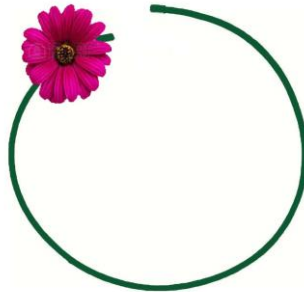


La nostra collana di...

FIORI

a cura degli psicologi: M. Boschetti, L. Sarti, C. Petrelli, D. De Rosa Saccone



La collana di fiori è una «raccolta» delle nostre riflessioni e di suggerimenti per aiutare e sostenere i familiari e i loro cari in questo inaspettato periodo, che ha condizionato le nostre abitudini quotidiane.

Ogni «fiore» che aggiungeremo alla collana rappresenterà il nostro contributo per esservi vicini e superare insieme questo difficile momento.



LE RELAZIONI E GLI SPAZI SI RIDUCONO CON IL COVID-19

«Troppo vicini o troppo lontani dai propri cari con deterioramento cognitivo... Cosa fare?»



LE RELAZIONI E GLI SPAZI SI RIDUCONO CON IL COVID-19

«Troppo vicini o troppo lontani dai propri cari con deterioramento cognitivo... Cosa fare?»

I FAMILIARI VICINI

«Come posso tenerlo attivo?»

«Ogni tanto perdo la pazienza...mi sento stanco»

«Cosa pensa della situazione? Cosa posso dirgli?»

- ❖ **Riorganizzare la giornata** cercando di coinvolgere il proprio caro nella routine quotidiana
- ❖ **Individuare giornalmente attività domestiche** per tenere impegnati e per contrastare l'apatia
- ❖ **Stimolare cognitivamente:** esercizi di memoria, attenzione, ecc.
- ❖ Non dimenticare di «trovare/creare» degli **spazi e momenti per se stessi** per evitare di innervosirsi
- ❖ **Confrontarsi su quello che sta succedendo** e ascoltare la TV per facilitare le profiliassi (norme igieniche, evitare contatti...)
- ❖ **Condividere** le preoccupazioni di quello che sta succedendo

a cura degli psicologi: M. Boschetti, L. Sarti, C. Petrelli, D. De Rosa Saccone



LE RELAZIONI E GLI SPAZI SI RIDUCONO CON IL COVID-19

«Troppo vicini o troppo lontani dai propri cari con deterioramento cognitivo... Cosa fare?»

I FAMILIARI LONTANI

«Chissà cosa starà facendo...?
Si sente solo?»

«Chiedo aiuto agli altri...»

«Sono preoccupato per la sua incolumità...»

«Speriamo di rivederci al più presto»

- ❖ **Telefonare** 2-3 volte al giorno per scandire la giornata, monitorare e far sentire la propria vicinanza
- ❖ **Chiedere aiuto ai vicini di casa e/o parenti** per portare spesa/farmaci al proprio caro e supervisionare
- ❖ Informarsi sui **servizi di consegne a domicilio** (spesa, farmaci...): Comuni di residenza, Associazioni di volontariato, negozi...
- ❖ **Chiedere ai parenti**, se possibile, di telefonare al proprio caro
- ❖ **Ricordare al proprio caro gli accorgimenti** utili per preservare la sua salute
- ❖ **Ascoltare** le preoccupazioni e **rassicurare**

a cura degli psicologi: M. Boschetti, L. Sarti, C. Petrelli, D. De Rosa Saccone