L’avvio della Comunità Amica delle persone con demenza di Sassoferrato (AN): un percorso lungo dieci anni

Trent’anni fa nasceva ad Ancona l’Associazione Alzheimer Marche, che nel tempo si è ampliata ed è divenuta un punto di riferimento per tutta la regione. Significativa in questo percorso è l’attività svolta a Sassoferrato, dove nell’arco di un decennio è stata costruita – su un territorio vasto e disperso – una comunità accogliente per chi vive con la demenza. Caffè Alzheimer, attività di gruppo per anziani e per caregiver, progetti di sostegno, iniziative di sensibilizzazione ne sono gli strumenti concreti.

Di Sara Secondini *(presidente Associazione Alzheimer Marche)*, Claudia Grini *(vicepresidente Associazione Alzheimer Marche)*, Massimo Bardelli *(consigliere del direttivo Associazione Alzheimer Marche)*, Dario Di Martino *(segretario Associazione Alzheimer Marche e referente DFC di Sassoferrato)*, Simona Mascellaro *(referente nazionale DFC di Federazione Alzheimer Italia)*

La *Dementia Friendly Community (DFC)* di Sassoferrato (AN) è molto giovane, ma ha un germoglio lontano: è stata **accreditata da Federazione Alzheimer Italia nel gennaio 2026** ma è strettamente legata all’Associazione Alzheimer Marche ODV ETS, una piccola realtà locale che, nel tempo, è diventata un punto di riferimento riconosciuto e apprezzato in tutta la regione.

L’Associazione Alzheimer Marche

Fondata ad Ancona nel 1995 per volontà di alcuni familiari di persone con demenza, l’Associazione Alzheimer Marche nasce dalla necessità di creare uno spazio condiviso per affrontare insieme problematiche comuni legate alla malattia. Un luogo dove lo scambio di esperienze e di consigli hanno rappresentato fin da subito un importante supporto per tutte le famiglie che si trovavano nella medesima condizione di smarrimento e solitudine.

Ai soci iniziali – pari a 9 – nel tempo se ne sono avvicendati altri, sostituendo entro il 2020 quasi tutti i “fondatori” e **arrivando a 45 soci, aumentati poi progressivamente fino a raggiungere nel 2025 il numero di 110. Gran parte di loro svolge attività di volontariato all’interno dell’associazione**.

I volontari sono principalmente donne, attualmente o in passato caregiver – in qualità di moglie, figlia o sorella – di una persona cara con demenza. L’età media è intorno ai 60 anni, con alcune eccezioni più giovani, sotto i 40 anni. In base al loro vissuto e alla loro capacità comunicativa, i volontari offrono supporto, informazione, formazione e risposte concrete per la gestione della quotidianità a tutti coloro che, sul territorio, si trovano a vivere un’analoga esperienza.

Con l’aumento dei soci/volontari, **le attività dell’Associazione Alzheimer Marche sono state via via implementate, avviando sezioni in diversi Comuni marchigiani e offrendo così supporto a più di 100 famiglie all’anno**. Attualmente gli aiuti sul territorio riguardano Sassoferrato, Ancona, Jesi, Cerreto d’Esi, Osimo, Urbania; altre sezioni sono in fase

avanzata di organizzazione, in altri Comuni.

La sezione locale di Sassoferrato

Sassoferrato è un **Comune di circa 6.800 abitanti, che si estende su un vasto territorio (135 km^2)** nel versante orientale dell'Appennino, al confine fra Marche e Umbria. Il centro abitato è diviso nei due rioni di Borgo e Castello, di epoca medioevale, e in **numerose frazioni (oltre 70)**.

In tale contesto, l'associazione opera da oltre undici anni, grazie al gruppo più numeroso e ben strutturato di volontari, coordinati dalla vicepresidente Claudia Grini. Attualmente **il numero di soci che afferiscono alla sezione locale di Sassoferrato è pari a 60: di questi, oltre la metà (per lo più donne, di età media intorno ai 60 anni) svolge attività di volontariato**.

Tra le numerose iniziative sviluppate e consolidate nel corso degli anni, **un ruolo centrale è ricoperto dal Caffè Alzheimer**: uno spazio stabile di incontro e relazione, animato da professionisti qualificati (psicologi, animatori, educatori professionali) e da volontari appositamente formati, che rappresenta oggi un importante presidio socio-relazionale per le persone con demenza e le loro famiglie. In particolare, il Caffè Alzheimer:

- favorisce occasioni di incontro e relazione, contrastando l'isolamento delle persone con demenza, delle persone fragili e dei loro familiari;
- propone attività di stimolazione cognitiva, motoria e socializzante, calibrate sui diversi livelli di fragilità;
- offre uno spazio strutturato di ascolto e confronto tra caregiver, famiglie e operatori.

Le attività si svolgono con cadenza settimanale, in gruppi modulati sulla base delle condizioni e delle capacità dei partecipanti, valorizzandone le competenze cognitive, relazionali e sociali residue. **In questo contesto, il supporto tra pari rappresenta un elemento qualificante: le persone meno fragili, insieme ad anziani soli della comunità, contribuiscono attivamente alla vita del gruppo, favorendo un ambiente relazionale inclusivo, dinamico e partecipativo**. Ogni settimana viene proposta un'attività diversa (ad esempio incontri informativi, enigmistica, giochi vari, musicoterapia, cura del corpo, *pet therapy,* passeggiate nei dintorni, uscite sul territorio per visitare musei o palazzi storici), con un calendario mensile predisposto e pubblicizzato in anticipo tramite i canali social dell'associazione.

Nel Caffè Alzheimer la socialità, l'ascolto e il confronto diventano strumenti terapeutici preziosi, capaci di alleviare il senso di isolamento e di offrire supporto emotivo e pratico. Accanto ai professionisti della salute e del benessere, i caregiver trovano momenti di sollievo e di formazione, mentre le persone con demenza riscoprono il piacere della relazione, del divertimento, dell'arte e della condivisione.

L'ampliamento delle attività e i progetti avviati

Nel tempo, per rispondere in modo sempre più mirato ai bisogni emergenti della comunità locale, l'associazione ha progressivamente ampliato la propria offerta di attività e servizi rivolti al sostegno delle persone fragili e dei loro caregiver, promuovendo al contempo inclusione sociale, partecipazione attiva e mantenimento delle autonomie residue. Obiettivo trasversale a tutte le iniziative è infatti il mantenimento del più alto livello possibile di autonomia della persona con demenza, attraverso la promozione di stili di vita attivi e il contrasto a fenomeni di inattività, passività e isolamento sociale.

In questa prospettiva si inserisce anche la volontà di creare contesti strutturati di incontro, nei quali le persone possano conoscersi, condividere esperienze e affrontare in modo più consapevole e supportato le criticità legate alla malattia, che incidono profondamente anche sugli equilibri familiari. **L'ascolto costante dei bisogni delle famiglie ha consentito di modulare e adattare le attività, garantendo interventi realmente rispondenti alle esigenze della comunità**.

Fonte: materiali dell'Associazione Alzheimer Marche.

Figura 1 – Alcune attività realizzate a Sassoferrato

Tra le iniziative attive da più tempo rientrano i **percorsi di attività motoria Fitness per la terza età – Ginnastica dolce**, realizzati con il supporto di un insegnante laureato ISEF. Il programma prevede sei sessioni settimanali differenziate in base alle capacità funzionali dei partecipanti – persone fragili, caregiver, anziani soli – offrendo non solo un'opportunità di attività

fisica adattata, ma anche occasioni di socializzazione e relazione. Possono partecipare sia persone anziane senza decadimento cognitivo, sia persone di varia età con demenza in forma lieve o moderata.

Con lo stesso spirito è stato avviato, nel 2025, il **progetto Sorrisi e Sollievo**: un'iniziativa che offre ogni settimana due ore di attività e socialità alle persone con demenza più fragili, grazie alla presenza di volontari e personale qualificato (psicologo, animatore, OSS), e che al tempo stesso garantisce ai caregiver un concreto momento di sollievo. Durante queste attività, infatti, i familiari possono ritagliarsi uno spazio personale e alleggerire temporaneamente il carico assistenziale quotidiano.

Particolare attenzione è stata inoltre dedicata ai caregiver familiari, figure centrali ma spesso invisibili, sulle quali grava gran parte dell'assistenza quotidiana alle persone anziane e con demenza. Per loro è stato attivato un **percorso di Auto Mutuo Aiuto (GAMU)**: uno spazio di incontro, ascolto e sostegno reciproco coordinato da una psicologa psicoterapeuta, finalizzato alla gestione delle ricadute emotive e relazionali connesse all'attività di cura. Partecipando, i caregiver e i familiari possono condividere emozioni, pensieri ed esperienze; possono così non sentirsi soli, riscoprire le proprie risorse, conoscere nuove strategie e modalità per affrontare le difficoltà quotidiane, da sperimentare nella propria situazione. Gli incontri si svolgono presso un oratorio parrocchiale, con cadenza quindicinale e in orario serale: in tal modo si facilita la partecipazione di chi necessita di essere sostituito al domicilio, per la cura della persona con demenza durante la sua assenza.

Sempre nel 2025 è stato avviato il **progetto pilota "Un sostegno a chi sostiene"**, rivolto specificamente ai caregiver familiari. Il progetto, della durata iniziale di circa tre mesi, è stato sviluppato attraverso incontri di gruppo con una psicoterapeuta e colloqui individuali settimanali con un'operatrice shiatsu. Le sedute individuali hanno rappresentato un momento di ascolto e trattamento personalizzato, orientato al riequilibrio psico-fisico della persona che presta cura. I feedback raccolti sono attualmente oggetto di valutazione, ai fini di un possibile consolidamento dell'iniziativa.

È inoltre attivo uno **Sportello Alzheimer**, che offre ascolto, informazioni, consigli, orientamento ai servizi, supporto nella gestione di problematiche burocratiche e pratiche, frequentemente fonte di criticità per le famiglie. La cadenza è settimanale e vi si accede negli uffici della Casa della Salute (ex ospedale), dove volontari formati accolgono chi sente la necessità di informazioni a supporto della propria quotidianità.

A tutte queste attività periodiche si affiancano **incontri con professionisti del settore sanitario e sociale (geriatra, fisiatra, fisioterapista, logopedista, nutrizionista, farmacista, medico di medicina generale, assistente sociale, avvocato, ecc.)**, finalizzati a rafforzare conoscenze, competenze e consapevolezza dei partecipanti.

Molto apprezzato dalla comunità locale è anche il **Servizio di trasporto**, che consente la partecipazione alle attività associative anche alle persone sole o impossibilitate a spostarsi autonomamente dalla propria abitazione. Il servizio può inoltre essere attivato per esigenze specifiche, come visite mediche o altre necessità urgenti delle persone fragili.

Nell'ambito delle iniziative straordinarie organizzate nel 2025 per festeggiare i 30 anni dell'associazione, a Sassoferrato si è tenuta la **prima tappa della mostra fotografica itinerante "Memorie: ciò che è stato, ciò che resta, ciò che resterà"**. Questa mostra rappresenta un viaggio tra la bellezza e la fragilità della memoria condivisa dalle persone con demenza, i loro familiari e gli operatori che ogni giorno li accompagnano con dedizione, forza e affetto. Ogni fotografia parla di dignità, amore e presenza, di ciò che resta anche quando le parole svaniscono; di volti, oggetti, emozioni. Ci sono ricordi che il tempo non può cancellare; restano nei gesti, negli sguardi, nei sorrisi o in un oggetto che custodisce una vita intera.

L'esposizione fotografica intende anche sensibilizzare sull'importanza dei Caffè Alzheimer, spazi speciali di incontro e condivisione. Iniziative come questa mostra fotografica e come i Caffè Alzheimer dimostrano quanto sia fondamentale costruire Comunità Amiche delle Persone con Demenza, accoglienti e quindi capaci di includere e sostenere chi vive la fragilità della memoria.

La nascita della *Dementia Friendly Community*

L'insieme di tutte le attività descritte ha contribuito, **nel gennaio 2026, al riconoscimento di Sassoferrato come "Comunità Amica delle Persone con Demenza", consentendo al territorio di entrare nella rete nazionale delle *Dementia Friendly Community* della Federazione Alzheimer Italia**, che oggi comprende oltre 70 realtà. Si tratta di un risultato significativo, che richiede tuttavia continuità, consolidamento e sviluppo costante nel tempo.

Fonte: materiali dell'Associazione Alzheimer Marche.

Figura 2 – Locandina incontro di presentazione DFC Sassoferrato (stralcio)

Tutte le iniziative organizzate in questi anni sono state rese possibili grazie a una **rete di collaborazione fruttuosa tra l'Associazione Alzheimer Marche ODV ETS, l'Amministrazione Comunale di Sassoferrato, nonché le istituzioni sociosanitarie (l'Ambito Territoriale Sociale ATS 10, l'Azienda Pubblica Servizi alla Persona ASP dell'Ambito 9), le parrocchie e altre realtà associative di volontariato** rappresentative del territorio. E proprio questa compartecipazione si è formalizzata, alla fine del 2025, nella costituzione del **Tavolo Promotore per la Comunità Amica delle Persone con Demenza**: il Tavolo garantisce continuità alle azioni in essere e favorisce lo sviluppo di nuove progettualità su tutto il territorio comunale.

Le linee di intervento del modello DFC, riconosciute e definite a livello internazionale dal 2016, si articolano principalmente su due direttrici:

- da un lato il supporto diretto alle persone con demenza e ai loro caregiver;
- dall'altro la promozione di un cambiamento culturale volto a contrastare stigma, pregiudizi e discriminazioni.

Lo stigma sociale rappresenta infatti ancora oggi un elemento critico per chi convive con la demenza: si traduce in atteggiamenti, spesso inconsapevoli, che limitano la partecipazione sociale delle persone con demenza e incidono negativamente sul loro benessere e su quello delle loro famiglie. Affrontare questo tema richiede un impegno condiviso e continuativo, orientato alla diffusione di consapevolezza, all'accettazione e alla piena inclusione delle persone con demenza e dei loro familiari all'interno della comunità. In tale contesto l'Associazione Alzheimer Marche ODV ETS – insieme al Tavolo Promotore – ha avviato un **programma volto in primis al consolidamento delle attività in essere, ma soprattutto alla progettazione di nuove iniziative per combattere lo stigma sociale associato alla demenza**.

In tale direzione si collocano le iniziative più recenti: in giugno 2026 è stato organizzato, in collaborazione con molte associazioni di volontariato e istituzioni del territorio, il **Festival della Terza Giovinezza**, che ha offerto a persone di varia età, nell'arco di una giornata, la possibilità di usufruire insieme di diverse attività ludiche, di intermezzi teatrali e musicali, e di un momento di confronto pubblico dal titolo *"Se i giovani sapessero e gli anziani potessero"*.

Infine, una decina di giorni fa Sassoferrato ha ospitato la seconda tappa dell'**Alzheimer Fest 2026**, con un programma ricco di eventi: tavoli di confronto e informazione sulle problematiche economiche a cui vanno incontro le famiglie con un parente con demenza, momenti ludici e conviviali, mostre fotografiche, musica corale e lirica, narrazione di poesie, presentazione di uno spettacolo teatrale dedicato alla malattia di Alzheimer.

Perché a Sassoferrato la Comunità è veramente Amica delle Persone con Demenza e cerca di mantenere, per le persone fragili e per le loro famiglie, momenti di inclusione e socialità durature nel tempo.