

CAFÉ ALZHEIMER - INCONTRI NELLA CITTÀ DI CUNEO -

UN PROGETTO DEL C.S.A.C. PER SOSTENERE LA DOMICILIARITÀ DELLE PERSONE
AFFETTE DA DEMENZA O DA MALATTIA D'ALZHEIMER

IL CAFÉ ALZHEIMER è un progetto del Consorzio Socio Assistenziale del Cuneese, nato in via sperimentale nel febbraio 2015 e riproposto per il 2016, con incontri a cadenza quindicinale nella città di Cuneo. Il Progetto vuole sostenere la domiciliarità delle persone affette da demenza ed offrire un luogo di socializzazione adeguato, ma informale, in cui malati, familiari e personale di assistenza possano incontrarsi per condividere esperienze e conoscenze, potenziare e mantenere le capacità cognitive e relazionali della persona malata. L'idea del Café Alzheimer nasce dallo psicogeriatra olandese Bere Meisen alla fine degli anni '90 e ad oggi queste iniziative si sono diffuse in tutta l'Europa, in forme diverse a seconda del contesto territoriale in cui si realizzano. La scelta di creare uno spazio "Café Alzheimer" nella città di Cuneo, risponde all'esigenza di offrire un punto di appoggio e di supporto psicologico per le persone colpite da questa malattia ed i loro familiari che spesso si trovano inermi e non preparati ad affrontare una situazione simile. Questa malattia rappresenta un momento traumatico e drammatico nella vita della persona che ne viene colpita, ed anche in quella dei suoi familiari che improvvisamente si trovano a dover gestire una persona prima attiva, dinamica, autonoma e ora incapace di curare se stessa. La demenza inoltre, ha effetti devastanti non soltanto a livello neurologico ma anche a livello affettivo e relazionale in quanto va a spegnere lentamente gli affetti e le relazioni che il malato aveva in precedenza costruito nella sua vita.

Gli incontri del CAFÉ ALZHEIMER vogliono essere un momento di incontro per le persone in fase iniziale della malattia, che ancora non necessitano di un'assistenza da parte delle strutture socio assistenziali, per sostenerne la cura e assistenza al proprio domicilio, dunque un nodo in più nella rete dei Servizi socio assistenziali già presenti e attivi sul territorio cuneese.

Le persone affette da demenza e i loro familiari hanno bisogno di essere informati sulla malattia, e di essere supportati nella sua evoluzione e gestione quotidiana. Questo servizio è finalizzato a rispondere ai bisogni di accoglienza, ascolto, attenzione al familiare; al bisogno di socializzazione per contrastare l'isolamento affettivo e sociale in cui si ritrovano pian piano a causa della difficoltà nel condividere l'esistenza di questa malattia e il senso di impotenza, vergogna e frustrazione che ne derivano.

Durante questi incontri si vuole favorire la cura e il mantenimento nel tempo della relazione tra il malato ed il suo familiare, che solitamente è il caregiver di riferimento, aspetto che sappiamo essere tra i più faticosi da gestire per queste persone.

Nel progetto cuneese si possono trovare tre specificità essenziali:

- Gli incontri avvengono al Bar degli Angeli, in una sala riservata e messa a disposizione gratuitamente. La scelta di svolgere il servizio presso un bar della città è nata dal desiderio di voler creare un punto di ritrovo informale e socializzante, sicché professionale, in cui

curare la relazione tra malato e familiare, potenziandone il buon mantenimento nel tempo.

- Gli incontri sono condotti dalla d.ssa Alessia Morelli e dalla d.ssa Luisa Curti, due psicologhe e psicoterapeute, specializzate nella psicologia dell'invecchiamento. Il responsabile del Progetto è il dr. Piumetti del CSAC.
- Per l'attività di riabilitazione psico-cognitiva viene utilizzato il metodo "Palestra di Vita" del CSAC.

I risultati.

Grazie alla sperimentazione, che ha avuto inizio in data 6 febbraio 2015, si sono raggiunti importanti risultati a livello relazionale, comportamentale e cognitivo.

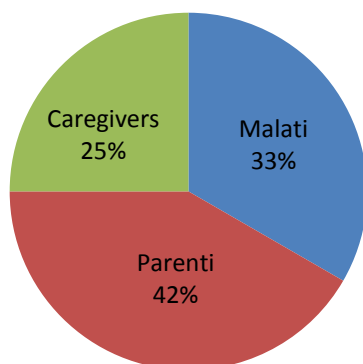
Nel gruppo delle persone affette dalla patologia dementigena si sono riscontrati miglioramenti a livello cognitivo nell'esecuzione degli esercizi, a livello degli scambi comunicativi, maggior vitalità nella quotidianità al domicilio e maggior percezione della propria auto-efficacia e quindi dell'umore.

Nel gruppo dei caregivers si è verificato un incremento delle capacità di ascolto e condivisione, maggior consapevolezza della presenza di abilità residue nel parente malato e, soprattutto, miglioramenti nell'approccio assistenziale e relazionale caregiver-malato al domicilio.



Come si può notare dal grafico sulla partecipazione a seguito del primo calo iniziale, dovuto al fatto che la pubblicità e il passaparola non erano stati ancora efficaci, dal 6° incontro in poi il gruppo si è coeso sempre di più, i cali del 7° e 9° incontro sono dovuti ad assenze giustificate dai partecipanti, fatto reso evidente dalle punte dei successivi e ultimi incontri. La media di partecipazione è stata di 8 persone ad incontro.

Divisione dei partecipanti



Dal grafico sulla divisione dei partecipanti si può notare che le percentuali i parenti e i malati d'Alzheimer sono molto simili, ci sono stati più parenti in quanto spesso la persona malata veniva accompagnata da più figli.

Con caregivers s'intendono badanti e assistenti vari.

Verifica di gradimento

Durante l'incontro del 17/07/ 15 abbiamo fatto un momento di verifica del gradimento rispetto questa iniziativa del Cafè Alzheimer Incontri a Cuneo. All'incontro erano presenti 10 persone ed è emerso quanto segue.

Innanzitutto abbiamo chiesto al gruppo quali fossero le loro aspettative rispetto al Cafè Alzheimer:

- ✓ curiosità
- ✓ scambio di esperienze e di problematiche
- ✓ interesse a conoscere il mondo Alzheimer
- ✓ condivisione

Rispetto ai risultati raggiunti:

- ✓ la condivisione di esperienze è stata bella e incoraggiante
- ✓ l'incremento del gruppo rispetto all'inizio
- ✓ la possibilità di ricevere un aiuto concreto dal gruppo
- ✓ arricchire il bagaglio di conoscenze nuove, utili, concrete
- ✓ fiducia e apertura
- ✓ ciò che viene condiviso viene alleggerito
- ✓ non avere paura
- ✓ accettazione
- ✓ maggiore comprensione del mondo Alzheimer e che ogni malato è diverso dall'altro
- ✓ un po' di serenità, rilassatezza, una parentesi isolata nella giornata
- ✓ alleggerisce lo stato emotivo e la relazione con il malato
- ✓ sdrammatizzare
- ✓ consapevolezza di poter reagire in modo differente e modificabile ad una stessa situazione

Aspettative verso la prosecuzione del Progetto:

- ✓ credere nel contagio e allargare il gruppo di partecipanti
- ✓ migliorare la diffusione dell'iniziativa

✓ dare continuità agli incontri

La II edizione del Café Alzheimer Incontri Cuneo è partito il 27 novembre e terminerà a luglio 2016.

Luisa Curti
Alessia Morelli