

## Care lettrici e cari lettori,

nell'iniziare il mio mandato come Presidente di ARAD, desidero salutare il Dott. Vincenzo Castiglione che per trent'anni è stato Presidente dell'Associazione ed al quale se ne deve la fondazione nel lontano 1990. Tutti noi lo ringraziamo per essere stato il promotore ed il custode di una realtà pioniera nel volontariato a favore delle persone con demenza e dei loro familiari. Così come salutiamo e ringraziamo il Tesoriere, Dott. Maurizio Martone.

Nel corso degli anni ARAD si è sempre più radicata nel tessuto sociale della nostra città, grazie ad una vera e propria alleanza tra i professionisti della salute che vi prestano la loro opera e i familiari e volontari sempre più attivi e partecipi. Ciò ci ha permesso, anche nel periodo di confinamento della scorsa primavera, di attuare interventi innovativi e comunque inclusivi per essere vicini a coloro che sono in una condizione di fragilità a causa della malattia o a causa dell'onere assistenziale che essa comporta. Ne troverete una narrazione più esaustiva in questa edizione del notiziario, così come vi illustreremo la nostra partecipazione alla Conferenza di Alzheimer Europe, anch'essa svoltasi online, dove abbiamo condiviso proprio le esperienze e le iniziative messe in campo da ARAD durante il confinamento.

Purtroppo la pandemia non è sconfitta e siamo nuovamente in una condizione di elevato rischio per la salute intesa in senso globale: rischio di contrarre il virus, rischio di veder aggravate altre patologie, rischio di patire le ripercussioni emotive, psicologiche, relazionali che il confinamento comporta.

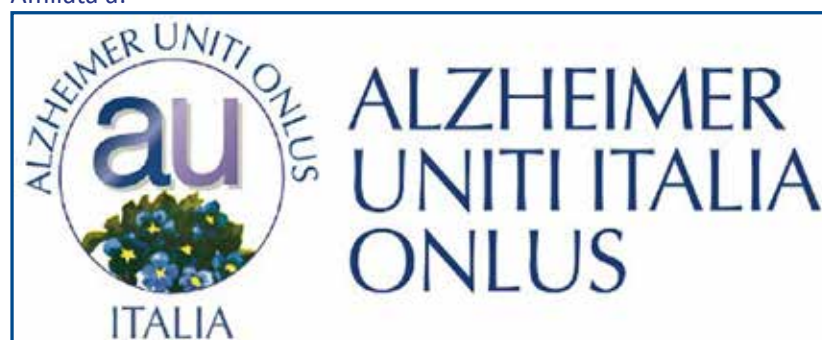
Non è quindi facile per me assumere la Presidenza dell'Associazione in un simile momento, ma sono sicura che ARAD sarà sempre più attiva ed innovativa nelle sue iniziative di supporto ed assistenza, così come in quelle di collaborazione e stimolo verso le Istituzioni cittadine sul tema delle demenze. Confido infatti nei nostri validissimi collaboratori, nei contributi di suggerimenti e anche di critica che vorrete inviarci, nei volontari che da sempre sono una colonna della nostra organizzazione e nell'ottima squadra del rinnovato Consiglio Direttivo, formato da Valeria Ribani (Vice-Presidente), Franca Alberani, Fabrizia Faggioli, Nadia Lanzi, Sandra Maccagnani, Sandra Salmi, Marco Sinoppi, Cristina Zambonelli. Colgo l'occasione per augurare a tutte e a tutti voi Festività il più serene possibile.

*Clelia D'Anastasio*

*Presidente ARAD*



Affiliata a:



# Alzheimer Europe Conference: da trent'anni momento di incontro e di diffusione di buone pratiche per affrontare la demenza

30th Alzheimer Europe Conference  
"Dementia in a changing world"  
Online, 20-22 October 2020



## PO 1.38 Social media and virtual gathering among persons with dementia and their carers to face Covid-19 outbreak

Clelia D'Anastasio\*, Valeria Ribaniš, Elisa Barbani\*, Ilaria Quartini\*, Maria Ranù\*, Sandra Salmi\*, Cristina Zambonelli\*, Andrea Ascolese\*

\*Geriatrician, ARAD (Associazione Ricerca e Assistenza Demenze - Association for Dementia Care and Research); †Validation Therapy Teacher, ARAD; \*Psychologist, ARAD; \*Volunteer, ARAD; \*Professional Actor

Covid-19 pandemic officially broke out in Italy on February the 21st, starting in Lombardia and Veneto regions and progressively spreading throughout the Country, particularly affecting the North. Figures up to May the 10th indicate 218.000 people infected and 30.395 deceased. Mean age of deceased persons was 80 yrs, women representing 39.1%. Median age of those who died was 20 yrs higher than infected survivors. Elderly and fragile people are therefore the most vulnerable and for this reason Meeting Centers, Alzheimer's Cafés, and other initiatives promoting socialization among people with dementia and activities aimed to carers' support had to be closed. This scenario proved to be a great challenge for everyone, including non-profit volunteers organizations as ARAD. Therefore, we tried to make the best of a bad bargain to maintain relations, share help and information, spread knowledge. So far, we kept all our activities going, although at distance, using virtual facilities. Thanks to electronic technology, ARAD psychologists carried on the carers' support through Skype meetings or via telephone calls, and various WhatsApp groups shared daily life events, emotions and practical ideas to overcome this difficult time. Our association runs three Alzheimer's Cafés, two in Bologna and one in a nearby town, and using virtual meetings all the steps of an usual Café could be maintained: the welcoming greeting, the singing which helps each participant to introduce him/herself, plays such as a modified game of goose where players are asked to perform simple tasks, food games (which one needs the fridge? which not?), performances such as pretending to leave by an imaginary train, buying the tickets needed, etc. etc.



In 2019 we had started two new activities: 1) the "Solidarity Condominium Project", aimed to promote socialization among elderly people at risk of isolation and memory loss - and 2) the "Sandwich Women Club", to help those caregivers who are crushed between the care of their elderly loved ones and the attendance to other family duties and job tasks, to disclose their feelings of helplessness, sadness and rage. Virtual gathering kept together the group of the Condominium Project and memory training sessions were issued through videos prepared by our psychologists, while those with manifest cognitive decline could benefit of personalized videos created by our Validation Therapy teacher. Psychologists and a professional performing artist guided the creative narration and performing of the "Sandwich Women" group who shared their productions on the computer screen.

For persons with dementia and for their carers personal contact and empathic communication are of paramount importance and lockdown due to Covid-19 pandemic caused overwhelming strain on these already very fragile people. Being committed to take charge of difficult situations means appealing to any available skill and experimenting solutions one wouldn't think of during usual times.

persone con demenza specie per riuscire ad attraversare e superare l'attuale difficile periodo.

La pandemia da COVID-19 ha fatto emergere molte cose che peraltro erano già note, ma che raramente sono state considerate. La Conferenza ha evidenziato quanto le moderne tecnologie siano sempre più necessarie anche, e specialmente, nell'età anziana e per le persone con demenza. E' stato sottolineato quanto sia fondamentale adattare il sistema della salute alle esigenze delle persone fragili e di quelle con demenza, assicurando che il personale, specie quello delle strutture residenziali, riceva un'ulteriore e corretta formazione per essere preparato ad affrontare le ripercussioni che gli eventi pandemici o straordinari hanno sulle persone più vulnerabili.

E' stato anche ricordato quanto sia importante pensare alla nostra salute personale quale elemento di un più ampio quadro di contesto che investe la salute del nostro pianeta, dell'ambiente, degli animali che sempre più vivono al nostro contatto.

In particolare, Helen Rochford-Brennan, Presidente del gruppo di lavoro formato da persone con demenza, ha ricordato a tutti quanto la sua vita sia cambiata in questi mesi, ma ha anche notato come molte questioni siano rimaste le stesse: la difficoltà a far valere i diritti e la voce delle persone con demenza, colpite in maniera spropositata da questa pandemia che ha aggravato l'isolamento, la solitudine, la malattia. Ha chiesto di considerare che cosa si possa concretamente fare, specie nel campo della ricerca e delle strategie basate sull'evidenza scientifica, per impedire il ripetersi di una tale situazione in futuro, sia per quanto riguarda la demenza sia per fermare la pandemia, e si è augurata che la Conferenza possa stimolare ciascun partecipante a promuovere iniziative in tal senso nel proprio Paese.

Sicuramente la situazione contingente ha indotto molte Associazioni a modificare il metodo di condurre le proprie attività, ma non ha intaccato il loro impegno e la loro dedizione. La necessità di cogliere i bisogni delle persone fragili, specie in una contingenza di maggior vulnerabilità, ha indotto anche ARAD a modificare i propri schemi e a cercare altri possibili approcci per raggiungere e per permettere alle persone fragili ed ai loro caregivers di uscire dall'ulteriore isolamento provocato dalla pandemia, e per dare supporto nella quotidiana attività di assistenza, resa più gravosa dall'incremento, specie dei disturbi comportamentali, che la reclusione ha causato. Certamente, il contatto umano ed il calore che esso genera sono insostituibili ma, seppure con l'uso di strumenti informatici, posso dire che siamo riusciti a mantenere contatti, a creare situazioni ludiche, a permettere l'espressione delle emozioni e a proseguire in maniera professionale le attività di stimolazione cognitiva per le persone con demenza. Abbiamo cercato di attingere a capacità e a risorse, tecniche, personali, umane e di carattere che mai avremmo pensato di possedere in tempi normali. In ciò i nostri operatori sono stati aiutati dalle nostre fantastiche volontarie e da indomite familiari!

Abbiamo presentato all'Alzheimer Europe Conference una sintesi di quanto realizzato sin dal primo periodo di chiusura, attraverso un poster che abbiamo illustrato e discusso nel corso della prima giornata di convegno. La nostra attività ha riscosso molto interesse, tanto da essere invitati a far parte di un forum internazionale per la condivisione di buone pratiche volte alla cura ed al supporto delle persone con demenza e dei loro caregiver.

Potete vedere in questa pagina la riproduzione del poster presentato, scritto in inglese poiché quella era la lingua ufficiale della Conferenza.

Clelia D'Anastasio

# Bilancio 2021 dell'Emilia-Romagna:

## Sanità più forte e sostegno alle disabilità e di chi si prende cura. Il nostro punto di vista.

Il bilancio della Regione Emilia-Romagna è stato approvato in un clima complesso, dato dalla crisi determinata dal Covid-19 con la conseguente caduta del PIL regionale e nazionale.

Ci si poteva aspettare una restrizione di risorse e di servizi, ma per fortuna i principali capisaldi per la salute **non** sono stati tagliati. Colpisce soprattutto la quantità di risorse impegnate per il **Sistema Sanitario e Ospedaliero** con il fine dichiarato di potenziare i servizi, soprattutto quelli del territorio. L'esperienza della pandemia ha messo in luce l'importanza sia del ruolo dei medici di base che delle strutture territoriali. Inoltre, l'aumento delle disuguaglianze e delle povertà ha dimostrato quanto è importante integrare le politiche sanitarie con le opportunità del welfare di comunità, valorizzando peraltro le grandi potenzialità del terzo settore.

Non si può che valutare positivamente l'investimento di **altri 600 milioni** che si aggiungono ai **9 miliardi di euro** già previsti per la sanità, oltre al potenziamento del

**Fondo Regionale per la non autosufficienza** (che è poco meno della quantità di risorse per l'omonimo Fondo Nazionale) che arriverà nel 2021 a **457 milioni**. Nell'ambito del **Fondo Regionale per la non Autosufficienza (FRNA)** si prevede un pacchetto di risorse destinate ai progetti per i caregiver, ma lo stanziamento di un cospicuo finanziamento deve essere accompagnato da **politiche sanitarie e sociali che possano davvero sostenere la domiciliarità delle cure**. A questo proposito, è fondamentale dare gambe alla progettazione regionale che prevede, **nelle Case della Salute, forme di qualificazione dei diversi servizi quali:**

- ambulatori infermieristici con l'istituzione della figura **dell'infermiere di comunità e di famiglia**
- ambulatori integrati per la presa in carico dei pazienti **con patologie croniche** da parte delle Case della Salute e dell'assistenza domiciliare
- qualificazione dei Punti Unici di **Coordinamento sociale e sanitario**
- istituzione degli ospedali di continuità (o delle cure intermedie) quali strumenti di **integrazione ospedale-territorio e di continuità delle cure**
- integrazione dei progetti di cura fra **Centri Disturbi Cognitivi e Case della Salute**

Per ARAD la centralità del territorio e della domiciliarità delle cure è l'**obiettivo** per cui impegnare risorse per le famiglie. **Proprio nell'ambito del fondo per la non autosufficienza sono state stanziati le risorse pari ad euro 6.700.000,00** per la realizzazione degli interventi a favore dei **caregiver familiari**, secondo le indicazioni operative fornite dalle Aziende USL, dalla Direzione Generale cura della persona, salute e welfare regionali. In questo quadro si ricorda il bilancio del Comune di Bologna che prevedeva 1 milione di euro per progetti di sostegno dei caregiver. Contestualmente, anche il Governo ha effettuato il finanziamento del FNA per i caregiver da affidare, secondo criteri di ripartizione, alle regioni.\*

Per l'uso delle risorse stanziati ci interessa comprendere l'approccio sui progetti individualizzati, che devono prevedere, certo, informazione, formazione orientamento, ma la parola magica per un effettivo benessere dei caregiver è **SOLLIEVO**. Per questo anche la nostra Associazione intende mobilitarsi in un confronto con gli Enti Locali e le AUSL territoriali, a maggior ragione dopo un anno durissimo in cui la chiusura dei servizi a causa della pandemia ha prodotto un peggioramento delle condizioni di benessere delle persone con demenza (nel 60% dei casi secondo gli studiosi) e un aumento significativo dello stress per i caregiver (fino al 65%). Un altro punto molto importante riguarda la revisione delle strutture residenziali e semiresidenziali. L'emergenza COVID-19 ha infatti rafforzato la necessità di ripensare e riprogettare le forme residenziali per anziani, anche in considerazione del fatto che esse, tra il 60% e l'80%, sono occupate da persone con demenza grave. Nel bilancio regionale si individua la necessità di promuovere una nuova disciplina che ne rafforzi la sicurezza e la qualità della gestione. Pensiamo che si debbano studiare anche **altre forme possibili dell'abitare solidale**, coinvolgendo anche le famiglie nella programmazione di nuovi servizi residenziali capaci di essere alternativi alle CRA. Per le forme gravi di demenza non esistono, al momento, opportunità alternative al ricovero in CRA, ma avere a disposizione un più ampio ventaglio di possibilità, maggiormente adattabili alle diverse forme e stadi di fragilità e più inserite nella vita di comunità, renderebbe meno difficili le scelte, a volte dolorose, che il caregiver si trova a fare, e nel contempo potrebbe aiutare anche la gestione delle strutture residenziali.

Questi i temi che la nostra Associazione porterà avanti nei confronti delle diverse realtà istituzionali, a partire dal fatto che il Bilancio Regionale ha ampliato le risorse anche per i servizi rivolti alla non autosufficienza e pertanto ha bisogno anche del terzo settore per spendere bene le risorse che ha stanziato.

*Nota \* Il 16 ottobre 2020, in sede di Conferenza Unificata, è stato espresso il parere favorevole sul decreto di riparto del "Fondo per il sostegno e il ruolo di cura e di assistenza del caregiver familiare". Il decreto di riparto prevede che le risorse siano destinate alle Regioni che le utilizzano per interventi di sollievo e sostegno destinati al caregiver familiare, secondo i seguenti criteri e priorità: ai caregiver di persone in condizione di disabilità gravissima (come definita dall'art. 3 del decreto 26 settembre 2016 recante "Riparto delle risorse finanziarie del Fondo nazionale per le non autosufficienze, anno 2016"); ai caregiver di coloro che non hanno avuto accesso alle strutture residenziali a causa delle disposizioni normative emergenziali comprovata da idonea documentazione; a programmi di accompagnamento finalizzati alla deistituzionalizzazione e al ricongiungimento del caregiver con la persona assistita.*

Valeria Ribani

# Attività online durante il Lockdown: quando la tecnologia ci ha mantenuti vicini



Se ripenso alla sera di capodanno, quando eravamo intenti a formulare i buoni propositi per questo 2020, non potevamo immaginare quello che, di lì a poco, sarebbe successo in tutto il mondo a causa di un virus subdolo e insidioso. In un primo momento erano solo voci lontane, si parlava di emergenza sanitaria in Oriente: nulla che ci riguardasse da vicino, come tante altre notizie di guerre o epidemie che non ci hanno mai toccato direttamente. La situazione però non avrebbe tardato così tanto a precipitare, prima con l'individuazione delle così dette 'zone rosse' anche in Italia, poi con la chiusura delle regioni, delle province e, infine, dei comuni. E' il 10 marzo 2020 e l'Italia si prepara a vivere il confinamento, una situazione nuova e destabilizzante: non si può uscire di casa se non per ragioni di prima necessità e tutte le attività lavorative non essenziali per il sostenta-

mento della popolazione vengono sospese con diverse conseguenze sociali, economiche e psicologiche per le famiglie italiane. Si è trattata di una misura necessaria per contenere la pandemia ma è stato un periodo che, come pochi altri, ha dimostrato chiaramente come l'uomo sia veramente un 'animale sociale': uscire, cimentarsi in attività lavorative e non, vedere altre persone è una componente essenziale per la salute mentale, fisica e cognitiva di ciascuno.

Durante il Lockdown anche ARAD, conformemente alle normative in vigore, ha dovuto interrompere ogni sua attività con rammarico e preoccupazione per le famiglie che erano solite partecipare ai nostri Caffè, ai corsi di Stimolazione Cognitiva, ai Laboratori Narrativi e al Supporto Psicologico dei famigliari. Queste attività sono sempre state occasioni durante cui il Caregiver aveva la possibilità di concedersi momenti dedicati solo a sé mentre la persona con deterioramento poteva beneficiare di attività ludico-ricreative e della socializzazione con gli altri partecipanti. Trascorrere invece 69 intere giornate nel proprio contesto abitativo senza possibilità di evasione è stata un'esperienza provante sia per i nostri Caregiver, sia per i nostri anziani. Alcuni nostri anziani avevano l'abitudine e l'esigenza di passeggiare all'aria aperta, e per molto tempo non ne hanno avuto la possibilità con importanti conseguenze fisiche e psicologiche. Abbiamo infatti assistito ad un incremento dei sintomi comportamentali davanti ai quali i famigliari si sono trovati in seria difficoltà e non sapevano come farvi fronte. In più l'ipo-stimolazione data dalla mancanza di movimento, socializzazione e dal cambiamento della routine personale ha comportato in molti casi un peggioramento dei sintomi cognitivi già presenti. Dall'altro lato, i caregiver si sono trovati ad essere sovraccaricati di responsabilità verso il proprio famigliare malato senza momenti di pausa ed evasione, sviluppando vissuti di ansia, frustrazione e disperazione.

ARAD non poteva di certo stare a guardare senza intervenire! Una mattina con la Dott.ssa Valeria Ribani e l'attore Andrea Ascolese abbiamo deciso di provare ad utilizzare la tecnologia, da sempre oggetto di pregiudizio e diffidenza da parte della fascia d'età anziana, per portare avanti le attività dell'Associazione partendo dal nostro Caffè Noi al Centro e dai Laboratori Narrativi. Abbiamo contattato i nostri abituali partecipanti e abbiamo proposto di connetterci tutti insieme su Skype. Ci sono state perplessità iniziali, problemi di collegamento, difficoltà a scaricare l'applicazione su tablet e computer ma la voglia di rivederci era davvero troppa e, dopo un po' di tentativi e assestamenti, siamo riusciti a ricominciare a tutti gli effetti! Abbiamo cantato insieme, recitato, giocato e allenato la nostra mente. Siamo stati in diversi posti, viaggiando con le immagini e i video e poi non ci siamo più fermati. Dopo aver ricominciato con i Caffè e con il Laboratorio Narrativo, ci abbiamo preso gusto e abbiamo deciso di cimentarci anche nella Stimolazione Cognitiva a distanza proseguendo con il progetto del Condominio Solidale, anch'esso troncato dalle contingenze date dall'emergenza sanitaria. I nostri utenti del Condominio non avevano dispositivi tecnologici adeguati a supportare le piattaforme di videochiamata e allora abbiamo fatto un altro esperimento: ci siamo cimentati nella creazione di video con contenuti di Stimolazione Cognitiva. Certo, lo scambio non era diretto come quando potevamo restare tutti nella stessa stanza, ma dopo qualche giorno, sul nostro gruppo whatsapp arrivavano i primi feedback 'Ho fatto tutti gli esercizi', 'Non ho capito un concetto, puoi rispiegare?' etc.. e, anche se con tempistiche più rallentate, siamo stati in grado di interagire e di portare avanti anche questa iniziativa di prevenzione.

Inoltre anche i percorsi di supporto psicologico hanno trovato il modo per proseguire online con cadenza regolare senza lasciare nessuno indietro.

Durante l'Estate poi, a Lockdown terminato, le nostre iniziative sono proseguite a più ampio spettro in quanto, il canale Lepida TV, ha organizzato un Format di intrattenimento ed evasione dedicato agli anziani bolognesi rimasti in città durante i caldi mesi estivi. Diverse realtà associative sono state ospiti del programma tra cui anche ARAD. Assieme alla Dott.ssa Valeria Ribani, nostra vice-presidente, siamo state ospiti e abbiamo descritto le attività che la nostra associazione offre da anni e che ha continuato ad effettuare anche in un periodo tanto difficile come quello del Lockdown. E' stata un'opportunità meravigliosa di dare visibilità ad ARAD per poter arrivare a più persone possibili sul territorio bolognese.

Sicuramente non è stato semplice ma, anche se con una modalità diversa, siamo riusciti a reinventare le nostre abituali attività mantenendo la vicinanza con i nostri anziani e i famigliari nonostante la pandemia, nonostante la paura e l'incertezza. Non sappiamo cosa ci riserveranno i prossimi mesi ma siamo sicuri che qualunque sia la situazione troveremo il modo per essere presenti e attivi.

*Ilenia Quartini*

# Adesso è «Caffè Zoom»!

Noi ci abbiamo provato in tutti i modi a ripartire con i nostri caffè "Amascord", "Nontiscordardime", e "Noi al Centro". Abbiamo studiato come adeguare i luoghi, abbiamo misurato le stanze che ci dovevano ospitare e diviso l'area per 4 per avere il numero massimo di persone compresenti in ossequio alle regole imposte dal Covid-19. Abbiamo contato il numero di finestre presenti nelle stanze in cui veniamo ospitati per garantire la giusta aerazione. Ci siamo attrezzati con gli strumenti per misurare la temperatura corporea degli eventuali partecipanti ... insomma eravamo pronti per la fine di ottobre...ma stop! La colorazione giallo/arancione ha dipinto la nostra bella regione e non abbiamo potuto procedere nei nostri caffè.

Che fare? Si può pensare che, poi, partecipare ad un caffè Alzheimer (nome che non ci piace, infatti li chiamiamo diversamente) non sia poi così importante...Invece no!

Siamo da anni impegnati per garantire alle persone con demenza, che spesso provano paura e ansia verso ciò che li circonda, l'appagamento del bisogno di contatto, di rassicurazione, di vicinanza in ogni momento. Inoltre, sentirsi parte di un gruppo è uno dei bisogni principali degli esseri umani e spesso questo non viene riconosciuto alle persone con demenza. Nonostante il decadimento delle funzioni cognitive, bisogna considerare la persona con demenza una persona nel senso più completo. Sì, è una persona con sentimenti, emozioni, una personalità, una cultura ... La forma dei Caffè consente proprio questo, oltre a rompere i pericoli di stigmatizzazione della malattia e di isolamento dei caregiver. In un Caffè, infatti, si persegue l'obiettivo di riconoscere la persona autenticamente (es. salutarla chiamandola per nome, essere disposti davvero ad ascoltare con attenzione quello che ha da dire, guardarla negli occhi quando le si parla...).

Allora abbiamo deciso di continuare, migliorare, e allargare l'esperienza del Caffè su Skype svolto durante il lockdown di primavera. Si chiama CAFFÈ ZOOM, perché viene effettuato sulla piattaforma Zoom. Si può utilizzare un computer, un tablet o un cellulare. Basta scaricare gratuitamente la piattaforma e scrivere al nostro indirizzo e-mail in modo da ricevere il link per collegarsi. Certo, non è un caffè in presenza, ma non mancano gli ingredienti tipici: il saluto individualizzato, il "karaoke", i festeggiamenti mensili per chi compie gli anni, gli esercizi e i giochi (il gioco dell'oca, la tombola virtuale ecc.), la ginnastica, i "lavoretti" manuali. Non riusciamo ad offrire la merenda, quello no, ma per il resto non manca nulla, a parte gli abbracci, che però sono nell'intenzione. Partecipate ogni martedì, alle ore 15,30. E se non sapete scaricare la piattaforma, telefonateci e Zoom... Fatto!

Valeria Ribani



## Sportello d'ascolto telefonico



## Se sei in difficoltà chiamaci anche tu!

A causa della situazione di emergenza sanitaria, molti dei nostri anziani e dei loro Caregiver sono sempre più vittima di isolamento sociale e presentano situazioni impegnative da affrontare in solitudine. Da oggi potete chiamarci e parlare con le volontarie di ARAD, persone preparate e disponibili che sapranno accogliere le vostre necessità!

Per informazioni rivolgersi a Segreteria ARAD ONLUS tel. 051465050

**ARAD Onlus** – Associazione di Ricerca e Assistenza delle Demenze  
c/o ASP Città di Bologna, Viale Roma, 21 – 40139 Bologna  
Tel 051.465050 – Fax 051.463000 – Email: [info@aradbo.org](mailto:info@aradbo.org) sito web: [www.aradbo.org](http://www.aradbo.org)  
c/c postale 18946400 IBAN: IT360306902497074000019109

## La Redazione

**Direttore Responsabile** Clelia D'Anastasio  
**Segreteria di Redazione** Sandra Maccagnani  
**Comitato di Redazione** Lucio Ardito  
Ilenia Quartini  
Valeria Ribani  
**Direzione e Redazione** 40139 Bologna  
Viale Roma, 21  
Tel. 051.46.50.50  
[info@aradbo.org](mailto:info@aradbo.org)  
[www.aradbo.org](http://www.aradbo.org)  
**Aut. Tribunale** Bologna n. 6251  
del 24/02/1994  
**Stampa** Tipolitografia Musiani  
Via Cherubini, 2°  
Bologna

# Il mestiere della cura: un discorso “al femminile” È partito il nostro laboratorio per le caregiver



Quando si parla di cura, si usa un termine che ha due significati diversi: uno, non del tutto riconosciuto nel suo valore profondo, **significando il lavoro di cura** non retribuito, storicamente affidato alle figure femminili della famiglia per il ruolo di riproduzione e accudimento della vita dei propri congiunti, ed un altro, che ha uno statuto forte, che si riferisce alla **cura medica**. Eppure la seconda non potrebbe essere tale senza la prima. Lo scarso riconoscimento sociale (e quindi economico) del lavoro di cura domestico, oggi acquisisce un grande significato per l'organizzazione sociale, che si è finalmente accorta che esistono i cosiddetti caregiver.

Viene definito caregiver chi si prende cura (solitamente una familiare) di una persona non autosufficiente per una disabilità fisica o cognitiva. Di queste importantissime figure sappiamo molte cose: che sono in maggioranza donne, che esse hanno una salute peggiore rispetto al resto della popolazione ed agli uomini caregiver, che hanno un sovraccarico di lavoro fisico ed emotivo, che sono a rischio di patologie della sfera affettiva e

psicologica. D'altra parte senza di loro non sarebbe neppure ipotizzabile la domiciliazione delle cure, senza la quale si avrebbe non solo un peggioramento delle condizioni di vita delle persone curate, dovendole necessariamente istituzionalizzare, ma anche un enorme aumento della spesa socio-sanitaria.

Poiché la nostra associazione è composta da caregiver, non solo ne riconosciamo l'importanza, tanto da muoverci nei confronti degli enti locali per rivendicare il sostegno, ma facciamo ciò che è nelle nostre effettive possibilità. Oltre a fornire il supporto psicologico quando viene richiesto, abbiamo progettato l'avvio di **un laboratorio narrativo** che vuole promuovere e tutelare il benessere delle persone che a diverso titolo si prendono cura di anziani o disabili. Molti studiosi hanno dimostrato la validità della narrazione che diventa uno strumento di analisi e conoscenza delle proprie emozioni, in grado di supportare chi vive situazioni a rischio di stress facilitando la riflessione e il confronto. Il Laboratorio è guidato da una professionista che, essendo capace di ascoltare (la capacità di ascolto è proprio una delle competenze professionali che caratterizzano il suo lavoro), può promuovere adeguate forme di sostegno psicologico, oltre ad offrire uno spazio relazionale decisamente piacevole. Verranno utilizzati diversi “media” per facilitare la focalizzazione delle emozioni disturbanti, sapendo che se esse “covano” dentro di noi senza mai essere esplicitate, finiscono per ingigantirsi e divenire davvero “nocive”. E questo non va bene, perché non serve a noi, né a chi riceve le nostre cure.

Il progetto è finanziato in parte dal Quartiere Savena, nell'ambito dei bandi per supportare le iniziative solidali.

Gli incontri si tengono ogni mercoledì alle ore 18.00. Avremmo voluto realizzarli in presenza, e in futuro sarà possibile, ma oggi possiamo utilizzare la piattaforma Zoom. Contattateci e non ne sarete deluse!

*Valeria Ribani*

## Le Video – Pillole di ARAD

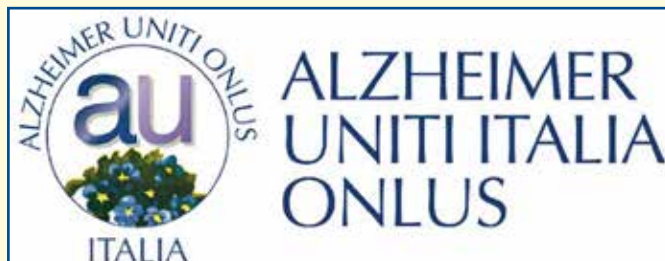


Anche quest'anno ARAD ha partecipato al concorso di idee promosso da E-Care proponendo attività da effettuare in formato digitale in modo da adeguarsi alle condizioni dettate dall'emergenza sanitaria. In particolare, abbiamo proposto video con esercizi di Stimolazione Cognitiva volti ad allenare in modo completo la memoria, l'attenzione, le funzioni esecutive, il linguaggio e il ragionamento. Il vantaggio di proporre gli esercizi tramite video sta nel poterli riprodurre nel momento della giornata più consono alla persona, fermare il video per eseguire gli esercizi con i propri ritmi e mandarlo indietro qualora qualche spiegazione risulti poco chiara. Per poter usufruire di questa iniziativa è sufficiente collegarsi al sito di ARAD [www.aradbo.org](http://www.aradbo.org) (o al canale Youtube “ARAD Onlus Bologna”), munirsi di carta, penna e orologio (o cronometro) e seguire le spiegazioni. La Dott.ssa Valeria Ribani ha inoltre creato contenuti di interesse per i nostri Caregiver spiegando diversi aspetti legati al lavoro di cura, dai concetti più

teorici relativi alle differenze di genere tra i caregiver alle nozioni di carattere più pratico come la gestione delle esigenze fisiche della persona con difficoltà. Con i contributi della Dott.ssa Ribani, ARAD ha fornito contenuti facilmente accessibili (tramite il nostro sito web e il canale Youtube sopra riportati) con indicazioni pratiche e professionali circa la gestione al domicilio della persona con difficoltà cognitive, difficoltà a cui possono associarsi anche necessità relative alla salute fisica e psicologica. Il nostro lavoro non si è limitato solamente alla realtà di ARAD, ma abbiamo collaborato in qualità di partner con il Centro Onconauti.

L'esperienza è ancora in corso, stiamo continuando a creare, pensando a voi e alle vostre esigenze. Speriamo davvero di poter essere d'aiuto e di arrivare a quante più persone possibili!

*Ilenia Quartini*



# VUOI SOSTENERE ARAD?

L'ARAD può operare grazie alla collaborazione di tanti Amici che credono nell'utilità del suo intervento a favore delle persone con demenza.

Eventuali versamenti possono essere effettuati sul  
sul c/c postale n.18946400 oppure Banca INTESA SAN PAOLO  
(IBAN IT 36R0306902497074000019109)

Le erogazioni in denaro a favore di ARAD Onlus sono detraibili dalla dichiarazione IRPEF nella misura prevista dalle disposizioni ministeriali.

## AIUTACI A CONTINUARE!!

### PUOI FARE UNA DONAZIONE

Avrai il vantaggio della detrazione fiscale e la soddisfazione di destinare una somma di denaro a sostegno dell'Associazione, oppure al finanziamento di un progetto.

### PUOI FARE TESTAMENTO

Potrai disporre con il lascito di una somma di denaro o di parte dei tuoi beni, nella certezza che tutto ciò che verrà lasciato ad ARAD sarà usato per migliorare la qualità della vita delle persone con demenza e delle loro famiglie.

Un gesto ordinario dal valore straordinario: scegliendo di fare testamento a favore di ARAD farai un atto di solidarietà e darai un reale contributo alla ricerca scientifica ed all'assistenza delle persone con demenza.

Per informazioni sui testamenti o lasciti rivolgersi alla Segreteria ARAD Onlus:

dr.ssa Maccagnani – tel.051.465050 • e-mail: info@aradbo.org

Verrà fissato un appuntamento per fornire l'opportuna assistenza.

### È POSSIBILE RESTARE

Socio ARAD anche quando il nostro Caro Familiare non è più con noi ed è un modo autentico per onorare la sua memoria



*Un sentito augurio di  
Buone Feste*