



## ALZHEIMER: cerchiamo le risposte in mezzo a noi



Il 21 settembre in tutto il mondo vengono ricordati "quelli che si dimenticano". Siamo giunti nel 2015 alla 22° giornata mondiale dell'Alzheimer che mostra l'impegno a livello internazionale di rendere nota la malattia e di diffondere la cultura della prevenzione. Il morbo dell'Alzheimer è la forma più comune di demenza degenerativa. È determinata da una lenta perdita di cellule nervose nella corteccia cerebrale causata da precipitazioni di proteine. La malattia si manifesta dapprima con la perdita progressiva della memoria e via via di altre facoltà. L'Alzheimer's Disease International (ADI) ha recentemente presentato il suo Rapporto mondiale 2015 che restituisce una fotografia molto nitida della malattia e nel contesto più generale delle demenze: nel 2015 ci sono nel mondo 46,8 milioni di persone affette da una forma di demenza, soltanto in Italia ne sono state registrate oltre 1,2 milioni, 269 mila nuovi casi all'anno, 737 al giorno. Essendo la demenza una patologia tipica dell'invecchiamento, queste cifre sono destinate quasi a raddoppiare ogni 20 anni. Ecco perché lavorare sulla prevenzione è importante.

Infatti, come afferma Marco Trabucchi, direttore scientifico del Gruppo di ricerca geriatrica di Brescia, le strade da percorrere sono principalmente due. **Da un lato la diagnosi precoce, che consente interventi rapidi e può in molti casi aiutare a rallentare la comparsa dei sintomi, effettuabile anche grazie all'inserimento della malattia nei protocolli e nelle campagne di prevenzione sanitaria nazionale** (al pari dei protocolli per la prevenzione del diabete o delle cardiopatie). Anche se non esiste un unico modo per prevenire la demenza, potremmo essere in grado di prendere le misure per ridurre il nostro rischio di svilupparla in età avanzata. A questo proposito sareb-



be sicuramente utile mettere in partica le indicazioni valide per il mantenimento di un buono stato di salute: seguire una dieta equilibrata (ricca di frutta e verdura), svolgere almeno 20 minuti di attività fisica al giorno e mantenere la mente allenata (anche attraverso semplici attività cognitive come la lettura, i cruciverba).

**Dall'altro lato l'assistenza domiciliare delle persone con demenza rappresenta la più appropriata forma di assistenza che si può fornire a questi pazienti perché permette di non perdere quei riferimenti temporali, spaziali ed affettivi così preziosi per loro, considerato che sono proprio le capacità cognitive le prime ad essere colpite dal processo degenerativo che caratterizza questa patologia.** In Italia sono attive diverse sperimentazioni di assistenza domiciliare mirata a persone con demenza. Ricordiamo che anche in Trentino ne è stata avviata una a partire dal 2012 e durante quest'ultimo anno ha coinvolto circa 60 pazienti. La cura al domicilio non è però

l'unica soluzione poiché può essere affiancata, nelle diverse fasi della malattia, ad altri servizi come i Centri Diurni, i Caffè Alzheimer, le RSA (Residenze Socio Assistenziali) aperte.

Per dare un senso a tutti questi servizi, che corrono il rischio di ghettizzare gli ammalati e le loro famiglie, **è importante infine "spiegare l'Alzheimer" alla comunità per andare oltre i luoghi comuni.** Occorre parlare oltre che degli effetti debilitanti anche delle ricchezze della malattia, non solo per fare in modo che il malato che si perde per strada venga riaccompagnato a casa ma che anche in un ufficio o in una piazza una persona con demenza venga accolta, ascoltata, trattata con dignità. **Si potrebbero creare lentamente delle "città solidali" dove le famiglie e i malati possano sentirsi accolti senza vergogna e senza stigmi.** Secondo Trabucchi si potrebbe pensare di partire dalle città piccole, o da alcuni quartieri dove è più facile il rapporto diretto e tutto è più vicino.

Le nostre recenti riflessio-

ni sull'importanza del tessuto sociale nel sostegno al welfare e sulla sharing economy, emerse durante il Convegno "Ricomunare Comunità", trovano così un'ulteriore conferma: anche la prevenzione e la riabilitazione di alcune malattie come l'Alzheimer, che presentano forti ripercussioni sulla sfera socio-relazionale degli individui, possono essere un aspetto "condiviso" e alleviato grazie al supporto offerto, non solo dai familiari, ma anche dai vicini di casa e dagli abitanti del quartiere. Sappiamo che "quel che fa bene al cuore fa bene anche alla testa", ha dichiarato al giornale britannico The Guardian Doug Brown, direttore di ricerca e sviluppo della Alzheimer's Society, **perché quindi non considerare tra le strategie di prevenzione e riabilitazione anche iniziative rivolte all'informazione e coinvolgimento dei cittadini per mantenere le persone con l'Alzheimer nelle città restituendo loro dignità, libertà e autonomia? In fondo il loro è anche il nostro ambiente di vita.**

# Il nostro impegno per il benessere del personale

Il marchio Family Audit è uno strumento proposto dalla Provincia Autonoma di Trento che ha l'obiettivo di promuovere l'adozione di politiche del personale orientate al benessere dei propri dipendenti e delle loro famiglie certificando iniziative volte alla conciliazione famiglia-lavoro. Dal maggio 2013 FAI ha aderito all'iniziativa ottenendo la certificazione base Family Audit. Infatti, **lo standard Family Audit rappresenta un elemento coerente con la nostra realtà, da sempre caratterizzata da una forte presenza femminile e dall'impegno per la tutela delle esigenze delle donne e delle famiglie.**

Attraverso l'ascolto delle esigenze, la condivisione e l'analisi delle proposte espresse dai lavoratori abbiamo avviato diversi interventi. Per esempio, accogliamo ogni anno circa 30 richieste di flessibilità dell'orario di lavoro per far fronte alle esigenze personali e di servizio dei nostri operatori. Tale flessibilità è stata studiata e concessa da una parte per agevolare i lavoratori in alcuni periodi dell'anno, ad esempio per

l'inserimento dei bambini nelle scuole, e dall'altra per offrire loro la possibilità di rendersi disponibili in precise fasce orarie in modo permanente. Un altro intervento riguarda il miglioramento della gestione degli spostamenti degli operatori domiciliari sul territorio, affidando – ove possibile – turni localizzati (ossia con servizi situati nella stessa area territoriale) e distribuiti nella fascia oraria mattutina.

Negli ultimi mesi ci siamo impegnati in modo particolare per rispondere ad una tra le esigenze espresse dal personale: la possibilità di essere ascoltati per migliorare la gestione della propria quotidianità lavorativa. **Durante l'estate è stato pertanto attivato un punto di ascolto rivolto al personale, allo scopo di supportarli nella gestione del loro rapporto con il lavoro per mantenere il più possibile un adeguato equilibrio professionale.**

Attraverso il progetto FAI ha quindi introdotto al proprio interno interventi strutturali, culturali e comunicativi finalizzati ad innovare e rendere più efficienti i pro-

cessi organizzativi e la gestione del personale. Grazie a quest'attenzione verso la tutela del benessere del personale e del clima aziendale, abbiamo ottenuto nel giugno 2015 la conferma della seconda annualità del certificato Family Audit.



## La cultura per il rispetto dell'ambiente è certificata Iso 14001

Il percorso di riflessione sui nostri valori e principi, avviato negli ultimi anni, non si è esaurito con la stesura della nostra Carta dei Valori, che anzi ha rappresentato uno stimolo per ragionare a fondo sul ruolo di FAI nel proprio contesto lavoro. **Consapevoli che il benessere dei nostri assistiti è strettamente correlato con la cura dell'ambiente di vita e il mantenimento di un clima salubre nelle case, abbiamo approfondito la riflessione** su quella che può essere considerata la sfida più grande di questo nuovo secolo: credere in un'idea che sembra astratta ma realizzabile, lo sviluppo sostenibile.

La nostra particolare sensibilità a questa tematica ci ha infatti permesso di individuare le attività che hanno, o potrebbero avere in futuro, effetti impattanti sull'ambiente e di valutarne il valore significativo. In quest'ottica **sensibilizziamo costantemente i nostri operatori riguardo alle politiche di sostenibilità e rispetto per l'ambiente** affinché, non solo loro stessi in prima persona possano diventare attori nella quotidianità di comportamenti e atteggiamenti conformi alla salvaguardia ambientale, ma anche perché, una volta consolidati e naturalizzati nel contesto lavorativo, possano por-

tare benefici e miglioramenti nelle abitazioni dei nostri utenti. Tutto ciò si concretizza nello specifico nei nostri servizi di assistenza domiciliare, ad esempio in una adeguata raccolta differenziata, nel risparmio dell'energia elettrica ottimizzando l'uso degli elettrodomestici oppure facendo una spesa cosiddetta "intelligente", evitando l'acquisto di prodotti usa e getta che creano ingenti quantità di rifiuti o riutilizzando i sacchetti della spesa.

**Promuoviamo iniziative sui temi del riuso, del contenimento degli sprechi energetici, della scelta di materiali e alimenti eco-compatibili.** Ricordiamo inoltre che, in seguito all'adesione all'iniziativa "Salva il tappo" siamo diventati il primo punto di raccolta dei tappi in sughero a Trento e da febbraio 2015 è possibile conferirli presso la nostra sede in Via Gramsci. La raccolta è finalizzata al loro recupero e trasformazione in prodotti per la bioedilizia totalmente naturali e rinnovabili. Ad aprile FAI ha anche partecipato alla festa di quartiere "Prima&Vera in festa" durante la quale abbiamo proposto alcune attività legate al riutilizzo di diversi materiali: dai tappi in sughero e plastica, ai cartoni della pizza, ai tubi flessibili dei cavi elettrici assemblati per la creazione di piccoli

oggetti di uso comune.

A seguito di questo percorso la Cooperativa ha recentemente ottenuto la Certificazione Ambientale ISO 14001 che riconosce, secondo i requisiti della norma internazionale, il continuo miglio-

ramento degli impatti ambientali prodotti. In particolare, **consideriamo la Certificazione Ambientale uno stimolo per il consolidamento e per la diffusione di una cultura organizzativa molto attenta all'ambiente e al territorio.**



## Laboratori RaccontArti

Il 7 settembre è partita la terza edizione del Laboratorio teatrale RaccontArti: un ciclo di incontri rivolto ad adulti over 50 dei quartieri dell'Oltrefersina che hanno voglia di raccontarsi e mettersi in gioco sperimentando gli strumenti del teatro per conoscersi, condividere passioni e fragilità.

Gli incontri si svolgono il lunedì sera dalle 17.30 alle 19.30 presso il Centro Teatro di Via degli Olmi 24 a Trento, la partecipazione è gratuita e le iscrizioni sono aperte.

Per iscrivervi potete contattare direttamente la Cooperativa FAI: 0461 911509 damosso@faicoop.com.

Passate parola anche tra vicini di casa, vi aspettiamo!



## Nuovo sito on line

Potete scaricare il Notiziario F.A.I on line dal nostro NUOVO SITO completamente aggiornato: [www.faicoop.com](http://www.faicoop.com)