

## **Fronteggiare l'isolamento da Covid-19 insieme alle persone con demenza e ai loro familiari utilizzando le opportunità del mondo digitale.**

Clelia D'Anastasio\*, Valeria Ribani§, Elisa Barbani\*, Ilaria Quartini\*, Maria Ranù\*, Sandra Salmi°, Cristina Zambonelli°, Andrea Ascolese#

\*Geriatra, ARAD (Associazione Ricerca e Assistenza Demenze) Bologna

§Docente Validation Therapy, ARAD (Associazione Ricerca e Assistenza Demenze), Bologna

\*Psicologa, ARAD (Associazione Ricerca e Assistenza Demenze), Bologna

°Volontaria, ARAD (Associazione Ricerca e Assistenza Demenze), Bologna

#Attore, Bologna

Dalla fine di febbraio 2020, all'improvviso e attoniti, a causa della pandemia da Covid-19 abbiamo dovuto cambiare le nostre abitudini e rinunciare a ciò che sembrava scontato. E' stato subito chiaro che per frenare il contagio da coronavirus, l'enorme ed encomiabile lavoro del personale sanitario non sarebbe stato sufficiente senza l'abolizione del contatto fisico tra le persone. Eppure, anche così isolati, l'umanità dei singoli e delle comunità si è dimostrata prepotentemente viva e capace di andare oltre, di superare le barriere che attualmente ci costringono, invisibili e dure al contempo. Le relazioni tra le persone, ovvero ciò che in ultima analisi dà senso alla nostra esistenza, vogliono comunque esprimersi e vanno alla ricerca delle più svariate modalità per farlo. Abbiamo assistito a concerti e letture fatti dai balconi di casa, ai cestini di solidarietà alimentare calati dalle finestre, agli aperitivi tra amici, ognuno a casa propria, ma condivisi via Skype... Una volta tanto, la tecnologia dei mezzi digitali che, in tempi "normali", molti di noi hanno temuto stesse allontanando le persone ed uccidendo le relazioni umane, ci viene invece in aiuto e ci permette di condividere sentimenti ed aiuto pratico.

Anche ARAD, Associazione Ricerca e Assistenza Demenze, è una comunità, comunità fatta dalle persone con demenza, dai loro cari, da cittadini, da volontari, da operatori professionali che nel corso degli anni hanno costruito relazioni, scambi di aiuto, scambi di informazioni e conoscenze e condiviso una crescita comune. Ci siamo chiesti come mantenere questo legame, come continuare ad essere presenti nella vita di noi tutti in attesa di stringerci nuovamente in un grande e non più virtuale abbraccio.

Di seguito riportiamo le iniziative che ARAD sta conducendo proprio con l'ausilio dei mezzi elettronici. Grazie a videochiamate o con tradizionali telefonate è stato possibile proseguire il supporto psicologico individuale e di gruppo; le psicologhe sono anche punto di riferimento per i gruppi whatsapp dei partecipanti ai caffè Alzheimer gestiti da ARAD: "Non ti scordar di me" e "Noi al Centro" a Bologna e "Amascord" a San Lazzaro di Savena.

Nel corso del 2019 avevamo attivato due nuove esperienze con l'obiettivo sia di favorire la socialità di persone anziane a rischio di isolamento, attraverso il progetto del "Condominio Solidale", sia di far emergere il vissuto delle cosiddette "Donne Sandwich", cioè quelle donne schiacciate dalla responsabilità della cura di familiari malati e della propria famiglia, divise tra lavoro e incombenze casalinghe a cui far fronte. Queste ultime spesso si identificano solamente nel proprio ruolo di

caregiver, non trovando spazio per l'espressione delle proprie emozioni, per lo svago, il riposo e la cura di sé e per tali motivi avevamo attivato un "laboratorio narrativo" quale momento di condivisione ed espressione del loro vissuto attraverso la lettura e il commento di testi evocativi, la scrittura della propria esperienza di vita e, anche, la messa in scena delle proprie emozioni. Avevamo infatti iniziato una collaborazione con Andrea Ascolese, attore bolognese che ha introdotto il teatro nella nostra realtà di laboratorio. Grazie a collegamenti Skype e whatsapp abbiamo potuto mantenere le relazioni e realizzare incontri virtuali ma operativi sia con i partecipanti al "Condominio Solidale" sia con il gruppo del laboratorio narrativo.

Pur se non è possibile effettuare visite mediche al telefono, la geriatra della nostra associazione ha messo a disposizione delle persone con difficoltà psico-cognitive e dei loro cari una propria linea telefonica per dare chiarimenti, spiegazioni e suggerimenti.

Non si è fermato neppure il nostro servizio di consulenza legale! Durante questo periodo di distanziamento sociale e per evitare spostamenti ai familiari, è stato possibile contattare l'avvocato di ARAD per un colloquio telefonico, inviando gli eventuali documenti allo studio legale via mail o per posta.

