



Il salotto dei caregivers: uno spazio per chi si prende cura.

Fornire informazioni rispetto alla patologia, alle strategie per la gestione del quotidiano e le modalità più efficaci per affrontare il carico emotivo secondario all'attività di cura.

A cura di Sara Boscarol

A partire da Lunedì 19 Febbraio 2024

Obiettivi specifici

- La condivisione di esperienze e conoscenze nel campo delle demenze e del lavoro di cura.
- Il reciproco scambio di informazioni tra le famiglie e l'associazione in relazione al vissuto della malattia.
- L'ampliamento della rete di conoscenze e di supporto per i familiari.
- Migliorare le conoscenze dei partecipanti sulle strategie di cura.
- Favorire una evoluzione positiva del vissuto di malattia.

Durata incontri

- Dalle ore 17:30 alle 19:00

Valutazione dell'efficacia

- Questionari pre e post-intervento (Caregiver Burden Inventory, Novak M. e Guest C., Gerontologist, 29, 798-803, 1989)

Sede degli incontri

- Centro Diurno Stimolante - Via S.Rocco 10/B - Udine

Numero di partecipanti

- Massimo 15 persone.

Prendersi cura dell'altro

Il salotto dei caregivers:
uno spazio per chi si prende cura.

19/02 - Capire la demenza

- Cos'è, o meglio, cosa sono
- In cosa consiste
- Gli effetti sul comportamento (*"perché fa così?"*)

11/03 - Entrare in una nuova dimensione

- In che modo la demenza influenza il modo di fare le cose
- Riconoscere l'autonomia
- Supportare senza sostituirsi

08/04 - Nuovi modi per fare le solite cose

- Cura personale
- Alimentazione
- Abbigliamento
- Riposo

22/04 - Continuare a comunicare

- Il valore delle parole e dei gesti che vengono comunicati
- Parole inadeguate producono comportamenti indesiderati
- Nuovi modi di parlare, nuovi modi di ascoltare

13/05 - Una medicina chiamata svago

- L'importanza del benessere
- Tenersi impegnati, ma in attività significative!
- L'utilità di essere d'aiuto (*come e perché coinvolgere la persona nel quotidiano*)

Prendersi cura di sé

03/06 - Come stanno le cose, in Italia

- Come stanno i caregivers in Italia
- Nuovi ruoli (*per i figli, per i coniugi*)
- Il peso dell'etichetta e l'isolamento sociale

24/06 - Rispettare i tuoi bisogni

- Di cosa ho bisogno
- Chi mi è di aiuto
- I miei punti di forza

15/07 - Parola d'ordine: organizzare

- Il carico mentale (*cos'è, da dove origina, come alleviarlo*)
- Fare ordine (*tra le informazioni, tra le scartoffie...*)
- La gestione della terapia farmacologica
- Una nuova routine

05/08 - Darsi nuovi obiettivi... con flessibilità

- Un obiettivo per me; un obiettivo per te; un obiettivo per noi
- Come mi sento, quando...
- Orientarsi verso sentimenti positivi