

# Il tuo familiare vive con demenza e attraversi 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-FISIO DYNAMIC**  
**Via Mendola 49/b - Bolzano**

## **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**