

augusto



**«Per elaborare le emozioni
ci vuole più tempo»**

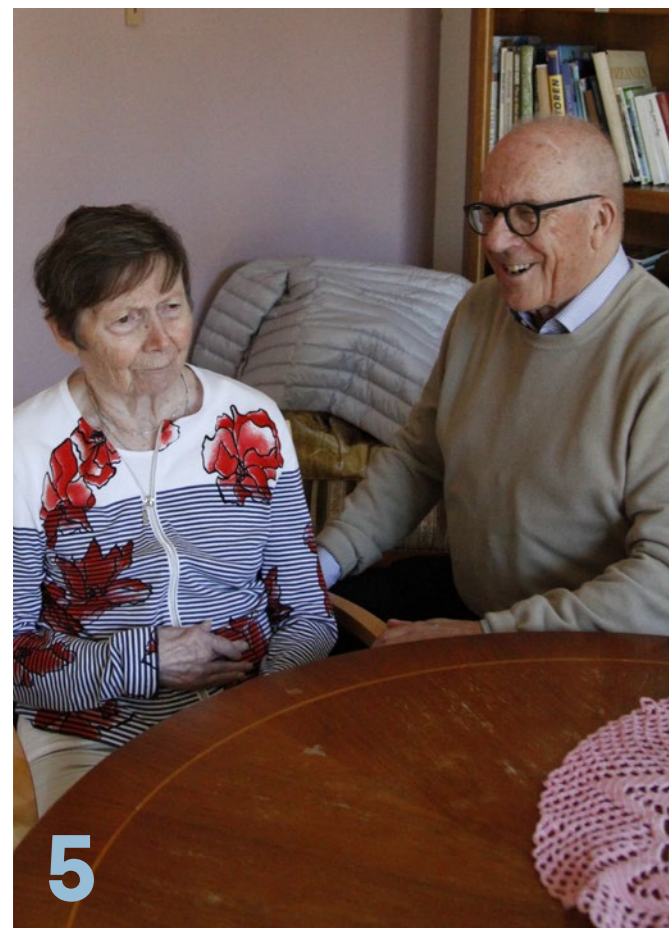
**Informazioni importanti
sul ricovero in istituto**

**alzguide.ch: offerte legate
alla demenza vicino a voi**

**«Qui nessuno
di noi sbaglia!»**

Auguste – la prima paziente affetta da demenza

«Ho perso per così dire me stessa», ripeteva Auguste Deter al suo medico Alois Alzheimer nel 1901. Auguste, a causa della sua giovane età di 51 anni, era la prima paziente in forte stato confusionale a destare la curiosità di Alois. Alzheimer battezzò dunque il quadro clinico «malattia dell'oblio». Nel 1997, quasi 100 anni dopo, la cartella clinica di Auguste Deter venne riscoperta segnando un nuovo capitolo nella storia della medicina. I dialoghi tra Alois e Auguste illustrano infatti in modo chiaro la scoperta scientifica del morbo di Alzheimer.



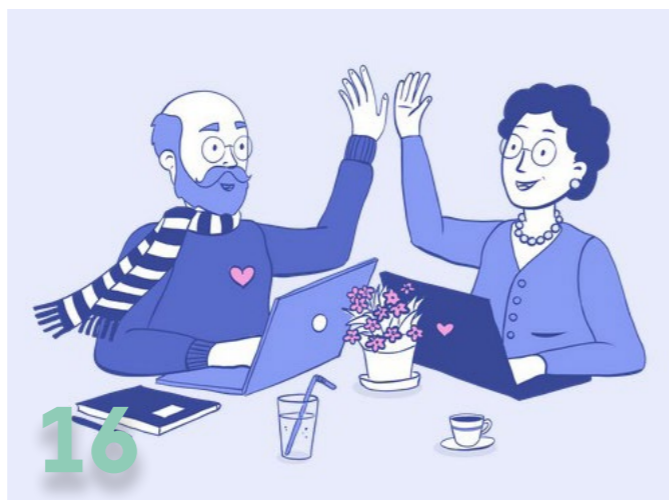
5

Tema di fondo: **abitare in un istituto di cura**

«Per elaborare le emozioni ci vuole più tempo»



Uno specchio sulla realtà «Qui nessuno di noi sbaglia!»



Piattaforma online alzguide.ch: offerte legate alla demenza vicino a voi

Tema di fondo	4
Vita quotidiana	9
Ricerca	10
Buono a sapersi	12
Diritto	13
Uno specchio sulla realtà	14
Piattaforma online sulle offerte di sostegno	16
Indovinello	17
Piattaforma per persone affette da demenza	18
Colophon	18
Orecchie tese	19

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,



Dott.ssa Stefanie Becker,
direttrice di Alzheimer Svizzera

Convivere con una diagnosi di demenza e organizzare di conseguenza la vita quotidiana richiede grande impegno da parte di tutte le persone coinvolte. Sono tante le domande che ci si pone in questi casi, anche in merito a un possibile trasferimento in un istituto di cura. Dover lasciare il proprio ambiente familiare è per molti un'esperienza dolorosa. La decisione in merito è quindi legata a paure e sensi di colpa. Spesso i familiari finiscono così per sacrificarsi, occupandosi dei malati al di là dei propri limiti e finendo per ammalarsi a propria volta, cosa che vanifica l'impegno preso. È dunque meglio prepararsi al ricovero per tempo, invece di farlo all'ultimo minuto.

Comprendiamo bene il desiderio e la necessità di tutte le persone coinvolte di rimanere il più a lungo possibile nel loro ambiente familiare. Nel caso di una demenza in stato avanzato, una struttura di assistenza può però dare un contributo importante alla qualità di vita del malato e dei suoi familiari. Affinché il ricovero avvenga con successo,

le nostre consulenti del Telefono Alzheimer consigliano di visitare una o più strutture durante la fase iniziale della malattia, prima che la necessità si trasformi in un'urgenza. Parlando con i responsabili delle strutture è possibile dissipare pregiudizi, chiarire punti non chiari e creare una relazione di fiducia.

L'esempio della coppia intervistata in questo numero mostra come organizzare il ricovero in istituto traendone effetti positivi. In questa edizione abbiamo anche deciso di descrivere il lavoro svolto da una casa di cura che, speriamo, possa esservi utile nell'abbattere paure e pregiudizi. La rubrica dedicata agli aspetti legali vi fornirà ancora più informazioni in merito.

Gli articoli sul gruppo escursionistico del Canton Zugo e sull'incontro avvenuto presso la sezione di Aarau vi mostreranno invece quanta gioia possano creare le attività svolte in compagnia. A proposito, queste e tante altre offerte delle nostre sezioni sono possibili solo grazie alla collaborazione dei tanti volontari, che vogliamo ringraziare di cuore!

Nella rivista trovate anche un'anteprima della nostra Conferenza nazionale sulla demenza 2024, dedicata ai tabù

Dover lasciare il proprio ambiente familiare è un'esperienza dolorosa.

sulla demenza. Nell'articolo che descrive un progetto di ricerca sostenuto da Alzheimer Svizzera a cui hanno partecipato diverse sezioni, scoprirete infine come le esigenze dei familiari possano essere integrate nei servizi di assistenza.

La vostra



Il giardino dell'istituto è perfetto per passeggiare.

Tema di fondo: abitare in un istituto di cura

«Per elaborare le emozioni ci vuole più tempo»

Per nove anni Samuel Thöni, un simpatico signore ottantenne dell'Oberland bernese, si è preso cura di sua moglie malata. Lo scorso inverno ha dovuto affidarla a una casa di cura. Pur sapendo di aver preso la decisione giusta, all'inizio ha faticato ad abituarsi.

Nel diario che tiene da quando la moglie Heidi ha avuto la diagnosi nel 2013, Samuel Thöni ha segnato la data del ricovero in istituto: 18 novembre 2022. «Una giornata importante ma difficile», racconta Samuel. Già da tempo persone a lui vicine l'avevano consigliato di fare questo passo, per non affaticarsi troppo. Lui aveva però l'impressione che dovesse prendersi cura non solo di se stesso, «ma di entrambi», perché loro formavano e ancora formano un'unità. È stata infatti la moglie, occupandosi della famiglia, che gli ha permesso di fare carriera nel settore delle costruzioni. Quando a 69 anni si è ammalata sapeva che non l'avrebbe lasciata sola.

Le cose sono andate bene a lungo. I Thöni svolgevano tante attività anche quando la malattia era già a uno stadio avanzato: viaggiavano, giocavano a golf, mangiavano fuori. Il tutto grazie anche al sostegno dei figli e delle figlie. Una volta alla settimana Heidi trascorreva un giorno in un istituto diurno e un altro giorno veniva una persona

privata ad aiutarla. Finché, nell'estate del 2022, il marito ha compreso che le cure a casa non bastavano più. Ciò di cui la moglie necessitava durante i momenti peggiori della malattia lui non poteva darglielo. A questa conclusione è giunto anche parlando con una signora nella sua stessa situazione.

Una vacanza di prova

Per Samuel Thöni prendersi cura della moglie era diventato difficile: non poteva lasciarla sola neppure un minuto. «Dalla mattina alla sera dovevo fare attenzione che non le succedesse nulla.» Quando doveva assentarsi per un'emergenza - per esempio, per andare dal dottore a causa della puntura di una vespa - o per prendere un po' d'aria sul balcone di sera, era quasi impossibile trovare qualcuno che lo sostituisse e si prendesse la responsabilità.

La decisione l'ha presa in accordo con la dottoressa che segue la copia da anni e con i figli. Per il grande passo

Samuel si è preparato in modo rigoroso, consultando specialisti, informandosi e visitando istituti. Alla fine la famiglia ha scelto Oberi Bäch, una casa per persone affette da demenza nell'Emmental gestita dai proprietari, che li ha colpiti per la bella atmosfera familiare. Quattro settimane di prova dimostrano che Heidi si sente a proprio agio nella nuova casa. Poco tempo dopo una camera si libera e Heidi può trasferirsi.

Un grande impegno

Il giorno del trasferimento una figlia li accompagna. Un paio di giorni prima Samuel spiega alla moglie che dovrà trasferirsi perché lui non riesce più a occuparsi di lei come vorrebbe. «Penso che mi abbia capito», racconta. La vigilia del ricovero i figli lo ringraziano per essersi preso amorevolmente cura della mamma sorprendendoli in modo positivo. «Erano abituati a vedermi come un padre esigente», spiega, «preso dal lavoro e spesso fuori casa.» Con la malattia della moglie e della madre hanno imparato tutti che la vita può avere tante sfaccettature diverse.

Heidi si trova bene e il marito sa che viene curata nel migliore dei modi. Durante le visite settimanali fanno brevi gite nelle vicinanze, camminano un po', guardano gli

animali ospitati presso l'istituto. Brevi momenti di vita vissuta che fanno bene a entrambi. Anche se la tristezza è grande quando ci si deve lasciare. E Samuel Thöni, lui come sta? Ha dovuto imparare ad adattarsi alla nuova vita. È stato più complicato di ciò che si era immaginato. Da un lato si è reso conto che le cure della moglie lo stancavano molto, dall'altro lato ora le giornate sono meno strutturate.

Grato per i bei momenti

La decisione riguardante l'istituto è stata presa con consapevolezza e Samuel non se ne pente. Allo stesso tempo si rende conto che «per il lato emotivo ci vuole tempo.» Nel frattempo si è abituato alla situazione. In primavera ha festeggiato i suoi 80 anni con gli amici, ringraziandoli per il supporto e informandoli in merito al ricovero. «Ci dispiace che Heidi non possa più vivere a casa», ha scritto insieme ai figli sul biglietto d'invito, «ma anche grati per i favolosi momenti che, nonostante l'Alzheimer, abbiamo avuto la gioia di vivere insieme.»

State pensando a un trasferimento in una casa di cura?

Le consulenti del Telefono Alzheimer sono a vostra disposizione: alzheimer.ch/telefono

Tema di fondo: abitare in un istituto di cura

«Ogni giornata è diversa dall'altra»

Nella casa di cura di Mont-Riant vivono persone con disturbi cognitivi o mentali. Il personale della casa lavora secondo un approccio centrato sull'individuo, che dà valore alla qualità di vita dei residenti.

Dalla sala comune a pianterreno giungono delle voci. Qui ogni mattina vengono offerte diverse attività, alle quali gli ospiti possono decidere di partecipare oppure anche no, a seconda del loro stato d'animo. Al centro della sala su un tavolo è disposta una selezione di mandala, dai più semplici ai più complessi, e matite di diversi colori. Davanti alle finestre, che offrono una magnifica vista sul lago di Neuchâtel, sono appese ghirlande fatte di cerchi di carta di diversi colori e dimensioni. Gli ospiti le hanno contrassegnate con i loro nomi e decorate con foto di destinazioni vicine e lontane, tema della festa estiva organizzata dall'istituto. Oggi nella sala comune l'atmosfera è

ancora tranquilla. Ai piani vi è invece grande animazione. Fin dall'alba, il personale è in piedi per aiutare i malati ad alzarsi e a fare la toilette quotidiana, accompagnandoli secondo il loro ritmo e le loro necessità. Tutto ciò a volte richiede tanta pazienza.

Situata nel verde della collina di Bellevue, sopra Yverdon-les-Bains, la casa di cura Mont-Riant è stata inaugurata nel febbraio del 2017. Qui vivono 56 persone, per lo più anziani con disturbi cognitivi come l'Alzheimer in stato avanzato, ma anche alcuni affetti da malattie mentali. La struttura è composta da appartamenti adattati, una



Le giornate vengono organizzate secondo le esigenze degli ospiti.

comunità residenziale per malati di Alzheimer, un centro di assistenza a breve termine e un'unità di assistenza domiciliare. La casa di cura di Mont-Riant costituisce il centro geriatrico della Fondation Saphir, che qui ha anche la sua sede amministrativa. La Fondazione, che gestisce una ventina di strutture, tra cui sei case di cura e due comunità residenziali per malati di Alzheimer, e che fornisce servizi geriatrici, psicogeriatrici e psichiatrici per adulti, è molto presente in questa regione giurassiana settentrionale del Canton Vaud.

Un luogo che offre libertà di decisione

Come le altre strutture della Fondazione, la casa di cura Mont-Riant mette in pratica un concetto di assistenza incentrato sulla qualità di vita della persona e basato su approcci come l'Humanitude® (sviluppata da Gineste-Marescotti), la Validation® (sviluppata da Naomi Feil), il metodo Montessori e il metodo Carpe Diem (sviluppato da Nicole Poirier). La filosofia di cura è espressa nel modello Aedis (latino per «casa»), elaborato dalla Fondation Saphir. Il modello mira a restituire ai residenti un luogo dove sentirsi a proprio agio, liberi di fare le proprie scelte. Si crea così un'assistenza personalizzata individuale tenendo conto della storia, delle preferenze e del ritmo di vita di ognuno, frutto di una serie di colloqui

svolti con i residenti, i familiari e il personale. Valérie Baud Mermoud, responsabile dell'assistenza presso la Fondation Saphir, afferma che gli anziani rispondono alla domanda «Com'è la giornata ideale per te?» in questo modo: «Per me una giornata è perfetta quando mi dà la giusta libertà, mi permette di bere e mangiare bene, di dormire a sufficienza di avere contatti con altre persone e di svolgere azioni appaganti».

La scelta deliberata dei termini va di pari passo con la filosofia della Fondazione. E Valérie Baud Mermoud non esita a ricordare - con benevolenza - allo staff che bisogna preferire il termine «accompagnamento» a «cura». Nelle strutture della Fondazione non si parla di pazienti, ma di residenti. Allo stesso modo, non viene indicato il numero di posti letto, ma di persone. «È importante scegliere le parole giuste», sottolinea. «I termini usati dovrebbero esprimere e riflettere l'attenzione e il rispetto che mostriamo alle persone».

Comunicazione e coordinazione

L'approccio centrato sulla persona richiede non solo aspetti terminologici, ma anche una comunicazione costante e un buon coordinamento all'interno del team. «Questa filosofia rivoluziona i consueti processi di

lavoro», ammette Simon Jaurès, responsabile dell'assistenza presso la casa di cura. La toilette mattutina, per esempio, non viene eseguita in modo sistematico, ma adattata individualmente e in base alle esigenze personali: se qualcuno lo desidera, può dormire più a lungo o fare la doccia più tardi. Questo approccio può portare a incomprensioni, tensioni o rivalità all'interno dei team. La direzione deve quindi garantire al personale maggiori competenze e promuovere l'iniziativa e la creatività individuali durante il lavoro quotidiano.

Nel frattempo, al secondo piano, nella piccola sala infermieri, avviene il passaggio di consegna prima del cambio di turno. L'atmosfera è rilassata e conviviale. «Le giornate si susseguono, ma non sono mai uguali», racconta Céline, un'infermiera molto motivata che lavora da

vent'anni presso la Fondation Saphir. «Prima eravamo sempre in modalità fare, ora siamo in modalità essere», spiega. «È proprio così: ogni giorno dobbiamo cambiare prospettiva e adattarci», aggiunge la sua collega Fidelia, operatrice sanitaria. Il team ha per esempio modificato gli orari di lavoro per soddisfare sia le esigenze dei mattinieri che dei nottambuli. Emilie, un'altra infermiera, fa regolarmente autocritica chiedendosi: «Come reagirei se qualcuno mi trattasse in un certo modo o si rivolgesse a me con un certo atteggiamento o un certo tono di voce?» Poiché la direzione incoraggia il personale a scoprire sempre nuovi approcci e pratiche di cura, Emilie porta regolarmente con sé il suo cane Riley, con grande gioia dei residenti di Mont-Riant che fanno a gara per coccolarlo e giocare con lui.

Tema di fondo: abitare in un istituto di cura

Non è facile trovare la pace interiore

La maggior parte delle persone preferisce vivere il più a lungo possibile a casa. Spesso accade però che un ricovero si renda necessario. Yasmina Konow, consulente del Telefono Alzheimer, sa come comportarsi in situazioni del genere.

Yasmina Konow, la maggior parte delle persone anziane non vuole entrare in una casa di cura. Perché?

Lasciare le proprie abitudini è difficile, non solo a una certa età. L'idea di istituto è inoltre spesso legata a costrizioni e imposizioni, alla dipendenza dagli altri e alla morte. E questi non sono certo temi facili da affrontare. Per chi soffre di demenza, poi, i luoghi conosciuti e i familiari regalano sicurezza e orientamento.

Come si può facilitare un ricovero in casa di cura?

Quando i familiari si prendono cura di un malato di demenza a casa, consigliamo loro di utilizzare sempre offerte di sgravio. Un'assistenza a ore da parte di una terza persona, la visita a un centro diurno o una vacanza in un istituto sono buone opzioni per cominciare. In questo modo

entrambe le parti possono pian piano abituarsi alla nuova situazione. Perché staccarsi e delegare non è facile. L'uso di servizi esterni permette inoltre ai malati di fare nuove esperienze e ai familiari di ricaricare le batterie.

Come si può trovare un istituto adatto?

Vale la pena informarsi per tempo sulle diverse case di cura disponibili e visitarle, se possibile coinvolgendo anche i malati. Nella maggior parte dei casi è possibile organizzare brevi soggiorni che aiutano a familiarizzare. Nel migliore dei casi bisognerebbe scegliere una struttura che offra un servizio diurno, stanze per periodi di prova o di vacanza e reparti aperti e protetti. Quando il progredire della malattia rende necessario un ricovero, la persona malata può trasferirsi così in un luogo che già conosce, evitando un salto nel buio.

Perché i familiari fanno tanto fatica a lasciare il loro caro in un istituto?

Spesso hanno promesso alla persona malata che non l'avrebbero abbandonata. Purtroppo a partire da un certo stadio della malattia le cure a domicilio non sono più possibili. Ciò crea dilemmi e sensi di colpi. Consigliamo perciò di fare promesse di questo tipo legandole a un periodo di tempo limitato, per esempio dicendo «finché ce la faccio» oppure «finché accetterai un aiuto esterno».

Meglio scegliere un istituto nelle vicinanze di casa o azzardarsi a puntare su un posto del tutto nuovo?

Quando per un genitore rimasto solo si rende necessario un ricovero, i figli tendenzialmente cercano una casa di cura che sia il più vicino possibile. In questo modo è più facile organizzare le visite anche diverse volte alla settimana. Spesso i figli sono impegnati e non riescono infatti a recarsi dal genitore più di quel che facevano prima. È dunque utile trovare un istituto nello stesso comune, anche per agevolare i contatti con gli amici, i conoscenti e i vicini, che possono così recarsi a trovarli in modo semplice e spontaneo.



Yasmina Konow, consulente del Telefono Alzheimer



La pianificazione del ricovero in istituto

La maggior parte delle persone preferisce vivere il più a lungo possibile a casa. Spesso accade però che un ricovero si renda necessario, soprattutto nei casi di demenza. Come affrontare l'argomento, quando è il momento giusto e cosa considerare viene spiegato con chiarezza nel foglio informativo «Il ricovero in un istituto di cura». Esso può essere ordinato e/o scaricato gratuitamente dal nostro webshop su alz.ch/publicazioni.

alzguide.ch: offerte legate alle varie forme di demenza nella vostra regione

Desiderate trovare un posto in una clinica diurna adatta alle esigenze delle persone affette da demenza? Anche voi, in qualità di familiari assistenti, desiderate una pausa ogni tanto e avete bisogno di un aiuto a ore o a giorni? Su alzguide.ch trovate servizi professionali specifici per le demenze nella vostra zona. Trovate maggiori informazioni in questa rivista a partire da pagina 16.

Vita quotidiana

«Ogni volta si porta con sé qualche insegnamento utile»

Una combriccola allegra e affiatata cresciuta negli anni: ecco, in poche parole, il gruppo escursionistico della sezione di Alzheimer Zugo. Le passeggiate si svolgono durante tutto l'anno, anche fuori dai confini cantonali con accompagnatori esperti.

Le previsioni meteo sono sempre un fattore di incertezza per il gruppo escursionistico della sezione di Zugo, che una volta all'anno organizza un'uscita vicino a casa. Questa volta il percorso si snoda attorno ad Affoltern am Albis, in direzione di Zwillikon. Daniela Bigler, direttrice di Alzheimer Zugo, rimane ottimista: da cinque anni, da quando esiste l'offerta, ha cancellato solo tre o quattro gite a causa del brutto tempo.

Il tempo tiene e la giornata inizia piacevolmente presso il punto d'incontro ad Affoltern a. A. «La logistica è sempre una sfida», spiega Daniela, che si occupa della gestione delle iscrizioni e delle cancellazioni, della distribuzione dei partecipanti sulle auto degli organizzatori e del controllo e invio del materiale.

Accompagnatori esperti e una guida davvero in gamba

Il percorso viene studiato con cura da uno dei due responsabili, entrambi con una lunga esperienza SAC alle spalle. Oggi c'è Urs, un ottantenne che sa quanto importante sia avere ogni dettaglio sotto controllo: la pendenza, la composizione del terreno, la possibilità di tornare indietro se necessario, la presenza di WC. Oggi in via del tutto eccezionale si pranza in trattoria, ma di solito si griglia sul fuoco. Gli accompagnatori sono sette, tutti super esperti nel campo della demenza. Uno degli appartenenti al gruppo ne riassume lo spirito con questa bella frase: «ogni volta si porta con sé qualche insegnamento utile».

Alzheimer Zugo

Alzheimer Zugo organizza escursioni undici volte all'anno e anche tante altre offerte per le persone malate e i loro familiari. Per esempio il club sportivo Silver Fit, gli allenamenti della memoria, i gruppi di dialogo, le conferenze e i corsi di formazione per volontari. Maggiori informazioni su alz.ch/zug



Il gruppo è pronto per la pioggia.

Una simpatica combriccola

Tre di questi escursionisti fanno parte della comitiva, che al momento conta quattordici malati più i vari assistenti, fin dai suoi inizi. Ognuno va alla propria velocità, chi con i bastoni, chi senza. La partecipazione è aperta a tutti coloro che sono ancora sufficientemente in forma.

Una volta arrivati alla trattoria, ricavata da una stalla, il buonumore è palpabile. Con l'arrivo della zuppa e delle bibite si inizia a raccontare storie. L'oste è stupito: «Non sembra nemmeno che abbiano l'Alzheimer.»

Cantando sotto la pioggia

Prima però Daniela blocca il gruppo: «Non ce ne andiamo prima di aver cantato una canzone!» Di solito si canta dopo il pranzo, ma oggi non c'è stato tempo, finora. E allora tutti insieme sotto la pioggia, con una temperatura di 4,5 gradi, intonano la popolare canzone primaverile intitolata *Alle Vögel sind schon da* («Tutti gli uccelli sono già tornati»). A proposito, in questa giornata bagnata sul sentiero non si è visto nessun altro!

Trovate l'articolo completo su alz.ch/auguste. Su alz.ch/agenda trovate invece la lista delle escursioni accompagnate e delle altre attività organizzate nella vostra regione.

I familiari come partner di lavoro

Sebbene esistano diversi servizi di supporto per i familiari delle persone affette da demenza, essi non sempre corrispondono alle loro esigenze. Un progetto di ricerca sostenuto da Alzheimer Svizzera ha quindi esaminato quali cambiamenti sarebbero necessari e come attuarli.



Un divario tra esigenze e offerte

Facendosi carico di gran parte dei compiti di assistenza e cura nell'ambiente domestico, i familiari dei malati di demenza contribuiscono ad alleggerire il sistema sanitario. È quindi fondamentale che ricevano sostegni e sgravi adeguati per poter affrontare questo compito spesso lungo e faticoso. Sebbene esistano varie offerte, esse non sempre corrispondono alle loro esigenze. L'utilizzo di tali servizi può infatti risultare troppo complicato o dispendioso in termini di tempo. Purtroppo i familiari curanti, percepiti anch'essi come bisognosi alla stregua dei malati, vengono coinvolti solo raramente nella progettazione dei servizi. La loro esperienza non viene sufficientemente riconosciuta. Eppure essa è fondata su importanti esperienze

accumulate nel corso degli anni. Un gruppo di ricerca dell'Università di Scienze applicate della Svizzera orientale si è quindi posto l'obiettivo di sviluppare i servizi di supporto già esistenti coinvolgendo i familiari. «L'obiettivo è quello di parlare con i familiari e di adattare meglio i servizi alle loro esigenze», sottolineano i due responsabili di progetto, il prof. Martin Müller e il prof. Steffen Heinrich.

Analisi delle esigenze

Nel progetto già concluso, il team di ricerca ha esaminato le questioni relative al dove e al perché ci sono discrepanze tra servizi ed esigenze e alle modalità di riallineamento delle stesse. A tal fine sono stati intervistati sia familiari che professionisti affiliati a quattro diverse reti

di supporto, fra i quali figuravano collaboratori delle sezioni cantonali di Alzheimer Svizzera, di Spitex e di Pro Senectute e dipendenti comunali delle quattro regioni di Bassersdorf, Coira, Rapperswil-Jona e Sciaffusa.

Dalle interviste è risultato che i familiari sono per lo più soddisfatti delle reti di supporto, ma che esistono anche dei punti deboli. Alcuni servizi non sono accessibili in modo sufficientemente diretto e gli scambi di informazioni tra professionisti sono stati descritti come insufficienti. «Inoltre, i familiari curanti vengono visti principalmente come destinatari delle offerte di supporto e non come possibili ideatori», spiegano i due responsabili del progetto. Una delle ragioni per queste mancanze è che spesso non ci sono abbastanza risorse disponibili, sia da parte degli operatori che dei familiari.

Un progetto comune

Per mettere in pratica i risultati ottenuti dalle interviste, con i familiari e i professionisti sono state sviluppate idee e prime misure in grado di coinvolgere i familiari stessi e andare meglio incontro alle loro esigenze. Tra i

vari progetti è stato creato un volantino sulla demenza rivolto ai medici di base e, nell'ambito degli Alzheimer Café, è stata data la possibilità ai familiari di scegliere i temi da discutere. I responsabili di progetto hanno riassunto le esperienze fatte nel modo seguente: «L'analisi congiunta e l'elaborazione di processi di co-progettazione tra familiari e attori della rete si è rivelata molto arricchente per tutte le parti».

Al fine di sostenere lo sviluppo dei servizi di altre reti, è stato creato lo strumento «Progettazione di reti per malati di demenza in collaborazione con i familiari». Questo strumento contiene informazioni utili e istruzioni pratiche per aiutare i professionisti ad adattare meglio i servizi in base alle esigenze dei familiari coinvolgendoli come partner nella progettazione. Ciò contribuisce in modo significativo a sostenere i familiari curanti e quindi anche a migliorare l'assistenza ambulatoriale delle persone affette da demenza.

Maggiori informazioni sulla promozione della ricerca da parte di Alzheimer Svizzera su alz.ch/ricerca

Andare incontro alle esigenze dei familiari



Regula Kündig, direttrice di Alzheimer San Gallo e Appenzello Interno ed Esterno

Per Regula Kündig, direttrice di Alzheimer San Gallo e Appenzello Interno ed Esterno, l'esperienza dei familiari è di importanza fondamentale.

Quale offerta di sgravio è particolarmente apprezzata?

Le nostre vacanze Alzheimer, durante le quali i malati e i loro familiari possono rilassarsi e divertirsi. Di giorno i malati vengono seguiti dai volontari nell'ambito del programma stabilito dai responsabili. Ciò permette ai familiari di trovare tempo sia per rilassarsi che per vivere belle esperienze con i loro cari.

Spesso i familiari vengono a sapere delle offerte in modo indiretto. Come mai?

Purtroppo sentiamo spesso che i familiari dopo la diagnosi si sentono abbandonati a loro stessi. Questo potrebbe essere evitato se per esempio durante la comunicazione della diagnosi le persone interessate potessero dare il loro consenso a essere contattate da noi. Potremmo così seguirle e aiutarle al meglio. Attualmente stiamo istituendo un servizio chiamato «Consulenza accessibile», in cui forniamo consulenza a domicilio alle persone affette da demenza e ai loro familiari.

Maggiori informazioni su Alzheimer San Gallo e Appenzello Esterno e Interno su alz.ch/stgallen

Buono a sapersi

Conferenza nazionale sulla demenza: abbattiamo i tabù! 30 aprile 2024



Ammettere di essere affetti da demenza o che qualcuno della propria famiglia lo sia non è facile. L'idea di perdere le capacità cognitive e di dover dipendere da terzi crea paura e vergogna. Il fatto che non esista una cura contribuisce a mantenere viva nella mente delle persone un'immagine negativa, costellata dall'idea di perdita: perdita dei legami, della memoria, dell'orientamento e dell'autonomia. Questa stigmatizzazione non resta senza conseguenze: si evitano le visite di controllo, i familiari minimizzano la gravità della situazione e non si prendono le misure necessarie.

I tabù sussistono anche negli ambiti legati alla cura delle persone malate. Come affrontare i bisogni sessuali dei malati? Come mutare il proprio ruolo passando da partner a caregiver? Cosa fare se si prova disagio durante l'assistenza? Molti preferirebbero vivere il più possibile nell'ambiente familiare, ma è davvero la soluzione migliore? Per cambiare la visione negativa della malattia, la Conferenza nazionale sulla demenza del 30 aprile 2024 sarà dedicata proprio a questi argomenti tabù

e ai vantaggi che si ricavano da una comunicazione aperta e trasparente. In questo modo si contribuisce ad aumentare il grado di accettazione della malattia nella società.

L'evento, che si terrà in tedesco e francese, è rivolto a professionisti della sanità, dell'assistenza sociale e di altri settori vicini.

Maggiori informazioni su demenz-konferenz.ch

Una serie di consigli utili nelle nostre pubblicazioni



La malattia di Alzheimer e le altre forme di demenza rappresentano una sfida per i malati, i familiari e i professionisti. Per rendere il più semplice possibile la vita quotidiana con la malattia, Alzheimer Svizzera ha creato una serie di fogli informativi sugli argomenti più frequenti. Essi contengono informazioni chiare e succinte e tanti consigli utili. Di recente sono stati aggiornati i seguenti fogli informativi:

- Demenza a corpi di Lewy
- Anomalie comportamentali

Anche la lista degli ausili è stata aggiornata e abbiamo creato un nuovo

opuscolo intitolato «Incontrare persone affette da demenza».

Potete ordinare e/o scaricare gratuitamente queste e altre pubblicazioni nel nostro webshop.

Da scaricare oppure ordinare su alz.ch/pubblicazioni

Diventate soci!

Insieme possiamo fare molto per le persone affette da demenza e i loro familiari. In qualità di soci, ci permettete di sostenere i malati di demenza in tutta la Svizzera con informazioni, consigli e offerte di aiuto. Le 21 sezioni cantonali e regionali assicurano un centro di assistenza sempre vicino a voi. Contribuiamo al dibattito politico a livello cantonale e nazionale con i temi cari ai pazienti affetti da demenza e ai loro familiari. Se decidete di aderire, sarete soci sia della sezione cantonale del vostro luogo di residenza che dell'organizzazione nazionale. Riceverete, fra l'altro, la nostra rivista *auguste*, potrete beneficiare delle offerte e degli eventi organizzati dalla vostra sezione cantonale e contribuirete a rafforzare i servizi a favore delle persone affette da demenza. Volete aderire? Andate direttamente su alz.ch/diventare-membri o fate la scansione del seguente codice QR.



Diventate membri: alz.ch/diventare-membri

Diritto

Informazioni importanti sul ricovero in istituto

Oltre a molte sfide pratiche ed emotive, l'ingresso in una casa di cura solleva anche questioni finanziarie e legali: quali sono i costi e come si pianifica il finanziamento?

Con l'entrata in casa di cura cambia anche la situazione assicurativa.

Prima di firmare il contratto, chiedete alla direzione dell'istituto di illustrarvi nel dettaglio la ripartizione dei costi e il contributo personale che va versato.

Diritto alle prestazioni complementari e all'assegno per grandi invalidi

Se il reddito e il patrimonio non sono sufficienti a coprire il contributo personale, di solito si ha diritto a prestazioni supplementari da parte dell'AVS (per le persone in età pensionabile) o dell'AI (per i giovani malati). Se non è possibile ottenere prestazioni integrative, o lo è solo in misura insufficiente, è necessario chiarire la questione presso i servizi sociali. A prescindere dal reddito e dal patrimonio, a partire da un certo livello di assistenza esiste anche il diritto all'assegno per grandi invalidi. Informazioni in merito possono essere ottenute presso la cassa cantonale di compensazione del cantone di residenza della persona che viene ricoverata. Se l'istituto si trova in un cantone diverso da quello di residenza, il finanziamento va chiarito con particolare attenzione. In determinate circostanze, per le prestazioni complementari il cantone di residenza prevede un limite massimo che non copre completamente i costi della degenza. A lungo andare ciò può creare problemi e un cambio forzato di istituto.

Misure previdenziali

In caso di ricovero in istituto, conviene esaminare la propria previdenza personale. Con una procura la persona decide chi la rappresenta finché è in grado di giudicare. Con un mandato precauzionale specifica invece chi dovrà rappresentarla in caso di incapacità di intendere e volere. In esso può anche stabilire chi si occuperà della disdetta dell'appartamento in affitto e delle altre transazioni legali. In caso di vendita della propria abitazione, è consigliabile chiarire in anticipo la procedura con l'autorità di protezione degli adulti. Con un testamento

biologico una persona può registrare quali trattamenti e misure mediche desidera o rifiuta. In esso può anche nominare una persona di fiducia che prenda decisioni

mediche al suo posto se non è più in grado di farlo. Se questi documenti previdenziali sono già disponibili al momento dell'entrata in istituto, è

opportuno informare la direzione. Se invece non sono ancora stati preparati, è possibile farlo in un secondo momento, se la persona è ancora in grado di intendere e volere. Non esiste comunque un obbligo.

In mancanza di disposizioni particolari, la legge prevede un diritto di rappresentanza limitato per il coniuge o il partner registrato (art. 374 CC). In materia medica, possono agire in particolare come rappresentanti anche altre persone, come il partner convivente, i figli o i fratelli e le sorelle, a condizione che vi sia un rapporto effettivo (art. 378 del CC). Se nessuna persona ha diritto alla rappresentanza legale, l'autorità di protezione degli adulti istituisce una tutela.

Assicurazioni

Con l'entrata in casa di cura cambia anche la situazione assicurativa. Se si portano con sé i propri mobili, l'assicurazione sulla casa è ancora necessaria? Avrebbe senso stipulare un'assicurazione complementare se, per esempio, la persona smarrisce spesso oggetti come gli occhiali? La necessità di un'assicurazione di responsabilità civile privata va esaminata in ogni singolo caso: se una persona non è più in grado di intendere e volere, non può essere ritenuta imputabile di alcun danno. L'incapacità di discernimento dev'essere comunque accertata nel frangente specifico, e in alcuni casi la responsabilità viene assunta per motivi di equità. Conviene quindi chiarire le condizioni assicurative in caso di incapacità di discernimento e, in caso di dubbio, di mantenere l'assicurazione di responsabilità civile. Alcuni istituti offrono anche assicurazioni collettive.

Trovate maggiori informazioni nel nostro opuscolo «Premunirsi in modo consapevole. Con un proprio mandato precauzionale» su alz.ch/pubblicazioni



Un incontro al vertice per scoprire la bellezza dei posti vicini a casa.

Uno specchio sulla realtà

«Qui nessuno di noi sbaglia!»

Ogni martedì Alzheimer Argovia organizza un incontro al vertice a Baden, che comprende un pranzo al ristorante, una passeggiata e giochi in una sala scelta per l'occasione. Seguendo una volta il gruppo da vicino, si capisce con facilità quanto positivo sia per i partecipanti trascorrere del tempo insieme.

Un inizio di pomeriggio nella vivace cittadina di Baden. In questo martedì primaverile potrebbe piovere da un momento all'altro, ma i partecipanti sono di buon umore. Dopo il pranzo al ristorante Im Roten Turm, Esther M., Emma T. e Samu L. (nomi cambiati) si recano a fare una passeggiata accompagnati dalle due responsabili Maria Meier e Monika Steger e dalla volontaria Frieda Wampfler. Tutti si conoscono e si danno del tu. Dopo aver superato gli imponenti palazzi della città vecchia, si fermano in un punto panoramico.

Emma nota le bella insegna dorata di una locanda. «L'hanno lavorata proprio bene», commenta entusiasta.

Il gruppo attraversa poi un vecchio ponte in legno e scende lungo l'argine che costeggia il fiume Limmat. Spesso i partecipanti si fermano ad ammirare i giardini e a farsi incantare dal profumo dei fiori. La responsabile Monika mostra loro villa Boveri, sull'altro lato del fiume. Ovunque sono presenti vestigia del passato industriale di Baden, del quale i presenti hanno ricordi ancora vivi.

Una valigia per ricordare

Le responsabili e la volontaria offrono tutto il sostegno e tutta la sicurezza necessari in modo discreto. Dopo tre quarti d'ora il gruppo raggiunge la sala multiuso di una parrocchia poco fuori dal centro. Nell'aria c'è odore di

torta: è quella preparata da Maria questa mattina. Mentre gustano un buon tè, i partecipanti partecipano a un esercizio della memoria. Sul tavolo si trova una vecchia valigia, che serve da spunto per raccontare dove si vorrebbe andare in vacanza e cosa prendere con sé. Le destinazioni spaziano dal lago di Hallwyl alla Lapponia e gli oggetti più gettonati sono scarpe, dentifricio, spray contro gli insetti e altro ancora. Monika scrive tutto su dei foglietti e li infila nella valigia. Subito dopo riapre la valigia e li appoggia sul tavolo. Riescono a ricordarsi tutto ciò che avevano messo in valigia? «Sì, molte cose», nota Emma. È così: insieme riescono a elencare gli oggetti. A volte le responsabili danno qualche piccolo aiuto. Fra di loro inoltre si sostengono a vicenda, dimostrando tutto l'affiatamento del gruppo: «Costume da bagno», suggerisce Esther bisbigliando nell'orecchio a Emma.

«Ognuno ha i propri punti forti»

L'atmosfera è calorosa e ci si prende anche un po' in giro. «Ehi, non siamo a scuola!», sbotta a un certo punto Esther. Anche Samu ha voglia di scherzare e di fare facce strane. «Ti piace prenderci in giro, eh?», gli chiede Monika ridendo. Samu ama parlare in finlandese e raccontare del suo paese: per capirlo le responsabili usano un app sullo smartphone. Nel secondo gioco di esercizio della memoria i tre devono formare parole usando una certa lettera iniziale. Emma pesca le lettere, mentre Esther forma le parole. «Ognuno ha i propri punti forti», spiega Monika.

P come Parigi, Z come zoo, I come iris. Alcune parole servono da ispirazione per raccontare brevi aneddoti. Improvvisamente Emma dice che per lei è arrivata l'ora di

Un incontro al vertice per strutturare la giornata

Di solito a un incontro al vertice partecipano persone importanti. Esattamente, spiega Marianne Candrea, direttrice di Alzheimer Argovia: «Con questo termine vogliamo sottolineare che durante i nostri incontri i partecipanti più importanti sono i malati.» L'offerta è pensata come centro diurno. Dal momento che comprende una passeggiata, è richiesta la capacità di camminare per un po' in modo autonomo. Gli incontri al vertice promuovono un senso di inclusione senza stress. «Qui si può essere chi si è.» In questo modo si rafforza l'autostima e il benessere. E i familiari hanno una giornata libera da trascorrere come desiderano. Questo progetto pilota esiste dal 2021 e viene cofinanziato da partner. I partecipanti pagano una quota di 75 franchi e il pranzo. Gli incontri al vertice sono anche un'offerta di Alzheimer Zurigo, che ha sviluppato l'idea.

tornare a casa. Monika le appoggia una mano sull'avambraccio e la rassicura spiegandole che il marito passerà a prenderla all'ora prestabilita. In un attimo il senso di insicurezza sparisce e Monika torna a partecipare con interesse alle attività comuni.

Responsabili esperte

Le responsabili vantano una lunga esperienza nell'attivazione della memoria e nella cura delle persone affette da demenza. Sono inoltre abituate a impostare le attività andando incontro ai bisogni dei partecipanti. Si cerca



Durante l'allenamento della memoria i partecipanti si aiutano a vicenda.

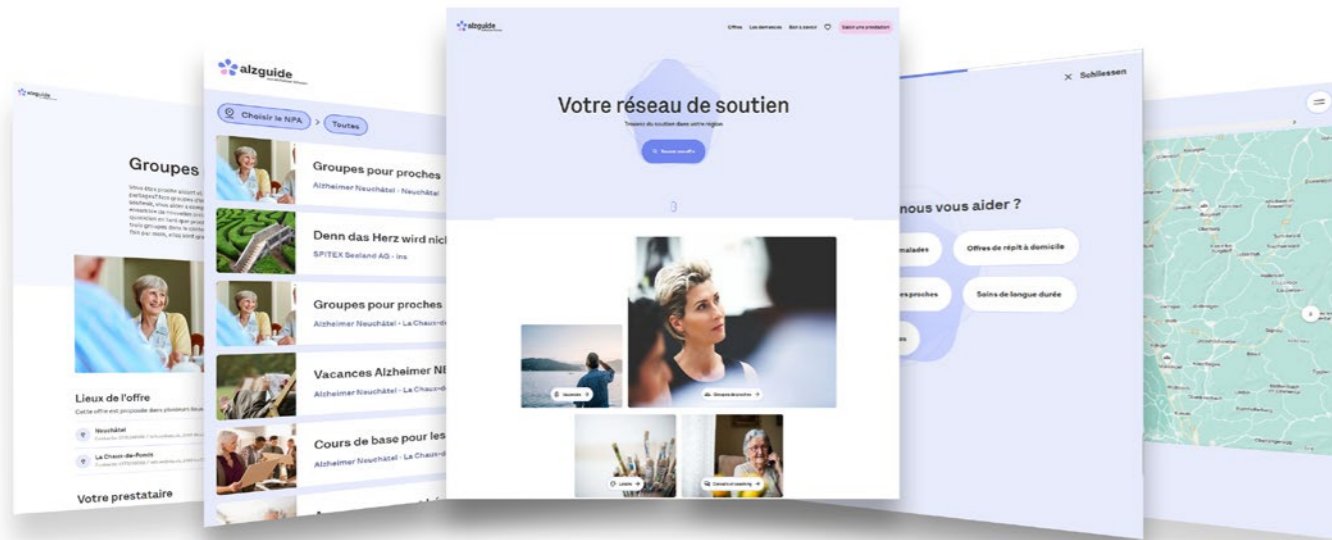
di mantenere una struttura sempre simile, per dare sicurezza, «Se però qualcosa va storto, ci adattiamo.» Gli esercizi per la memoria - a volte basati anche su numeri o proverbi da completare - contribuiscono a preservare le facoltà mentali. L'obiettivo principale è però quello di vivere un'esperienza insieme, al di fuori della famiglia, ma pur sempre in un luogo sicuro.

Dopo aver gustato il cake al mandarino di Maria, viene organizzato un gioco in piedi, con una palla leggera, che trova il consenso di tutti. Esther racconta che questi incontri sono davvero piacevoli perché le permettono di tenere corpo e mente in esercizio. E per di più: «Qui nessuno di noi sbaglia!» Queste giornate divertenti la fanno sentire bene. «Molto meglio che stare a casa con il broncio.» Alle 16.30 arriva l'ora di salutarsi. Le stoviglie sono state lavate e i primi familiari cominciano ad arrivare. È tempo di salutarsi e darsi appuntamento per la prossima settimana!

[Maggiori informazioni su Alzheimer Argovia e su altre sezioni su alz.ch/sezioni](#)

alzguide.ch: offerte legate alla demenza vicino a voi

alzguide.ch è una piattaforma online nata per facilitare la ricerca di offerte di sostegno adeguate, la prima in Svizzera a raggruppare i servizi di assistenza in un unico posto. alzguide è disponibile da luglio 2023. Il progetto è nato grazie a una donazione.



Un aiuto per le persone coinvolte

A chi potete rivolgervi? Quali sono i centri diurni ai quali potreste affidarvi? E quali le case di cura vicine a voi che offrono servizi anche per persone affette da demenza? alzguide fornisce informazioni gratuite sulle offerte di sgravio e supporto legate alla demenza. In base al codice postale e al tipo di servizio, è possibile trovare l'offerta giusta nella propria regione con pochi clic. alzguide include servizi sia per i familiari che per i malati. Grazie all'ampia gamma di offerte sarà più facile trovare quelle che fanno al caso proprio.

Aiuti per professionisti

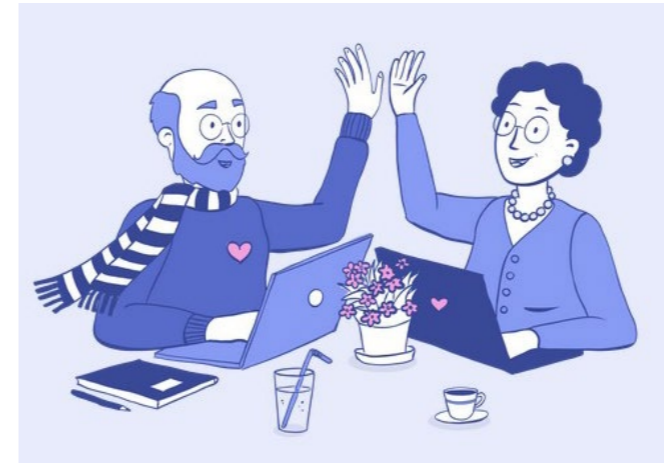
Anche medici, infermieri, personale Spitex, psicologi, assistenti sociali e altri professionisti della salute, nonché collaboratori dei centri di consulenza, sono spesso interpellati in merito ai servizi di supporto adeguati. Con alzguide ora possono informarsi in ogni momento e rapidamente sulle offerte regionali e quindi consigliare i servizi adatti alle persone affette. Le singole offerte sono descritte brevemente e possono essere contrassegnate come preferite. La lista può in seguito essere stampata o inviata come link.

Una miriade di offerte

La piattaforma alzguide è aperta a tutti i fornitori di servizi che operano in Svizzera e che hanno un focus specifico sulla demenza e un'esperienza nel settore. Devono inoltre impegnarsi a trattare i pazienti affetti da demenza secondo principi medici ed etici. Le offerte vengono inserite direttamente dai singoli fornitori. L'obiettivo è rendere la piattaforma autosufficiente grazie a un contributo minimo ai costi di manutenzione da parte di fornitori e prestatori di servizi. Tutte le entrate vengono utilizzate interamente ed esclusivamente per alzguide

alzguide: un utile complemento

La piattaforma online alzguide non sostituisce la consulenza né rappresenta un marchio di qualità di Alzheimer Svizzera. Fornendo un elenco di servizi a livello nazionale, alzguide offre un primo orientamento a chi cerca offerte



legata all'Alzheimer e alle altre forme di demenza. Le offerte sulla piattaforma vengono regolarmente aggiornate. Il nostro obiettivo è quello elencare il maggior numero possibile di servizi. Aiutateci a realizzare questa visione utilizzando la piattaforma o aderendo come fornitore.

Inserire offerte

Offrite un servizio per le persone affette da demenza e/o per i loro familiari? Oppure lavorate in un istituto di cura? Se il vostro servizio non è ancora presente su alzguide.ch, potete registrarvi e accedere direttamente alla piattaforma. Esamineremo la vostra richiesta nel giro di 10 giorni lavorativi. Potrete quindi registrare e gestire autonomamente i vostri servizi. Ulteriori informazioni sono disponibili su alzguide.ch/sign-up-info.

Segnalazioni di ulteriori offerte

Conoscete un servizio non ancora elencato su alzguide? Allora segnalatecelo! Sono benvenuti anche commenti e domande. Potete contattarci su alzguide@alz.ch.

Una donazione ha reso possibile il progetto

A lungo le persone interessate hanno atteso la creazione di una piattaforma online a livello nazionale che riunisse i servizi offerti dalle sezioni di Alzheimer Svizzera e dai numerosi altri fornitori, piccoli e grandi. Il sogno è diventato realtà grazie alla generosità di una donatrice affetta dalla malattia che ha sostenuto sia la fondazione ROGER DE SPOELBERCH che altre fondazioni ancora. La donatrice e la persona che la rappresenta sono state coinvolte nello sviluppo della piattaforma online, hanno potuto seguire le fasi del progetto e contribuire con i loro suggerimenti.

Aiutateci anche voi!

Desiderate anche voi sostenere il lavoro e i progetti di Alzheimer Svizzera? Grazie a una vostra donazione, i malati e i familiari curanti non saranno abbandonati al loro destino.

La vostra donazione per una vita degna di essere vissuta.

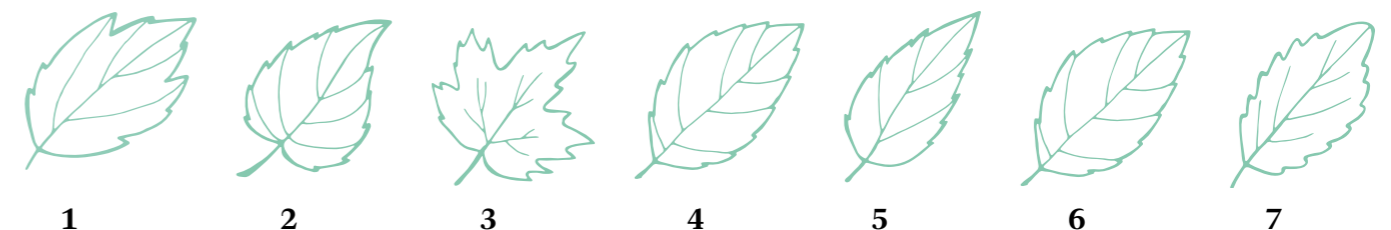


IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Indovinello

Quali sono le due foglie identiche?

Inviare la soluzione **entro il 31 ottobre** a win@alz.ch o ad Alzheimer Svizzera, Gurtengasse 3, 3011 Berna, per **vincere un quaderno d'indovinelli**. La risposta corretta sarà pubblicata su alz.ch/indovinello a partire dal 6 novembre. I vincitori verranno contattati per e-mail.



Il concorso è aperto a tutti coloro che hanno più di 18 anni. È possibile una sola partecipazione a persona. Non si tiene nessuna corrispondenza sul concorso. È escluso il ricorso alle vie legali. Con la partecipazione si conferma di aver letto e compreso le condizioni di partecipazione.

Restare attivi il più a lungo possibile

«Non ho mai avuto un buon senso dell'orientamento», racconta Rita M.* sorridendo. Per trovare la sede di Alzheimer Basilea, la prima volta si è quindi fatta accompagnare dal marito. Da allora si fa aiutare solo da Apple Maps. Per tanti anni ha lavorato come bibliotecaria e a 58 anni, quando il suo posto è stato tagliato, ha deciso di andare in pensione anticipata. Poco dopo le è stato diagnosticato un lieve deterioramento neurocognitivo. «Poiché anche i miei genitori si sono ammalati di demenza, mi aspettavo la diagnosi», spiega Rita M., «ciononostante è stato uno shock.» Sapendo cosa comporti la malattia per i familiari, ha subito parlato con il marito per liberarlo da ogni obbligo, se non se la fosse sentita starle a fianco. Lui l'ha però rassicurata: avrebbero affrontato insieme le difficoltà. «Gli sono molto grata: è la mia roccia!» racconta.



Rita M. e Silvana Künzler, responsabile del corso di allenamento della memoria di Alzheimer Basilea

Stare a casa ad aspettare l'evolversi della malattia non è mai stata un'opzione per Rita. Vuole rimanere attiva il più a lungo possibile. Oltre alla formazione sulla memoria offerta da Alzheimer Basilea, frequenta regolarmente un programma diurno per persone affette da demenza che le piace molto e dove può cucinare, risolvere, indovinare, giocare, fare lavoretti creativi e visitare mostre insieme agli altri. Apprezza inoltre la possibilità di

incontrare regolarmente le responsabili dei corsi. Non solo: Rita segue anche lezioni di yoga e frequenta un corso di allenamento della memoria per persone non affette da demenza. Agli altri partecipanti non ha comunicato la diagnosi perché in passato le è capitato di fare esperienze negative in questo senso.

A volte fa fatica ad accettare il suo destino e spera che un giorno venga finalmente inventato un farmaco in grado di bloccare la malattia. Non ha comunque smesso di godersi la vita. «Se l'allenamento della memoria e gli altri servizi per persone affette da demenza non esistessero già, bisognerebbe inventarli», dice Rita ridendo.

* Nome conosciuto alla redazione

Colophon

Editrice: Alzheimer Svizzera

Redazione: Jacqueline Wettstein

Hanno collaborato a questo numero: Stefanie Becker, Karine Begey, Birgit Kölliker, Anne-Marie Nicole, Janine Weibel, Susanne Wenger, Eva Wiesendanger

Grafica: Jannie Fregien

Fotografie/illustrazioni: Jannie Fregien / Jacqueline Wettstein / iStock / DLV z.V.g.

Traduzioni: Elda Pianezzi, Elena Vannotti / Versions Originales Sàrl, Neuchâtel / traduko, Mönchaltorf

Stampa: Baumer AG, Islikon

La rivista auguste viene pubblicata due volte l'anno. La redazione decide in merito alla pubblicazione di contributi esterni. Tutti i diritti sono riservati. La riproduzione di articoli, parziale o integrale, è autorizzata a condizione di indicare la fonte. Per l'utilizzo di immagini, rivolgersi a redaktion@alz.ch.

Orecchie tese

«Pronto, Telefono Alzheimer?»

Da lungo tempo la nostra vicina si prende cura da sola del marito affetto da Alzheimer. Ultimamente ha l'aria davvero stanca. La coppia possiede un cane anziano che prendiamo con noi quando andiamo a passeggio con il nostro. Presto partiremo in vacanza per qualche settimana e siamo preoccupati. È possibile che in nostra assenza qualcuno di tanto in tanto vada a controllare che tutto vada bene e che porti anche il cane a spasso?



Da sinistra a destra: le consulenti del Telefono Alzheimer: Irene Lagger, Yasmina Konow e Agnès Henry

È molto bello che manteniate dei buoni rapporti con i vicini e che portiate a passeggio il loro cane. Ci sono diverse possibilità per aiutarli durante la vostra vacanza. Le sezioni cantonali di Alzheimer Svizzera offrono diversi servizi e conoscono al meglio le possibilità esistenti a livello regionale. Le possibilità per sostenere i malati e i loro familiari sono molteplici, per esempio l'organizzazione di un'assistenza a domicilio a ore, l'impiego di un servizio di visite, le

passeggiate accompagnate e/o i soggiorni in cliniche diurne.

Del cane potrebbe per esempio occuparsi un dog-sitter professionale oppure lo si potrebbe temporaneamente lasciare a un canile, cosa che però crea costi e a un cane anziano anche sofferenza. Chissà, magari è anche possibile trovare qualcuno disposto a portarlo fuori. Ci sono molte persone che per motivi professionali o privati non possono tenere cani e

che sarebbero felici di occuparsi di un amico a quattro zampe. Spesso mettendo un'inserzione su gruppi Facebook regionali si trovano velocemente volontari.

Il Telefono Alzheimer
058 058 80 00

Da lunedì a venerdì: dalle 8 alle 12 e dalle 13:30 alle 17

Prossima edizione

Parliamone

Aprile 2024

«Meglio non parlarne: cosa penserebbero gli altri?» La demenza è una malattia ancora legata a paure e tabù. Perché? Cos'è necessario fare per invitare le persone coinvolte a parlare della loro situazione? Nel prossimo numero di auguste trattiamo le questioni relative ai tabù legati alla demenza.



**«Col nostro lascito
miglioriamo la vita delle persone
affette da demenza.»**



Il vostro testamento può fare la differenza.

Contattateci per una consulenza
individuale e senza impegno.

Alzheimer Svizzera

Gurtengasse 3
3011 Berna
alz.ch

Evelyne Hug

Responsabile fundraising, eredità e lasciti
evelyne.hug@alz.ch
Tel. + 41 (0)58 058 80 40

**CP: 10-6940-8
IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8**