



Essere un familiare di una **persona** con demenza

PER ATTRAVERSARE LE SFIDE CHE OGNI GIORNO SI PRESENTANO

UN VIAGGIO IN 13 TAPPE NEL SENTE-MENTE® LABORATORIO

Diventare un familiare di una persona che vive con demenza è un viaggio emotivamente coinvolgente e dirompente. La malattia vuol prendere il sopravvento nella quotidianità ed i gesti di cura affaticano la relazione. C'è bisogno di una mano capace di aiutarci ad attraversare le numerose sfide che ogni giorno si presentano.

Ecco per te un percorso in 13 tappe capace di:

- aiutarti a costruire una visione della malattia emotivamente sostenibile ed in grado di darti **strumenti** per vivere una relazione possibile;
- aiutarti a **leggere il comportamento della persona** di cui hai cura rispetto al sonno, alla nutrizione, all'igiene personale, al dolore fisico, alle relazioni familiari ed esterne e trovare sempre le giuste strade per creare una quotidianità serena;
- aiutarti a trovare un canale di **comunicazione efficace**: non si tratta di cercare di capire, ma imparare a "sentire";
- aiutare l'intero nucleo familiare a trovare il suo **equilibrio** negli affetti e nella **quotidianità**;
- aiutarti a creare una routine giornaliera per la **cura della tua vitalità** e gioia perché te ne serve davvero tanta;
- aiutarti a creare una routine giornaliera per la cura della vitalità e della gioia della persona con strumenti efficaci per **vivere il tempo**;
- aiutarti ad andare oltre quel senso di frustrazione, impotenza ed **allenare la tua auto-efficacia** nella cura che si traduce nella serenità di sapere che hai messo in campo il tuo massimo.



Stiamo trasformando la nostra diagnosi di demenza da una drammatica condanna ad un cambiamento di **vita**.

Harry Urban

Un'occasione per spostare lo sguardo **dalla malattia alla persona**, uno spazio accurato per svelare, tra le pieghe della demenza, le possibilità che ancora esistono nella vita che pulsa oltre la diagnosi.

In questo percorso verrai accompagnato da un Felicitatore esperto nel Sente-mente® modello, una metodologia innovativa ed efficace per attraversare la malattia e le sue sfide.

Sente-mente® Laboratorio 2025

tredici incontri in lingua italiana:

il **lunedì** dalle **ore 18:15 alle ore 20:00**

presso la Casa della Cultura di Gries

Sala al primo piano

Via Fago, 45 Bolzano

Calendario

- 10 - 17 - 24 - 31 marzo
- 07 - 14 - 28 aprile
- 05 - 12 - 19 - 26 maggio
- 09 - 16 giugno

Il Laboratorio verrà condotto da **Anna Gaburri**, Felicitatore formatore del Sente-mente® modello



INFO E ISCRIZIONI

E-mail info@asaa.it
tel. 800 660 561

anna.gaburri@sente-mente.it
cel. 349 6114166

