

Nel 2018 abbiamo realizzato...

Come sin dal 1990, nel 2018 ARAD Onlus ha messo a disposizione i suoi servizi per offrire supporto alle persone con deterioramento cognitivo e ai loro familiari. Sono state dedicate 3700 ore di ascolto telefonico alle informazioni e al sostegno ai familiari (nelle ore di chiusura degli uffici sono attivi una segreteria telefonica, un fax e un indirizzo e-mail).

Dal mese di giugno, presso il Centro Sociale Montanari di Via Saliceto 3/21 il martedì dalle ore 10.00 alle ore 12.00 ARAD Onlus ha aperto il Punto di Ascolto per coloro che necessitano di informazioni sulle demenze e sui servizi a cui ci si può rivolgere per avere supporto.

È tuttora in atto la convenzione con l'Associazione AUSER i cui volontari hanno collaborato con noi per offrire 3900 ore di compagnia alla persona con demenza presso il domicilio e sostegno al familiare. Nel mese di novembre abbiamo realizzato un corso di aggiornamento per i medesimi volontari per fornire loro strumenti per ottimizzare la relazione con le persone affette da deterioramento cognitivo.

Anche nel 2018 i nostri soci hanno potuto usufruire di 30 consulenze psicologiche individuali, di 19 consulenze legali, del corso annuale di "formazione-informazione" per i familiari, del supporto psicologico di gruppo e delle riunioni bimensili del gruppo di "auto-mutuo-aiuto" per i familiari. Abbiamo inoltre effettuato un ciclo di "Incontri di formazione/informazione per i familiari" sulla demenza per permettere loro di rafforzare le proprie competenze e capacità di supporto come caregiver.

I laboratori di stimolazione e animazione si sono protratti per tutto l'anno "I pomeriggi di Alfredo" attraverso due incontri settimanali, il lunedì e il mercoledì pomeriggio, per persone con deficit lieve-moderato.

Oltre all'ormai consolidato "Caffè Nontiscordardime" per persone con disturbi cognitivi e per familiari, al giovedì pomeriggio presso il Circolo Arci Benassi del quartiere Savena, ARAD Onlus dal 2018 gestisce anche il "Caffè Noi al Centro" il martedì pomeriggio presso il Centro Sociale Montanari del quartiere Navile, e il "Caffè AmaScord" il venerdì pomeriggio presso il Centro Sociale Malpensa di San Lazzaro di Savena.

In collaborazione con ASP Città di Bologna, abbiamo proseguito nel mantenere una presenza di un nostro operatore, una volta a settimana, presso la sede del Centro di incontro Margherita, per attività di ascolto e orientamento.

Sabato 26 maggio 2018, in occasione della festa "Le Stelle di Sant'Orsola" ARAD Onlus è stata presente presso la Snoezelen room del reparto di Geriatria diretto dalla d.ssa Lunardelli al Padiglione 2 Policlinico S. Orsola Malpighi per passare del tempo sereno a suon di musica insieme al cantante Gianni Ghedini.

In occasione della Giornata Mondiale Alzheimer, durante il mese di settembre ARAD Onlus ha organizzato presso il Quartiere Savena una **Mostra fotografica "LOVE, LOSS, AND LAUGHTER - seeing Alzheimer's differently"**, ha partecipato con uno un proprio Stand alla **Festa Metropolitana dell'Associazionismo e Volontariato** (Volontassociate) presso FICO. Abbiamo inoltre organizzato una cerimonia presso il quartiere San Vitale-San Donato per premiare gli studenti del Liceo Scientifico Fermi che hanno partecipato al progetto "Integrazione con il territorio e sensibilizzazione della popolazione giovanile finalizzata a ridurre lo stigma sociale della demenza" e che hanno svolto presso ARAD il programma di alternanza scuola-lavoro.

Nel corso del 2018 sono stati organizzati due convegni: **Il Convegno "La violenza sugli anziani: una realtà nascosta"**, tenutosi il 12 giugno presso il Quartiere Santo Stefano, a cui sono intervenuti Irene Bruno - Dirigente - Servizi anziani ASP Città di Bologna, Vincenzo Castiglione - Presidente ARAD Onlus, Susi Pelotti - Prof.ssa Ordinaria Dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche Università degli Studi di Bologna, Valeria Ribani - Infermiera, Consigliera ARAD Onlus e Consigliera Associazione MEG, Marco Sinoppi - Fisiatra, Consigliere ARAD Onlus, Nadia Tolomelli - Segreteria SPICGIL Bologna, Nives Zaccherini - Presidente ANCESCAO Coordinamento Città Metropolitana di Bologna. Ha moderato Patrizia Stefani - Presidente Associazione MEG - Medicina Europea di Genere.

Il Convegno "Bologna: verso una città amica delle persone con demenza", si è svolto il 14 settembre presso la sala "Prof. Marco Biagi" del Quartiere Santo Stefano con gli interventi di: Clelia D'Anastasio - Geriatra, Vice Presidente ARAD Onlus, Elisa Ferriani - Psicologa Psicoterapeuta AUSL Bologna, Valeria Ribani—Consigliera ARAD Onlus, Sabina Capellari - Neurologa, IRCCS-Istituto di Neuroscienze di Bologna, Rabih Chattat - Professore Associato di Psicologia Clinica Università degli Studi di Bologna, Elisa Barbani - Psicologa, Annabel De Carlo - Psicologa. Ha moderato Simona Linarello - Geriatra, Referente Centri Disturbi Cognitivi e Demenze, AUSL Bologna.

Al Convegno hanno inoltre partecipato i rappresentanti delle Istituzioni partner di ARAD nella realizzazione del progetto di integrazione con il territorio per la lotta contro lo stigma sulla demenza: dott. Enrico Ratti - Direttore Generale Fondazione del Monte di Bologna e Ravenna, dott. Giovanni Pieroni - Direttore Operativo IRCCS-Istituto di Neuroscienze di Bologna, dott.ssa Caterina Manca - Presidente V Commissione Sanità e Welfare Comune di Bologna, Irene Bruno - Dirigente Servizi Anziani ASP Bologna

In ottobre la d.ssa Ribani ha partecipato alla **"28th Alzheimer Europe Conference"** di Barcellona. I temi fondamentali della conferenza sono stati i diritti delle persone con demenza con l'approfondimento di alcuni aspetti giuridici elaborati in connessione con gli organismi del Parlamento Europeo, e l'impegno per la creazione di città amiche della demenza.

Sperando di poter continuare con l'entusiasmo di sempre il nostro lavoro, esprimo i miei ringraziamenti a tutti i volontari, collaboratori e professionisti che, nel rispetto dei principi del nostro statuto, offrono il loro tempo e le loro competenze permettendoci di raggiungere gli obiettivi che l'Associazione si pone.

Vincenzo Castiglione
Presidente ARAD ONLUS

ARAD Onlus al XIX Congresso Nazionale dell'Associazione Italiana di Psicogeriatría

L'Associazione Italiana di Psicogeriatría, costituita da geriatri, neurologi, psichiatri, psicologi, infermieri, terapisti occupazionali, educatori, da oltre 20 anni si occupa dei problemi psichici degli anziani come la depressione, l'ansia, le difficoltà di adattamento, i disturbi cognitivi. Si tratta di una associazione scientifica, ma essa è anche molto vicina ai problemi pratici e quotidiani che le persone con demenza e i loro familiari si trovano a dover affrontare. Uno dei suoi obiettivi è offrire agli anziani la possibilità di invecchiare mantenendo attive le proprie capacità fisiche e mentali.

Il congresso nazionale dell'Associazione si è svolto a Firenze dal 4 al 6 aprile scorsi ed ha affrontato sia gli aspetti clinici e diagnostici dei disturbi psichico-cognitivi, sia quei fenomeni che ne influenzano o aggravano il manifestarsi, quali le circostanze psico-sociali. E' sempre più evidente che la solitudine, la povertà, la scarsa scolarizzazione, ma anche l'emarginazione che spesso il contesto sociale opera nei confronti delle persone con demenza (pensiamo alle barriere costituite dalla difficoltà nell'utilizzare le nuove tecnologie, usufruire dei servizi e degli uffici pubblici, confrontarsi con personale frettoloso, ecc.), sono importanti concause dell'evidenziarsi e progredire delle malattie cognitive. Nel contempo, però, essi sono elementi verso cui indirizzare le nostre potenzialità di prevenzione e di cura.

ARAD, tra le varie iniziative in cui è impegnata, sta focalizzando la propria attenzione proprio sugli effetti che stigma ed emarginazione sociale producono nelle persone con demenza e nei loro cari e sta portando avanti un'azione educativa e culturale rivolta alle nuove generazioni affinché si sviluppino consapevolezza sulla malattia ed atteggiamenti positivi verso coloro che ne sono colpiti.

In occasione del congresso di Firenze, abbiamo presentato e discusso un poster che riassume gli interventi e i laboratori interattivi realizzati da ARAD e da professionisti dell'AUSL di Bologna (Centro Disturbi Cognitivi e Demenze di via Byron e Clinica Neurologica IRCCS Bellaria) presso alcune scuole elementari, medie e licei dell'area metropolitana di Bologna. Gli alunni e gli studenti che vi hanno partecipato si sono lasciati coinvolgere e, con i vari elaborati da loro prodotti, hanno mostrato di aver bene inteso l'essenza dei problemi ed anche di aver sviluppato capacità di approccio positivo e proattivo. Gli studenti di liceo, inoltre, hanno effettuato presso ARAD il percorso di alternanza scuola-lavoro prevista dal programma scolastico, partecipando attivamente ai nostri "Caffè" ("Non ti scordar di me" presso il Circolo Benassi, "Noi al Centro" presso il Centro Sociale Montanari) e ai "Pomeriggi di Alfredo".

Nel poster che qui riproduciamo sono mostrati alcuni lavori dei ragazzi, dai disegni degli alunni di II Elementare, ai cartelloni realizzati da quelli di V, ad un "fumetto" ideato da una studentessa liceale, ma sono stati prodotti anche un video, varie presentazioni in Power-Point e dei brevi saggi.

Desidero infine riportare alcuni commenti lasciatici dagli studenti, sottolineando come si siano sentiti arricchiti dall'esperienza fatta:

- *L'esperienza è stata molto intensa e profonda. Mi ha permesso di venire a contatto con persone che vivono ogni giornata come assolutamente nuova, imprevedibile e ignota. Tutto ciò che noi diamo per scontato per loro può essere una novità assoluta, spesso anche spaventosa. La loro condizione mi ha donato una grande lezione di vita rispetto a tutto ciò che prima, nel quotidiano, davo per assodato. Mi hanno insegnato ad evitare stereotipi e pregiudizi ... (la loro esperienza) mi ha fatto riflettere sull'inestimabile valore della vita e delle relazioni sociali (Margherita)*
- *...inizialmente mi sono sentito del tutto fuori luogo, ritrovandomi in un mondo completamente nuovo in cui non avrei mai avuto l'occasione di trovarmi se non mi fosse stata offerta questa possibilità (Simone)*
- *...(Ho potuto) aiutare e creare un rapporto con queste persone che comunque soffrono molto sia per la malattia, essendone chi più e chi meno consapevoli, sia per la solitudine e la paura dell'abbandono che provano (Emma)*
- *L'esperienza mi ha formato a livello umano rendendomi più aperta verso persone con questo tipo di problema poiché mediante la conoscenza si maggiore la comprensione e l'apertura. Essa infine ha reso molto felici le persone anziane, contente di sapere che i giovani erano ancora interessati a spendere del tempo in loro compagnia (Gaia Francesca)*
- *È stato molto bello conoscere persone nuove, molto gentili, che non mi hanno fatto sentire estranea, anzi mi hanno fatta sentire apprezzata e utile per quel poco che facevo (Ilaria)*

Clelia D'Anastasio

5 per mille
ARAD Onlus
CODICE FISCALE:
92024710375

Destinate il vostro 5 per mille alla nostra Associazione e fatevi promotori di questa scelta presso Colleghi, Amici e Parenti. Non costa nulla ma può dare molto!

Il mondo libero di Alfredo

Anche quest'anno hanno preso il via "I pomeriggi di Alfredo", il laboratorio di stimolazione cognitiva rivolto a persone affette da deterioramento cognitivo lieve-moderato.

La stimolazione cognitiva è un trattamento psicosociale diffuso a livello mondiale, comprovato a livello scientifico, che promuove i principi di cura centrati sull'individuo in quanto persona, piuttosto che sulla malattia. Diversi studi hanno dimostrato benefici maggiori a livello cognitivo quando il trattamento farmacologico viene associato ad un trattamento psicosociale. In qualità di professionista che conduce i due gruppi iniziati a marzo, desidero sottolineare che il filo conduttore delle diverse attività contenute all'interno del laboratorio è quello che privilegia la dimensione psicosociale dell'intervento che, sebbene primariamente orientato al funzionamento cognitivo, pone l'accento sull'individuo, piuttosto che sulla demenza. Al centro è, quindi, la persona in un clima di rispetto, appartenenza al gruppo e divertimento.

Non posso, infine, non raccontare, se pure brevemente, del protagonismo dei diversi partecipanti, ognuno pronto ad offrire la propria peculiarità agli altri membri del gruppo di cui fa parte.

Il titolo dato a questo articolo non è affatto casuale, né tanto meno è stato scelto da me con lo scopo di accattivare l'attenzione di voi lettori; il "Mondo" e "Libero" sono rispettivamente il nome che il primo gruppo (quello che si incontra dalle 14 alle 16) ed il secondo (quello che si incontra dalle 16 alle 18) si sono dati. La semplice possibilità di poter operare una scelta, quella sul nome da dare al gruppo, accanto alla possibilità della condivisione di tale scelta da parte dei partecipanti, ha lasciato tutti, sebbene solo per poco, un po' sbigottiti. I ruoli non si mescolano affatto, conduttore e partecipante restano seduti sempre ai propri posti, ma la partecipazione è partecipazione attiva ed ogni momento trascorso insieme è sempre un momento prezioso di espressione, appunto, del proprio "Mondo". Da musa ispiratrice, la musica, che ci saluta ogni giorno, nella fase cosiddetta dell'accoglienza, ci regala emozioni uniche e sorrisi indimenticabili (oltre a stimolare la memoria implicita): sebbene i ricordi possano decidere di abbandonarci, si possono però conservare intatte certe abilità e competenze musicali fondamentali (intonazione, sintonia ritmica, senso della tonalità); la musica diventa, quindi, una via d'accesso privilegiata per toccare il cuore delle persone affette da alterazione delle funzioni mnestiche, perché rassicura, rasserena, risveglia abitudini, ricordi ed emozioni sopite. "Il Mondo" di Jimmy Fontana ed "Il mio canto libero" di Lucio Battisti, vengono intonati con molta partecipazione, diventando le colonne sonore della nostra attività, che proprio come in un bel film, incontro dopo incontro, si compone di puntate che non possono essere replicate, perché sono momenti singolari, frutto di una collettività altrettanto unica.

Maria Ranù



I corsi di formazione di ARAD Onlus per il benessere familiare

La formazione dei caregiver, oggi si definiscono così coloro che si fanno carico della cura di un familiare non autosufficiente, ha una storia ormai consolidata. Si ha traccia della prima formazione nel periodo immediatamente post bellico in Inghilterra, quando le donne avevano sostituito gli uomini nel lavoro e si ravvisò la necessità di istruire chi si prendeva cura di un anziano in famiglia. Non a caso i primi corsi riguardavano l'assistenza alle persone anziane.

Oggi la formazione dei caregivers è oggetto di una legge regionale, ma ARAD svolge il corso per i familiari da decenni, consapevole dell'importanza strategica della conoscenza della malattia per la gestione della patologia e dei sintomi comportamentali correlati.

La nostra formazione mira non solo all'informazione sulla malattia e sulle espressività cliniche che si manifestano nelle singole persone, ma alle strategie di intervento e alle modalità di costruzione di una relazione adeguata con i malati e con i familiari.

Il corso affronta numerose tematiche e fornisce strumenti per la gestione di emozioni correlate alla relazione d'aiuto. Una notevole importanza riveste la piena dignità del malato che va visto come una persona che ha risorse da valorizzare per rallentare il decadimento funzionale. Insomma il percorso mira a fornire strumenti e conoscenze per riuscire in un reale ascolto attivo dei familiari, per l'utilizzo di forme di comunicazione non-verbale ed emotiva, per acquisire abilità pratiche, per essere persone più competenti e ... **per imparare ad essere aiutati.**

Ed è questo un punto strategico correlato al percorso formativo.

Informare e formare chi si prenderà cura del malato deve avere due obiettivi:

- 1) seguire in modo adeguato il proprio congiunto con deficit cognitivo,
- 2) impegnarsi per non rinunciare alla propria vita.

Questi sono i passi fondamentale per far fronte all'esigenza sempre più evidente di un approccio a 360 gradi all'intero nucleo familiare. Il sostegno ai caregiver deve contemplare misure adeguate a tamponare i rischi a cui sono esposti: lo stress, la percezione di inadeguatezza, l'isolamento sociale, il burnout, le difficoltà di accesso all'informazione e la mancata presa in carico da parte delle istituzioni competenti. Molte statistiche indicano che i caregiver assistono i propri cari dieci ore al giorno, otto su dieci ne risentono sul piano della salute, la metà sacrifica il proprio tempo libero e 1 su 4 riferisce un impatto negativo su tutti i componenti del nucleo familiare. Questo ha portato le associazioni e le istituzioni a costruire molte soluzioni, come i caffè Alzheimer, i meeting center, i centri diurni, i gruppi di stimolazione cognitiva, l'attivazione del volontariato, ecc. ecc. Tutto questo è abbastanza efficace nelle diverse fasi della malattia, ma nei casi di demenza severa le alternative sono poche. Infatti nelle demenze severe con gravi disturbi comportamentali l'accesso ai Caffè Alzheimer è molto compromesso, l'allenamento della mente non effettuabile, i centri diurni specializzati non sono molto diffusi e quindi l'aiuto domiciliare è fornito prima di tutto dalle assistenti familiari dette Badanti, tanto che, spesso, si deve ricorrere al ricovero in struttura come le CRA. Questo tratto del problema deve essere affrontato con maggiore attenzione da parte di tutti, se vogliamo davvero che ogni caregiver non sia costretto a rinunciare alla propria vita, pur affermando la priorità della cura domiciliare. Un campo di lavoro che compete anche a noi.

Valeria Ribani

Passeggiando per una strada della mia città

Quando cammino per una via sono quasi sempre assorto nei miei pensieri e guardo solo di sfuggita quanto si svolge attorno a me. Oggi, però, voglio dedicare il mio tempo ad osservare quella tumultuosa vita che per le strade si svolge, senza riposo.

Tra le tante vie scelgo quella che percorro più frequentemente. Eccola nelle prime ore del mattino, ancora tranquilla e quasi deserta, solo il rumore di qualche autobus turba il silenzio. Qua e là qualche garzone di panettiere o di lattaiolo alza le cigolanti saracinesche. Piano piano si comincia a vedere qualche signora che frettolosamente si reca nel negozio del fornaio; uscendone porta con sé del pane fresco e diffonde nell'aria un delicato e gustoso profumo. Tutto questo non è che il preludio della vera vita della strada con le sue mille voci, con i suoi mille fragori, con i suoi quadretti caratteristici. Le persone che si recano al lavoro e gli studenti che vanno a scuola danno l'avvio al movimento che, ininterrotto, continuerà fino a sera inoltrata.

Il traffico si fa più intenso; il semaforo, abbandonato il giallo intermittente, comincia a funzionare senza sosta. Tra l'incrociarsi dei veicoli e delle persone, qualche rarissimo vigile urbano è impegnato a fare in modo che il traffico si svolga regolarmente senza ingorghi e senza incidenti. Ecco un cieco che, presso il portico sosta incerto; vorrebbe attraversare la strada, ma non osa, perché sente il pericolo attorno a sé e nello stesso tempo, per pudore o timidezza, non vorrebbe domandare aiuto. Mi accorgo di tutto ciò e lo prendo sottobraccio e lo porto dall'altra parte della strada. Gli domando se va a lavorare e mi risponde che fa il telefonista. Il suo caldo ringraziamento mi commuove. Con l'animo contento proseguo per la mia strada e giungo sotto il portico di una via centrale (a Bologna sono una manna d'inverno per la pioggia e d'estate per il sole).

Le ricche vetrine suscitano in me un briciolo di curiosità. Imbocco una laterale, un po' lontana dal grande traffico; giungono scanditi i rintocchi del vicino campanile che annunciano le dieci. Non mi sembra vero di avere camminato, passeggiato per tanto tempo!

In questo luogo si respira un'aria più familiare e quasi sto per evadere col pensiero, come è mia abitudine, quando sono bruscamente riportato alla realtà da uno stridore di freni e da grida di spavento; per fortuna nulla di grave. Giungo a casa e dopo una sosta per un pranzo frugale, ritorno fuori e piano piano fra un negozio per una compera e qualche chiacchiera con conoscenti incontrati per la via, giunge la sera; il sole comincia a calare; gli ultimi raggi battono sui vetri delle case più alte; si accendono le prime luci ed anche le insegne luminose con i diversi colori che danno alla strada un aspetto più festoso.

Un aperitivo nel vecchio bar del centro, poi all'interno di un cinema per visionare l'ultimo film di successo. Verso mezzanotte, finalmente una grande calma pervade tutta la città; è questa l'ora in cui la strada mi piace maggiormente. Mi pare che solo in quest'ora essa scopra la sua vera bellezza, specialmente questa, che ora percorro. Passo davanti a bellissimi palazzi che, nella penombra, sembrano celare chi sa quali segreti; il pensiero torna indietro, nel tempo.

Vedo un portone aperto; istintivamente rallento il passo e guardo dentro per scoprirvi non so che cosa: qualche mistero, forse. Ma tutto dorme; solo la luna veglia ed un suo raggio fa brillare un'inferriata come fosse d'argento. Un ciclista passa veloce, seguito da un fremito di vento.

È ora di andare a dormire...buona notte Bologna.

Giorgio Albeni



Abili, non disabili

Un interessante incontro sulle disabilità

Alla fine di gennaio 2019 presso l'Istituto Rizzoli si è tenuto un incontro tra alcune Associazioni che gravitano come impegno negli ospedali Rizzoli e S.Orsola con il Sottosegretario Vincenzo Zoccano, responsabile della delega alle disabilità e alla famiglia.

Era presente anche il Deputato Europeo Marco Zullo.

Naturalmente il focus della discussione verteva sulle difficoltà che le persone disabili incontrano nella quotidianità e a darne misura concreta sono intervenute alcune persone disabili legate alle varie associazioni.

Si è quindi parlato di problemi legati alla mobilità, ma anche tematiche legate alle tante peculiarità di chi soffre di malattie rare. In tale occasione, ARAD ha sostenuto l'esigenza di concludere l'iter della legge sui Caregiver, di finanziare i piani demenze per permettere ai servizi di funzionare e per favorire la domiciliarità, la valorizzazione del volontariato, particolarmente importante in questo settore. Infine, abbiamo sollecitato una campagna di informazione contro lo stigma che ancora penalizza le tematiche sulla demenza.

Nella replica, il Sottosegretario Zoccano si è dichiarato impegnato a portare a termine l'iter della legge sui Caregiver entro il 2019, ha ricordato inoltre il lavoro fatto per accorpate le varie commissioni disabilità dei Ministeri, sotto l'egida della Presidenza del Consiglio superando una dannosa frammentazione.

Il Sottosegretario ha insistito sulla necessità di una vasta battaglia culturale affinché la disabilità, una volta stabilizzata, non sia considerata una malattia ma una situazione antropologica, una condizione dell'individuo.

C'è anche un problema di certezza nel diritto: troppe leggi, che creano situazioni confuse, mentre si deve avere come riferimento il Codice dei Diritti della Disabilità e lavorare per una razionalizzazione legislativa.

C'è stato inoltre un chiaro appello ad una visione **europea** della tematica (concetto di disabilità, servizi, normative omogenee europee, fare rete tra Associazioni).

In sintesi, pur nella stringatezza del poco tempo a disposizione per affrontare queste complesse tematiche, si sono registrati elementi positivi e soprattutto è emersa con forza la necessità di fare rete tra quanti si occupano di questi argomenti, soprattutto da parte delle associazioni, sicuramente al fine di fare massa critica, ma anche di avere una elaborazione maggiormente condivisa, più efficace.

In sostanza una interessante mattinata dove si sono seminate buone idee e lanciate proposte concrete.

Verificheremo se i tempi e i modi della politica saranno al passo con le esigenze delle persone.

Valerio Brini

Invecchiamento della popolazione e innovazioni abitative

In Italia e in Emilia Romagna si verifica un forte invecchiamento della popolazione con un allungamento della vita media, ovvero una crescita esponenziale delle persone che supereranno 84 anni. Il picco di anzianità si avrà tra il 2045 e il 2050 quando il 30% della popolazione avrà più di 75 anni, ma già tra il 2020 e il 2030 tutti i nati durante il periodo del baby boom avranno superato i 65 anni. Pertanto l'invecchiamento della popolazione è un tema che non può più rimanere sullo sfondo delle politiche sociali dei prossimi anni, non è e non può essere considerata un'emergenza. Oltre all'innalzamento dell'età media, abbinato al calo delle nascite, e la trasformazione dell'Italia in un Paese sempre più "anziano" bisogna considerare anche i cambiamenti sociali e delle relazioni familiari e amicali. La famiglia è ridotta a pochi membri, molti dei pochi figli potranno fare scelte lavorative lontano dal luogo di nascita o all'estero, pochi anziani potranno contare sulla presenza di un figlio o di una figlia anche perché, nella provincia di Bologna, una persona su quattro tra i 50 e i 64 anni non ha avuto figli. In Emilia Romagna attualmente il 26% della popolazione è formato da nuclei formati da anziani soli, per la maggior parte anziane sole, infatti, ancora per la generazione di anziani del 2032 le donne godranno di una speranza di **vita media di 85 anni e gli uomini di 81 anni** (anche se la forbice si stringerà sempre più a causa degli stili di vita ormai simili tra uomini e donne). Recentemente la Società Italiana di Gerontologia e Geriatria (SIGG) ha elevato a 75 anni la soglia di anzianità, riconoscendo che «Un 65enne di oggi ha la forma fisica e cognitiva di un 40-45enne di 30 anni fa. E un 75enne quella di uno nel 1980 aveva 55 anni».

Quindi bisogna pensare al mondo degli anziani come un periodo di vitalità, ma per avere veramente la possibilità di vivere bene occorre organizzarsi in anticipo, progettare opportune strategie per invecchiare bene, dalla riqualificazione degli spazi alle differenze di genere, dal tempo libero e alla cultura.

Negli anni è diventato sempre più difficile far fronte alle necessità del mantenimento presso il domicilio delle persone parzialmente o totalmente non autosufficienti con grande sviluppo del fenomeno "badanti", per lo più donne proveniente dall'estero.

Sia per chi avrà condizioni economiche precarie sia per chi avrà redditi sostanziali, occorrerà progettare le condizioni che permettano di vivere il più a lungo possibile in modo autonomo e sicuro, che agevolino la socializzazione e la possibilità di muoversi in modo agevole. Per fare ciò occorre pensare soluzioni abitative innovative, al superamento delle barriere architettoniche, a una efficiente rete di mezzi pubblici che permettano di raggiungere facilmente presidi sanitari ma anche luoghi di cultura e di svago soprattutto nei luoghi di provincia dove le abitazioni sono anche isolate e distanti dai centri del paese.

Alcune soluzioni di abitare collaborativo nate tra Olanda e Danimarca negli anni '70 soprattutto per venire incontro alle esigenze delle

giovani famiglie come il cohousing e altre similari, integrate con servizi di assistenza sanitaria, di sistemi di telemedicina o di domotica, si stanno rivelando molto adatte anche agli over 65 per avere modo di non trascorrere gli anni della vecchiaia in solitudine o in strutture specificamente riservate alla terza età. È giusto pensare di utilizzare l'edilizia popolare (gli investimenti al riguardo si sono ridotti ad un quarto negli ultimi 10 anni) per creare situazioni abitative per gli anziani di facile accesso e con possibilità di servizi condivisi tra cui anche servizi di assistenza domiciliare, caregiver formali (badanti) o informali.

Occorre comunque iniziare a parlarne con anticipo, creare una nuova concezione riguardo al luogo dove abitare nell'età anziana perché in Italia si riscontrano ancora tantissime resistenze culturali ed affettive a lasciare la propria casa soprattutto se di proprietà.

Il co-housing è una nuova formula abitativa, in cui ogni nucleo familiare ha un proprio alloggio individuale e spazi comuni con i vicini (lavanderia, palestra, cucine, sale svago). Il co-housing non si basa sul concetto di assistenza, ma su una rete sociale in cui l'invecchiamento è attivo, in cui è possibile divertirsi insieme e attivare progetti comuni, trascorrendo il proprio tempo in compagnia con la possibilità di "invecchiare tra amici" in particolare per chi è solo o chi teme di trasformarsi in "un peso per i figli". Il cohousing prevede di condividere con altri inquilini i servizi e gli spazi abitativi e permette la riduzione dei costi di gestione della casa, delle utenze energetiche e della spesa attraverso i gruppi di acquisto solidali e anche una assistenza domiciliare condivisa.

Il Condominio Solidale può essere considerato una evoluzione in chiave sociale del cohousing, ovvero di una scelta di vita adottata da persone autosufficienti che progettano in autonomia la propria condizione abitativa comunitaria.

Con il Condominio solidale si va verso un modello di co-residenza, tra le persone che desiderano conservare la loro autonomia in una situazione residenziale protetta integrata da servizi assistenziali comuni. L'obiettivo è quello di facilitare l'inserimento degli inquilini in una rete di relazioni e di protezioni sociali e sanitarie, utilizzando in modo efficace risorse pubbliche e private.

Recentemente, in Italia, la crescente richiesta di abitazioni corredate da spazi e servizi comunitari sta trainando importanti investimenti di Fondazioni bancarie, Agenzie di progettazione, Associazioni di promozione sociale, istituti di ricerca e università, oltre che uno specifico mercato di edilizia particolarmente rivolto alla terza età.

Il social housing è un altro progetto per il vivere solidale che vede il coinvolgimento degli inquilini alla costruzione e poi alla gestione di una comunità sostenibile. Si può attuare attraverso la riqualificazione di un patrimonio abitativo già esistente o edifici industriali dismessi. Il progetto di social housing generalmente mira a spazi destinati alla socialità (aule, laboratori, impianti sportivi, orti) e la condivisione di servizi sociali e socio-sanitari: assistenza domiciliare, doposcuola, orientamento al lavoro, lavanderia e igiene assistita. Il costo dell'affitto è inferiore a quello del mercato grazie all'uso di terreni o edifici pubblici e capitali di investitori etici: Accordi tra Comuni (Aree edificabili), investitori istituzionali (Fondi pubblici) e Fondazioni Bancarie (Risorse a fondo perduto e finanza etica). Considerato il calo demografico che riguarda la popolazione giovane, per progetti di social-housing potrebbero essere riutilizzati molti edifici scolastici non più necessari.

Il portierato sociale nasce dalla collaborazione tra i servizi sociali, gli Enti gestori dell'edilizia Residenziale e il privato sociale (cooperative o associazioni di volontariato) sia per migliorare la qualità della vita di cittadini anziani o portatori di disagio sociale e/o sanitario, sia per facilitare i loro rapporti con le istituzioni e i servizi pubblici. Il ruolo dell'assistente condominiale è riconosciuto dal CCNL del 2013 dei portieri e degli addetti alle pulizie: "Lavoratori che svolgono, in appositi spazi condominiali se autorizzati, o all'interno della propria abitazione se inserita in contesto condominiale, ovvero all'interno delle proprietà esclusive di uno o più condomini, servizi per la prima infanzia o per le persone non autosufficienti, o più in generale attività relative alla vita familiare, in favore dei condomini o di una parte di loro. Può essere svolto da persone non professioniste, disoccupate e riqualificate per essere a loro volta promotori di benessere sociale. Coloro che usufruiscono del servizio se ne assumono le spese". Riguardo le barriere architettoniche occorre aver presente che in Emilia Romagna molti edifici che superano i tre piani non sono dotati di ascensore, e questo per una persona anziana può significare un fortissimo disincentivo ad uscire e il conseguente isolamento. Occorre mettere al corrente i cittadini della campagna "L'ascensore è libertà" facendo sapere che anche per il 2019 la Giunta regionale dell'Emilia Romagna ha approvato lo stanziamento di due milioni di euro per installare ascensori e montascale negli stabili di Edilizia residenziale pubblica. Il finanziamento, che avrà una copertura delle spese fino all'80%, riguarderà anche l'abbattimento di ostacoli presenti in appartamenti e spazi comuni all'interno dei palazzi e prevede anche il contributo dei Comuni.

Per quanto attiene al servizio dei mezzi pubblici, occorre battersi perché questi possano permettere di raggiungere facilmente presidi sanitari ma anche luoghi di cultura e di svago sia nella rete cittadina richiedendo un maggiore collegamento tra le zone periferiche sia, soprattutto, nei luoghi di provincia dove le abitazioni sono spesso isolate e distanti dai centri del paese. Per offrire reali opportunità perché tutti i cittadini possano vivere bene l'anzianità occorre non solo tenere sotto costante controllo le modifiche dei servizi assistenziali, sia formali che informali e metterle in relazione ai reali bisogni che cambiano a seconda dell'età e del genere delle persone anziane, ma è anche indispensabile monitorare le esperienze e valutare le possibili innovazioni per creare un collegamento tra modalità abitative e cura tali da consentire alle persone di rimanere nella propria abitazione il più a lungo possibile, con forte sgravio di fatica per i caregiver.

Progettare situazioni abitative come quelle illustrate permette di creare e allargare le reti sociali e promuovere la crescita della persona anziana in termini di autostima e autoefficacia, condizioni essenziali per ridurre al minimo una fase di vita caratterizzata dalla non autosufficienza.

Patrizia Stefani

La Redazione

Direttore Responsabile Clelia D'Anastasio
Segreteria di Redazione Sandra Maccagnani
Comitato di Redazione Lucio Ardito

Direzione e Redazione Cristina Malvi
Valeria Ribani
Patrizia Stefani
40139 Bologna
Viale Roma, 21
Tel. 051.46.50.50
info@aradbo.org

Aut. Tribunale www.aradbo.org
Bologna n. 6251
del 24/02/1994
Stampa Tipolitografia Musiani
Via Cherubini, 2°
Bologna

