

Lista di controllo per la scelta dell'istituto

Con questa lista di controllo vi offriamo un utile strumento per individuare l'istituto che più fa al caso vostro. Prendetevi tutto il tempo che vi serve, discutete delle varie questioni con chi vi sta vicino e annotatevi i punti importanti. Non dimenticate di prendere in considerazione anche eventuali ulteriori aspetti ed esigenze personali. La cosa migliore è chiarire direttamente i dubbi con chi dirige gli istituti che state valutando.

Ubicazione

- Quanto dista la struttura dal vostro attuale luogo di residenza e/o dal luogo in cui abitano i vostri familiari e conoscenti?
- Preferite risiedere in centro città o in posizione periferica?
- Vi preme avere a disposizione buoni collegamenti con i mezzi pubblici?
- Preferite una struttura di grandi o di piccole dimensioni?
- Vorreste abitare in una struttura in cui risiedono anche vostri amici o conoscenti?

Caratteristiche e dotazioni dell'istituto

Riflettete sulle infrastrutture e i pregi di cui vorreste fosse dotato l'istituto che vi accoglierà. Ecco un elenco orientativo dei possibili punti da tenere in considerazione.

- Agibilità con sedia a rotelle
- Ascensore
- Caffetteria o ristorante aperti al pubblico
- Sala di ritrovo comune
- Giardino, terrazza o balcone
- Sala TV
- Biblioteca
- Spazi riservati ai fumatori/ai non fumatori
- Presenza di animali
- Stanze riservate alle persone in visita
- Atmosfera piacevole e accogliente

Caratteristiche e dotazioni degli spazi personali

Anche per quanto riguarda gli spazi ad uso personale, le esigenze variano molto a seconda delle persone. Riflettete sulle caratteristiche che dovrebbe avere la vostra stanza perché possiate sentirvi come a casa.

- Dimensioni della stanza (ev. piccolo appartamento)
- Spazio riservato in cantina o proprio ripostiglio
- Possibilità di utilizzare la lavanderia
- Possibilità di effettuare autonomamente la pulizia della stanza
- Telefono, TV, radio e Internet
- Possibilità di cucinare
- Bagno e doccia in camera
- Balcone
- Possibilità di modificare la disposizione dei mobili
- Possibilità di fumare e/o di tenere un animale domestico
- Possibilità di arredare la stanza con mobilio proprio

Stilate un elenco di quello che vorreste assolutamente portare con voi e discutetene con la direzione dell'istituto. Eviterete sgradevoli sorprese il giorno del trasferimento.

Offerta di servizi

La gamma dei servizi messi a disposizione dagli istituti per anziani è estremamente eterogenea. Prima di decidere informatevi a fondo sull'argomento.

- Cambio biancheria e pulizie sono a carico dell'istituto?
- Posso scegliere il menu (desideri particolari, diete, bevande)?
- Posso definire orari individuali per i pasti?
- È possibile consumare i pasti in camera?
- Sono offerti servizi come parrucchiere, pedicure ecc.?
- Quali sono gli orari di visita?
- L'istituto propone attività culturali e di socializzazione (gruppi sportivi, conferenze ecc.)?

In molti istituti, su richiesta e dietro pagamento di un sovrapprezzo, vengono offerti anche servizi di assistenza e cura. Per questa evenienza, chiarite gli aspetti importanti già in fase di scelta.

- L'assistenza e le cure all'interno dell'istituto sono fornite da personale qualificato?
- Posso scegliere autonomamente il medico a cui rivolgermi?
- I miei congiunti possono farsi carico di parte dell'assistenza?
- Viene offerta in parallelo anche la possibilità di usufruire di metodi terapeutici alternativi?
- Quali terapie vengono proposte (fisioterapia, terapia del movimento, ergoterapia ecc.)?

Organizzazione del tempo libero

Anche se vi trasferite in un istituto, dovrete avere la possibilità di organizzare il vostro tempo libero come più vi aggrada. E magari, perché no, coltivare un nuovo hobby. Molti istituti propongono manifestazioni e corsi che aiutano anche a stringere nuovi legami di amicizia.

- Tornei di carte
- Gruppi di pittura, lavoro a maglia o di altro tipo
- Possibilità di fare movimento o passeggiate in gruppo
- Circoli di lettura
- Proposte culturali (concerti, serate cinema, conferenze ecc.)

Informatevi presso la direzione dell'istituto in merito alle diverse attività e chiedete se vi sarà possibile continuare a praticare i vostri hobby anche al di fuori delle «proposte della casa».