



**Gli Incontri dell'Alzheimer Café B.I.R.D.** si tengono presso il complesso residenziale B.I.R.D., in vicolo Monsignor Manziana n. 2 (Sanpolino) **il primo ed il terzo sabato del mese, dalle ore 10.00 alle ore 12.00.**

Il programma degli incontri si definisce nel corso dell'anno in rapporto alle esigenze che emergeranno dai familiari ed ai contributi che nasceranno dal gruppo.

La programmazione degli incontri può prevedere l'alternanza di attività organizzate separatamente per i malati e i loro familiari con proposte rivolte a tutto il gruppo.

Ad ogni incontro sono sempre presenti professionisti che nella Fondazione hanno acquisito competenze nei diversi aspetti della cura delle persone affette da demenza (medici, psicologi, fisioterapisti, educatori professionali, infermieri, assistenti sociali, OSS).

Possono anche essere invitate persone esterne alla Fondazione in possesso di specifiche competenze (in ambito espressivo, motorio, giuridico, ...).

Si prevede in particolare di sperimentare insieme attività di:

- musicoterapia
- danza e improvvisazione teatrale
- espressione pittorica
- psicomotricità
- stimolazione multisensoriale



*"Io sono Mario. Io ero Mario prima che mi fosse diagnosticato l'Alzheimer e sono ancora Mario dopo che mi è stato diagnosticato l'Alzheimer. Io sono ancora la stessa persona, trattami allo stesso modo. Parlatemi, includimi nelle conversazioni come prima. L'essere umano non può scomparire dietro i sintomi. "*



## Alzheimer Café B.I.R.D.

Vicolo Monsignor Manziana n. 2 (Sanpolino)  
Presso il complesso residenziale B.I.R.D.

**Ingresso libero e gratuito**

Per adesioni e informazioni:

TEL. 030 8847202

MAIL. [segreteria@fondazionebssolidale.it](mailto:segreteria@fondazionebssolidale.it)

 **Fondazione  
Brescia  
Solidale**



**Brescia,  
La Tua Città  
Europea.**



## Alzheimer Café B.I.R.D.

*"Con la costruzione di un progetto collettivo di solidarietà per le persone malate di Alzheimer, che vada al di là della malattia, siamo incoraggiati a decentralizzare lo sguardo, per vedere la persona non solo come un malato, ma come cittadino pieno minimizzando ciò che è considerato come non normale."*

Serge Guerin



**BRESCIA**  
CITTÀ AMICA  
DELLA PERSONA  
CON DEMENZA

## COSA È UN ALZHEIMER CAFÉ?

L'AlzheimerCafé è un luogo – un Caffè, appunto – in cui le persone affette da disturbi della memoria e da demenza ed i loro familiari possono incontrarsi per bere insieme un caffè o una bibita, per incontrare qualche amico, per scambiare due chiacchiere, per godere, come chiunque di noi si rechi al bar, di un momento di relax. Un luogo in cui la “normalità” di un caffè con gli amici mette da parte la malattia e lascia spazio alla persona. Un luogo nel quale anche i familiari, affaticati da un impegno di cura gravoso e molto spesso solitario, possono spezzare la routine settimanale, respirare un'aria più leggera, condividere le loro esperienze, ottenere informazioni, consulenze, supporto.

L'Alzheimer Café nasce in Olanda alla fine degli anni '90 dello scorso secolo e da lì si diffonde rapidamente in tutta l'Europa e nel nostro Paese.

Anche la Fondazione Brescia Solidale, nell'ambito del Progetto “Brescia, Città Amica della persona con demenza” ha avviato lo scorso anno, in collaborazione con la Fondazione Casa Industria, un **Alzheimer Café, presso il Complesso residenziale B.I.R.D., a Sanpolino**. È stata (è) un'esperienza molto positiva. Nell'arco dell'anno è andato infatti crescendo il numero di famiglie che partecipano regolarmente agli incontri quindicinali, ed il gradimento da loro espresso.

Le persone ammalate si sentono accettate, a loro agio; partecipano alle conversazioni di tutto il gruppo, esprimendo spesso competenze inaspettate; oppure vengono intrattenute, da operatori esperti, in attività dedicate: di stimolazione della memoria, ricreative, ludiche, espressive, di benessere psico-fisico.

I familiari a loro volta godono del clima sereno, rilassato, del tutto informale dell'Alzheimer Café, dove possono confrontare le loro esperienze, i loro vissuti, i loro dubbi, con altre persone che come loro vivono con persone ammalate e con i professionisti messi a disposizione dalla Fondazione; in questo incontro riescono ad accettare e a comprendere meglio la malattia, i comportamenti ed i bisogni dei loro cari; possono condividere ed individuare nuove strategie di cura; sanno di poter ottenere consigli e sostegni, anche pratici; sentono che il loro impegno di cura è – finalmente – riconosciuto e valorizzato.

Quella dell'Alzheimer Café – lo testimonia il successo che sta avendo in tutta Italia – è una piccola ma preziosa dimostrazione che la persona affetta dalla malattia di Alzheimer è molto più che un malato; che vivere esperienze di normalità, di benessere, di socialità può aiutarla ad esprimere meglio le tante potenzialità cognitive ed affettive che ancora possiede; che l'accettazione della persona, il rispetto della sua dignità, la valorizzazione di quanto non è ancora stato compromesso dalla malattia hanno una forza “terapeutica” che val la pena di utilizzare.

## LE DEMENZE

Le demenze sono malattie degenerative che distruggono lentamente e progressivamente le cellule del cervello (neuroni): in questo modo vengono alterati il normale flusso di informazioni nel cervello e la sua capacità di elaborare gli stimoli provenienti dall'esterno. Ciò comporta la compromissione delle facoltà mentali (memoria, orientamento, ragionamento, linguaggio, ecc.) tale da pregiudicare la possibilità di una vita autonoma.

Esistono varie forme di demenza. Le principali sono la **malattia di Alzheimer** (la più comune), la **demenza vascolare**, la **demenza frontotemporale**, la **demenza a corpi di Lewy** e il **Parkinson-demenza**.

Ogni forma ha delle caratteristiche specifiche e ha un decorso diverso da persona a persona, anche per quanto riguarda la durata della malattia. Tutte le forme peraltro condividono alcune caratteristiche e l'evoluzione “invalidante”: così che spesso si utilizza il termine di “demenza di Alzheimer” o semplicemente di “Alzheimer” per indicare genericamente una sindrome demenziale.

In Italia in base a quanto reso noto dal Ministero della Salute, si stima in oltre un milione il numero totale dei pazienti con demenza, di cui circa 600.000 con Alzheimer. Si calcola, inoltre, che siano circa tre milioni le persone direttamente o indirettamente coinvolte nell'assistenza dei propri cari affetti da Alzheimer.

A Brescia nel 2022 si stimava che fossero affette da demenza quasi 24.000 persone, per i due terzi donne, con un progressivo e drastico aumento della malattia man mano aumenta l'età: se tra i 65 ed i 69 anni solo 1 persona su 100 ne è colpita, diventano più di 30 su cento al di sopra dei 90 anni. E l'invecchiamento della popolazione bresciana ci chiede di migliorare non solo le capacità di cura e di assistenza ai malati e alle loro famiglie ma anche l'impegno di tutta la comunità nella prevenzione della malattia e nell'accoglienza dei malati e di chi li assiste.



## I SERVIZI

Brescia può fare affidamento su un'ampia gamma di servizi per i pazienti affetti da demenza che spaziano dai servizi domiciliari (RSA aperta) a quelli semiresidenziali (Centri Diurni Integrati) e residenziali (Nuclei Protetti Alzheimer nelle RSA).

Particolare importanza rivestono i Centri per i Disturbi Cognitivi e le Demenze sia per quanto concerne la diagnosi e il trattamento terapeutico che per il supporto ai care giver impegnati nel compito di cura.

Con il progetto “**Brescia città amica della persona con demenza**” ci si propone un ulteriore e più ambizioso obiettivo: quello di sensibilizzare la comunità nei confronti di una patologia temuta e spesso stigmatizzata.

Cambiare approccio nei confronti della demenza significa comprendere che la malattia colpisce una persona che ha una storia ed una sua personalità, che vive in un suo mondo ed in un certo contesto sociale.

È l'approccio con il quale ci rapportiamo alle persone con demenza che fa la differenza.

Il modo in cui ci accostiamo e ci relazioniamo con la persona ammalata e la sua famiglia può essere di sostegno o al contrario minarne il benessere. Sta a noi riuscire a leggere e a trovare canali comunicativi più efficaci per superare i limiti linguistici ed espressivi della malattia. Di fronte alla demenza, proprio per i suoi risvolti sociali, comportamentali, relazionali e cognitivi, è necessario leggere la malattia nella persona e la persona nel proprio contesto sociale.

**Il Comune di Brescia con la Fondazione Brescia Solidale, la Fondazione Casa di Industria e l'Associazione Credo ha realizzato il sito**

**[miprendocuradite.org](http://miprendocuradite.org)**

**rivolto ai familiari di persone che assistono  
al loro domicilio persone non autosufficienti.**

**Attraverso questo sito, oltre a trovare informazioni  
sui principali problemi sanitari, assistenziali ed organizzativi  
e partecipare ad un Corso per caregiver,  
è possibile inviare una richiesta di consigli  
o di informazioni specifiche.**