


				VENERDÌ 1	SABATO 2
				Festa dei Lavoratori SIAMO CHIUSI	Facciamo ponte SIAMO CHIUSI
LUNEDÌ 4	MARTEDÌ 5	MERCOLEDÌ 6	GIOVEDÌ 7	VENERDÌ 8	SABATO 9
10:30 - 11:30 MOVIMENTO CREATIVO 17:30 - 19:00 (D) CAREGIVER ACADEMY	17:00 - 18:00 MUSICOTERAPIA 1	15:00 - 16:30 STIMOLAZIONE COGNITIVA	15:30 - 17:00 STIMOLAZIONE COGNITIVA 17:30 - 19:00 INVECCHIAMENTO ATTIVO 2	16:30 - 17:30 MUSICOTERAPIA 2 17:45 - 18:45 GRUPPO ABC®	dalle 10:00 UN CINEMA PER AMICO
LUNEDÌ 11	MARTEDÌ 12	MERCOLEDÌ 13	GIOVEDÌ 14	VENERDÌ 15	SABATO 16
10:30 - 11:30 MOVIMENTO CREATIVO 17:30 - 19:00 (D) CAREGIVER ACADEMY	17:00 - 18:00 MUSICOTERAPIA 1	15:00 - 16:30 STIMOLAZIONE COGNITIVA	15:30 - 17:00 STIMOLAZIONE COGNITIVA 17:30 - 19:00 INVECCHIAMENTO ATTIVO 1	16:30 - 17:30 MUSICOTERAPIA 2 17:45 - 18:45 GRUPPO ABC®	10:00 - 12:00 SABATO IN CITTÀ
LUNEDÌ 18	MARTEDÌ 19	MERCOLEDÌ 20	GIOVEDÌ 21	VENERDÌ 22	SABATO 23
10:30 - 11:30 MOVIMENTO CREATIVO 17:30 - 19:00 (D)CA APPROFONDIMENTI	17:00 - 18:00 MUSICOTERAPIA 1	15:00 - 16:30 STIMOLAZIONE COGNITIVA	15:30 - 17:00 STIMOLAZIONE COGNITIVA 17:30 - 19:00 INVECCHIAMENTO ATTIVO 2	16:30 - 17:30 MUSICOTERAPIA 2	10:00 - 12:00 SABATO IN CITTÀ
LUNEDÌ 25	MARTEDÌ 26	MERCOLEDÌ 27	GIOVEDÌ 28	VENERDÌ 29	SABATO 30
10:30 - 11:30 MOVIMENTO CREATIVO 17:30 - 19:00 (D)CA APPROFONDIMENTI	17:00 - 18:00 MUSICOTERAPIA 1	15:00 - 16:30 STIMOLAZIONE COGNITIVA	15:30 - 17:00 STIMOLAZIONE COGNITIVA 17:30 - 19:00 INVECCHIAMENTO ATTIVO 1	16:30 - 17:30 MUSICOTERAPIA 2 17:45 - 18:45 GRUPPO ABC®	10:00 - 12:00 SABATO IN CITTÀ

 Via Fabio Filzi, 21/1 – Trieste

 040 362766

 casaviola@debanfield.it

SABATO IN CITTÀ

Incontri IN PRESENZA per la sola persona con difficoltà cognitive con le operatrici CasaViola

Il sabato mattina accompagna la persona che assisti in CasaViola mentre tu ti prendi cura di te: due ore di attività per lui/lei, due ore di relax per te! Gli incontri saranno condotti da una psicologa affiancata da un'Operatrice Socio-Sanitaria (OSS) e alterneranno ginnastica dolce e stimolazione cognitiva. Un'opportunità per sostenere le capacità residue, stimolare la partecipazione e migliorare la qualità della vita in un contesto accogliente e strutturato. **È possibile partecipare previo colloquio.**

STIMOLAZIONE COGNITIVA

Incontri IN PRESENZA per la diade (caregiver-persona con difficoltà cognitive) con Rosanna Palmeri e Chiara di Marco, psicologhe

La stimolazione cognitiva è un trattamento non farmacologico finalizzato al mantenimento e al potenziamento delle funzioni cognitive "residue", attraverso il metodo Spector (Cognitive Stimulation Therapy) che ricorre a schede compilabili, giochi da tavolo adattati e altre attività per stimolare la memoria e non solo. Gli incontri sono svolti in gruppo e si rivolgono alla diade caregiver-persona con demenza, in modo da **promuovere la socializzazione, e permettere alla coppia di sperimentare nuovi modi di stare insieme**, diversi dalla classica assistenza. È possibile iscriversi e partecipare a un solo appuntamento a settimana (il mercoledì o il giovedì).

MOVIMENTO CREATIVO

Incontri IN PRESENZA per la prevenzione e il benessere del caregiver e della persona over 60 con Alessandra Copetti, Danzaterapeuta Metodo Fux

Incontri di danza libera e movimento con il metodo ideato da Maria Fux. La musica insieme al corpo, al gruppo e all'utilizzo di determinati materiali può far scoprire molto di sé e degli altri trasformando l'incontro in occasione di arricchimento sia sul piano motorio e fisico che emotivo e relazionale. Stare insieme nella musica e nel movimento porta a un benessere psicofisico e l'interazione tra le persone, fa sì che il gruppo possa essere stimolo ed esempio. Un modo alternativo per esplorare l'intelligenza musicale e corporea e lavorare, così, anche sulla prevenzione.

(D) CAREGIVER ACADEMY

Incontri IN PRESENZA con le operatrici di CasaViola

Prendersi cura di chi ami è importante. Farlo con gli strumenti giusti fa la differenza. Ecco perché abbiamo strutturato un percorso pratico e guidato con professionisti esperti, pensato proprio per chi assiste ogni giorno.

Dal 13 aprile all'11 maggio ogni lunedì in CasaViola dalle 17:30 alle 19:00.

Iscrizione gratuita.

4 maggio

I bisogni assistenziali

Con Roberta Varesano

Indicazioni pratiche per la cura quotidiana: igiene, alimentazione, sicurezza e ambiente domestico. Come garantire la sicurezza e il benessere di tutti?

11 maggio

Lo stress del caregiver

Con Antonella Deponte

Riconoscere e gestire fatica, stress e carico emotivo. Perché prendersi cura di sé è fondamentale per potersi prendere cura degli altri.

(D)CA APPROFONDIMENTI

Incontri IN PRESENZA con Caterina Kozmann, consulente finanziaria

Due nuovi appuntamenti degli *Approfondimenti*, l'iniziativa formativa di CasaViola con professionisti esterni. A maggio è il turno di **Il patrimonio al servizio della cura: guida pratica per caregiver**. Si tratta di un ciclo di due incontri pensato per fare chiarezza e capire l'importanza di un'adeguata gestione patrimoniale quando c'è di mezzo una malattia. Il patrimonio di una persona con demenza, infatti, può diventare un alleato nella cura, oppure un problema in più da gestire. La differenza sta nella consapevolezza: sapere cosa c'è, quanto costa, se sta lavorando nel modo giusto.

Gli appuntamenti:

18 maggio - dalle 17:30 alle 19:00

FARE CHIAREZZA: MAPPARE L'INTERO PATRIMONIO

25 maggio - dalle 17:30 alle 19:00

FAR LAVORARE IL PATRIMONIO: OTTIMIZZARE PER LA CURA

📍 Via Fabio Filzi, 21/1 – Trieste

☎ 040 362766

✉ casaviola@debanfield.it

INVECCHIAMENTO ATTIVO

*Attività di prevenzione IN PRESENZA per persone over 55
con le operatrici di CasaViola*

Quando si parla di disturbi neurocognitivi fare prevenzione diventa un'arma importante. In CasaViola lo facciamo attraverso un vero e proprio training per sostenere il funzionamento cognitivo. Si tratta di incontri quindicinali rivolti ad adulti over 55 interessati mettere le basi per un invecchiamento fisiologico di successo. Il training propone un percorso strutturato con protocollo evidence-based, finalizzato al potenziamento delle funzioni cognitive.

Da aprile sono attivi **due gruppi distinti, che si alternano settimanalmente.**

GRUPPO ABC®

*Gruppo di mutuo-aiuto IN PRESENZA per caregiver
con Barbara Fabro, assistente sociale e conduttrice Gruppi ABC*

Continuano gli incontri del Gruppo ABC®, il ciclo di appuntamenti che permette di approfondire le strategie di comunicazione per mantenere la miglior relazione possibile con la persona con demenza, attraverso l'Approccio Capacitante® in un clima di confronto e assenza di giudizio.

È ancora possibile prenotarsi!

MUSICOTERAPIA

*Incontri IN PRESENZA per la diade (caregiver-persona con difficoltà cognitive)
con Aulòs, associazione di Musicoterapia*

La musica come terapia: un ciclo di incontri per scoprire ed esplorare ricordi nascosti ed emozioni sempre vive, riportati alla luce dalla potenza della musica grazie all'intervento di musicoterapeuti esperti in un intervento di gruppo che tiene anche conto delle individualità e delle caratteristiche di ognuno. Gli incontri sono rivolti alla coppia caregiver-persona con demenza.

UN CINEMA PER AMICO

*Proiezioni cinematografiche AL CINEMA ARISTON (Viale Romolo Gessi 14)
con La Cappella Underground, il contributo del Consiglio regionale Friuli Venezia Giulia e la
collaborazione di Associazione La Casa del Cinema*

Un Cinema per Amico trasforma la sala cinematografica in uno spazio accogliente, inclusivo e aperto alla comunità. Luce soffusa in sala, regolazione dell'audio, una pausa lunga con merenda, libertà di movimento e *commento libero* con una selezione di film capaci di risvegliare emozioni e ricordi, stimolando la memoria e favorendo l'incontro.

Questo mese ci vediamo al Cinema Ariston **sabato 9 maggio** con il film *Big* (1988). In questa pellicola il dodicenne Josh esprime il desiderio di diventare "grande" e, per magia, si ritrova improvvisamente nel corpo di un adulto. Da quel momento deve adattarsi alla vita degli adulti, lavorando in una grande azienda e affrontando situazioni comiche e impreviste, mentre cerca di capire come tornare alla sua vita normale. Un mix di umorismo e momenti emozionanti che ha lanciato la carriera di Tom Hanks.

Ingresso gratuito, prenotazione fortemente consigliata.

METTI IN MOTO IL CERVELLO

*In pulmino viola SU PIAZZA
Con le operatrici di CasaViola e de Banfield*

Il pulmino viola di CasaViola-de Banfield torna a girare in città per offrire: **supporto** individuale ai caregiver, **consulenze sociosanitarie**, spunti per la stimolazione cognitiva, **consigli per la salute del cervello** e la prevenzione della demenza, materiale informativo di vario tipo. Sul sito tutti gli appuntamenti.

Dal 1° aprile al 18 giugno, ogni settimana dalle 09:00 alle 12:00:

- Il mercoledì sul Comune di Trieste
- Il martedì o il giovedì sui Comuni dell'Ambito Carso Giuliano

*Scansiona il codice QR con lo smartphone
per vedere tutte le date.*

