



LUNEDI 3	MARTEDI 4	MERCOLEDI 5	GIOVEDI 6	VENERDI 7
10.00-11.30 I GIARDINI DEL BENESSERE	11:00-12:00 PALESTRA DEL RESPIRO			09:30-12:00 TESSITURA CREATIVA
	16:00-17:30 ARTE BENESSERE	15:00-19:00 CUCITO CREATIVO		
17:30-19:00 FORMAZIONE Mod. 5 IL BENESSERE DEL CAREGIVER		17:00-18:00 CONFERENZA CONTATTO UMANO e TECNOLOGIA A SOSTEGNO della DEMENZA		17:00-18:30 FORMAZIONE Mod. 3 GRUPPO ABC_GRUPPO A
LUNEDI 10	MARTEDI 11	MERCOLEDI 12	GIOVEDI 13	VENERDI 14
	11:00-12:00 PALESTRA DEL RESPIRO	10:00-11:30 MUTUO AIUTO GRUPPO ABC di proseguimento		09:30-12:00 TESSITURA CREATIVA
17:00-18:00 SALOTTO DEL'ENIGMISTA	16:00-17:30 ARTE BENESSERE	15:00-19:00 CUCITO CREATIVO		
	17:00-18:00 FORMAZIONE Mod. 4 TÈ CON INFERMIERA	17:30-19:00 MUTUO AIUTO CAMERA CON VISTA*		16:00-17:30 FORMAZIONE Mod. 3 GRUPPO ABC_GRUPPO B
LUNEDI 17	MARTEDI 18	MERCOLEDI 19	GIOVEDI 20	VENERDI 21
10.00-11.30 I GIARDINI DEL BENESSERE	11:00-12:00 PALESTRA DEL RESPIRO			
	16:00-17:30 ARTE BENESSERE	15:00-19:00 CUCITO CREATIVO		
				17:00-18:30 FORMAZIONE Mod. 3 GRUPPO ABC_GRUPPO A
LUNEDI 24	MARTEDI 25	MERCOLEDI 26	GIOVEDI 27	VENERDI 28
BUONE FESTE!	BUONE FESTE!	BUONE FESTE!	BUONE FESTE!	BUONE FESTE!
LUNEDI 31				
BUONE FESTE!				

VIENI A CONOSCERE CASAVIOLA

dal lunedì al venerdì 10:00 – 13:00 e 14:00 – 17:00

Via Fabio Filzi, 21/1, Trieste - Tel. 040 362766 - casaviola@debanfield.it

Spazio di ascolto e di sostegno dedicato alle persone che si prendono cura dei malati di Alzheimer e altre demenze.

FORMAZIONE – Modulo 3

Previa iscrizione

Gruppo ABC di proseguimento

con **Loredana Civita** conduttrice di gruppi ABC
e **Alessandra Sau** psicologa

Incontri mensili dedicati a chi ha già partecipato ai 6 incontri sulla “Comunicazione”, utili a rimanere focalizzati sul metodo, rafforzare le competenze acquisite e condividere esperienze e difficoltà nella comunicazione col malato

FORMAZIONE – Modulo 3

Previa iscrizione

La comunicazione - Gruppo ABC

con **Loredana Civita** conduttrice di gruppi ABC
e **Alessandra Sau** psicologa

Un ciclo di 6 incontri che, attraverso l'apprendimento dell'Approccio Capacitante® del prof Pietro Vigorelli, hanno l'obiettivo di favorire l'acquisizione di nuove competenze da parte del caregiver, per riuscire a comunicare in modo nuovo ed efficace con la persona malata di demenza

CONFERENZA

Contatto umano e tecnologia: strumenti complementari a sostegno della demenza

con le referenti di TELEVITA

CasaViola ha il piacere di ospitare Deborah Voliani e Maura Zanin di Televita Spa per discutere insieme di come affrontare il rischio di isolamento e solitudine di anziani fragili. Porteranno l'esempio del bellissimo progetto Amalia e ci parleranno di quali strumenti tecnologici ad oggi possono venirci in aiuto per supportare l'anziano quando è solo, aiutandolo a preservare l'indipendenza senza correre rischi.

FORMAZIONE – Modulo 4

Previa iscrizione

Tè con l'infermiera

con **Silvana Simonovich**, infermiera geriatrica professionale

Un appuntamento mensile nel quale vengono affrontati alcuni temi cruciali nell'assistenza e cura agli anziani fragili, come la contenzione fisica e farmacologica, la prevenzione delle cadute, l'alimentazione e l'igiene dentaria nel malato di demenza. L'infermiera sarà a disposizione per consigli e indicazioni specifiche.

FORMAZIONE – Modulo 5

Previa iscrizione

Il benessere del Caregiver

con dott.ssa **Antonella Deponte** psicologa

Due incontri per imparare a **gestire lo stress** causato dal prendersi cura di un malato di demenza: si parlerà di sintomi psicosomatici, attività fisiche e strategie psicologiche per alleviarli, oltre a possibili alternative per **prendersi cura di sé**.

AUTO AIUTO

Camera con Vista

con dott.ssa **Antonella Deponte** psicologa

Un gruppo di auto aiuto per caregiver di persone ammalate di demenza, che si incontrano una volta al mese per condividere difficoltà ed esperienze simili e allo stesso tempo esprimere il proprio stato d'animo, in un luogo protetto e di non-giudizio, in uno spazio di supporto e condivisione.

* presso lo Yacht Club Adriaco

LABORATORIO

I Giardini del benessere

con dott.ssa **Silvia Peruzzo** botanica

Due incontri attraverso cui scoprire come trarre vantaggio da elementi naturali come fiori, semi, piante di uso quotidiano, imparando a riconoscerne le proprietà positive e come fruirne, sia in cucina che nella creazione di un ambiente confortevole che influisca in modo positivo sullo stato d'animo di tutta la famiglia

LABORATORIO

Tessitura Creativa

con **Giuliana Balbi** artista e stilista

Attività che avvicina i partecipanti ad una forma espressiva artigianale-artistica poco conosciuta: quella del telaio. Lavorando questo materiale caldo si dà spazio al corpo, al movimento, si è liberi di scegliere intrecci e colori per creare nuove forme che ci rappresentino, all'interno di un gruppo in cui si può condividere senza timore di essere giudicati.

LABORATORIO

Arte per il Benessere

con **Caterina Stolfa** arteterapeuta

Questa attività si propone, attraverso il disegno e l'uso di materiali diversi, di dare spazio alla creatività, permettendo ad ognuno di esprimersi nel qui-ed-ora, di riportare l'attenzione su sé stesso. L'arte si trasforma in una risorsa in grado di promuovere il benessere e la crescita. Non verrà fatta alcuna valutazione estetica, ogni oggetto prodotto è importante e unico

LABORATORIO

Palestra del respiro

con **Leonarda Majaron** docente di dinamica craniosacrale

Quest'attività insegna a riportare l'attenzione sul respiro, una delle attività più naturali ed automatiche. Essere consapevoli del modo in cui respira ci permette di utilizzarlo come uno strumento di liberazione delle zone contratte o in tensione fisica ed emotiva, ritrovando nuovo vigore, energia, concentrazione, consapevolezza

LABORATORIO

Il salotto dell'enigmista

con **Giorgio Dendi** enigmista e matematico

Allenare la mente è una palestra efficacissima contro il deterioramento cognitivo. Attraverso cruciverba, anagrammi, rebus e giochi linguistici si stimolerà l'agilità mentale, la memoria, il problem solving, in un'ottica di prevenzione che è ad oggi fondamentale. In un'atmosfera di gioco e divertimento.

LABORATORIO

Cucito Creativo

a cura delle volontarie dell'Emporio della Solidarietà

Da molti anni le **volontarie dell'Associazione de Banfield** curano una sezione di cucito, creando splendidi oggetti: articoli per la casa, borse, bomboniere e molto altro ancora. Gli oggetti prodotti vengono esposti all'Emporio della Solidarietà, e servono per sostenere le attività di CasaViola a favore dei malati di demenza e dei loro familiari

Con il contributo di

Fondazione
FONDAZIONE CRTRIESTE 