

### OBIETTIVI DELLE SEDUTE

Gli interventi avranno la finalità di rendere i partecipanti più "preparati" e in grado di poter affrontare la quotidianità in modo più sereno, potenziando il proprio senso di autoefficacia e diminuendo i vissuti di ansia.

Ampio spazio verrà dato all'espressione delle proprie emozioni e delle difficoltà. Condividere ciò in un gruppo di persone che vivono esperienze simili può aiutare ad arginare il senso di solitudine e alleggerire i sensi di colpa che spesso accompagnano tali vissuti emotivi, aiutando anche a percepire come normali e naturali le proprie reazioni.

La partecipazione al gruppo o agli incontri individuali può essere inoltre un'importante occasione per iniziare a ritrovare nuovamente del tempo per sé e uscire dalla situazione di isolamento in cui spesso si trovano a vivere coloro che sono coinvolti in questo tipo di esperienza.



COOPERATIVA OPERATORI SOCIALI C.O.S.  
SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE - ONLUS

La Cooperativa Operatori Sociali C.O.S. da oltre trent'anni opera sul territorio di Alba Langhe e Roero offrendo servizi socio assistenziali diurni e residenziali rivolti a minori, disabili e anziani.

Il progetto S.O.S. Alzheimer intende porsi come risorsa concreta a sostegno delle iniziative promosse dagli Enti pubblici.

Per ulteriori informazioni e chiarimenti non esitare a contattarci:

**Dott.ssa Miranda Bessone: 335-6963821**

Corso Piave 71/b 12051 Alba (CN)

[info@coopcos.it](mailto:info@coopcos.it)

### S.O.S. ALZHEIMER

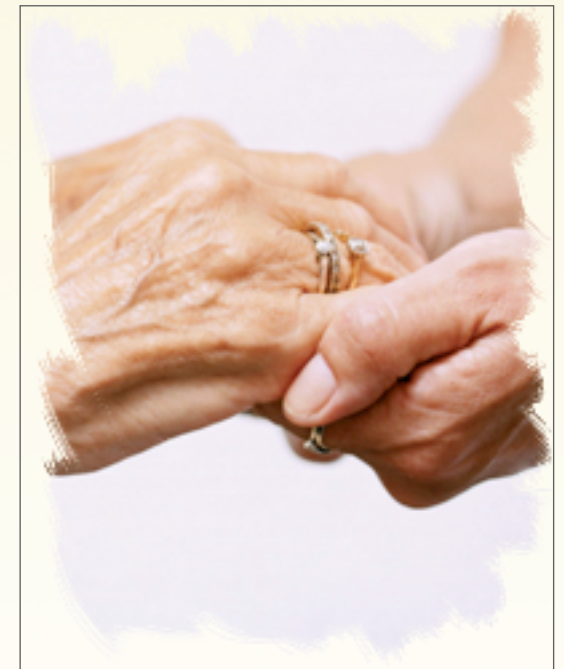
PROGETTO DI SUPPORTO PER  
CAREGIVER DI MALATI DI  
ALZHEIMER

È UN'INIZIATIVA CHE SI AVVALE DEL  
CONTRIBUTO DELLA



FONDAZIONE  
CASSA DI RISPARMIO  
DI CUNEO

# S.O.S ALZHEIMER



❁ SUPPORTO AI FAMILIARI ❁

Sempre più numerose ricerche nel settore evidenziano un peggioramento della qualità della vita e della salute psicofisica del familiare impegnato nell'assistenza del malato di Alzheimer.



Da queste poche righe nasce la nostra proposta di aiuto.



#### NON È UN'IMPRESA SEMPLICE

*Diventare genitore dei propri genitori non è un'impresa semplice.*

*Non mette in gioco esclusivamente la capacità di assistenza e accudimento.*

*Trasforma e rivolta la tua vita come un guanto, nella più profonda delle tue intimità.*

*Impone un viaggio mentale nel tempo in cui l'unico passeggero rischi di essere solo tu.*



# Ti offriamo il nostro aiuto

## DIAMO VOCE ALLE TESTIMONIANZE

“Assistere una persona affetta da demenza o Alzheimer può portare al limite le risorse emotive di qualsiasi individuo, sia per il carico fisico che la malattia comporta, sia per i cambiamenti nella relazione tra il familiare e il malato”.

“Uno degli aspetti più faticosi dell'assistenza ad un malato di Alzheimer, è che spesso, appena si è trovato il necessario equilibrio e ci si è adattati alla nuova situazione, elaborando il dolore connesso al vedere il nostro congiunto estremamente diverso da com'era prima della malattia, egli cambia nuovamente e bisogna ricominciare tutto da capo”.

“Molti tra noi tendono ad "isolarsi" assieme al malato, a restare confinati in casa, perdendo in questo modo i propri contatti sociali e le proprie relazioni interpersonali. Questo isolamento peggiora la situazione rendendo ancora più gravosa l'assistenza”.

## OCCORRE ATTEZZARSI

Il carico emotivo del familiare (o caregiver) è enorme ed egli ha bisogno di sviluppare un insieme di strategie per far fronte all'evolversi della malattia.

## COME

Il gruppo di supporto psicologico può essere un'importante risorsa in tal senso, eventualmente integrato o sostituito da incontri a livello individuale.

La Cooperativa Operatori Sociali C.O.S. di Alba, con il sostegno della Fondazione CRC di Cuneo ti propone un ciclo di sedute gratuite.



Gli incontri condotti da una psicologa della cooperativa si terranno a cadenza quindicinale presso la sede C.O.S. di Alba, Corso Piave 71/b (parrocchia Divin Maestro).

Le sedute affronteranno in particolare le seguenti tematiche:

- informazioni di base sulla malattia e i servizi preposti per il sostegno;
- l'auto aiuto come risorsa nella relazione con il familiare infermo;
- strumenti operativi per la gestione della quotidianità