



Working to become  
**Dementia  
Friendly**  
Gavirate  
2019

# Gavirate Comunità Amica delle Persone con Demenza

## PARTECIPA ANCHE TU!

### CONSIGLI per essere Amici delle Persone con Demenza

Un'iniziativa promossa da:

Con la collaborazione:



# Cosa è una Comunità Amica delle Persone con Demenza

Una Comunità Amica delle Persone con Demenza è una comunità informata nella quale c'è un processo volto ad estendere e ad approfondire la **consapevolezza delle esigenze** delle persone con demenza e delle loro famiglie.

La Comunità Amica delle Persone con Demenza, città o territorio, è un luogo nel quale le persone con demenza sono **comprese e rispettate** e sono **fiduciose** di poter essere parte attiva della comunità.

Chiunque (cittadini, aziende, istituzioni, servizi, associazioni e gruppi religiosi, ecc.) in una Comunità Amica sarà **attivo** nel rispondere in modo adeguato alle esigenze delle persone con demenza e dei familiari.

## DIVENTA ANCHE TU UN CITTADINO AMICO DELLE PERSONE CON DEMENZA.



OBIETTIVI DI GAVIRATE COMUNITÀ AMICA DELLE PERSONE CON DEMENZA

## Che cosa è la Demenza

Il termine **demenza** descrive le condizioni che comportano un deterioramento progressivo delle funzioni del cervello con effetto sulle attività quotidiane.

L'Alzheimer è la più comune forma di demenza (50-60% dei casi). Altre forme di demenza sono la demenza vascolare, la demenza a corpi di Lewy e la demenza frontotemporale.

Il principale fattore di rischio è l'età: la demenza colpisce prevalentemente le persone sopra i 65 anni; tuttavia anche i giovani possono esserne affetti.

I **sintomi** comuni alle demenze sono:

- » Perdita di memoria
- » Problemi di linguaggio
- » Difficoltà di concentrazione e di pensiero astratto
- » Diminuzione della capacità di giudizio
- » Diminuzione della capacità di prendere decisioni
- » Disorientamento nello spazio e nel tempo
- » Cambiamenti di umore e/o di comportamento
- » Cambiamenti di personalità
- » Ansia
- » Aggressività
- » Apatia
- » Depressione
- » Vagabondaggio senza meta

## I prerequisiti per una Comunità Amica delle Persone con Demenza

Il primo ineludibile passaggio è l'**ascolto** e l'**accoglienza**. Monitorare i bisogni, chiedere e ascoltare le persone con demenza e i loro familiari significa considerare chi è in fragilità **soggetto** e non oggetto, protagonista della vita propria e della comunità.

Rendere possibili gli spostamenti curando l'**accessibilità** a luoghi e servizi consente alle persone con demenza e ai loro familiari di **uscire dall'isolamento**, farsi conoscere e fare conoscere la ricchezza che rappresentano per la società.

ASCOLTO E ACCESSIBILITÀ PER UNA VITA QUOTIDIANA SENZA OSTACOLI.



Gavirate è stata riconosciuta nel 2019 "Working to become Dementia Friendly Community" da Federazione Alzheimer Italia

## Cosa fare per aiutare una Persona con Demenza

Ecco di seguito alcuni consigli pratici se dovessimo trovarci nella necessità di aiutare una persona con demenza:

- » Offrire comprensione e rassicurazione
- » Evitare di giudicare e di correggere
- » Accompagnare la persona in un luogo tranquillo
- » Ascoltare con attenzione paziente dando alla persona con demenza il tempo di interagire mantenendo sempre attiva la relazione
- » Comunicare consapevolmente ed empaticamente
  - ◇ Comunicare con frasi brevi, chiare e con un unico contenuto
  - ◇ Comunicare con la parola e con un tono di voce pacato
  - ◇ Comunicare facendo attenzione anche all'espressione del volto e ai gesti
  - ◇ Evitare formule al negativo, frasi ironiche e immagini metaforiche
- » Offrire aiuto pratico solo in caso di necessità evidente, evitare di sostituirsi
- » Mettersi in contatto con i familiari

**NON SOTTOVALUTIAMO L'IMPORTANZA DELLA RELAZIONE.**



## Perchè contribuire alla **Comunità Amica delle Persone con Demenza**

In Italia sono circa **1.241.000 le persone affette da demenza** e 3.000.000 le persone che si prendono cura di loro. Questi **numeri sono previsti in aumento** visto il continuo invecchiamento della popolazione.

Il 75% delle persone con demenza e il 64% dei loro familiari sono **vittime dello stigma sociale** che causa isolamento ed esclusione dalla vita della comunità.

**La Comunità Amica delle Persone con Demenza risponde all'esigenza delle persone con demenza di essere sostenute ed incluse.**

Essa è una comunità di persone informate e consapevoli, disponibili a formarsi e a dare aiuto concreto, ad agire in favore dell'inclusione sociale per consentire a chi è affetto da demenza e a chi di loro si prende cura di condurre una vita attiva e socialmente ricca.





Per ulteriori [informazioni](#) su come contribuire affinché la Comunità Amica della Demenza diventi realtà, **CONTATTACI!**



### **Progetto Rughe**

Gruppo operativo di Gavirate di Varese Alzheimer  
Piazzale Besozzi, 1 - Angolo Viale Garibaldi  
21026 Gavirate (VA)

Tel: **366 6457422** - Email: **info@progettorughe.it**

**www.progettorughe.it**

SEGUICI

