



## **Gruppi di Attivazione cognitiva**

Alzheimer Ticino e Pro Senectute Ticino  
e Moesano

Alzheimer Ticino e Pro Senectute Ticino e Moesano, da anni attive a favore delle persone con deterioramento cognitivo e limitate nella loro autonomia, oltre ad offrire la presenza dei Centri diurni terapeutici, promuovono prestazioni specialistiche complementari per le persone che iniziano a manifestare problematiche di memoria lievi o medie, ma con un'autonomia sufficientemente conservata.

L'attivazione cognitiva rivolta a persone con difficoltà cognitive iniziali, lievi o maggiormente evidenziate, viene svolta da personale qualificato e differenziato, a dipendenza della valutazione neuropsicologica effettuata, della capacità residue dell'individuo e dall'evoluzione della situazione clinica. All'attivazione cognitiva, si associa la componente di attivazione risocializzante, preziosa per il mantenimento di un benessere generale dell'individuo.

## A chi sono rivolti

- Persone che presentano deficit cognitivi iniziali, lievi o maggiormente evidenziati per i quali l'attivazione cognitiva risulta idonea

## Obiettivi

- Stimolare e rinforzare la funzionalità cognitiva, al fine di rallentare un eventuale processo degenerativo
- Favorire i contatti sociali attraverso l'appartenenza ad un gruppo
- Incoraggiare le capacità relazionali e comunicative, promuovendo il piacere di narrarsi, rievocando i ricordi del passato
- Favorire la stima di sé e l'autonomia personale

## Condizioni richieste

- Persone che conservano una discreta capacità di espressione verbale e capacità semplice di scrittura (lingua madre: italiano)
- Persone che non presentano disturbi comportamentali tali da compromettere la relazione in gruppo
- La visita precedente dal medico di famiglia o dallo specialista (geria-

tra o neurologo) è auspicabile e raccomandata.

## Attività proposte

Le attività proposte vengono differenziate e gestite dal professionista adeguato alla tipologia di intervento.

### Esempi di attività:

- Esercizi di attivazione, di norma scritti, per i vari ambiti cognitivi (es.:memoria, attenzione, concentrazione, linguaggio, orientamento, astrazione, ecc)
- Risoluzione di problemi e situazioni tramite la logica
- Conversazioni mirate, a tema, per stimolare la capacità linguistica ed espressiva e consolidare l'orientamento personale generale
- Pratiche di reminiscenza
- Momenti ludici e informali (pausa caffè)
- Tecniche di ri-motivazione e accompagnamento nell'utilizzo di ausili

## Ammissione al gruppo e svolgimento

- Primo incontro con la persona interessata in modo da raccogliere il quadro completo della situazione clinica ed indirizzarlo al gruppo più idoneo (gruppo gestito dalla neuropsicologa con un'attivazione cognitiva più specifica, nelle difficoltà cognitive iniziali o di grado lieve o gruppo di attivazione generale)
- Proposta di incontri settimanali o bisettimanali: in seguito alla valutazione delle risorse e delle problematiche cognitive della singola persona, verrà formulata l'offerta più idonea e personalizzata.
- I gruppi sono composti da 5/10 persone
- La durata dell'attività varia tra un'ora e mezza e due ore e mezza, a dipendenza del gruppo di appartenenza.
- Pausa per il periodo natalizio e estivo che verrà comunicata a tempo debito.

## Sedi e costi

– **Per il Luganese:**

presso Pro Senectute Ticino e Moesano  
via Vanoni 10, 6900 Lugano

– **Per il Mendrisiotto:**

presso Pro Senectute Ticino e Moesano  
via San Gottardo 109, 6828 Balerna  
presso Atte Chiasso  
via General Guisan 17, 6830 Chiasso

– **Per il Bellinzonese:**

presso sede ABAD  
salita Mariotti 2, 6500 Bellinzona

– **Per il Locarnese:**

presso Pro Senectute Ticino e Moesano  
viale Verbano 9, 6600 Muralto

– **Costo per incontro:** CHF 20.-

## Contatto

Centro competenze Alzheimer e altre demenze  
Telefono: 091 912 17 07  
[ombretta.mocetti@prosenectute.org](mailto:ombretta.mocetti@prosenectute.org)

In collaborazione con:

