



# Comunità Religiose Dementia Friendly

Le comunità religiose Dementia Friendly sono in grado di fornire un importante sollievo spirituale agli individui con demenza. Attraverso l'istituzione di ambienti accoglienti e situazioni ad alto impatto empatico possono offrire anche alle famiglie alle prese con persone con demenza opportunità di coinvolgimento attivo e riuscire a dare significato all'esperienza attraverso la relazione spirituale. Attuando pratiche Dementia Friendly, intere comunità religiose possono abbracciare e risollevare le persone con demenza e i loro *caregiver*.

## Siete pronti ad implementare pratiche Dementia Friendly?

### Segui i nostri passi:

# 1

#### Preparare

Riconoscere i segnali di demenza e favorire la diagnosi precoce.

Conoscere i servizi locali che aiutano le persone con demenza e i loro caregiver.

# 2

#### Apprendere

Imparare ad usare competenze comunicative Dementia Friendly.

Aumentare la consapevolezza su questa tematica coinvolgendo nella formazione diverse fasce d'età.

# 3

#### Rispondere

Garantire ambienti, programmi e attività coinvolgenti, e adatti alle diverse capacità e interessi di ogni persona, anche affetta da demenza.

Supportare i caregiver e le famiglie nel riconoscere e rispondere ai segnali di stress.

Accrescere la consapevolezza, ridurre la stigmatizzazione e promuovere il sostegno della vostra comunità e degli altri attraverso la diffusione di una cultura Dementia Friendly

## Segnali di demenza

- Dimenticare le informazioni recentemente apprese, date o eventi importanti.
- Problemi svolgere un lavoro con i numeri o a seguire un piano complesso.
- Scarsa capacità di giudizio e di decisione.
- Dimenticarsi la data odierna o la stagione corrente.
- Difficoltà nel portare avanti una conversazione e nel trovare le parole adatte al contesto.



# Comunità Religiose Dementia Friendly

## Competenze Comunicative Dementia Friendly

- Salutare le persone con calore, anche se si pensa che non si ricordino di voi. Se sembrano confusi, ricordare loro chi siete.
- Utilizzare un ritmo lento in modo da lasciare il tempo alla persona di elaborare le informazioni ricevute e rispondere.
- Parlare chiaramente e con calma, essere paziente e comprensivo.
- Mantenere un livello comunicativo accessibile e semplice; porre una domanda alla volta.
- Ascoltare con empatia e cercare di comprendere il punto di vista o la prospettiva emotiva della persona.
- Soffermarsi sul livello emotivo, anche se gli argomenti della conversazione si spostano su altro o non hanno più senso per voi.
- Essere consapevoli della persona e del proprio linguaggio corporeo: sorridere, stabilire un contatto visivo all'altezza degli occhi.
- Trascorrere del tempo con la persona.
- Offrire un abbraccio, o la mano a seconda dei casi.

## Educare l'intera Comunità Religiosa

- 1) Invitare una persona che convive con la demenza o un *caregiver* ad intervenire attraverso un discorso all'interno della comunità religiosa .
- 2) Fornire idee sulle possibili modalità per sostenere le persone con demenza.
  - Offrire aiuto ad una persona che si sta preparando per partecipare alle funzioni religiose o assisterla offrendo un mezzo di trasporto.
  - Esprimere la volontà di trascorrere del tempo con la persona con demenza in modo tale che il *caregiver* possa fare commissioni o fare una pausa.
  - Supportare il culto religioso in famiglia portando in casa una registrazione funzione religiosa quando le persone con demenza trovano difficoltà a partecipare di persona.
  - Offrire un supporto volontario quando è necessario un sostegno supplementare.
  - Accettare e comprendere i comportamenti che le persone con demenza possono mostrare, come parlare, alzare la voce o camminare con modalità e tempi inadeguati; rispondere in maniera flessibile per incoraggiare le persone a rimanere coinvolti o aiutarli ad allontanarsi, se necessario.
  - Aiutare le persone con demenza a sentirsi amate, stimate e dare loro un senso di appartenenza alla comunità nel momento in cui possono sentirsi isolati.
  - Dedicare una preghiera quotidiana per la persona con demenza, i loro *caregiver* e familiari.



# Comunità Religiose Dementia Friendly

## Pratiche Dementia Friendly

### 1) Suggerimenti ambientali:

- Indossare cartellini con il proprio nome.
- Dare il benvenuto, riconoscere e sostenere le persone con demenza.
- Essere positivi e concentrati sui punti di forza e abilità, piuttosto che sulle limitazioni.
- Essere pazienti e comprendere i comportamenti e gli atteggiamenti inusuali
- Fornire una zona tranquilla dove la persona può andare durante il servizio religioso in base alle proprie esigenze.
- Rendere ben visibili i segnali che identificano chiaramente i settori come i servizi igienici.

### 2) Coinvolgere:

- Organizzare attività che siano significative per le persone con demenza, permettendo loro di essere in rete con gli altri.
- Offrire funzioni religiose più semplici e brevi.
- Incoraggiare tutte le persone, con diversi livelli di abilità, nella programmazione delle attività di culto e ricreative.
- Organizzare momenti di confronto su temi spirituali e massimizzare l'interazione attraverso l'attività di preghiera insieme, scrittura di testi, canti o inni.
- Andare oltre le parole utilizzando musica e immagini simboliche per coinvolgere multisensorialmente la persona con demenza.
- Riconoscere il valore spirituale del trascorrere del tempo all'aria aperta e immersi nella natura o nell'apprezzare le arti.
- Organizzare un Dementia Cafè o dei gruppo di incontro e sostegno soprattutto per le fasi iniziali della malattia.

### 3) Personalizzare:

- Costruire relazioni di supporto collegando persone affette da demenza e i loro *caregiver* con una rete di persone disponibili all'interno della comunità.
- Riflettere sull'influenza che le credenze spirituali della persona con demenza e del suo *caregiver* possono avere sull'esperienza di malattia.
- Entrare in sintonia con il modo in cui la persona con demenza parla del sua prospettiva religiosa o della sua spiritualità.



# Comunità Religiose Dementia Friendly

## Caregiver, famiglia e stress:

In caso di segnali di stress da parte del *caregiver* o dei componenti della famiglia indirizzare la persona verso risorse appropriate:

1. Atteggiamenti di negazione verso la malattia o credere che grazie alla fede si risolverà tutto.
  2. Rabbia.
  3. Ritiro sociale.
  4. Ansia per il futuro.
  5. Depressione.
  6. Esaurimento che rende difficile portare a termine le attività quotidiane.
  7. Insonnia.
  8. Irritabilità.
  9. Mancanza di concentrazione.
  10. Problemi di salute.
- Incoraggiare i *caregiver* a prendersi cura di se stessi - mangiare correttamente, fare regolarmente esercizio fisico, prendersi delle pause ed accettare l'aiuto dagli altri.
  - Offrire frequentemente supporto, anche se viene rifiutato.
  - Quando l'attività di assistenza impedisce alla persona di frequentare i riti religiosi, offrire l'opportunità di seguire il proprio credo in casa, fornendo servizi a domicilio o registrazioni delle funzioni religiose.
  - Incoraggiare il *caregiver* a portare saltuariamente la persona con demenza in centri per il sollievo in modo da poter prendersi delle pause dalle responsabilità quotidiane.
  - Formare un gruppo di sostegno tra i *caregiver*.