



**ASAA** EO  
ODV  
Alzheimer Südtirol Alto Adige

**ASAA Alzheimer – Südtirol – Alto Adige – eo/odv**

Casa Altmann-Haus / Grieser Platz 18 / Piazza Gries

39100 Bozen / Bolzano \* Tel. +39 0471 051 951 \* [info@asaa.it](mailto:info@asaa.it)

Pec: [alzheimer-asaa@pec.it](mailto:alzheimer-asaa@pec.it) \* [www.alzheimer.bz.it](http://www.alzheimer.bz.it)

## ASAA informa - Notizie dell'Associazione 1/2024

### Notizie attuali dell'Associazione

#### L'Assemblea Generale del 2024

L'assemblea generale di quest'anno si svolgerà

**venerdì 19 aprile 2024 dalle ore 16.00 alle ore 19.00**  
nei locali del Kulturheim Gries/Bolzano, via Fago 45.

Oltre alla presentazione del bilancio 2023 e alla sua approvazione, al resoconto delle attività 2023 e all'anteprima delle attività 2024, sono previste due relazioni:

- **Informazioni sul nuovo studio** dell'Istituto di Medicina Generale sul carico dell'assistenza domiciliare. Le promotrici Barbara Plagg e Clara Felderer sono invitate perché ASAA sostiene questa importante iniziativa e desidera informarne tutti i membri.
- Seguirà la **presentazione del nuovo libro di Sentemente, ora disponibile anche in tedesco: "La vita non finisce con la diagnosi"** con Anna Gaburri e Helga Koler.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

#### 2. Gruppo di autoaiuto di Bolzano

A causa del periodo pandemico, alcuni comportamenti sono evidentemente cambiati quando si tratta di relazionarsi con altre persone. Parte della comunicazione avveniva online e i familiari delle persone affette da demenza (per lo più loro stessi over 60) spesso si sentivano lasciati soli. Come risultato della dilagante individualizzazione, le persone cercarono aiuto da varie fonti sociali di informazione.

Tutti i tradizionali gruppi di autoaiuto soffrono di una scarsa comunicazione, per cui si diffonde sempre più l'opinione che i gruppi siano ormai un modello obsoleto. Tuttavia, le persone sono in cerca di aiuto.

L'associazione ASAA vorrebbe pertanto ridisegnare gli incontri nel 2024 con **temi specifici**, come **"incontri informativi per familiari di persone con demenza"** e portarli avanti. Gli argomenti, soprattutto quelli pratici,

#### In questa edizione:

- L'Assemblea Generale 2024
- Gruppo di autoaiuto di Bolzano
- Pomeriggi di intrattamento al Grieserhof di Bolzano
- Sentemente a Bolzano
- Gruppo maschile a Bressanone
- In Val Venosta: telefono delle preoccupazioni e serate informative
- Inserate informative
- Avviso anticipato della Giornata Mondiale dell'Alzheimer 2024
- Consulenze personalizzate
- Materiale informativo
- **Quota associativa 2024**
- Siamo alla ricerca di **volontari che vogliono collaborare**
- Suggesti per familiari sul tema "Non perdere di vista i desideri e le richieste delle persone affette da demenza!"



dovranno essere introdotti, spiegati e poi discussi con i partecipanti da uno specialista.

Gli incontri continuano a svolgersi **ogni primo lunedì del mese in italiano** e **l'ultimo lunedì del mese in tedesco** presso la sede ASAA **dalle 15:30 alle 17:30** nel Centro Civico Gries, palazzo Altmann, piazza Gries 18, Bolzano.

Le date esatte per il 2024 le trovate sul nostro sito [www.alzheimer.bz.it](http://www.alzheimer.bz.it).

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

### 3. Pomeriggi di intrattenimento al Grieserhof Bolzano

L'associazione ASAA, in collaborazione con il Grieserhof, organizza **ogni secondo martedì del mese un pomeriggio di intrattenimento per familiari e loro cari**. Gli incontri si svolgono tra le 15:00 e le 17:00 nella sala al piano terra del Grieserhof.

L'intrattenimento e il divertimento sono garantiti con giochi, lavoretti, musica ed esercizio fisico, oltre a caffè e dolci. Il programma sarà pubblicato poco prima con un volantino e sul nostro sito. Vi aspettiamo numerosi.

È gradita l'iscrizione telefonica a [info@asaa.it](mailto:info@asaa.it) o al Numero verde 800 660 561.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

### 4. Sentemente a Bolzano

Attualmente e fino alla fine di giugno 2024, alla casa di cultura di Gries, nella sala 2 dietro la biblioteca, dalle ore 17.00 alle ore 19.00, si svolgerà un **laboratorio Sentemente** in italiano, **anche online**.

Da luglio 2024, **Sentemente Caffè** continuerà ad essere a disposizione dei familiari, con le stesse date di presenza dalle ore 17.00 alle 19.00.

Per informazioni dettagliate contattare [info@asaa.it](mailto:info@asaa.it); Numero verde 800 660 561 oppure: Gaburri Anna Tel. 349 6114166.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

### 5. Gruppo maschile di Bressanone

A Bressanone, il gruppo maschile continua a incontrarsi ogni terzo mercoledì del mese dalle ore 19:30 alle 21:00. La sede è la sala parrocchiale Don Bosco a Bressanone, Viale Mozart 32.

Le iscrizioni possono essere accettate tramite [info@asaa.it](mailto:info@asaa.it) o al Numero Verde 800 660 561 oppure presso Fink Anna Tel: 348 1545279 e/o Kaiser Alexandra Tel: 347 6532303.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*



## 6. In Val Venosta:

Il numero di telefono **per persone che ne hanno bisogno (+39 333 298 6884)** è attivo **tutti i martedì dalle 9:00 alle 11:00 e il giovedì dalle 17:00 alle 19:00.**

Mensilmente vengono organizzate anche **serate informative sulla demenza.**

Potete trovare il **programma annuale per il 2024 sul nostro sito ([www.alzheimer.bz.it](http://www.alzheimer.bz.it)).**

I preavvisi singoli verranno comunicati tempestivamente anche attraverso i media.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

7. L'ASAA propone anche **serate informative** per sensibilizzare la popolazione.

Le relazioni si tengono spesso su richiesta, con breve preavviso in collaborazione con le comunità. Se segnalati tempestivamente, questi verranno pubblicati anche sul ns. sito.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

## 8. Avviso anticipato della Giornata mondiale dell'Alzheimer 2024

Quest'anno, il 20 settembre, celebriamo la Giornata mondiale dell'Alzheimer presso l'Academy della Cassa di Risparmio, in Via Cassa di Risparmio, a Bolzano.

Il relatore principale sarà il noto neuroscienziato e psichiatra Prof. Dr. Manfred Spitzer che è stato invitato a tenere una conferenza sul tema **“Demenza e intelligenza artificiale”.**

Inoltre, il biostatistico Dr. Markus Falk parlerà su **“La situazione dei dati nella regione alpina – da Monaco a Milano”**, in particolare sull'evoluzione della malattia in Alto Adige.

Il programma esatto sarà annunciato in seguito. E' prevista anche la traduzione simultanea.

\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*\_\*

9. Come di consueto continuiamo ad offrire **consulenze personalizzate** su richiesta al Tel. 0471-051951 o al Numero Verde 800 660 561. Inoltre, forniamo su richiesta anche **materiale informativo** vario per familiari.





## **Non perdere di vista i desideri e le richieste delle persone affette da demenza!**

Chi lavora con persone affette da demenza, sa che a volte sono necessarie pazienza ed empatia. Ma chi è assistente infermieristico e assistenziale, può tornare a casa e recuperare le forze dopo una giornata di lavoro particolarmente faticosa.

Ma molti familiari impegnati nell'assistenza a persone malate, non possono farlo. E può succedere che semplicemente prendano il sopravvento e trattino la persona affetta da demenza con condiscendenza o le manchino di rispetto.

Ma quando i familiari si comportano così, non è per una cattiva intenzione! I familiari caregiver perdono semplicemente di vista i desideri, le speranze e le richieste che i cari malati hanno espresso nelle prime fasi della loro malattia.

Pertanto è utile che il Dr. Dr. med. Herbert Mück, che ha tenuto molti colloqui con i malati di demenza nelle fasi iniziali, ha compilato il libro "Desideri e richieste dei malati di demenza".

### **Panoramica: questo è ciò che desiderano molte persone affette da demenza.**

- Non escludermi. Permettami di prendere parte ad attività sociali e occasioni sociali.
- Portami con te quando esci. Camminare e muovermi sono occasioni di divertimento che ancora mi sono a disposizione.
- Non essere deluso se non faccio molto da solo, ad esempio non guido la macchina da solo. Credimi, preferirei stare al volante piuttosto che avere l'autista.
- Ricorda per me eventi ed esperienze precedenti. In questo modo mi permetti di avere buoni sentimenti. Così promuovi anche la mia vivacità.
- Lasciati sorprendere da cos'altro riesco a fare. Tuttavia dovete darmi anche l'opportunità di farlo. Non togliermi tutto in anticipo perché pensi che non ne sia più capace.
- Non ricordarmi le mie incapacità. Mi deprime abbastanza che devo registrare io stesso i miei problemi. Inoltre, ci sono poche promesse di successo se mi "istruisci", "ammonisci" o "punisci". Ci aiuterai di più entrambi supportandomi nel risolvere i problemi in modo significativo.
- Rallegrati con me quando riesco in qualcosa. Proprio a causa delle mie difficoltà, non è "naturale" gestire le attività quotidiane.
- Chiamami o vieni a trovarmi quando ne hai voglia. Mi sento spesso solo e ansioso. Allora attendo con ansia qualsiasi contatto.
- Non sono contagioso, quindi non allontanarti da me inutilmente. Anche il contatto fisico gentile e sensibile fa bene.
- Non lesinare l'apprezzamento nei miei confronti. Non sono un "guscio vuoto". Mi piace particolarmente l'apprezzamento a causa dei miei problemi.
- Prova a metterti nei miei panni. Come ti senti quando non riesci a trovare le cose, ti senti debole e impotente a causa di una malattia o ti metti in imbarazzo in pubblico? Non considerare il mio comportamento come "aggressivo", "fastidioso" o "disinibito": spesso esprime semplicemente

- il mio desiderio di movimento, contatto e orientamento.
- Accetta che il mio stato d'animo possa variare di giorno in giorno. Non sentirti tradito se mi comporto in modo vivace e presente con i visitatori o con i medici e loro difficilmente riescono a capire quanto di solito mi sento male.
- Parlami lentamente, con calma e chiarezza. I tuoi sentimenti negativi (rabbia, nervosismo) mi influiscono subito.
- Perché dovrei adattarmi costantemente, soprattutto perché questo sta diventando sempre più difficile per me? Non potresti a volte accettare anche tu le mie idee?
- Non è necessario che tutti conoscano la mia diagnosi. Quindi non annunciarlo a tutti. Mi insospettisce anche quando noto come gli altri parlano di me.
- Non toccarmi scortesemente. Non trattarmi come un criminale da nascondere e di cui vergognarsi.



*Buona Pasqua!*