



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
Pec: alzheimer-asaa@pec.it * www.alzheimer.bz.it

ASAA informa - Notizie dall'associazione 3/2024

Preavviso per la Giornata mondiale dell'Alzheimer 2024 – ASAA festeggia 25 anni



Un quarto di secolo di esperienza a sostegno delle persone affette da demenza e delle loro famiglie è un motivo per festeggiare.

Il motto della celebrazione dell'anniversario di venerdì 20 settembre è:

“Rímanere unití!”

L'associazione Alzheimer Südtirol Alto Adige ASAA invita tutti gli interessati all'evento festivo il 20 settembre 2024 alle ore 17:00 presso la sede della Volksbank/ Banca Popolare a Bolzano, Via Macello 55.

Parcheggio gratuito nel parcheggio sotterraneo della Volksbank; il luogo dell'evento è raggiungibile anche con l'autobus urbano (linea 1).

I due relatori ospiti sono il **biostatistico altoatesino Markus Falk** e il **Prof. Manfred Spitzer, neuroscienziato e psichiatra**.

Markus Falk presenterà una panoramica sul tema "La situazione dei dati sulla demenza nella regione alpina: cosa accadrà effettivamente alla società nei prossimi decenni?". Si tratta di un inventario attuale con prospettive e visioni.

Il **Prof. Manfred Spitzer** (Ulm), autore del bestseller della rivista Spiegel "Intelligenza Artificiale", terrà una conferenza sul tema "Dall'intelligenza artificiale alla demenza digitale. Quali possibilità di successo esistono realmente per le persone colpite?"

In questa edizione:

- Preavviso per la Giornata mondiale dell'Alzheimer 2024 – ASAA festeggia 25 anni
- Gruppo di autoaiuto di Bolzano
- Pomeriggio di intrattenimento al Grieserhof a Bolzano
- Sentemente a Bolzano
- Gruppo uomini di Bressone
- In Val Venosta
- Segue una persona con demenza?
- Consulenze personalizzate e materiale informativa
- Serate informative per sensibilizzare la popolazione
- Siamo alla ricerca di volontari che vogliono collaborare
- Supperimenti per familiari sul tema "Come affrontare il senso della vergogna"



Dicembre: 02.12.2024 dalle ore 15.30 alle ore 17.30

Argomento: Riconoscere il dolore

Il dolore ha una funzione di allarme: segnala all'organismo la presenza di una lesione o di una malattia. Come si può riconoscere meglio questo aspetto?

Relatrice: Frisch Elfriede – ex responsabile di un reparto di demenza

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

2. 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 o al Numero verde 800 660 561.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

3. Sentemente a Bolzano

Da settembre 2024 "Sentemente Caffè" continuerà ad essere a disposizione dei familiari.

Per informazioni dettagliate contattare il Numero verde 800 660 561 oppure: Gaburri Anna Tel. 349 6114166 o su info@asaa.it

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

4. Gruppo uomini 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 o al Numero Verde 800 660 561 oppure presso Kaiser Alexandra Tel: 347 6532303.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

5. 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).

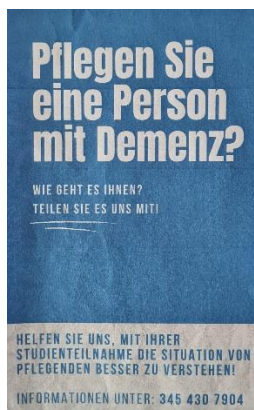
I preavvisi singoli verranno comunicati tempestivamente anche attraverso i media.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

6. Vi prendete cura di una persona affetta da demenza?

L'Istituto di Medicina Generale e Sanità Pubblica di Bolzano sta conducendo uno studio sull'onere delle cure. Ci piacerebbe sapere come stanno a casa gli accompagnatori (familiari e "badanti") e le persone con demenza. I risultati dello studio ci aiutano a capire come si può migliorare la situazione dell'assistenza domiciliare in Alto Adige.

Aiutateci ad acquisire una migliore comprensione dell'assistenza a casa partecipando allo studio! Informazioni al nr. 345-430-7904



*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

7. 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.

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

8. 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.

N.B:

Riceverete trimestralmente le notizie della nostra associazione con alcuni brevi consigli per i familiari di persone affette da demenza. Il prossimo numero uscirà a settembre 2024.

Per poter realizzare ulteriori idee, cerchiamo volontari

L'Associazione ASAA quest'anno organizza diverse manifestazioni per aiutare i familiari delle persone affette da demenza.



Per rendere possibili questi ed altri progetti e sostenere i parenti, **stiamo ancora cercando volontari, possibilmente anche pensionati, che abbiano voglia di mettersi a disposizione.**

Se riesci a immaginare una simile collaborazione, contattaci tramite info@asaa.it; Tel: 0471 051951 (ufficio) oppure il nostro Numero Verde 800 660 561.

I nostri orari di ufficio sono lunedì e mercoledì dalle 15:00 alle 18:00.

Nella speranza del vostro prezioso impegno, desideriamo ringraziarvi sentitamente e confidare in una buona collaborazione!



Come affrontare il SENSO DI VERGOGNA

La vergogna è un sentimento naturale che tutti conosciamo. Si verifica quando ci si sente in imbarazzo, incompresi, esposti o feriti. Soprattutto quando ci prendiamo cura di una persona affetta da demenza, è fondamentale riconoscere in tempo il livello di vergogna della persona, per un'assistenza sensibile e rispettosa.

Con il progredire della demenza, la persona colpita ha inevitabilmente bisogno di aiuto, soprattutto nelle attività intime come l'igiene personale e l'uso della toilette. Questa situazione non più autodeterminata può portare a intensi sentimenti di vergogna.

D'altro canto, anche chi assiste può vergognarsi perché non può ignorare l'intimità dell'altra persona o perché ritiene di non riuscire a soddisfare le aspettative e i bisogni dell'altra persona.

Tutto ciò può rendere la relazione problematica e aumentare la vergogna. I confini della vergogna possono anche cambiare nel tempo o addirittura svanire, in modo da rappresentare una sfida nuova per gli assistenti.

Anche se la fiducia è grande, non sempre è possibile evitare completamente il sentimento di vergogna tra le persone bisognose di cura e i familiari che li assistono. Tuttavia, ci sono modi per gestire più facilmente le situazioni tipiche di vergogna se si capiscono le loro cause. In questo caso, hanno un ruolo

importante il contesto sociale e culturale, l'educazione o le esperienze dolorose delle persone colpite.

Fattori che scatenano il senso di vergogna sono:

- La sensazione di non corrispondere alle aspettative sociali
- L'umiliazione percepita dovuta, ad esempio, a un eccessivo aiuto proposto
- La dipendenza crescente dall'aiuto degli altri.
- La perdita di controllo di alcune funzioni corporee, p.es. incontinenza urinaria o fecale.
- L'intrusione nella sfera privata durante l'igiene personale o la toilette intima.

Notare questi segnali della vergogna aiuta a riconoscere in tempo quando la soglia della vergogna è stata raggiunta o addirittura superata.

La vergogna si manifesta in diversi modi:

- La persona colpita arrossisce,
- rifiuta le azioni infermieristiche,
- non accetta l'aiuto offerto.
- La persona piange, ad esempio mentre viene lavata o imboccata.
- La persona mostra comportamenti di sfida, p.es. reazioni difensive verbali e/o fisiche durante l'assistenza.

I seguenti approcci possono aiutare i familiari premurosi a prevenire lo stress causato dai sentimenti di vergogna:

- Se possibile, rispondere ai desideri individuali della persona interessata.
- Informare la persona prima di effettuare qualsiasi azione infermieristica.
- Parlare sempre con la persona mentre si presta assistenza.
- Prestare attenzione alla comunicazione non verbale, poiché le persone affette da demenza sono molto sensibili alle emozioni che vi si esprimono.
- Pensare a come rendere le situazioni meno stressanti.
- Non banalizzare il sentimento di vergogna, né quello della persona interessata, né il proprio. Bisogna vedere la situazione da una prospettiva che tenga conto della biografia della persona assistita come anche della propria.
- Cercare di accettare i propri limiti nell'assistenza, se la vergogna continua a pesare troppo sulla vita quotidiana. Forse un altro membro della famiglia può aiutarvi oppure potete rivolgervi, ad esempio, al servizio di assistenza domiciliare, i cui collaboratori potrebbero svolgere determinati compiti di assistenza in modo più naturale

