

Consigli per festeggiare le occasioni speciali

Questa scheda informativa offre suggerimenti su come pianificare le occasioni speciali e godersi questi momenti insieme. Ogni persona affetta da demenza è unica, quindi quando leggete questi consigli, considerate le capacità specifiche di quella persona, l'impatto che la demenza ha su di lui/lei e i suoi sintomi.

Tradizionalmente, le festività e le ricorrenze religiose o i compleanni importanti prevedono che le famiglie si riuniscano, si scambino regali, condividano pasti e bevande e festeggino insieme.

Tuttavia, queste ricorrenze possono essere stressanti per la persona affetta da demenza perché rappresentano una pausa dalla normale routine e possono essere svolte in un ambiente diverso e impegnativo da gestire.

Ci sono modi per rendere queste occasioni speciali piacevoli per tutti.

1. Coinvolgere la persona affetta da demenza

Quando organizzate un'occasione speciale, coinvolgete la persona affetta da demenza. Questo può includere l'aiuto nella preparazione dei pasti o in compiti semplici. È importante per il suo benessere. Se diventa ansiosa o confusa, passate ad un'altra attività.

Durante l'evento, semplici giochi o attività musicali possono essere utili per aiutare la persona affetta da demenza a rimanere attiva e coinvolta.

2. Essere consapevoli dell'ambiente

Decorare lo spazio della festa può confondere una persona affetta da demenza. La persona potrebbe scambiare un soprammobile o una decorazione per qualcosa che può mangiare, oppure la cosa potrebbe scatenare una reazione sensoriale negativa. Se necessario, modificate l'ambiente.

3. Condivisione dei compiti assistenziali

Create opportunità per i membri della famiglia e gli amici di condividere il ruolo di assistenza.

Questo può essere svolto:

- da famigliari o amici che organizzano un evento a casa loro;
- con uscite di gruppo per partecipare a una determinata attività culturale o religiosa;
- chiedendo a qualcuno di sedersi con la persona affetta da demenza in uno spazio tranquillo per farle prendere una pausa dall'evento.

4. Cambiamenti nella routine

I cambiamenti nella routine possono confondere la persona affetta da demenza. Per ridurre al minimo eventuali emozioni di insicurezza o stress, cercate di attenervi alla loro routine. Ad esempio, quando pianificate un pasto speciale, dovrete tenere conto dell'orario in cui la persona affetta da demenza è solita mangiare.

5. I tempi di riposo e di tranquillità sono importanti

Assumere troppi compiti o cercare di mantenere le tradizioni può aumentare la sensazione di sopraffazione.

Alcuni consigli per non sentirvi sopraffatti:

- Cercate di non assumere troppi compiti o di cercare di mantenere tutte le tradizioni.
- Considerate che una persona affetta da demenza potrebbe aver bisogno di frequentare gruppi più piccoli.
- Se possibile, mantenete una routine regolare.
- Pianificate periodi di inattività e di tranquillità.
- Pianificate momenti di riposo e di tranquillità per voi e per la persona con demenza.

6. Fare e ricevere regali

In base al suo interesse e alle sue capacità, incoraggiate la persona affetta da demenza a partecipare alla preparazione e alla consegna dei regali. Ci sono attività che potreste fare insieme, ad esempio:

- preparare e confezionare biscotti;
- impacchettare regali;
- scrivere biglietti.

I parenti e gli amici potrebbero apprezzare i vostri suggerimenti per i regali.

7. Condividere ricordi

I festeggiamenti possono far riaffiorare i ricordi di momenti passati trascorsi insieme. Può essere rassicurante e convalidante per tutti:

- ascoltare e incoraggiare la condivisione dei ricordi;
- ascoltare le canzoni preferite o cantare insieme canzoni tradizionali;
- guardare insieme i film preferiti.

8. Cercare supporto emotivo

Siate consapevoli che i momenti speciali possono far provare un senso di perdita sia alla persona con demenza che ai familiari. Questo può essere forte per chi vive lontano dalla famiglia o senza familiari. Essere consapevoli dei bisogni emotivi e cercare sostegno può ridurre i sentimenti di solitudine e di isolamento sociale.

Letture e risorse aggiuntive

- **Servizio bibliotecario di Dementia Australia**
Visitate: dementia.org.au/library
- **La famiglia e gli amici sono importanti**
Visitate: dementia.org.au/resources/family-and-friends-matter
- **Comunità a misura di demenza**
Visitate: dementiafriendly.org.au

Ulteriori informazioni

Dementia Australia offre supporto, informazioni, educazione e counseling.

National Dementia Helpline: 1800 100 500

Per assistenza linguistica: 131 450

Visitate il nostro sito web: dementia.org.au