*, ovvero la distanza tra senior e tecnologia, sia in fase di superamento? Vediamolo assieme.

Tecnologia semplice: le app a misura di over 75

Ne abbiamo già parlato nel numero autunnale del 2020 di "Insieme", ma nel frattempo il panorama si è notevolmente arricchito, quindi è giunto il momento di rinnovare e aggiornare la lista delle app utili agli over 75! Vediamo quindi quali sono quelle più utili e interessanti:

1. **Smartphone accessibile:** a volte i caratteri dei telefonini di ultima generazione possono essere abbastanza difficili da leggere, specie per chi è ipovedente. Ma esistono alcune app che ci permettono di ingrandire testo e immagini, come "BIG Launcher" o "Simple Launcher", quest'ultima dedicata anche a chi ha meno dimestichezza con gli smartphone e, magari, ha necessità di essere aiutato: "Simple Launcher", infatti, permette di memorizzare i numeri di familiari e persone care così da contattarli direttamente in caso di emergenza toccando l'apposito pulsante "SOS".

2. **Mantenersi in forma è importante anche per la mente:** audiolibri, ovvero libri in formato digitale, ci vengono in aiuto. Leggere e passare un po' di tempo in compagnia della cultura non è mai stato così semplice: basta scaricare "Audible", oppure "RaiPlay" e la famosissima "Spotify" per immergersi in podcast e letture tutte da ascoltare.

3. **La salute prima di tutto:** sì, soprattutto con un'app: sapevi che puoi controllare il tuo stato di salute attraverso il telefonino? Con "SmartBP" puoi monitorare la pressione arteriosa e memorizzare i dati per il prossimo check-up! Oppure puoi installare "MyTherapy", un'app che consente di memorizzare le prescrizioni dei medicinali, impostando calendario e sveglia, per essere sempre in regola con le assunzioni attraverso una semplice notifica: uno strumento digitale decisamente utile anche ai figli che non vivono con i genitori e che possono, così, stare meno in apprensione.

La tecnologia che aiuta e diverte, anche in Rsa

Anche nelle strutture del Gruppo Edos la tecnologia è ormai parte integrante della vita quotidiana: non solo attraverso le videochiamate o i social, utili ad abbattere le distanze familiari, ma anche in termini di animazione e momenti ludici... digitali.
Un esempio? I giochi mnemonici, sempre più diffusi, che favoriscono la cosiddetta "stimolazione cognitiva", davvero essenziali per il recupero delle funzioni cerebrali anche solo grazie a un semplice tablet! Ti raccontiamo di più con il progetto Dynseo, che ha visto protagonisti - e ha premiato - i nostri Ospiti di RSA Mater Sapientiae, RSA San Francesco, RSA San Vitale ed RP Domus Pacis.

Tra grey digital divide e nonni TikToker

La cosiddetta "transizione digitale" è arrivata, dunque, anche tra le generazioni senior italiane. Non stiamo parlando di numeri impressionanti, specie se confrontati con le medie europee, ma il trend è chiaro: il limite del *grey digital divide* - è così che viene così chiamato quel fenomeno di divisione digitale che riguarda direttamente gli anziani - viene smarcato sempre più, giorno dopo giorno.

E quali sono i dati inerenti all'uso di Internet e dei dispositivi tra i senior italiani? Quasi il 30% degli over 75 usa quotidianamente la rete in maniera piuttosto assidua. Non solo: perché, se nel 2016 solo il 7% degli over 65 aveva accesso a Internet, oggi siamo quasi arrivati alla soglia del 25%.

Ma la rete è sinonimo anche di divertimento, non esclusivamente di servizi. Lo dimostrano i "Nonni TikToker": una coppia di over 75 che usa il social per divertirsi e raccontare la propria quotidianità, tra la campagna, la cucina, con balli e momenti di ilarità, proprio attraverso il social più amato dai giovani.

Agevolazioni e aiuti over 65 per una quotidianità più serena

A cura della redazione del Gruppo Edos

In un momento storico economicamente delicato come questo, dove i costi dei consumi sono notevolmente aumentati, un aiuto per le spese può rivelarsi indispensabile, anche e soprattutto nella fascia over 65. Ecco perché abbiamo deciso di condurre una piccola ricerca dedicata agli sconti per i senior: dai viaggi, fino agli aiuti più concreti, per offrirti una selezione di opportunità che possono rappresentare un vero e proprio sostegno quotidiano.

Partiamo, in treno o in aereo, con gli sconti over 65

Il treno rappresenta da sempre un modo di viaggiare sicuro, ecologico e, oggi, anche meno oneroso, sia per le tratte regionali che per l'Alta Velocità: infatti, Trenitalia, la principale compagnia di trasporto su rotaia italiana, ha previsto importanti sconti per gli over 65, e non solo! Perché grazie alla nuova Carta Argento over 60 si può finalmente viaggiare a tariffe vantaggiose.

Per esempio: a fronte dei 30 euro del costo della card (da sostenere fino ai 75 anni d'età) si può ottenere uno sconto del 15% sulle tratte nazionali, del 25% sui viaggi esteri e un ulteriore 10% di sconto se si sceglie di viaggiare in cuccetta.

C'è di più: anche volare conviene. Infatti, quasi tutte le compagnie aeree europee riservano speciali sconti ai viaggiatori over 65! Consulta un'agenzia di viaggi, o naviga sul sito web della tua compagnia preferita e scoprirai con piacere che ormai per quasi tutti i voli di linea, nazionali e internazionali, sono previste agevolazioni per i senior!

Sconti per i senior anche su bollette, TARI e spese sanitarie

TARI, bollette gas, luce, telefonia: i senior hanno diritto a consistenti riduzioni anche nelle spese quotidiane più comuni. Infatti, chi ha superato i 65 anni o 75 anni - a seconda dei casi - può beneficiare di scontistiche sui consumi semplicemente presentando una domanda attraverso il CAF o il proprio patronato di fiducia, esattamente come quando si fa la dichiarazione dei redditi.

Buone nuove anche sul fronte delle spese mediche: per i senior con redditi fino a 36.151,98 euro è possibile ottenere importanti riduzioni presentando, tramite il proprio medico di base, una richiesta alla ASL di competenza.

Non solo: per chi ha tagliato il traguardo degli anni d'argento sono previsti sconti - oppure, in certe casistiche, anche esoneri totali - dal canone RAI: l'importante è avere un reddito inferiore agli 8.000 euro annui. Come ottenerlo? Compilando l'apposito modulo che puoi trovare sul sito dell'Agenzia delle Entrate.

Infine, come abbiamo preannunciato poco sopra, anche le compagnie telefoniche riservano speciali tariffe per i senior con reddito entro i 6.713,94 euro.

Non solo sconti over 65: 200 euro per i pensionati con redditi bassi

Proprio così: è nato un bonus di 200 euro, erogato una tantum, per gli over 65. La sua assegnazione è cominciata durante il mese di luglio 2022. Ma di cosa si tratta, nel dettaglio? Stiamo parlando di un vero e proprio contributo, che l'INPS riserva ai redditi più bassi, per fornire un intervento concreto, per le spese di tutti i generi, alimentari o sanitarie che siano, a sostegno di una quotidianità più serena. Puoi ottenere la card compilando la modulistica che trovi qui.

Conosci la Carta Acquisti di Poste Italiane?

Anche Poste Italiane ha lanciato un'iniziativa di supporto agli over 65: infatti, grazie al Decreto Legge n. 112 del 2008, le Poste hanno ideato una card che consente di ottenere un credito mensile di 40 euro da spendere in tutti i punti vendita abilitati al circuito Mastercard: dalle farmacie e parafarmacie ai supermercati, dai negozi di abbigliamento a quelli specializzati in elettronica.
Richiedere la card è semplice: basta compilare questo modulo e consegnarlo all'ufficio postale più vicino.

Speriamo che questa ricerca possa essere stata utile a te, o a chi ami, per una gestione del quotidiano più leggera e serena.

Infine ricorda: se stai affrontando un periodo difficile con un tuo caro e vorresti maggiori informazioni per un supporto concreto anche in termini di assistenza, o se sei interessato a conoscere il programma di rette agevolate del Gruppo Edos dedicato ai nuovi ingressi in Rsa, compila il form che trovi a questo link!

Preservare la salute con il movimento, tra casa ed Rsa

Con la collaborazione di Tina Buonaiuto, Fisioterapista presso RSA Mater Gratiae

Da un anno a questa parte abbiamo potuto, gradualmente, nel rispetto delle regole, con tanta pazienza e speranza, riappropriarci della nostra quotidianità. Una quotidianità che deve includere, specie per i senior, attività fisica e motoria: perché i benefici di uno sport, anche leggero, sono davvero tanti e vanno dalla regolazione del ritmo sonno-veglia, al sollievo dagli stati di agitazione o depressivi, fino al rafforzamento e coordinamento dell'apparato muscolo-scheletrico. E va ricordato che esiste un'attività fisica ottimale per ogni senior, in qualsiasi condizione fisica e cognitiva! Ma ci svela di più Tina Buonaiuto, fisioterapista presso RSA Mater Gratiae.

"In struttura, fisioterapia e attività motoria leggera, spesso svolta all'aperto durante la bella stagione, non mancano mai per i nostri senior, poiché migliorano il tono muscolare, il sostegno, la condizione psicologica e aiutano il buonumore.

In particolare, in RSA Mater Gratiae (MI) c'è spazio per l'attività a corpo libero e per il movimento, sempre guidato, con spalliere, bastoni e palline, fino alla ginnastica di gruppo, che dà un po' di carica alla quotidianità con ritmo e allegria: la musica non manca mai! E ne è testimonianza anche la pagina Facebook della nostra Rsa".

Fragilità, Alzheimer e attività fisica: è possibile?

“Una cosa importante da aggiungere, poi, è che fisioterapia e attività fisica sono per tutti: anche chi soffre di fragilità può contare su una terapia dolce fatta di terapie a base di manipolazioni. Infatti, proprio il “ farsi sentire” attraverso il contatto manuale aumenta la percezione dell’altro, garantendo al contempo mobilità muscolare e articolare. E anche durante queste sedute la musica è protagonista, in particolare quella classica, che ci accompagna permeando qualsiasi situazione con dolcezza ed energia.
Anche per chi soffre di demenza di grado severo, o di Alzheimer, cyclette e palla sono grandi alleati: si tratta infatti di atti psicomotori semplici. Bastano pochi lanci di palla, per esempio, per focalizzare la loro attenzione, anche se brevemente, su un obiettivo, con benefici evidenti, come il mantenimento di un’attività muscolo-articolare che possa supportarli”.

E a casa?

“Quando la situazione psico-fisica lo permette, si può fare davvero tutto, anche con gli anziani a casa: basta una palla, una cyclette o una pedaliera e pochi minuti al giorno. Oppure, si possono svolgere semplici esercizi, come mettersi in piedi, appoggiandosi saldamente a un tavolo, e muovere gli arti spostandoli indietro; o si può stare seduti sulla sedia, flettendo e allungando le gambe.
Possiamo poi abbinare il movimento degli arti superiori per favorire la coordinazione tra le braccia, che si muovono in alto, e le gambe, che si muovono in avanti, verso l’esterno. Si tratta di piccole attività che possono diventare una sana routine per tutti i giorni, da effettuare insieme al caregiver”.

Le giornate mondiali su salute e fragilità

Screening e prevenzione per i senior

A cura del Gruppo Edos

Come dicevamo poco sopra, nella nostra introduzione, l’autunno ospiterà anche tante giornate dedicate alla sensibilizzazione e alla prevenzione di alcune patologie che sono piuttosto diffuse tra gli over 65. Quale migliore occasione, dunque, per prenotare un check-up - dedicato alla vista, al controllo della glicemia, o a uno screening - e monitorare il proprio stato di salute? Ecco tutto quello che devi sapere.

Giornata Mondiale della Vista

Il prossimo mese di ottobre, precisamente il 13, si celebrerà la Giornata Mondiale della Vista. In questa data sarà possibile prenotare una visita specialistica gratuita, in centri privati e convenzionati ASL attraverso l'IAPB, l'Agenzia Internazionale per la Prevenzione della Cecità, che mette a disposizione un numero verde con cui fissare gratuitamente il controllo: l'800-973489.
Proprio l'IAPB sottolinea come sia importante prevenire le malattie oculari e della vista, attraverso la sana abitudine di effettuare un controllo annuale, per individuare problemi, magari derivanti anche da altre patologie indirette, come - per esempio - glicemia alta o problemi cardiovascolari.

Giornata Mondiale per la lotta al tumore al seno

In Italia, l'incidenza dei tumori nelle donne è, purtroppo, ancora molto alta: la neoplasia al seno è la patologia oncologica più diagnosticata, e rappresenta il 30% del totale, mentre il 5% delle donne colpite da tumore, invece, presenta neoplasie al collo dell'utero, anche nelle fasi della vita post-menopausa; questa forma di cancro è infatti riconducibile al tumore alla mammella. Per questo, proprio durante il mese di ottobre, sarà possibile effettuare esami diagnostici, come le mammografie, fondamentali per uno screening tempestivo e salvavita. Come fare per prenotare una visita gratuita, dunque? Basta chiamare il proprio medico, o consultare la pagina dedicata del Ministero della Salute!

Giornata Mondiale dell'Alzheimer

Settembre: un mese importante perché "ospita", nel suo ricco calendario di appuntamenti dedicati alla salute, anche la Giornata Mondiale contro l'Alzheimer, che si tiene il giorno 21. Una patologia, quella dell'Alzheimer, al centro delle cure geriatriche: infatti, sono oltre 600 mila gli italiani che soffrono di questa malattia, e la stima è purtroppo destinata ad aumentare del 50% entro il 2050.

Ma sono tanti gli orizzonti di cura e sollievo, specie in Rsa, con ambienti terapeutici appositamente studiati per la stimolazione cognitiva e percorsi, dedicati soprattutto al wandering, che favoriscono la serenità di chi soffre di questa patologia, puntando sull'orientamento dell'Ospite; senza dimenticare le terapie non farmacologiche, come la "Stanza Multisensoriale", la *Doll Therapy* o la *Pet Therapy*, così come le apposite poltrone anti-rialzo o la "Terapia del treno", di cui vi parleremo nelle prossime pagine.

Nelle proprie Residenze, il Gruppo Edos si impegna quotidianamente per dare risposte concrete a questo tipo di cronicità, proponendo piani di cura dedicati, inclusivi di terapie non farmacologiche e ambienti terapeutici innovativi, per fornire adeguato supporto e sollievo. Grazie a questi piani personalizzati, chi soffre di Alzheimer, soprattutto in età geriatrica - ma non solo - può ottenere set di cure utili a ripristinare o conservare le funzioni cognitive e fisiche in modo importante.

Rsa
Quali novità terapeutiche per una qualità di vita sempre maggiore?

In collaborazione con il Dott. Enio Mantellini, medico presso il Gruppo Edos

Obiettivo benessere over 65: si tratta di una missione quotidiana che viene perseguita nelle Rsa del Gruppo con attività specifiche e mirate, sempre coadiuvate da un'équipe multidisciplinare capitanata, dove possibile, dalla figura del Direttore Sanitario. In particolare, parliamo di benessere psichico, fisico e cognitivo a tutto tondo, a cui si arriva tramite terapie non solo innovative ma rinnovate, soprattutto dopo l'emergenza Covid, anche di carattere non farmacologico, e di cui ci parla il Dott. Enio Mantellini.

L'importanza di una vita attiva all'aperto

"Il movimento è essenziale. Anche per le persone con difficoltà deambulatorie: perché esiste sempre una forma di attività fisica commisurata alle proprie capacità fisiche! A questo proposito, le Rsa del Gruppo sono sempre dotate di uno spazio esterno, che può essere un parco, un giardino o uno spazio attrezzato che consente di stare all'aria aperta e che fa da cornice alle tante attività ludiche, non solo fisiche, ma anche ricreative, come giochi di società, tra cui anche le carte, che migliorano la qualità di vita degli Ospiti: perché il divertimento e la semplicità sono attivatori delle facoltà cognitive e mnemoniche. E non mancano le novità. O meglio, i grandi ritorni: perché all'aria aperta, ovviamente in presenza di condizioni climatiche compatibili, e nel rispetto delle normative vigenti, si possono incontrare i propri cari, ristabilendo quei legami e quei contatti che erano stati sospesi durante la pandemia. E, sempre negli spazi verdi, tornano le feste di compleanno dei nostri Ospiti".

Le terapie ripartono e si (r)innovano

“Nelle Rsa del Gruppo Edos le terapie basilari, come l’AFA, acronimo di ‘Attività Fisica Adattata’ alle possibilità dell’anziano, si arricchiscono ogni giorno di nuovi spunti e di nuovi approcci. I nostri fisioterapisti sono infatti specializzati nella cura e nella movimentazione dell’anziano e si aggiornano costantemente.

Non solo: perché le strutture, mai quanto oggi, sono sede di cura e sollievo per quelle patologie degenerative di carattere cognitivo, come Alzheimer e demenza senile. Oggigiorno, le terapie più adottate, ma anche quelle più all’avanguardia, sono la Doll Therapy e la ‘Terapia del treno’, che consta di una serie di video che trasmettono paesaggi vari, quasi come se si stesse guardando fuori dal finestrino di un treno, per calmare gli stati di agitazione e il wandering, episodi acuti che contraddistinguono queste patologie”.

Uno sguardo all’alimentazione

“Alimentazione sana e varia: ma, soprattutto, adattata. Ecco perché, dopo l’adesione al progetto WeanCare (ne abbiamo parlato qui) le Rsa del Gruppo Edos puntano moltissimo sull’avere una cucina interna in grado di creare menù altamente personalizzati, gustosi e ponendo sempre tanta attenzione alle materie prime, in costante dialogo con il Direttore Sanitario. Perché il cibo è un reale supporto alle cure, come quelle più diffuse negli anziani, basti pensare alla gotta o al diabete, senza contare che è un attivatore importante dell’umore e del benessere, soprattutto in terza età.

Concludiamo con un consiglio: la terapia migliore, per i senior, non solo in Rsa, ma anche a casa, è il tempo di qualità, magari passato assieme alle persone care, fondamentale per la salute mentale, fisica ma, soprattutto, emotiva”.

Normative e tecnologia a sostegno della salute in Rsa

Il panorama Edos

In collaborazione con il Dott. Matteo Marastoni, Responsabile Clinical Governance

Il prossimo 30 settembre saranno decretate nuove misure, in allineamento con l’andamento pandemico, che ci diranno come e cosa potrà cambiare nella quotidianità delle strutture. Ma, in attesa di questa data, ecco che si aprono nuovi orizzonti e arrivano tante novità che cambiano il modo di vedere le Rsa, sempre più un punto di riferimento per le famiglie, per i caregiver, e di cura per l’Ospite.

Benessere over 65: altre novità terapeutiche 2022

"Nel mondo delle Rsa del Gruppo Edos ci sono tantissime novità idonee agli over 65 che vivono in un contesto protetto: partiamo dai nuovi fabbisogni terapeutici, nati nella fase post-Covid, che ha visto l'entrata in struttura di persone con bisogni diversi.

Infatti, le Residenze, ora, non sono più una semplice 'casa di riposo', ma rappresentano sempre più una soluzione a quegli scenari di situazioni e condizioni cliniche non gestibili a domicilio: ci sono tantissimi benefici, infatti, dal punto di vista clinico, nel valutare un'entrata in Rsa, dove si possono accogliere sempre più spesso persone affette da patologie cognitive e comportamentali, come Alzheimer e demenze, a cui si associano terapie anche non farmacologiche di grande validità: 'Terapia del treno', giardini Alzheimer, Caffè Alzheimer, ambienti terapeutici che replicano ambienti sociali e aperti, come bosco o città rivolte non solo agli Ospiti ma all'intero nucleo familiare. Si tratta, insomma, di vere e proprie zone protette per passeggiare col proprio caro in sicurezza e protezione, con maniglioni, panchine che replicano le fermate del bus rispondendo così al wandering attraverso situazioni tranquillizzanti. Così le strutture non sono più solo luoghi di cura ma di incontro, e anche di familiarità e tranquillità, ricche di punti di riferimento.

E, oltre ai problemi cognitivi, si registrano anche situazioni che necessitano di riabilitazione fisica come mezzo per il recupero delle autonomie residue: tornano, così, le attività con fisioterapisti e terapisti occupazionali, volte non solo a chi ha avuto traumi, ma utili anche a chi, per esempio, ha subito un ictus e può ricominciare a usare eseguire azioni semplici ma fondamentali per la vita e per sé stessi, come usare il cucchiaio per alimentarsi autonomamente e recuperare l'autonomia nel quotidiano".

Cartella clinica digitale in Rsa: la tecnologia a sostegno della salute

"Per quanto riguarda questo tema, di cui avevamo già parlato alla fine dell'anno scorso, possiamo dire che si sta lavorando alacremente alla diffusione e all'implementazione di questo sistema, per un suo funzionamento e una sua diffusione quanto più ottimale possibile. Il bilancio attuale è positivo: infatti, nelle Rsa in cui è attivo il servizio, stiamo riscontrando grandi benefici. E ci auguriamo quanto prima che tutte le strutture del Gruppo possano avere questo sistema internalizzato e attivo, cosa che richiede anche una puntuale formazione del personale in merito all'utilizzo e alla gestione di questo sistema".

Cosa cambia dopo il 30 settembre in Rsa?

"L'accesso ai familiari in struttura è una questione stringente, di cui ci preme parlare, poiché è essenziale per il benessere e l'equilibrio dei nostri Ospiti: e l'aggiornamento della Normativa Ministeriale che è in vigore in tutte le Rsa e che dà chiare indicazioni sulla gestione del personale, dipendenti, familiari e Ospiti dice che, fino alla fine dell'anno, sarà mantenuto l'obbligo vaccinale. Inoltre, fino al 30 settembre viene garantito l'incontro con i familiari sulla base del Green Pass rafforzato. Gli accessi alle Residenze, però, sono personalizzati, e la tendenza è quella di favorire sempre più contatto, sempre nella massima sicurezza.

Insomma, tutto può variare in base alla situazione epidemiologica: l'iter prevede che sia lo Stato Italiano a dare alle Regioni una serie di linee guida che poi vengono recepite dalle Rsa. Sicuramente serve ancora un po' di attesa e di pazienza, ma siamo fiduciosi che la situazione possa aprirsi al meglio".

Il Gruppo Edos è con te
Come restare in contatto

L'ascolto delle esigenze è al centro del nostro mondo: Il Gruppo Edos ha messo a disposizione tanti e nuovi canali di ascolto dedicati a chi necessita di informazioni e assistenza, supportando anche chi si trova a gestire categorie fragili o è un caregiver familiare:

- **Scopri la sezione dedicata all'emergenza Covid-19:** sul nostro sito è presente la sezione "RSA SICURA" dedicata all'emergenza Covid-19, dove troverai protocolli, best practices e FAQ per chiarire ogni dubbio e ricevere una risposta adeguata a ogni domanda circa le normative vigenti nelle strutture in relazione all'emergenza sanitaria.
  Scopri di più su www.edossrl.it!

- **Il nostro Blog:** un'uscita al mese, tutti i mesi, per parlare di terza età, terapie, innovazione, mondo Rsa, con tanti consigli e approfondimenti;

- **Sezione FAQ:** una sezione del nostro sito dedicata a dare risposte alle domande più frequenti sui servizi delle strutture sanitarie assistenziali, modalità di ingresso, tempistiche, convenzioni, soluzioni di alloggio, visite, differenza tra Ospite privato e Ospite accreditato, aspetti economici e molto altro;

- **Il Centro Assistenza:** il nostro Gruppo mette a disposizione dei cittadini un centro Assistenza Clienti gratuito per reperire informazioni circa le nostre strutture, servizi erogati, procedure amministrative per l'ingresso in Residenza, sulla documentazione necessaria e l'iter burocratico da seguire, per essere sempre più vicino a chi si trova per la prima volta a contatto con questo mondo. Il centro è aperto dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00, e risponde al numero verde gratuito 800966159 e alla mail assistenzaclienti@edossrl.it.

- **I nostri canali Social:** una pagina Facebook istituzionale Edos e le singole pagine di ogni struttura, per rimanere aggiornato sulle novità, gli eventi, e per condividere con noi i momenti più emozionanti di ogni giornata. Seguici anche su Linkedin e Instagram!

Sono oltre 800, tra dipendenti e team di struttura, le persone che quotidianamente lavorano nel Gruppo Edos. Non solo: le équipe che si prendono cura dei nostri Ospiti in Rsa sono formate e aggiornate costantemente, predisposte al lavoro con gli altri e sempre disponibili all'ascolto.

Per questo, se hai domande, desideri saperne di più sul tema, incontrare un esperto o chiedere un appuntamento, siamo a tua disposizione.

Ascolto e Assistenza, sempre a tua disposizione
Front office, help desk e Centro Assistenza: tanti sono i canali di ascolto gratuito al cittadino e di informazione che il nostro Gruppo mette a disposizione. In una parola "persone, che si "prendono cura di persone". In ogni struttura – inoltre – l'alta qualità di servizio è coadiuvata anche dalla Direzione e dallo staff amministrativo, che gestisce e monitora l'operato della Rsa affinché Ospiti e familiari siano accolti e ascoltati nel modo più adeguato

Se hai domande, desideri saperne di più sul tema, incontrare un esperto o chiedere un appuntamento, siamo a tua disposizione: contatta il nostro team per informazioni, approfondimenti e risposte al **numero verde gratuito 800966159**, Oppure, contattaci compilando questo form; ti ricontatteremo, con tutte le risposte che cerchi, in brevissimo tempo!

L’ARTE DI PRENDERSI CURA DI TE

EDOS SRL
Via Benedetto da Foiano 14
50125 - Firenze (FI)
www.edossrl.it

VALLE D'AOSTA • LOMBARDIA
EMILIA ROMAGNA • PIEMONTE • ABRUZZO

SCOPRI IL VIRTUAL TOUR

Scansiona il codice QR e visita
le nostre strutture a 360°

Seguici su:

Centro Assistenza Clienti

Lun-Ven | 09-19
800 966 159
PER INFO SU RESIDENZE E SERVIZI