

Nel Club di Potok si è tenuto il secondo incontro croato-sloveno nell'ambito del progetto europeo di collaborazione oltreconfine STAR

## Scambio di esperienze nella cura degli anziani



I membri del club socializzano

di Helena Labus Bačić

Nel Club degli anziani Potok, sito nell'omonimo rione di Fiume, si è tenuto ieri il secondo incontro croato-sloveno nell'ambito del progetto europeo di collaborazione oltreconfine "STAR" (*Starost bez granica - Vecchiata senza confini*), che viene finanziato dal programma INTERREG V-A Slovenia - Croazia 2014-2020. Nell'ambito dell'incontro, i rappresentanti della Casa di riposo - Centro diurno "Ruj" di Capodistria hanno fatto tappa nel Club di Potok e nella Casa di riposo di Costabella per uno scambio di esperienze riguardanti le forme moderne di cura degli anziani. L'obiettivo principale del progetto è il rafforzamento della partnership nello sviluppo e miglioramento di modelli già esistenti di cura e il programma di deistituzionalizzazione della cura a lungo termine degli anziani. I partner del progetto sono la Regione litoraneo-montana, la Casa di riposo di Costabella, il Comune Erpelle-Cozina in Slovenia, la Casa di riposo di Capodistria e l'Istituto geriatrico Anton Trstenjak di Lubiana. Come spiegato dalla direttrice della Casa di riposo di Costabella, Marija Maras, quest'istituzione è stata invitata a partecipare al progetto in veste di partner, in quanto dispone di una rete ben sviluppata di cura extraistituzionale, nella quale rientrano i sei Club degli anziani attivi in città, i cui 500 utenti vengono assistiti fuori dalla Casa di riposo e 400 assistiti che vivono nella struttura di Costabella.

### Standard europeo di qualità

"Per il settimo anno consecutivo seguiamo lo standard europeo di qualità e gestiamo una rete di comunità condominiali esterne alla cura istituzionale. Per questo motivo siamo un partner che la Casa di riposo di Capodistria trova interessante - ha dichiarato la direttrice -. Per noi è importante, invece, il segmento dell'abilitazione nelle forme moderne di cura che siamo tenuti a sviluppare. Queste riguardano la deistituzionalizzazione e la cura extraistituzionale, in quanto il sistema non è più capace di soddisfare tutte le necessità. Questo orientamento segue le direttrici di sviluppo dell'Unione europea che noi ci impegniamo a soddisfare", ha concluso Marija Maras. Marlen Mikac Marić, organizzatrice del lavoro in seno ai Club degli anziani, ha riferito che nella giornata di ieri i membri del Club hanno svolto diverse attività. La giornata è iniziata con la ginnastica ricreativa, che si svolge nei vari Club tre volte alla settimana e vi prendono parte un centinaio di persone. Il corso di ginnastica è guidato da due volontari abilitati, anche loro persone della terza età. È seguito un corso per la prevenzione delle cadute in casa, anche questo guidato da volontari abilitati nell'ambito del progetto STAR.

### L'importanza di socializzare

"Tra le altre attività che si svolgono nel Club anche la misurazione della pressione del sangue e della glicemia, che si svolge in collaborazione con la Scuola

di medicina e con il servizio di assistenza a domicilio della Casa della salute di Fiume. I membri del Club trascorrono il loro tempo anche occupandosi di giochi di società per arricchire la loro vita quotidiana. L'obiettivo è far sì che gli anziani non rimangano chiusi in casa in solitudine, ma che trascorrono il loro tempo in maniera attiva", ha puntualizzato Marlen Mikac Marić. I Club sono aperti tutti i giorni da lunedì a venerdì, ma i volontari possono svolgere le loro attività anche durante il weekend.

"I nostri Club partecipano a diverse attività cittadine, tra cui la Sfilata internazionale di Carnevale a Fiume e a Crikvenica, organizzano gite, cantano nel coro, sono attivi nel gruppo di danza ricreativa e via dicendo. Questo Club viene frequentato da circa 300 persone provenienti da questo rione e in parte da Torretta, mentre a livello cittadino sono 1.300 le persone di terza età che partecipano alle attività di vari Club degli anziani", ha concluso Marlen Mikac Marić. Sanja Vranic Jurčević, responsabile del programma di assistenza a domicilio, ha riferito che recentemente si sono svolti i corsi di abilitazione per i volontari. Importante pure la categoria di assistenti a domicilio, che sono una novità e che saranno a disposizione delle persone che devono prendersi cura di un familiare malato e non hanno il sostegno fisico e psicologico nel loro ambiente. Attualmente è in corso il processo di istituzione di un Club di familiari per l'auto-aiuto. Si spera che questo progetto possa attirare diversi volontari.



Marija Maras, direttrice della Casa di riposo di Costabella



La misurazione della pressione arteriosa