

## IL CALENDARIO DEL 2024

18 maggio	7 e 21 settembre
1 e 15 giugno	5 e 19 ottobre
6 e 20 luglio	9 e 23 novembre
3 agosto	7 e 21 dicembre

Tutti gli incontri si terranno dalle ore 10 alle ore 12.

La partecipazione, gratuita, è aperta ai malati e ai propri famigliari con attività specifiche e distinte.

Questi sono **alcuni dei temi** che vorremmo proporre ai famigliari e care giver:

- l'impatto della demenza sul nostro vivere quotidiano
- le emozioni del malato, del caregiver, della famiglia
- come cambia il comportamento della persona ammalata
- come essere d'aiuto quando si riduce l'autosufficienza
- quali sono le terapie, farmacologiche e non, per i disturbi comportamentali
- come affrontare lo stress dell'impegno di cura
- quali sono i servizi per l'ammalato e la sua famiglia
- come affrontare i problemi burocratici (invalidità, amministratore di sostegno, ticket, ...)

Ulteriori argomenti potranno essere oggetto di approfondimento su proposta dei partecipanti.

Durante gli incontri ai malati proporremo attività ludico-ricreative e laboratori di:

- » **psicomotricità**
- » **espressione artistica**
- » **reminiscenza**
- » **musicoterapia**
- » **stimolazione sensoriale**
- » **riabilitazione cognitiva**



# Riprende le sue attività L'Alzheimer Café B.I.R.D.

## L'Alzheimer Café B.I.R.D.

Vicolo Monsignor Manziana n. 2 (Sanpolino)  
Presso il complesso residenziale B.I.R.D.

### Ingresso libero e gratuito

Per adesioni e informazioni:

TEL. 030 8847238

MAIL. [segreteria@fondazionebssolidale.it](mailto:segreteria@fondazionebssolidale.it)

*"Con la costruzione di un progetto collettivo di solidarietà per le persone malate di Alzheimer, che vada al di là della malattia, siamo incoraggiati a decentralizzare lo sguardo, per vedere la persona non solo come un malato, ma come cittadino pieno minimizzando ciò che è considerato come non normale."*

Serge Guerin



## COSA È UN ALZHEIMER CAFÉ?

L'Alzheimer Café è un luogo terapeutico non istituzionalizzato che offre supporto e informazioni e in cui si opera in favore del raggiungimento di una maggior apertura verso la demenza, oggi stigmatizzata. I momenti e gli incontri sono rivolti ai malati e ai loro caregiver. I professionisti sono disponibili anche a colloqui individuali. Il Caffé Alzheimer è un ambiente in cui le persone con disturbi di memoria o con demenza, insieme ai propri familiari possono incontrarsi, per vivere momenti di condivisione, svago, per trovare supporto e informazioni, scambiarsi esperienze e confrontarsi con professionisti, in un contesto accogliente ed informale. Oltre che per le persone anziane malate, il progetto è pensato per familiari e badanti che li assistono, ed è aperto a persone anziane sole, fragili, desiderose di stare in relazione con gli altri.

Il Caffé Alzheimer è un momento di sollievo, che permette di spezzare la routine settimanale. È un luogo in cui si respira un'aria leggera e piacevole, dove ci si sente meno soli, un posto in cui si incontrano solidarietà e professionalità.

Le attività svolte sono finalizzate alla socializzazione ed al benessere della persona, in particolare sono previste attività di stimolazione della memoria, attività ricreative e di benessere psico-fisico, attività ludiche ed espressive, spesso accompagnate da musica e danze. Le attività proposte aiutano a mantenere le abilità ancora presenti.

Alle persone che assistono i malati, il progetto intende offrire momenti di condivisione delle fatiche quotidiane, di confronto e conforto, informazione e supporto in un'ottica di adattamento e di mantenimento di una buona qualità di vita, nonostante la malattia.

Tre gli obiettivi principali che, secondo l'ideatore olandese Bere Miesen, l'Alzheimer Café deve perseguire:

- 1 Fornire informazioni sugli aspetti medici e psicosociali della demenza
- 2 Enfatizzare l'importanza del parlare liberamente dei problemi che il malato e la sua famiglia vivono nel quotidiano (riconoscimento e accettazione sociale)
- 3 Promuovere l'emancipazione delle persone con demenza e delle loro famiglie al fine di prevenire l'isolamento

## I SERVIZI

Brescia può fare affidamento su un'ampia gamma di servizi per i pazienti affetti da demenza che spaziano dai servizi domiciliari (RSA aperta) a quelli semiresidenziali (Centri Diurni Integrati) e residenziali (Nuclei Protetti Alzheimer nelle RSA).

Particolare importanza rivestono i Centri per i Disturbi Cognitivi e le Demenze sia per quanto concerne la diagnosi e il trattamento terapeutico che per il supporto ai caregivers impegnati nel compito di cura.

Con il progetto "Brescia città gentile" ci si propone un ulteriore e più ambizioso obiettivo: quello di sensibilizzare la comunità nei confronti di una patologia temuta e spesso stigmatizzata.

Cambiare approccio nei confronti della demenza significa comprendere che la malattia colpisce una persona che ha una storia ed una sua personalità, che vive in un suo mondo ed in un certo contesto sociale.

È l'approccio con il quale ci rapportiamo alle persone con demenza che fa la differenza.

Il modo in cui ci accostiamo e ci relazioniamo con la persona ammalata e la sua famiglia può essere di sostegno o al contrario minarne il benessere. Sta a noi riuscire a leggere e a trovare canali comunicativi più efficaci per superare i limiti linguistici ed espressivi della malattia. Di fronte alla demenza, proprio per i suoi risvolti sociali, comportamentali, relazionali e cognitivi, è necessario leggere la malattia nella persona e la persona nel proprio contesto sociale.



### Punto di informazione e ascolto telefonico:

**Tel. 030 280 83 12**

Un servizio gratuito di informazione e ascolto telefonico a supporto di famiglie, dei caregiver e della comunità cittadina per evitare l'isolamento sociale delle persone con demenza e di chi se ne prende cura.

**attivo il lunedì dalle 10.00 alle 13.00  
e il mercoledì dalle 15.00 alle 18.00**

un'operatrice esperta sarà a vostra disposizione.

## LE DEMENZE

Le demenze sono malattie degenerative che distruggono lentamente e progressivamente le cellule del cervello, in questo modo viene spezzato il normale flusso di informazioni nel cervello e il modo di elaborare gli stimoli provenienti dall'esterno.

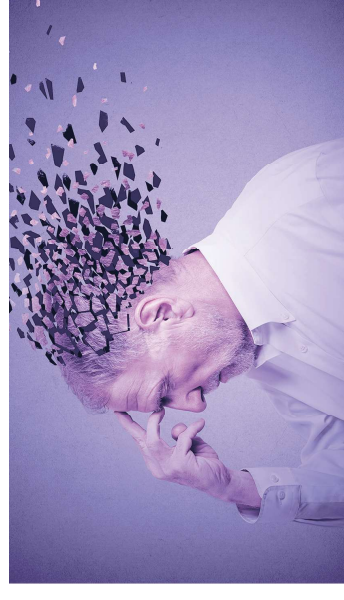
Esistono varie forme di demenza. Le principali sono **la malattia di Alzheimer (la più comune), la demenza vascolare, la demenza frontotemporale, la demenza a corpi di Lewy e il Parkinson-demenza.**

Ogni forma è diversa dall'altra e ha un decorso diverso da persona a persona, anche per quanto riguarda la durata della malattia.

In Italia, in base a quanto reso noto dal Ministero della Salute, si stima in oltre un milione il numero totale dei pazienti con demenza, di cui circa 600.000 con Alzheimer. Si stima, inoltre, che siano circa tre milioni le persone direttamente o indirettamente coinvolte nell'assistenza dei propri cari affetti da Alzheimer.

La diagnosi della malattia è un processo complesso e multidisciplinare: questo momento marca l'entrata irreversibile in un nuovo stadio di vita.

La nostra città ha aderito al circuito delle "Città Amiche della demenza" con l'ambizione che ogni cittadino mostri nei confronti delle persone affette da demenza comprensione e rispetto.



*"Io sono Mario. Io ero Mario prima che mi fosse diagnosticato l'Alzheimer e sono ancora Mario dopo che mi è stato diagnosticato l'Alzheimer. Io sono ancora la stessa persona, trattami allo stesso modo. Parlatemi, includimi nelle conversazioni come prima. L'essere umano non può scomparire dietro i sintomi."*