Una comunità che impara a prendersi cura: il percorso Dementia Friendly Community (DFC) di Gavirate

Parlare di Dementia Friendly Community significa chiedersi se una persona con decadimento cognitivo e la sua famiglia possano continuare a sentirsi parte del proprio territorio, senza essere progressivamente spinte ai margini da paura, fatica o stigma, senza sentirsi sole e incomprese. È proprio qui che una comunità può fare la differenza, non soltanto attraverso servizi e iniziative dedicate, ma anche attraverso luoghi più accoglienti, relazioni più attente e piccoli cambiamenti quotidiani.

Di Maria Grazia Biancheri *(presidente Progetto Rughe ODV)*, Paola Ossola *(vicepresidente Progetto Rughe ODV)*

Quando una persona riceve una diagnosi di decadimento cognitivo, la vita quotidiana cambia profondamente. Cambiano le abitudini, le relazioni, il modo di vivere la casa e il territorio. Anche la famiglia si trova a cercare un nuovo equilibrio, e chiedere aiuto può diventare difficile. Tuttavia, non viene meno il bisogno di continuare a sentirsi riconosciuti, ascoltati e rispettati come persone, nella propria storia, nei propri tempi e nelle proprie possibilità. L'esperienza di Gavirate nasce non da un modello astratto, ma da un bisogno concreto: offrire alle persone con decadimento cognitivo, ai loro familiari e alla comunità, luoghi in cui incontrarsi, essere accolti, trovare supporto e – soprattutto – non sentirsi soli.

Dalla relazione alla comunità

Gavirate, in provincia di Varese, è oggi una **comunità impegnata in un percorso per diventare sempre più *Dementia Friendly***: un traguardo definitivamente raggiunto, ma come un processo di lungo periodo. Una comunità che impara, passo dopo passo, a prendersi cura, a riconoscere la fragilità e a costruire risposte condivise.

Tutto inizia da Atelier Rughe: dal 2018 negli spazi del Chiostro di Voltorre vengono accolte le persone con decadimento cognitivo. L'intuizione iniziale è stata semplice: creare uno spazio ludico e ricreativo, capace di generare benessere, relazione e appartenenza.



Fonte: materiali dell'Associazione Progetto Rughe ODV.

Box 1 – L'Atelier Rughe al Chiostro di Voltorre

In questo contesto la creatività non è un fine decorativo. È uno strumento per stare insieme, per esprimersi, per mantenere vive competenze, ricordi, emozioni e desideri. È anche un modo per alleggerire, almeno per qualche ora, il peso che spesso

accompagna la malattia. **Chi partecipa non viene definito dalla diagnosi, ma viene accolto come persona**, con la propria storia, il proprio carattere, le proprie possibilità.

Questo elemento è centrale: il decadimento cognitivo cambia le relazioni, modifica gli equilibri familiari, rende più difficile la partecipazione alla vita sociale. Per questo, **accanto alla persona con decadimento cognitivo, è necessario sostenere anche chi se ne prende cura**. La cura, in questa esperienza, non è pensata come un intervento isolato; è piuttosto una rete di occasioni, presenze e relazioni che provano a tenere insieme la persona, la famiglia e il territorio.

BOX 2 – La voce di un volontario

"Nell'Atelier Rughe succede qualcosa di semplice, ma prezioso. Si crea un clima disteso, sereno, senza rancori, senza tensioni. Un luogo in cui chi arriva può sentirsi accolto, ascoltato, mai giudicato. E proprio perché non c'è giudizio, le persone piano piano si aprono. Raccontano di sé, delle proprie fatiche, dei problemi che portano dentro. Si fidano.

Noi volontari cerchiamo di agire sempre nel loro interesse, con rispetto, attenzione e cura. Ma quello che riceviamo in cambio è altrettanto grande: parole gentili, sguardi di fiducia, gesti di serenità. Nasce così un legame forte, autentico. Noi diamo qualcosa a loro, ma loro danno moltissimo a noi. È un'empatia che nutre, che fa bene, che crea un circolo virtuoso. Un circolo che, una volta iniziato, non si riesce più a interrompere.

Ed è forse proprio questa la bellezza più grande del volontariato: scoprire che, mentre aiutiamo gli altri a stare meglio, anche noi diventiamo un po' più ricchi dentro. Perché a volte il senso di tutto non sta in grandi discorsi, ma in un momento, in uno sguardo, in poche parole. Spesso non dette, ma espresse attraverso i gesti della creatività."

Il percorso della DFC di Gavirate

Il percorso di Gavirate *Dementia Friendly Community* è stato realizzato nel 2019; **si è trattato di un passaggio importante per dare maggiore visibilità, continuità e struttura a un lavoro già presente sul territorio**, ma che aveva bisogno di un'organizzazione più chiara e sistematica.

Il percorso ha richiesto il **coinvolgimento progressivo di diversi *stakeholder* territoriali**, chiamati a contribuire – ciascuno con il proprio ruolo e la propria prospettiva – alla costruzione di una comunità più attenta, consapevole e inclusiva nei confronti delle persone con decadimento cognitivo e dei loro familiari. Del Tavolo Promotore hanno fatto parte, oltre a Progetto Rughe ODV, il Comune di Gavirate, la Fondazione Bernacchi Gerli Arioli, il Distretto del commercio dei Due Laghi, la Croce Rossa, la Proloco, il Lions Club, l'università della terza età UGATE e altri soggetti attivi a livello locale.

Tabella 1 – Le tappe del percorso

2018	Avvio di Atelier Rughe.
2019	Riconoscimento da Federazione Alzheimer Italia come *Dementia Friendly Community.*
2019-2020	Consolidamento delle azioni di aiuto permanenti, tra atelier creativi, gruppo di auto aiuto, centro di aiuto telefonico,

	sostegno psicologico e iniziative di sensibilizzazione.
2021-2022	Ripresa progressiva delle attività dopo la fase più critica della pandemia, con attenzione alla rete territoriale, alle scuole e all'invecchiamento attivo.
2023-2024	Rafforzamento degli atelier creativi, dell'Alzheimer Fest, delle iniziative intergenerazionali e delle collaborazioni con enti e associazioni del territorio.
2025	Crescita delle richieste da altri territori per conoscere le buone pratiche di Atelier Rughe, da avviare nel proprio territorio. Condivisione della prospettiva del DFC Lago di Varese.
2026-2028	Avvio previsto del progetto DFC Lago di Varese, con focus su sicurezza, prevenzione e rete territoriale.

Nel tempo l'esperienza ha mostrato che non basta inviare comunicazioni o organizzare singoli eventi. **Per costruire una comunità realmente più accogliente è necessario un lavoro paziente di contatto, presenza e accompagnamento**: un lavoro che si è tradotto in corsi di formazione, incontri informativi, eventi pubblici, collaborazioni con le scuole, iniziative culturali e momenti di sensibilizzazione diffusa.

Un ruolo significativo è stato svolto anche da *Alzheimer Fest*, **manifestazione nazionale che a cadenza annuale porta al centro dell'attenzione le persone con demenza, i loro familiari e caregiver, coinvolgendo al tempo stesso professionisti, volontari, istituzioni e cittadinanza**. Nell'ambito di questa significativa manifestazione la tappa di Gavirate è diventata un'occasione preziosa non solo per dare visibilità al tema, ma anche per incontrare la cittadinanza, attivare reti tra associazioni e istituzioni, mostrare concretamente che la fragilità può essere accolta, riconosciuta e condivisa nello spazio pubblico. In questo senso, **la festa non rappresenta soltanto un momento celebrativo, ma uno strumento di sensibilizzazione, relazione e costruzione di comunità**.



Fonte: materiali dell'Associazione Progetto Rughe ODV.

Figura 1 – Locandina Alzheimer Fest Gavirate 2025 (stralci)

Cosa è cambiato nel tempo

Guardando al percorso degli ultimi anni, **il cambiamento più importante non si misura soltanto nel numero di attività realizzate o di persone coinvolte, in aumento. Si coglie soprattutto in un clima diverso, in una maggiore disponibilità a parlare del decadimento cognitivo, a riconoscerlo, a non nasconderlo**. Un tema spesso accompagnato da paura, vergogna e isolamento ha iniziato, poco alla volta, a trovare più spazio nella vita della comunità.

Questo non è un piccolo risultato. Parlare di decadimento cognitivo significa rompere un silenzio che pesa sulle famiglie. Significa permettere a chi vive questa esperienza di sentirsi meno solo. Significa aprire possibilità di ascolto, aiuto e riconoscimento.

Il cambiamento si è visto anzitutto nel rapporto con le famiglie. Le attività promosse hanno incontrato sia persone con decadimento cognitivo, che caregiver familiari, spesso segnati da una fatica quotidiana poco visibile. Per molti di loro, l'atelier creativo, il gruppo di mutuo aiuto, lo sportello di ascolto e gli altri momenti di incontro sono diventati occasioni per fermarsi, confrontarsi, respirare, sentirsi compresi. Dal 2019 ad oggi si stima che siano stati coinvolti complessivamente oltre 250 familiari[1]: un numero che racconta non solo una partecipazione, ma un bisogno diffuso di prossimità.

Un altro segno importante riguarda i giovani. Le scuole sono diventate nel tempo un interlocutore prezioso, non solo per sensibilizzare, ma anche per costruire uno sguardo diverso sulla fragilità. I laboratori intergenerazionali, la partecipazione degli studenti ad *Alzheimer Fest* e i progetti con le scuole hanno permesso di lavorare sullo stigma in modo concreto: non attraverso discorsi astratti, ma attraverso l'incontro. Quando un bambino, un ragazzo o uno studente incontra una persona con decadimento cognitivo in un'attività condivisa, può scoprire che dietro la fragilità ci sono ancora gesti, emozioni, sorrisi, competenze e storie. In questo senso, la scuola diventa un ponte. Ciò che gli studenti vedono e vivono può arrivare anche nelle loro famiglie, nei racconti a casa, nel modo in cui guarderanno un nonno, un vicino di casa, una persona fragile incontrata per strada. **Educare alla fragilità, in una società che invecchia, non è un tema marginale**.



Fonte: materiali dell'Associazione Progetto Rughe ODV.

Box 3 – Le attività con ragazzi e giovani

Le criticità incontrate

Un’esperienza di comunità non cresce senza difficoltà. Anzi, le criticità sono forse una delle parti più utili da condividere, perché aiutano altri territori a non idealizzare il percorso.

La prima è stata rappresentata dalla **pandemia**. I lockdown hanno interrotto molte attività in presenza e hanno mostrato i limiti delle iniziative online, soprattutto con le persone più anziane e con familiari già molto provati. La relazione a distanza ha permesso di mantenere alcuni contatti, ma non ha potuto sostituire pienamente la forza dell’incontro.

La seconda criticità riguarda **la comunicazione**. Raggiungere in modo efficace le diverse componenti della comunità non è semplice. I messaggi sono tanti, l’attenzione è frammentata, e coinvolgere cittadini, commercianti, medici, servizi e associazioni richiede strategie diverse. Non tutti rispondono allo stesso modo, e non tutti comprendono subito cosa significhi essere parte di una comunità amica delle persone con demenza.

La terza criticità riguarda **i volontari**. L’esperienza si fonda in larga parte sul volontariato, ma proprio per questo ha bisogno di persone formate, motivate e capaci di assumere ruoli diversi. Servono volontari per le attività, ma anche volontari con competenze organizzative, di relazione con istituzioni e *stakeholder,* progettuali e di coordinamento. Con la crescita delle richieste e delle attività, questo bisogno diventa sempre più evidente.

La quarta criticità riguarda **il coinvolgimento di alcuni attori del territorio, in particolare gli esercizi commerciali**. Il loro ruolo può essere molto importante: negozi, farmacie, uffici e luoghi di passaggio sono spesso punti di riferimento quotidiani, per le persone fragili e per le loro famiglie. Tuttavia, il loro coinvolgimento richiede tempo, contatto personale e una formazione molto concreta, legata a situazioni reali.

Infine, una criticità più recente riguarda **la crescita stessa del progetto**. Quando un’esperienza funziona, aumentano le richieste, le aspettative e le opportunità. Questo è positivo, ma può mettere sotto pressione l’organizzazione. È un passaggio delicato: si tratta di crescere senza perdere l’identità originaria.

Cosa può insegnare questa esperienza

Il percorso di Gavirate non offre un modello da copiare in modo automatico. Offre piuttosto un’esperienza da leggere, con i suoi passaggi riusciti, le sue fatiche e le domande ancora aperte. Proprio perché nasce da un lavoro concreto, fatto di relazioni, tentativi, errori e apprendimenti progressivi, può suggerire alcune attenzioni utili anche ad altri territori.

La prima riguarda **il senso stesso di una comunità amica**. Non basta un riconoscimento formale, per quanto importante. Una comunità diventa realmente più accogliente quando il percorso si traduce in relazioni, attività, formazione e piccoli cambiamenti quotidiani: un luogo più attento, un volontario preparato, una scuola coinvolta, un negoziante capace di riconoscere una situazione di fragilità, un servizio che sa mettersi in rete.

La seconda attenzione riguarda **il volontariato**, che nell’esperienza di Gavirate è stato ed è una risorsa fondamentale. Ma proprio perché è così prezioso, non può essere dato per scontato. Ha bisogno di formazione, coordinamento, ascolto e cura. Ha bisogno di persone che possano sentirsi parte di un gruppo, non semplicemente “disponibili” quando serve. La continuità di un progetto comunitario dipende anche da questo: dalla capacità di trasformare la generosità in presenza stabile e accompagnata.

Un altro elemento emerso con forza è **il ruolo delle famiglie**. Il percorso ha mostrato che le persone con decadimento

cognitivo e i loro familiari non sono soltanto destinatari di un aiuto, ma interlocutori essenziali. Portano bisogni, fatiche, conoscenze quotidiane, intuizioni e domande che aiutano a orientare le azioni. Ascoltarli significa rendere il progetto più aderente alla realtà e meno distante dalla vita concreta delle persone.

Anche **il modo di parlare alla comunità** è stato un apprendimento importante. Non esiste un solo linguaggio capace di raggiungere tutti. Un laboratorio creativo, una festa, un incontro con le scuole, una formazione per la polizia locale, una serata informativa o un progetto artistico parlano a pubblici diversi e aprono forme differenti di consapevolezza. La comunità si coinvolge così: non con un unico messaggio, ma con molte occasioni di incontro.

Infine, la crescita del percorso ha reso evidente il bisogno di metodo. Quando un'esperienza si allarga, aumentano le richieste, le responsabilità e le aspettative. Per questo servono strumenti di programmazione, comunicazione, monitoraggio e valutazione. Ma il metodo non deve spegnere ciò che ha dato origine al progetto: la dimensione umana, la cura delle relazioni, l'attenzione ai tempi delle persone. In questo senso, **l'insegnamento più profondo dell'esperienza di Gavirate è che la cura non appartiene solo ai servizi. I servizi sono indispensabili, ma non bastano**. La qualità della vita delle persone con decadimento cognitivo e delle loro famiglie dipendono anche dallo sguardo del vicino, dal supporto di un negoziante, dall'attenzione di un agente di polizia locale, dalla disponibilità di un volontario, dalla sensibilità di una scuola, dalla capacità di un Comune di mettersi in rete. È in questa trama di presenze, competenze e piccoli gesti che una comunità può davvero imparare a prendersi cura.

Atelier creativi in espansione

Negli ultimi anni Atelier Rughe è diventato uno dei progetti più riconoscibili dell'esperienza di Gavirate. **La forza degli atelier sta nella loro apparente semplicità**: un luogo, un gruppo, materiali creativi, volontari, operatori (neuropsicologa, educatore professionale, istruttore di Nordic Walking, arteterapeuta, musicoterapeuta), persone con decadimento cognitivo e familiari. Ma dietro questa semplicità c'è un lavoro complesso di accoglienza, preparazione, osservazione e cura delle relazioni.

Gli atelier creativi non propongono soltanto attività manuali o artistiche. Offrono un tempo protetto, in cui la persona può ancora fare, scegliere, partecipare, sorridere, ricordare, sbagliare senza essere giudicata. Per i familiari, rappresentano spesso uno spazio di fiducia: sanno che il proprio caro è accolto, seguito e riconosciuto.

Questa esperienza ha iniziato a suscitare interesse anche oltre Gavirate. Nel 2025 altri territori hanno chiesto di poter conoscere e trasferire le buone pratiche di Atelier Rughe. Ad oggi due Comuni sono già attivi nelle attività (in uno già con le attività creative, nell'altro con la formazione) e un altro Comune ha richiesto le prime informazioni preliminari.

È un passaggio importante, perché pone una domanda decisiva: **cosa rende replicabile un'esperienza di cura comunitaria? Non basta trasferire un format. Occorre trasferire un metodo, una cultura, una formazione, un modo di stare nella relazione**. Gli atelier creativi possono espandersi se restano fedeli alla loro natura: luoghi accoglienti, non giudicanti, radicati nel territorio e capaci di costruire legami.

Anche l'invito a portare la testimonianza di Atelier Rughe in occasione del convegno decennale delle Comunità Amiche delle Persone con Demenza, tenutosi a Bari nel maggio 2026, rappresenta un riconoscimento significativo. Non tanto come celebrazione di un risultato, quanto come occasione di confronto. Le esperienze locali possono diventare patrimonio comune quando riescono a raccontare non solo ciò che ha funzionato, ma anche ciò che è stato difficile, ciò che è cambiato e ciò che deve ancora essere costruito.

Verso la DFC del Lago di Varese

Il futuro dell'esperienza guarda alla **costruzione della *Dementia Friendly Community* del Lago di Varese, che comprenderà i Comuni lacuali e viciniori**. L'idea nasce dalla consapevolezza che i bisogni delle persone con decadimento cognitivo e delle loro famiglie non si fermano ai confini amministrativi di un Comune. Le persone si muovono, abitano territori, attraversano servizi, incontrano istituzioni diverse. Per questo serve una rete più ampia, capace di collegare Comuni, Provincia, Comunità Montana, aziende sanitarie locali, sistema dell'emergenza, forze dell'ordine, protezione civile, enti del Terzo Settore e comunità locale.

Il progetto è stato presentato in occasione dell'*Alzheimer Fest* 2025 in presenza di figure istituzionali, rappresentative di 12 Comuni, della Provincia di Varese, della Comunità Montana Valli del Verbano, dell'Ambito Territoriale Sociale di Laveno (ambito distrettuale di Laveno-Cittiglio).



Figura 2 – Presentazione del progetto DFC del Lago di Varese durante l'Alzheimer Fest 2025

Il progetto 2026-2028 individua nella sicurezza il primo ambito di attivazione. Sicurezza, però, non va intesa solo come intervento nell'emergenza. Significa prevenzione, riconoscimento dei rischi, supporto alle famiglie, vicinato attento, operatori formati, procedure condivise, capacità di risposta coordinata.

Il messaggio "Aiutami a non perdermi" esprime bene questa direzione. Perdersi può significare smarrirsi fisicamente, ma anche perdere riferimenti, relazioni, autonomia, fiducia. Una comunità amica prova a ridurre questi rischi, creando condizioni

perché la persona possa continuare a vivere il più possibile nel proprio contesto.

La DFC del Lago di Varese si propone quindi come un modello territoriale stabile, fondato su tre assi integrati: famiglia e comunità di prossimità, comunità più estesa, istituzioni, operatori e servizi. **È un progetto ambizioso, che richiederà risorse, adesioni istituzionali, volontari formati e una governance condivisa. Ma è anche una direzione coerente con quanto costruito finora e la sua naturale evoluzione**.

Per concludere

Atelier Rughe e il percorso della DFC di Gavirate raccontano una comunità che, passo dopo passo, ha imparato a guardare il decadimento cognitivo in modo diverso. Non solo come una condizione da gestire, ma anche come una realtà che interroga tutti: famiglie, volontari, servizi, scuole, istituzioni, cittadini.

Il percorso non è stato lineare e non è privo di difficoltà. **Fare rete ha richiesto tempo, pazienza e fiducia. Il bisogno di volontari formati resta forte. La crescita del progetto porta con sé nuove responsabilità organizzative. Eppure, proprio dentro queste fatiche, l'esperienza ha continuato a generare legami**.

Gli atelier si sono consolidati. Le famiglie hanno trovato luoghi di riferimento. Le persone con decadimento cognitivo hanno potuto continuare a vivere momenti di presenza, creatività e relazione. I giovani sono stati coinvolti. La rete territoriale si è allargata. **Il territorio ha iniziato a riconoscere che il decadimento cognitivo non riguarda solo chi lo vive direttamente, ma l'intera comunità**.

Oggi la prospettiva della DFC del Lago di Varese rappresenta un nuovo passaggio. Non si tratta semplicemente di allargare un progetto, ma di **provare a costruire un territorio più capace di prevenire, proteggere, orientare e accompagnare. Un territorio in cui una persona con decadimento cognitivo non sia vista solo attraverso ciò che diventa difficile, ma anche attraverso i ruoli che continua a ricoprire**: cittadino, vicino di casa, familiare, amico, parte viva della comunità.

Forse il senso più profondo di questo percorso sta proprio qui: ricordarci che **la cura non appartiene solo ai servizi e non può essere lasciata solo alle famiglie. La cura può diventare un modo di abitare insieme un territorio**. Può stare in un laboratorio creativo, in una festa, in una scuola, in un negozio, in uno sguardo più paziente, in una parola detta con delicatezza, in una mano tesa al momento giusto.

Una comunità amica delle persone con demenza non è una comunità perfetta. È una comunità che prova a non voltarsi dall'altra parte. Che accetta di imparare. Che riconosce la fragilità come parte della vita comune. Che, lentamente, trasforma la solitudine in prossimità.