



Alzheimer • Südtirol • Alto Adige



Il tuo familiare vive con demenza e attraversarsi con fatica la quotidianità?



Vi aspettiamo al Sente-Mente Caffè

Il **Sente-Mente Caffè** è uno spazio di **incontro e crescita** dedicato alle **persone che vivono con la demenza e ai loro familiari**. Qui, le famiglie possono riscoprire il valore della relazione, apprendere strumenti pratici **per il benessere quotidiano** e sentirsi parte di una comunità accogliente e solidale. Non un gruppo di supporto, ma **un'opportunità di trasformazione**.

Un approccio innovativo

I **Sente-Mente Caffè** non sono solo incontri di condivisione, ma vere e proprie **esperienze trasformative**. Non separiamo le persone che vivono con demenza dai loro familiari, ma creiamo **uno spazio di relazione e crescita comune**. Qui scoprirai che la demenza non porta via la capacità di provare emozioni e di costruire connessioni significative.

I SENTE-MENTE CAFFÈ O INCONTRI GRATUITI PER PERSONE CON DEMENZA ED I LORO FAMILIARI E CAREGIVERS.



QUANDO:

martedì dalle ore 10.00 alle ore 11:30

08 e 22 luglio 2025

05 e 19 agosto 2025



DOVE:

presso **Bar Pippo**
Passeggiate Talvera



Conduce gli incontri:



Informazioni:



Anna Gaburri

Educatore e Felicitatore
del Sente-mente®
modello

**ALZHEIMER SÜDTIROL
ALTO ADIGE**

info@asaa.it
tel. 800 660 561

SENTE-MENTE CAFFÈ
perché la vita non finisce
con la diagnosi

Scopri di più su Sente-mente®:
www.letiziaespanoli.com

Perché partecipare?



Per poter:

- imparare a **comunicare** in modo nuovo e più efficace con il proprio caro
- **sperimentare** momenti di benessere e connessione autentica
- **ridurre stress** e isolamento
- acquisire **strumenti pratici** e innovativi da utilizzare nella quotidianità
- **condividere esperienze** con altre famiglie condotti da un esperto del Sente-mente® modello
- **allenare la resilienza** per affrontare il futuro con maggiore serenità.

Cosa accade durante un Sente-Mente Caffè?

Insieme al tuo caro che vive con demenza avrai l'opportunità di essere accompagnato a vivere:

- esperienze per rafforzare il legame familiare
- attività pratiche ed emozionali per una quotidianità più serena
- imparare tecniche per comprendere e gestire i comportamenti speciali
- acquisire strategie e strumenti per una cura più consapevole
- un ambiente inclusivo che valorizza ogni persona oltre la malattia.

Cosa dicono i familiari che hanno partecipato ai Sente-mente Caffè:

"Non pensavo fosse possibile, ma ora so come vivere la relazione con mio marito in modo diverso. Il Sente-Mente® Caffè ha cambiato la mia prospettiva."

"Ho capito che anche nella demenza possiamo costruire momenti di felicità e connessione."

"Finalmente un luogo in cui non ci si sente soli, ma compresi e sostenuti."

Il Sente-Mente® Modello

Il Sente-Mente® Modello, ideato dalla dott.ssa Letizia Espanoli, nasce da una domanda forte e dirompente:

"La demenza è solo tempo di fatica, perdita, angoscia? Oppure tra le sue pieghe si nasconde ancora vita?"

Un metodo innovativo che pone al centro la persona che vive con la demenza e la sua capacità di provare, fino all'ultimo respiro, emozioni e sentire quelle altrui. Per questo "Sente-Mente" (perché la persona ancora "sente") sostituisce "de-mente" (fuori dalla propria mente).

La malattia di chi amiamo è difficile da vivere. Accogliere i cambiamenti, giorno dopo giorno, è fonte di non poco dolore. Abbiamo bisogno di **strumenti**, di accompagnamento e di coraggio. Applicare il Sente-Mente® Modello significa essere guidati con competenza, professionalità e innovazione all'interno di **un percorso capace di far germogliare** una cultura che aggiunge al fare la felicità di essere, capace di svelare la Bellezza in sé stessi, nella malattia, nelle difficoltà delle persone.

Sente-Mente® è un modello nato per svelare, nel dolore e nella fatica della demenza, le **opportunità** per vivere la quotidianità della Vita nonostante la diagnosi. Ha sviluppato strategie di intervento sia per le persone che vivono con la malattia ed i loro familiari, sia per aumentare la qualità della vita a domicilio e nelle Residenze per anziani.