



# ALZHEIMER NOTIZIE

## ASSOCIAZIONE ALZHEIMER VENEZIA odv

ANNO XXI N. 6 Dicembre 2021  
www.alzve.it info@alzve.it

### **Agli auguri bisogna dare un significato**

Fra poco sarà Natale e anche quest'anno vogliamo dare ai nostri auguri un significato particolare.

In situazioni di sofferenza e di malattia, perché gli auguri siano sinceri, occorre avvicinarsi con discrezione e rispetto, condividere e comprendere con empatia la sofferenza altrui a partire dalla propria esperienza.

Perché la sofferenza tocca ognuno di noi.

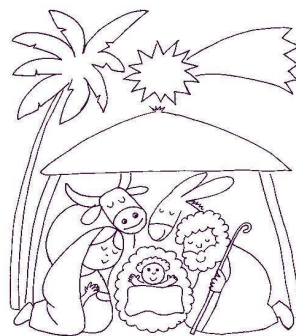
I nostri più sinceri

### **AUGURI DI BUON NATALE E ANNO NUOVO**

vogliono esprimere vicinanza a tutti i nostri Soci,  
quella vicinanza che la nostra Associazione  
traduce anche in gesti concreti nei suoi progetti.

La Presidente e il Consiglio direttivo  
dell'Associazione **Alzheimer** Venezia

**BUON NATALE!!**



*I nostri uffici saranno chiusi dal 23 dicembre al 2 gennaio 2022*

## ***Prendersi cura dei nostri cari durante le feste***

*A cura della dott.ssa Natalia Antinori, psicologa*

Il Natale si avvicina e anche se speriamo di poter festeggiare con le persone care vicine, riunire la famiglia può risultare impegnativo per tutti e può esserlo ancora di più per chi si prende cura di una persona che soffre di una malattia neurodegenerativa. Cambiamenti di routine, rumore aggiuntivo, più persone del solito e magari anche un ambiente diverso possono influenzare il comportamento dei nostri cari. Per questo molti caregiver sentono la pressione nel periodo che precedono le feste di Natale e Capodanno.

Ecco alcuni consigli per il periodo delle festività:

### **Informa tutti della situazione**

Potrebbe essere che alcuni familiari e amici che inviterai non abbiano visto il tuo familiare da un po' di tempo, probabilmente dal Natale scorso, e non siano pienamente consapevoli della sua situazione e potresti sentirti inquieto su come amici e familiari reagiranno al tuo caro quel giorno. Parla e informa i tuoi ospiti in anticipo. Quando parli con loro, spiega con sincerità la situazione. Potresti dire che il tuo caro sta vivendo momenti di difficoltà con la memoria e che la conversazione con loro potrebbe non essere come era prima.

Se la situazione lo permette, chiedi al tuo familiare come si sente riguardo al Natale e domanda-gli a chi vorrebbe informare in anticipo dei suoi cambiamenti.

Cerca di includere sempre il tuo caro nel maggior numero possibile di decisioni.

### **Mettilo al primo posto**

Cerca di dare maggiore importanza ai desideri della persona che ami e a ciò che il Natale e il Capodanno significavano davvero per essa. Pensa a come trascorreva le feste e alle cose che gli piacevano di più, in modo da incorporare il maggior numero di elementi, attività e tradizioni che preferiva nella giornata.

### **Fai le dovute presentazioni**

Quando arrivano amici e familiari, ricorda di presentare bene ogni persona e di contestualizzare la relazione. Potresti dire: questo è tuo nipote Alvisio, il figlio di tua sorella Beatrice. Così gli eviterai l'imbarazzo di non ricordare i nomi, ma sembrerà naturale.

### **Aiuta amici e familiari a comunicare**

Condividi alcuni dei suggerimenti dati nel notiziario del mese di giugno 2021, su come comunicare con il malato di Alzheimer: 10 CONSIGLI PER UNA CONVERSAZIONE EFFICACE.

In questo modo amici e familiari potranno attuare degli accorgimenti per godersi la conversazione e il tempo che passerete insieme.

*segue*

*segue da pag. 2*

### **Preparare attività che possano coinvolgere la persona**

Assicurati che la persona che ami si senta sempre inclusa nella giornata. Pensa ai modi in cui potrebbe essere in grado di partecipare e cerca di coinvolgerla. Per esempio ti potrebbe aiutare ad apparecchiare la tavola o a preparare parte del pasto. Ascoltare insieme i suoi brani musicali preferiti, può essere calmante e inoltre vi farà ricordare momenti speciali. Tenere pronto uno dei suoi film preferiti, inoltre giochi e attività che possano ispirare la conversazione e connettere la persona con tutti gli invitati.

### **Tieni conto delle sue esigenze**

I giorni di Natale e Capodanno possono essere molto rumorosi, pertanto dobbiamo cercare di ridurre il rumore inutile o esagerato come petardi, musica o televisione ad alto volume, ecc. Troppo rumore può essere difficile da elaborare e causare agitazione. Una giornata intensa può essere faticosa per una persona affetta da una malattia neurodegenerativa, quindi cerca in tutti i modi che la giornata sia festosa ma non stressante.

Mi raccomando di concentrarvi sulla persona e sulle sue capacità e non sulla malattia. Per esempio, se non ricorda che è Natale o Capodanno non insistere troppo, in quanto potrebbe causare ansia.

### **Fai una simulazione pratica**

Se stai invitando una persona che soffre di una malattia neurodegenerativa a casa tua, o vuoi portare una persona cara fuori da una casa di riposo, fai alcune simulazioni pratiche prima per accertarti che la cosa sia realizzabile. Domanda consigli al personale della casa di riposo e chiedi se potrebbero essere in grado di supportarti. Quando sarà il momento di tornare alla casa di riposo, sarebbe opportuno dire “dobbiamo andare a casa ora” piuttosto che “devi andare a casa”. Far sentire alla persona che fate le cose insieme, può aiutarla a non sentirsi sola o confusa. Cerca di accompagnarla non troppo tardi, sarebbe opportuno portarla di ritorno quando è ancora giorno, in modo che possa vedere dove si trova.

### **Prendetevi cura di voi**

Non cercate di fare tutto da soli, quindi assicuratevi che altri membri della famiglia siano disponibili per aiutarvi.

Non preoccupatevi se le cose non sono perfette: godetevi la giornata!

***Buon Natale e buon Capodanno !!!***

*PER INFORMAZIONI DI CARATTERE LEGALE*

*Avv. Matilde Crety a Mestre in Via Palazzo, 9 tel. 041961401—cell. 3467721887*

Dopo la pausa natalizia, riprenderanno gli incontri di

## **Memory Caffè**

A Venezia Centro Scalzi lunedì 17 gennaio dalle 9.30 alle 12.30

A Burano lunedì 17 gennaio dalle 9 alle 12

A Murano martedì 18 gennaio dalle 9 alle 12

A Marghera martedì 18 gennaio dalle 9 alle 12

A Venezia Cardinal Piazza mercoledì 19 gennaio dalle 9.30 alle 11.30

## **Auto Mutuo Aiuto**

A Marghera giovedì 20 gennaio dalle 17.30 alle 19

A Venezia lunedì 24 gennaio dalle 14.30 alle 16

A Burano lunedì 24 gennaio dalle 18 alle 19.30

A Murano mercoledì 26 gennaio dalle 17.30 alle 19

## **Nuova apertura Centro Sollievo a Giudecca!**

Per info:

Sede di Venezia tel. 0412770358 (da lun. a ven. dalle 9.30 alle 12.30)

### ***Sostieni le attività della nostra Associazione:***

*Banca Intesa IBAN IT34 U030 6909 6061 0000 0009414*

*Poste IBAN IT03G0760102000000016828303*

### ***Quote sociali 2021:***

*socio ordinario € 30 - socio benemerito € 50*

*socio sostenitore € 250*

*PER INFORMAZIONI DI CARATTERE LEGALE*

*Avv. Matilde Crety a Mestre in Via Palazzo, 9 tel. 041961401—cell. 3467721887*