



Protocollo

Data

17/05/2022

Oggetto: **Avvio del progetto territoriale dell'Alto Garda e Ledro di sensibilizzazione sul tema della demenza.**

PROGETTO **COMUNITÀ ALTO GARDA E LEDRO A SOSTEGNO DELLA DEMENZA**

La pandemia ha avuto un impatto devastante sulle persone con demenza e Alzheimer, accelerandone il decadimento cognitivo, e sui caregiver familiari che hanno patito un indebolimento delle relazioni sociali nel lungo periodo dell'emergenza sanitaria Covid-19.

L'abbiamo osservato direttamente anche come Servizi sociali e sanitari territoriali quanto siano peggiorate le situazioni già conosciute e quante di nuove ne stiano sopraggiungendo ai Servizi, oltre che le fatiche dei familiari che si prendono cura di tali loro cari.

Nelle situazioni di demenza tutto il nucleo familiare è di fatto decisamente coinvolto: nell'impegno intensivo di assistenza, nella fatica quotidiana e spesso nella solitudine che diventa una vera e propria malattia sociale, che si trasforma in un dramma: umano, psicologico e sociale.

La volontà di questo progetto è oltre a fornire informazioni utili per accrescere le conoscenze per l'assistenza a domicilio di un familiare affetto da demenza, offrire anche un supporto concreto a contrasto all'isolamento e alla solitudine del malato e della sua famiglia e iniziative a sollievo e per il benessere del familiare stesso.

In coerenza con il Piano provinciale demenze XVI Legislatura, quale strumento operativo per tutti coloro che a vario titolo si occupano di demenza, il Servizio politiche sanitarie e per la non autosufficienza della PAT nell'aprile scorso ha approvato la proposta progettuale pervenuta dal territorio denominata: "**Comunità Alto Garda e Ledro a sostegno della demenza**".

Il Servizio socio assistenziale della Comunità Alto Garda e Ledro ha valorizzato tale occasione, e ha contribuito anche con propri fondi a integrazione del contributo provinciale ad elaborare in rete con l'Associazione *Luogo Comune* e con l'A.P.S.S.-Unità Operativa cure primarie di Riva del Garda una progettualità condivisa con l'obiettivo forte di sensibilizzare la cittadinanza sul tema della demenza e inoltre di fornire supporti concreti ai caregiver che assistono un familiare affetto da tale patologia.

Alla progettualità 2022, ancor più ricca degli anni scorsi, partecipano anche le APSP per anziani: *Città di Riva*, *Fondazione Comunità di Arco* e *Giacomo Cis* di Ledro, inoltre l'Associazione Italiana Malattia di Alzheimer *A.I.M.A.* di Riva del Garda.

Ente capofila operativo delle iniziative territoriali per il 2022 è l'Associazione *Luogo*



Protocollo

Data

17/05/2022

Comune di Riva del Garda, che da 4 anni si occupa di welfare generativo, ricostruzioni di reti di comunità e benessere delle persone attraverso lo stare insieme. Il valore aggiunto di *Luogo Comune* è quello di fornire, oltre alle attività previste dal presente progetto, una serie di altre attività che le persone nell'occasione potranno conoscere e usufruire e che hanno lo scopo di offrire lo stare bene assieme, accoglienza, sostegno, relazioni e confronti anche attraverso l'ampia rete di cittadini volontari e di enti associati.

Le attività previste nel progetto 2022 **“Comunità Alto Garda e Ledro a sostegno della demenza”** prenderanno avvio **SABATO 21 Maggio**.

Il progetto complessivo prevede una serie fitta di attività che verranno realizzate nel periodo **da maggio a dicembre 2022**, alcune delle quali verranno anche replicate in tutto il territorio dell'Alto Garda e Ledro al fine di raggiungere una più ampia fetta di popolazione.

Programma 2022:

- **PERCORSO DI ALLENAMENTO MENTALE:** 6 incontri tenuti da una psicologa e psicoterapeuta specializzata, in cui, attraverso esercizi, si stimola l'attività cerebrale nei suoi aspetti cognitivi, per ridurre l'invecchiamento.
- **CORSO DI CAMMINATA NORDICA** è una tipologia di camminata che permette di allenare circa 600 muscoli, ovvero quasi il 90% del nostro corpo. 5 incontri rivolti ai caregiver per ritrovare il benessere, mantenendo la forma fisica spesso messa a rischio dalle movimentazioni effettuate per la mobilitazione del proprio familiare.
- **PASSEGGIATE INFORMATIVE E DI SOLLIEVO:** Il primo giovedì di ogni mese, momento di stimolazione del benessere fisico, attraverso movimento e aria aperta, in cui si chiacchiera insieme ad esperti del settore (assistenti sociali, infermieri specializzati, psicologi, ecc.) in modo informale;
- **SALOTTO DELL'ASCOLTO:** spazio informale e non terapeutico svolto da un Counsellor professionista e rivolto ai caregiver che desiderano dedicare uno spazio per sé.
- **SERATE FORMATIVE:** *“Imparare a comunicare con la demenza”* e *“Supporto emotivo ai caregivers”* verranno svolte da una psicologa e psicoterapeuta funzionale e avranno come fine la prevenzione e l'aiuto, per i partecipanti, a sviluppare efficaci strategie di adattamento; attraverso la sollecitazione dell'espressione di sentimenti e vissuti sommersi e con tecniche funzionali pratiche, ad approccio psico-corporeo, finalizzate all'immediato sollievo dai sintomi. Il tema del *Benessere alimentare:* verrà trattato da un esperto in alimentazione per condividere dubbi e problematiche e per trovare soluzioni semplici. Si parlerà di alimentazione corretta e salutare ma anche di piacere del cibo, si parlerà della necessità di modificare il cibo in base ai bisogni di ogni all'età della vita ma anche in base ad eventuali patologie rendendo il cibo ugualmente gradevole, si parlerà



Protocollo

Data

17/05/2022

dell'importanza di valorizzare e condividere il momento del pasto.

- LETTURE ANIMATE DI ALBI ILLUSTRATI presso le biblioteche e nei parchi cittadini, un evento itinerante di letture animate di albi illustrati sui temi della demenza, per fasce di età dai 3 ai 12 anni, favorendo la peer education, attraverso la lettura dei preadolescenti ai più piccoli.

- PRESENTAZIONE DEL LIBRO: "Mia madre è una brava bambina" di Leonardo Franchini edito 2021. Un romanzo che racconta in modo semplice e sereno, come attraverso un'esperienza dolorosa si possa riscoprire il valore dell'affetto e dei rapporti familiari. Il percorso del malato di Alzheimer nei pensieri di chi ne è vittima e di quelli che devono prendersene cura.

Enti coinvolti:

Associazione Luogo Comune di Riva del Garda. Ente capofila operativo

Comunità Alto Garda e Ledro- Servizio socio assistenziale

A.P.S.S. -Unità Operativa cure primarie Alto Garda e Ledro

APSP "Città di Riva" di Riva del Garda

APSP "Fondazione Comunità di Arco" di Arco

APSP "Giacomo Cis" di Ledro

AIMA Associazione Italiana Malattia di Alzheimer

Tutte le attività saranno GRATUITE

Per informazioni ed iscrizioni **Tel 349/8496068**

Luogo Comune, via Italo Marchi, 13

38066- Riva del Garda