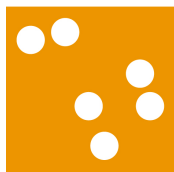


“Ogni settimana  
sento che arrivo  
scarico,  
svuotato,  
qui con voi prendo  
l’energia che mi  
aiuta fino alla volta  
prossima!”

un marito caregiver

“Non riconosco più  
mia mamma in lei,  
ho imparato  
a conoscerne  
una nuova però,  
è difficile,  
ma possibile”

una figlia caregiver



**Ambito  
Territoriale  
Bergamo**

Bergamo | Gorle | Orio al Serio  
Ponteranica | Sarisole | Torre Boldone

# Caffè Alzheimer

# Caffè Alzheimer

Il Caffè Alzheimer è un momento volto alla socializzazione della persona fragile e al confronto e sostegno del caregiver anche in termini psicoeducativi. Gli incontri sono gratuiti.

Prima di partecipare si richiede di contattare la sede scelta per fissare un primo colloquio di conoscenza e presentazione.

## Caffè Liberamente

FONDAZIONE CARISMA ONLUS  
c/o bistrò Daste - ex Centrale Elettrica  
Via Daste e Spalenga, 13, Bergamo  
ogni I° e III° martedì di ogni mese  
dalle ore 15 alle 16

### • Contatti

— 0354222 - 333 o 317  
— a.soli@fondazionecarisma.it  
— accettazione@fondazionecarisma.it  
— www.fondazionecarisma.it

## Caffè "Per non essere più soli"

PRIMO ASCOLTO ALZHEIMER  
Bergamo - Via Polaresco 15  
ogni mercoledì dalle ore 15 alle 17

### • Contatti

— 346.6670099  
— info@alzheimer-onlus.org  
— presidenza@alzheimer-onlus.org  
— www.alzheimer-onlus.org

## Caffè "Avrò Cura di Te"

BERGAMO SANITÀ COOPERATIVA  
SOCIALE c/o RSA Caprotti Zavaritt,  
via Arno 14, Gorle - Bergamo  
ogni giovedì dalle ore 14:30 alle 16:30

### • Contatti

— 348.5503152 - 342.1808536  
— tnf@bergamosanita.it

## Caffè "Gli Amici del Giovedì"

FONDAZIONE "INSIEME CON  
HUMANITAS"  
Clinica Humanitas Gavazzeni,  
Bergamo c/o la sala "Pittori  
Bergamaschi" della Casa del Giovane,  
Opera Diocesana San Vincenzo, via  
M. Gavazzeni, 13 - Bergamo  
ogni giovedì dalle ore 15 alle ore 17

### • Contatti

— 348.2225125  
— raquel.taddeucci@gmail.com

"Ogni settimana  
sento che arrivo  
scarico,  
svuotato,  
qui con voi prendo  
l'energia che mi  
aiuta fino alla volta  
prossima!"

un marito caregiver

"Non riconosco più  
mia mamma in lei,  
ho imparato  
a conoscerne  
una nuova però,  
è difficile,  
ma possibile"

una figlia caregiver

Caffè Alzheimer - Maggio 2022

con il contributo di



progetto "Tessere Legami"



# Cos'è un Caffè Alzheimer

Gli "Alzheimer Caffè"© nascono in Olanda nel 1997 come incontri dove le persone con demenza e i loro familiari e caregiver si incontrano una volta al mese per parlare delle difficoltà della malattia ed analizzare le soluzioni trovate tramite l'aiuto di personale qualificato.

Nell'Ambito Territoriale di Bergamo sono attive da molti anni alcune esperienze che hanno deciso di coordinarsi tra loro all'interno del Gruppo Demenze del Tavolo Anziani, condividendo le prassi di intervento e sviluppando azioni informative e di promozione culturale comuni.

Il Caffè Alzheimer, aperto a tutte le tipologie di decadimento cognitivo, è un LUOGO PROTETTO, dove non solo il familiare si riflette in chi vive il suo stesso disagio, ma un momento nel quale anche la persona con demenza può essere sostenuta nella condivisione delle proprie emozioni all'interno di relazioni di aiuto reciproco, favorendo il recupero sociale e dando valore all'esperienza di vita.

In contemporanea, i familiari hanno l'opportunità del confronto reciproco e del SOSTEGNO PSICOLOGICO E FORMATIVO necessario per prepararsi ad affrontare al meglio il difficile compito della "cura", perché assistere la persona con demenza significa accompagnarla in un percorso.

LA DEMENZA COLPISCE TUTTA LA FAMIGLIA: SEMPRE PIÙ FREQUENTEMENTE EMERGE NELLE PERSONE CHE PRESTANO CURA AI LORO CARI UNA RICHIESTA D'AIUTO CONCRETA.

Chiunque ruoti attorno alla persona fragile si trova a confrontarsi con una realtà che mai avrebbe immaginato. Una persona cara, che si conosce bene, improvvisamente cambia, presenta comportamenti nuovi e non sempre comprensibili, è necessario imparare nuovamente a starle accanto, rispondere ai bisogni emergenti, ricostruire equilibrio nel rapporto.

Importante è aprirsi a comprendere che i cosiddetti "disturbi del comportamento" che la persona malata a volte presenta sono modalità di comunicazione di un qualche disagio che è importante osservare ed accogliere.

Cambiare il proprio modo di vedere e dare significato alla malattia può consentire di mantenere e recuperare spazi di un "fare insieme" dentro una relazione interpersonale empatica e sentirsi meno soli e scoraggiati.

Quante volte infatti chi assiste si sente stanco, solo, alla deriva, senza possibilità di condividere le preoccupazioni con i conoscenti di sempre, perché chi è fuori da questo universo difficilmente può davvero capire.

Il Caffè Alzheimer può aiutare a trovare risposte, aiuto e comprensione.

Il Caffè Alzheimer è gratuito e aperto a tutte le persone che hanno ricevuto da poco diagnosi di decadimento cognitivo o demenza (in fase lieve) con i loro familiari (compresi eventuali assistenti), o anche a quest'ultimi soltanto.

Ognuno sceglie il Caffè più consono a orari e distanze personali, è anche possibile (ma non sempre consigliabile) frequentare più Caffè contemporaneamente.

La frequenza è libera, con cadenza settimanale o quindicinale, con differenti orari e spazi.

Contattare il Caffè scelto per maggiori info e per accordarsi sul primo accesso (si vedano i recapiti riportati nel retro del pieghevole).

# Gli obiettivi dei Caffè Alzheimer

- Favorire i contatti sociali evitando l'isolamento sociale.
- Creare uno spazio rilassato e familiare nel quale le persone con demenza e i caregiver possano interagire con professionisti della care.
- Fornire un momento di sollievo per i caregiver grazie alla presa in carico del loro congiunto da parte del personale qualificato per il tempo di apertura del Caffè.
- Contribuire a ridurre lo stress provato sia dalla persona con demenza, sia dal caregiver.
- Aiutare il caregiver a stabilire una relazione di cura empatica.

# Gli operatori dei Caffè Alzheimer

All'interno dei Caffè Alzheimer dell'Ambito Territoriale di Bergamo sono attivi Operatori qualificati quali:

Psicologo | Medico | Infermiere | Neuropsicologo | Educatore | OSS | Fisioterapista | Volontari | Altre figure terapeutiche (musica, arte)

OGNI CAFFÈ ALZHEIMER DISPONE DI UNA PROPRIA ÉQUIPE CON COMPOSIZIONE DIFFERENZIATA.