



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



Vi aspettiamo al **Sente-Mente Caffè 2026**

Uno spazio di **incontro e crescita** dedicato alle **persone che vivono con demenza ed 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

sono **incontri gratuiti** per persone con demenza ed i loro familiari e caregivers

QUANDO

il mercoledì

dalle ore **10.00** alle ore **11:30**

CON

Anna Gaburri

Felicitatore® formatore
del Sente-Mente® Modello



CALENDARIO

25 febbraio 2026

11 e 25 marzo 2026

15 e 22 aprile 2026

06 maggio 2026

INFO E ISCRIZIONI

anna.gaburri@gmail.com

cel. 349.6114166



DOVE

presso

Nuovo Centro

ASAA - FISIODYNAMIK

Via Mendola 49/b - Bolzano

SENTE-MENTE CAFFÈ PERCHÉ LA VITA NON FINISCE CON LA DIAGNOSI

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

SENTE-MENTE CAFFÈ

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 familiare 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**
- acquisire strategie e strumenti per una **relazione** di cura più **consapevole**
- un ambiente accogliente 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."

INFO E ISCRIZIONI

anna.gaburri@gmail.com

cel. 349.6114166