

L'Alzheimer Café a Pero: un progetto per le persone con Alzheimer e i loro familiari

Da 10 anni ormai, a Pero i malati di Alzheimer con i loro familiari hanno un luogo dove incontrarsi con professionisti specializzati per svolgere attività che aiutano a rallentare il decorso della malattia e avere informazioni sul modo di affrontarla.

Si tratta dell' Alzheimer Café: un'esperienza gratuita da vivere nel Centro di via Greppi, il sabato pomeriggio una volta ogni due settimane, da settembre a giugno.

È un progetto voluto da Auser Pero, sostenuto da Auser Lombardia con il contributo dei medici professionisti del Centro Alzheimer di Passirana, e finanziato da Sercop, la società per la gestione dei servizi sociali dei Comuni del Rhodense.

Oggi nel Rhodense, grazie ai Comuni, a Sercop, a Auser Lombardia, alle Auser locali e a tanti volontari, c'è un Alzheimer Café in ogni Comune, per il sollievo delle famiglie e dei loro cari.

Gli scopi principali dell'Alzheimer Café, i suoi protagonisti

L'obiettivo principale del Café è rompere l'isolamento sociale che spesso accompagna la malattia e offrire la possibilità di rallentare il declino cognitivo, motorio e sociale dei malati.

I familiari e i loro cari si recano periodicamente in un luogo pubblico, a Pero nel Centro di via Greppi, dove vengono accolti e assistiti dai volontari del Café e dai professionisti specializzati per svolgere le attività previste.

Il Café però offre molto di più: infatti fornisce anche informazioni mediche e di prevenzione, utili per i familiari, i loro cari, i volontari e la comunità più allargata per la quale vengono proposti convegni e incontri dove conoscere, chiedere, approfondire.

Come funziona un Café

L'Alzheimer Café è un progetto di cura non farmacologica, e per funzionare necessita di alcune condizioni:

- **Uno spazio adeguato**, pubblico, silenzioso, dove i familiari, i loro cari, i professionisti e i volontari possono incontrarsi tutti insieme o in gruppi separati, a seconda delle attività da svolgere
- **professionisti specializzati** in varie discipline e per lavorare con le persone con Alzheimer e i loro familiari
- **volontari** che organizzano l'ambiente in cui si svolge il Café, accolgono i familiari e i loro cari, li guidano verso i rispettivi professionisti e li assistono per il tempo delle attività;

inoltre preparano il momento finale, che consiste in una merenda consumata tutti insieme, come in un vero caffè.

Cosa offre il Café

Per i familiari sono previsti momenti di formazione e confronto con geriatri, psicologi, neurologi, psichiatri, assistenti sociali e infermieri per ricevere informazioni sull'Alzheimer e ciò che è possibile fare per rallentare e migliorare il decorso della malattia, condividere esperienze e preoccupazioni, apprendere strategie di gestione della malattia e ridurre lo stress del carico assistenziale. Si favorisce la costruzione di legami sociali e si supera la solitudine e l'isolamento portati dalla malattia, si ricostruisce una vita di relazione nella comunità.

Alle persone con Alzheimer vengono proposte attività ludico-ricreative, come musica e danza terapia, arteterapia, fisioterapia, psicomotricità, stimolazione cognitiva: interventi fondamentali per rallentare il declino delle funzioni mentali e migliorare la qualità della vita. L'obiettivo principale consiste nel mantenere l'autonomia e il linguaggio più a lungo possibile, favorire la socializzazione e il benessere, la memoria, il movimento, l'operatività.

I volontari, mentre assistono i familiari e i loro cari, apprendono le informazioni fornite dai professionisti e ricevono una formazione importante per la prevenzione non solo dall'Alzheimer, ma anche dalle principali malattie odierne. I volontari inoltre hanno l'opportunità di esprimere quella carica di empatia, quella capacità di riconoscere e condividere i sentimenti con un'altra persona, fondamentale per costruire relazioni interpersonali autentiche, per stare bene con se stessi e con gli altri.

Perché partecipare

L'Alzheimer Café è una bella esperienza, offre momenti di vero sollievo, per i familiari e i loro cari: contrasta l'isolamento, offre occasioni per uscire di casa e incontrare persone che vivono sfide simili. Il Café è uno spazio dove i comportamenti legati alla malattia sono compresi e accettati da tutti i presenti.

Per informazioni e partecipare: scrivere a info@adcafe.it