

# XXXI GIORNATA MONDIALE DELL'ALZHEIMER COMUNQUE ANDARE

MEDIATECA MONTANARI – FANO (PU)

21 SETTEMBRE – 12 OTTOBRE 2024

In occasione della XXXI Giornata mondiale dell'Alzheimer, Labirinto cooperativa sociale presenta **Comunque andare**, iniziativa per fare luce su come sia possibile **migliorare la qualità della vita** di chi soffre di deterioramento cognitivo e delle persone che se ne prendono cura.

Visitatrici e visitatori di tutte le età possono **approfondire il tema dell'Alzheimer** grazie alle diverse attività in programma, disponibili per tutta la durata dell'esposizione, così che quante più persone possibili possano conoscere meglio questa sindrome, sempre più diffusa.

La mostra **Comunque andare**, vuole **sensibilizzare e fare cultura sulle demenze** attraverso **parole-chiave** che descrivono la malattia di Alzheimer, e **buone pratiche**, utili per sostenere i familiari lungo il procedere del deterioramento cognitivo delle persone a loro care.

La mostra prosegue nella sala M3 con **Io e l'Alzheimer**, un'esperienza immersiva con visori a 360°: chi vorrà, potrà indossare per qualche minuto i panni di una persona con la malattia di Alzheimer e sentire ciò che sente, vedere ciò che vede, provare ciò che prova. Chi indossa il visore può infatti immedesimarsi nella persona con demenza per comprendere sulla propria pelle ciò che la malattia provoca.

**Mi riconosci?** è il laboratorio di lettura per bambine e bambini nella fascia d'età 3-6 anni sul tema dell'Alzheimer: un momento per **cercare di comprendere** perché nonne e nonni, zie e zii a volte sembrano un po' strani e perché ripetono sempre le stesse domande. Questa attività è curata dalle bibliotecarie e dai bibliotecari della MeMo.

La mostra **Comunque andare** sarà visibile fino al 12 ottobre negli orari di apertura della Mediateca:

lunedì, martedì e mercoledì: 12.00 – 19.00

giovedì, venerdì e sabato: 10.00 – 19.00

domenica: 15.00 – 19.00

L'esperienza con visore è disponibile:

mercoledì 25 settembre, 2 e 9 ottobre 2024: 14.30 – 18.30

giovedì 26 settembre, 3 e 10 ottobre 2024: 10.00 – 13.00

Prenotazione obbligatoria: [margherita@labirinto.coop](mailto:margherita@labirinto.coop)

Le letture **Mi riconosci?** dedicate a bambine e bambini da 3 a 6 anni si svolgeranno:

sabato 28 settembre, 5 e 12 ottobre: 10.30 – 11.00

Il programma dell'edizione 2024 della XXXI Giornata mondiale dell'Alzheimer è ideato e curato dall'équipe di Labirinto cooperativa sociale che segue il Centro Diurno Margherita di Fano (PU), in collaborazione con il Comune di Fano – Assessorato alla Cultura e Beni culturali – biblioteche, con il sostegno di Profilglass, Mamastyle.it, Microcenter e Ageintech e il supporto tecnico di Brown Enterprises.

Buona visione

LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# DEMENZA

*s. f. [dal lat. dementia, der. di demens -entis «demente»]*

Sindrome in cui una o più funzioni cognitive (memoria, linguaggio, abilità esecutive e percettive, orientamento temporale e/o spaziale, attenzione) vengono compromesse con effetti sulle abilità quotidiane.

Le demenze sono definibili **croniche e progressive**: da una fase iniziale si assiste ad un progressivo peggioramento, in un arco molto variabile di tempo, da pochi mesi a molti anni.



Esistono **demenze che esordiscono nell'età senile**, molto spesso il primo sintomo riscontrabile è legato a **deficit di memoria**, e **demenze a esordio giovanile** che si riscontra prima dei 65 anni. In queste ultime esiste spesso, ma non sempre, una componente ereditaria; i primi sintomi visibili sono perlopiù **deficit nel linguaggio, cambi di umore e comportamento, depressione, difficoltà nell'equilibrio**.

LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# NON SOLO SINTOMI COGNITIVI

Ai sintomi cognitivi si accompagnano **manifestazioni comportamentali** conosciute con l'acronimo di BPSD: Behaviour and Psychological Symptoms of Dementia.

Sono sintomi legati alla sfera comportamentale come: **deliri, allucinazioni, depressione, apatia, agitazione, aggressività, vagabondaggio, affaccendamento, ecc.**

Il **Metodo Validation®** ci insegna a vedere questi comportamenti come **l'espressione di un bisogno, o meglio, un modo usato dalla persona con demenza per soddisfare quel bisogno.**

Una persona anziana fragile, disorientata, vive in una realtà passata dove aveva un ruolo, un'identità, uno scopo e cerca con tutte le sue forze di far fronte ad una realtà difficile che non comprende più; lo fa con gli unici mezzi che ha a disposizione.

## ECCO QUI ALCUNI ESEMPI ESPLICATIVI:

- una persona che cerca di raggiungere i suoi bimbi piccoli o la mamma malata sarà agitata, aggressiva verso chi cerca di ostacolare il suo cammino;
- una persona che sente il bisogno di compiere un'azione impellente, di raggiungere un obiettivo probabilmente camminerà in modo apparentemente confuso e ripetitivo;
- una persona anziana che ha bisogno di affetto, di calore con molta probabilità accarezzerà un fazzoletto, un cuscino, una bambola.

LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# LA DIAGNOSI E POI?

Prima ancora di una diagnosi di demenza esiste un momento sfumato dalla durata molto soggettiva, un deterioramento cognitivo lieve, **Mild Cognitive Impairment (MCI)**, e rappresenta spesso la fase di transizione tra l'invecchiamento fisiologico e la demenza.

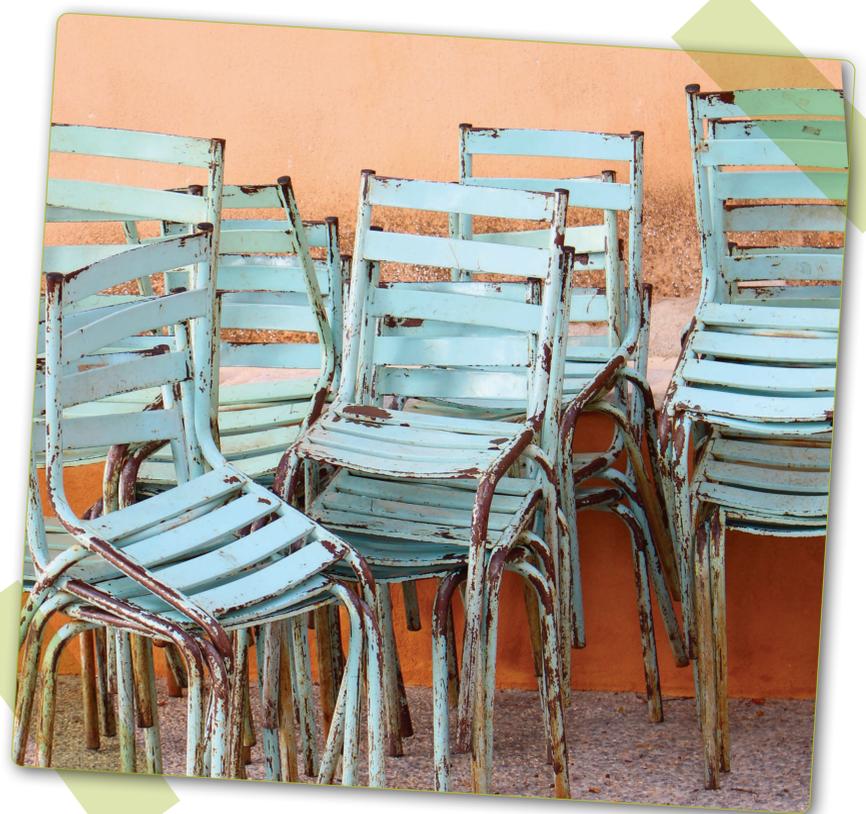
La diagnosi di demenza provoca disorientamento e paura nella persona tanto quanto nella sua famiglia. Una diagnosi tempestiva permette di affrontare meglio la notizia in sé e tutto il percorso e le scelte che deriveranno poi. La persona a cui viene diagnosticata la sindrome può così diventare parte attiva nel suo percorso di cura.

Dopo una diagnosi di demenza tutto sembra finito.

La vita però continua.

Le persone continuano ad essere persone e mantengono tutti i loro bisogni, sentimenti ed emozioni.

Diventa importante un approccio "gentile" nei loro confronti che le accompagni in tutti gli aspetti di vita quotidiana.



LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# LA CURA

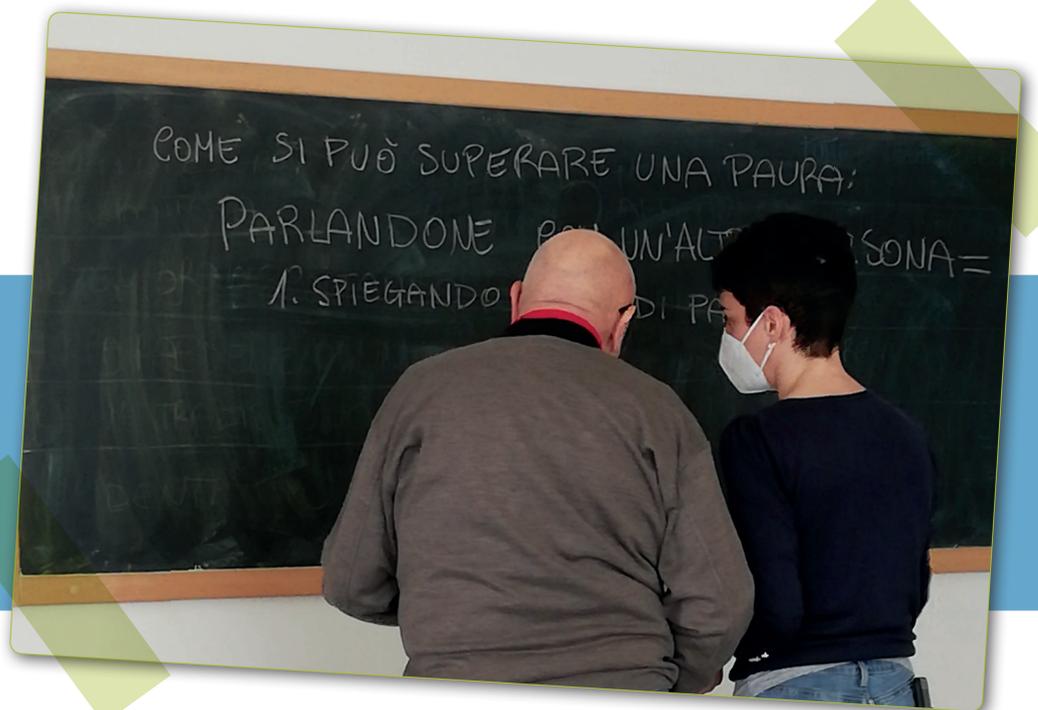
Ogni persona è unica e irripetibile e necessita di cure e interventi cuciti addosso, capaci di incidere in modo significativo sulle sue necessità.

Le cure utili a una persona con demenza, dopo un'accurata conoscenza della sua biografia, dei suoi bisogni e interessi, convergono nel:

- mantenere un livello di autonomia
- preservare l'autostima
- tutelare la dignità

Le persone con demenza possono, anzi devono, **continuare a socializzare, sentirsi utili e degne di rispetto.**

Le diverse forme di demenza causano soprattutto **difficoltà nel compiere azioni quotidiane** e le persone che ne soffrono necessitano la **supervisione e il sostegno** a svolgere queste attività, tra cui la cura del sé, l'igiene personale.



LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# LO SPAZIO

Un ambiente stimolante e allo stesso tempo curato e ordinato, aiuta a prevenire alcuni disturbi comportamentali e riduce l'agitazione: le persone si sentono così al sicuro, rilassate, attive e protagoniste.

Secondo il **Metodo Gentlecare®** ogni arredo, come ogni attività, diviene una "protesi" che sostiene la persona e facilita l'apprendimento dell'azione. **Luoghi e materiali devono essere ben riconoscibili e accessibili.**

## A CASA PUÒ ESSERE UTILE:

- usare **etichette** in cassetti e armadi per facilitare il riconoscimento e il ritrovamento
- oscurare/trasformare ciò che può risultare pericoloso, evitando la frustrazione di una **porta chiusa**
- eliminare gli **specchi** così da evitare il non-riconoscimento della persona con demenza che vi si riflette
- predisporre un'**illuminazione** con sensori di movimento o luci notturne per facilitare l'orientamento, soprattutto di notte
- non sottovalutare la sicurezza degli ambienti inserendo, se possibile, **corrimani o sostegni**, eliminare **tappeti**, soprattutto nei corridoi o luoghi di passaggio, nei piani superiori usare **maniglie a scomparsa**.

LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# COSA FARE?

Siamo consapevoli che non esiste una cura per la demenza, ma è comunque possibile **rallentare l'andamento** e lavorare sulla sintomatologia per **mantenere una buona qualità di vita**.

Sono soprattutto gli **interventi psicosociali** che permettono una miglior gestione della demenza e del suo andamento.

- **stimolazione cognitiva e sensoriale** sotto varie forme e proposte entrambe in modi sempre differenti
- **attività occupazionali** come la cucina, la cura dell'orto e simili aiutano il mantenimento delle autonomie donano gratificazione per il risultato
- **attività artistiche** sotto ogni forma: arte pittorica, musica, canto svolti in ambienti dedicati.
- **attività motoria** per rispondere al bisogno di movimento e libertà.



Le persone con demenza ritrovano in queste attività la loro vita e le loro passioni, riscoprono ciò che fa parte della loro storia e si scoprono in nuove possibilità creative!

LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# QUALI ATTIVITÀ NEL DOMICILIO?

A **casa** è possibile stimolare la persona con demenza con attività legate alle azioni di vita quotidiana per stimolare e potenziare diversi aspetti e funzioni cognitive. Non è importante il risultato finale quanto più di tutti è **essenziale il senso di soddisfazione e benessere** che ha portato lo svolgere quell'attività.

## ECCO ALCUNI SPUNTI:

- rifare tutte le mattine il **letto**
- piegare o stendere il **bucato**
- appaiare i **calzini**
- **rammendare** o imbastire orli
- preparare una **ricetta**
- curare un **piccolo orto** o delle piante (meglio se in vasche o vasi rialzati da terra)
- leggere un **libro**, pregare, fare le parole crociate



Nelle **fasi intermedie** della demenza è importante **non sovraccaricare** la persona con molte informazioni o richieste ma **lavorare a piccoli step**; fare **proposte semplici e chiare** che vadano a stimolare la **curiosità** e l'**attenzione** senza causare frustrazione per l'insuccesso.

Nelle **fasi più avanzate** lavorare molto sulla **stimolazione sensoriale**: creme e **massaggi**, ginnastica passiva; stimolare con **luci**, **profumi** e **musica** di sottofondo che aiuta anche nelle prime fasi.

LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES

# CAREGIVER E ASSISTENZA

Il **caregiver** è chi “si prende cura di”, che si fa carico dei bisogni e dell’assistenza di un proprio caro in modo spesso totalitario. Il suo coinvolgimento nel percorso di cura deve essere guidato e supportato da personale formato per accogliere e rispondere ai bisogni della persona con demenza.

Per il caregiver è importante **conoscere le fasi della demenza e i cambiamenti** che ne deriveranno. Non può mancare frequentare corsi di formazione, aprirsi al dialogo con esperti, chiedere aiuto prima di sentirsi sopraffatti.

## QUANDO SI PARLA DI ASSISTENZA ALLA PERSONA ANZIANA FRAGILE CON DIAGNOSI DI DEMENZA TROVIAMO TRE POSSIBILITÀ:

- **Assistenza domiciliare:** svolta da caregiver familiari, solitamente coniuge o figlia/o, spesso insieme a un professionista (OSS, infermieri, assistenti familiari). Fondamentale la formazione e la dotazione di ausili per garantire una migliore assistenza e tutela della persona malata e del caregiver.
- **Centri diurni:** strutture semi-residenziali che permettono l’assistenza della persona in orario diurno, grazie a operatori professionali in attività educative, riabilitative e assistenziali. Spesso si uniscono alle cure domiciliari dando così la possibilità di alleggerire il carico assistenziale del familiare di riferimento.
- **Strutture residenziali:** qui la persona si trasferisce per ricevere cure in modo totalitario, assicurandole sostegno e assistenza sanitaria, giorno e notte. Il caregiver deve affidarsi a professionisti nella scelta della struttura più idonea e nella gestione delle proprie emozioni e sensazioni, tra queste la più comune è il senso di colpa, a seguito del trasferimento della persona.

LA GIORNATA È REALIZZATA DA:

**LABIRINTO**  
cooperativa sociale

IN COLLABORAZIONE CON:



CON IL SOSTEGNO DI:



CON IL SUPPORTO TECNICO DI:

**BROWN ENTERPRISES**  
24 HR SCIENTIFIC SERVICES