

## REPORT DI UN PROGETTO PARTICOLARMENTE SIGNIFICATIVO

A dicembre 2022 si è concluso, con un alto grado di soddisfazione dei partecipanti e degli organizzatori, il progetto **“COMUNITA’ ALTO GARDA E LEDRO A SOSTEGNO DELLA DEMENZA”**, finanziato dall’Azienda Provinciale per i Servizi Sanitari e in collaborazione con la Comunità di Valle Alto Garda e Ledro.

Gli appuntamenti, distribuiti nell’arco dell’anno, con una maggiore concentrazione nel mese di settembre, hanno fatto riferimento a cinque attività.

**Attività N.1 - Percorsi di Allenamento Mentale** (esercizi di allenamento della memoria a breve e a lungo termine, giochi di parole, stimolazione della fantasia e della creatività, giochi di ruolo, scrittura creativa...), organizzati da Luogo Comune ETS, hanno registrato la partecipazione di 60 persone (età media 73 anni), suddivise in 6 gruppi per 5 repliche. Attività apprezzata e richiesta, tanto che sono rimaste purtroppo nella lista di attesa alcune domande di partecipazione non soddisfatte. Tuttavia, grazie alla gentilezza della formatrice che ha preparato gratuitamente alcuni volontari a gestirla, ora questa attività continua nella routine del calendario settimanale.

**Attività N.2 - Passeggiate informative e di sollievo**, organizzate una volta al mese da giugno a dicembre, da Luogo Comune ETS con il supporto di Ephedra SCS, hanno associato alla finalità culturale e ricreativa e al movimento all’aria aperta, una finalità legata alla conoscenza di tematiche relative al progetto sulla demenza. Per questo di volta in volta erano presenti professionisti esperti nelle tematiche degli anziani, delle demenze, nonché della mobilitazione del malato o dei servizi a supporto presenti sul territorio dell’Alto Garda. Sono stati coinvolti a titolo gratuito assistenti sociali, infermieri, medici, fisioterapisti dipendenti della Comunità Alto Garda e Ledro (Servizio Socio-Assistenziali), dell’A.P.S.S. (unità operativa Cure Primarie e Ambulatorio CDCD Alto Garda e Ledro), delle A.P.S.P. Città di Riva del Garda e della Fondazione Comunità di Arco e i volontari dell’Associazione AIMA. Il format si è rivelato particolarmente interessante perché non stigmatizzante, di carattere prevalentemente ricreativo, ma nello stesso tempo ha permesso ai familiari delle persone con demenze e alle persone interessate di avere diverse informazioni afferenti alle malattie neurodegenerative e di conoscere i luoghi e i professionisti che a vario titolo si occupano di demenza. Il totale di persone fisiche coinvolte è stato di circa 80, con una media di 18 persone a passeggiata.

**Attività n.3 - Serate formative e informative**, organizzate a sostegno dei caregivers da Luogo Comune ETS si sono svolte in settembre e replicate a novembre, presso la A.P.S.P. Città di Riva del Garda e presso A.P.S.P. Fondazione Comunità di Arco. 60 in totale i partecipanti, che si sono lasciati coinvolgere e hanno condiviso esperienze personali, trovando modalità di confronto e di auto mutuo aiuto spontanee e originali.

**Attività n.4 - Letture animate di albi illustrati.** La serie di eventi è stata organizzata e realizzata completamente dai volontari di Luogo Comune ETS. Ogni lunedì di settembre un gruppo di volontarie, armate di bicicletta con agganciato un carretto pieno di libri, si è ritrovato di volta in volta in diversi parchi gioco cittadini (Sant’Alessandro, Rione Degasperi, Varone e Dro) per raccontare storie, condividere libri, coinvolgere ragazzi nella lettura a voce alta su tematiche legate alle demenze e all’Alzheimer. Le letture sono state chiamate “Nonni dimenticoni” per rendere fruibile e scanzonata la, seppur seria, tematica a bambini e famiglie. 60 i bambini fruitori, dai 3 ai 10 anni.

**Attività n.5 - Presentazione del libro: Mia madre è una brava bambina.** Organizzata da Luogo Comune ETS, in collaborazione con l’A.P.S.P. Giacomo Cis di Ledro, è stata gestita dall’A.P.S.P. stessa insieme all’autore del libro Leonardo Franchini. Interessante il fatto che lo scrittore abbia voluto trattare una tematica così delicata senza avere una esperienza diretta (di familiare o parenti), ma scegliendo di interagire con diversi malati, loro familiari e operatori sanitari. Questo ha permesso una maggiore valorizzazione del lavoro svolto dai caregivers, visti attraverso gli occhi di un “esterno”.

**Attività n.6 - Nordic Walking**, organizzata da Luogo Comune ETS e gestita dall’associazione AICS Nordic & Walking Baldo Benaco, ha permesso ai partecipanti di rendersi conto dell’importanza dell’esercizio fisico come esercizio di cura di sé, così come di cura del proprio corpo e, per i caregiver, prepararsi fisicamente a movimentare il malato o l’anziano di cui ci si prende cura. 24 i partecipanti, in due cicli di cinque uscite in maggio/giugno e di cinque in settembre.

[liberamente tratto dalla relazione conclusiva di Martina Tonelli, referente del Progetto]