Una comunità che non lascia indietro nessuno. Il centro diurno Al.Pa.De. e la Dementia Friendly Community di Catanzaro

L'articolo presenta un'esperienza che intreccia la storia di un centro diurno per persone anziane, ispirato al principio della reminiscenza ambientale, con la nascita e lo sviluppo di una DFC. L'esperienza narrata evidenzia che l'ambiente può risvegliare ricordi, competenze, memorie procedurali e autobiografiche resistenti alla malattia; testimonia poi la possibilità che un servizio socio-sanitario specifico risulti fulcro ed elemento propulsore di una cura della demenza che passa anche attraverso il territorio e la comunità.

Di Elena Sodano *(presidente Fondazione Ra.Gi. ETS)*

C'è un momento, nella vita di chi convive con una demenza, in cui il mondo smette di essere leggibile. Le strade che si percorrevano da bambini diventano labirinti, i volti familiari si fanno estranei, il tempo perde la sua linearità. Per chi assiste queste persone, ogni uscita fuori casa può trasformarsi in un'impresa colma di ansia e paura del giudizio altrui.

Il centro diurno gestito da Ra.Gi.

Dal 2013 Ra.Gi.[1] gestisce un centro diurno, conosciuto come **Spazio Al.Pa.De., acronimo di Alzheimer, Parkinson e Demenze**[2]. Per una dozzina d'anni il centro diurno ha svolto le sue attività in un immobile situato nella periferia della città. Accoglieva ogni giorno 20 persone con demenza, dalle 9 alle 16, includendo il servizio di trasporto, la colazione, il pranzo e la merenda.

Nel 2024 è stata raggiunta una tappa importante: l'inaugurazione della nuova sede all'interno del Polo Sanitario Territoriale Umberto I, nel cuore del centro storico della città. Il centro diurno è ora collocato nella stessa struttura che ospita il Centro per il Decadimento Cognitivo e le Demenze (CDCD) dell'Azienda Sanitaria Provinciale di Catanzaro. Una scelta non casuale e non banale: **avere il centro diurno nello stesso polo in cui operano i medici specialisti che seguono le diagnosi e i percorsi clinici delle persone con demenza, significa offrire una continuità di cura**, in cui il momento della diagnosi e quello dell'accompagnamento quotidiano vivono sotto lo stesso tetto, si parlano, si integrano, si contaminano a vicenda.

Varcare la soglia del nuovo Spazio Al.Pa.De. è un'esperienza che sorprende chiunque: ci si trova in un **luogo di oltre trecento metri quadrati, che richiama quella parte di vita che ogni persona anziana porta dentro di sé, come memoria del proprio passato**.

Il principio ispiratore è quello della reminiscenza ambientale: creare spazi fisici capaci di evocare ricordi, emozioni, competenze radicate nella biografia di ciascun ospite, in modo da **attivare quelle memorie procedurali e autobiografiche che resistono più a lungo all'avanzare della malattia**. Ogni angolo dello Spazio Al.Pa.De. è stato progettato con questa filosofia, e il risultato è un ambiente che parla direttamente e liberamente alla persona, non alla sua diagnosi.

C’è la **Piazzetta della Stazione**, un vero e proprio ambiente ferroviario ricreato con cura e fedeltà grazie alla collaborazione con l’azienda Ferrovie della Calabria s.r.l.: questa ha messo a disposizione un piccolo vagone ferroviario interamente attrezzato, allestendo tutti gli spazi circostanti con una biglietteria autentica, con tanto di vecchi biglietti e cartelli con le tratte ferroviarie da scegliere, panchine da sala d’attesa e l’immancabile orologio. Per molti degli ospiti, che appartengono a generazioni per cui il treno era il mezzo principale di spostamento e il luogo di partenze e arrivi carichi di emozione, sedersi in quel vagone, sfogliare un orario, tenere in mano un biglietto è qualcosa che riattiva memorie profondissime, legate all’identità, ai viaggi, agli affetti. **È terapia che non sa di terapia. È vita che torna**.

Fonte: materiali del centro diurno Spazio Al.Pa.De.

Box 1 – L’ambiente ferroviario

Accanto alla stazione è stata allestita la **Nursery**, uno spazio dedicato alla cura dei neonati o, meglio, delle bambole terapeutiche – le cosiddette *doll therapy* – accompagnate da fasciatoi, abitini, copertine e tutto ciò che evoca il gesto millenario di accudire un figlio. Per le donne e per gli uomini dello Spazio Al.Pa.De., tenere in braccio una bambola, sistemarle i vestiti, coccolarla, è spesso un modo potentissimo per riattivare gesti di cura profondamente sedimentati nel corpo, molto più antichi di qualsiasi funzione cognitiva superiore. Poco più in là, ecco l’**angolo della sartoria, del ricamo e del cucito** con macchine da cucire, gomitoli di filo e di lana, tessuti colorati di ogni fattura.

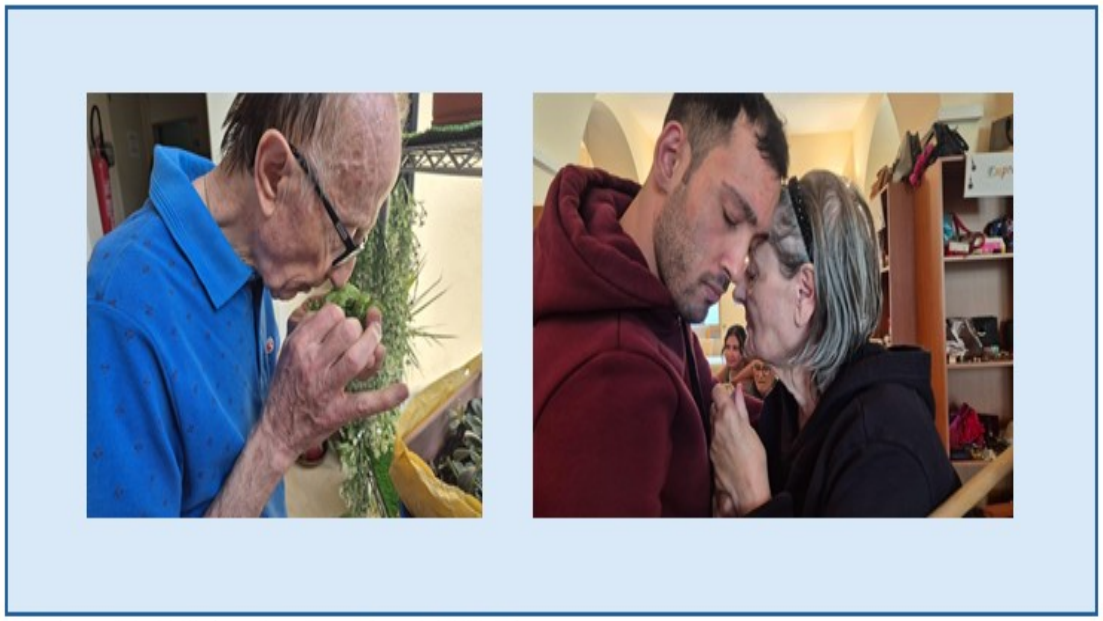
Fonte: materiali del centro diurno Spazio Al.Pa.De.

Box 2 – La nursery e la sartoria

La piccola **chiesa interna** è uno spazio raccolto e silenzioso, pensato per chi ha fatto della fede una parte centrale della propria identità; per molti ospiti questo angolo rappresenta un momento di pace e di raccoglimento autentico. C'è poi l'**angolo della bellezza**, uno spazio dedicato alla cura di sé, alla pettinatura, al trucco leggero, tutto ciò che fa sentire le donne curate e belle. Non è vanità ma dignità. È il riconoscimento che anche quando la malattia avanza, ogni persona ha il

diritto di sentirsi vista e valorizzata nella propria presenza fisica.

Gli **empori** sparsi nel centro diurno, invece, sono veri e propri bazar dell'allegria, con scaffali e banconi carichi di collane, borse, foulard, cappelli, bigiotteria colorata. Gli ospiti scelgono, provano, acquistano o fanno finta di acquistare, il che è ugualmente prezioso. Il gesto della scelta, del confronto, del provare una cosa e preferirne un'altra, è un atto di autonomia e di personalità che la demenza non cancella, finché non viene cancellato dall'ambiente. La **fioriera** porta dentro lo Spazio Al.Pa.De. i colori e i profumi della natura, fiori da sistemare, vasi da riempire, composizioni da creare. Anche qui, il gesto è tutto: le mani che scelgono uno stelo, che tagliano, che annusano; e poi l'**angolo del relax**, pensato per chi ha bisogno di rallentare con poltrone morbide, divani, una televisione che trasmette vecchi film in bianco e nero o programmi di altri tempi, quelli che ciascuno ha amato e che ancora riconosce. È lo spazio del riposo, della conversazione a bassa voce, del semplice stare.



Fonte: materiali del centro diurno Spazio Al.Pa.De.

Box 3 – La fioriera e l'angolo del relax

Lo Spazio Al.Pa.De non finisce tra le mura interne. All'esterno, **vasche esagonali in pietra** accolgono fiori e ortaggi stagionali coltivati dalle mani degli ospiti. Intorno, un **giardino con alberi da frutto**, i cui raccolti vengono trasformati in marmellata; complementare a tutto ciò vi è poi l'**ampia cucina industriale**, utilizzata per i laboratori occupazionali culinari. Qui si impasta, si mescola, si pesa, si condisce. Si preparano le pietanze della tradizione catanzarese con quella competenza corporea e sensoriale che appartiene alla memoria più profonda, quella che sa come si fa, anche quando non si sa più spiegarlo.

Gli interscambi con l'esterno e l'équipe del centro diurno

Lo Spazio Al.Pa.De. non è un mondo chiuso in se stesso. **Ogni giorno gli ospiti escono dal centro diurno e vivono il centro storico**. Entrano nei negozi e comprano, fanno colazione nei bar, si recano in chiesa, alla posta, nei supermercati, camminano per le strade del quartiere Centro Storico, sempre pronto ad accoglierli e a restituire loro normalità. I commercianti – formati dall'équipe di Ra.Gi. – li conoscono, li salutano, si prendono il tempo che serve per scambiare

qualche chiacchiera con lentezza. Il barista che porta il caffè sa aspettare, sa modulare la conversazione, sa trasformare un gesto quotidiano in un momento di dignità e di appartenenza. **Ogni mattina, queste persone escono dalla porta del centro diurno e tornano a essere parte del mondo, pur con la demenza, con tutta la sua complessità ma anche con tutta la sua umanità**. Ogni ambiente racconta una storia. Ogni oggetto diventa uno stimolo relazionale. Nulla è lasciato al caso, perché **qui non si lavora sulla malattia, ma con la persona**.

Anche le attività quotidiane seguono questa filosofia. La programmazione cambia ogni mese e non nasce con l'obiettivo di omologare gli ospiti dentro schemi standardizzati. Al contrario, **ogni intervento viene costruito attorno alla storia individuale della persona, al lavoro svolto in passato, alle abitudini, al contesto sociale e familiare da cui proviene**. Piccoli obiettivi quotidiani diventano così strumenti per mantenere autonomie, identità e senso di appartenenza. A sostenere questo lavoro c'è un'**équipe multidisciplinare composta da una psicologa (che ricopre anche il ruolo di responsabile del centro), due educatori professionali, cinque operatori socio sanitari e un'assistente sociale**. Una presenza costante che accompagna non soltanto gli ospiti, ma anche le famiglie nel difficile percorso della malattia.

Accanto all'équipe opera inoltre una rete formativa, costruita grazie alla **convenzione con l'Università Magna Graecia di Catanzaro**. Ogni giorno il centro diurno accoglie studenti tirocinanti che vivono da vicino l'esperienza della cura, imparando che la demenza non si affronta soltanto con le competenze cliniche, ma soprattutto con la capacità di stare in relazione. **Ulteriori protocolli di collaborazione riguardano l'Ufficio Esecuzione Penale Esterna (UEPE)** – per favorire l'inserimento sociale e lavorativo di persone in misura alternativa, che all'interno del centro diurno svolgono attività di socializzazione e relazione – **e la comunità penale Angelo Meli**, i cui ospiti minorenni trascorrono settimanalmente alcune ore di volontariato in compagnia delle persone con demenza.

C'è poi una dimensione del progetto catanzarese che merita un posto a sé, perché tocca il futuro nel modo più diretto possibile. **Gli ospiti del centro diurno entrano nelle aule delle scuole**. Vengono accolti dagli studenti, dagli insegnanti che si spogliano del loro ruolo e diventano figli, nipoti, amici. Gli ospiti siedono tra i banchi come bimbi curiosi, raccontano con le parole che hanno, con i gesti che restano, con la presenza che nessuna malattia riesce a cancellare del tutto. E i ragazzi li ascoltano con silenzio rispettoso, parlano con loro senza reticenza, senza quel velo di imbarazzo o di paura che spesso separa le generazioni quando si tratta di fragilità e malattia.

In queste situazioni gli ospiti sono, a tutti gli effetti, maestri di vita: entrando nelle scuole, insegnano ciò che di meglio in quel momento riescono a trasmettere. **Inoltre – grazie a specifici protocolli stilati con gli istituti scolastici – il centro diurno accoglie nel pomeriggio studenti che scelgono di svolgere lì i propri progetti scolastici, elaborando attività di vario genere insieme agli ospiti**, in uno scambio bidirezionale che arricchisce entrambe le parti, in un modo che nessun programma curricolare avrebbe potuto prevedere.

E poi c'è il teatro. **Gli ospiti del centro diurno frequentano, anche con le loro famiglie, il centralissimo Teatro Comunale**; si siedono in platea, assistono agli spettacoli, si emozionano, applaudono. Ma non sono soltanto spettatori. **Grazie a un progetto realizzato con l'Associazione Teatro Incanto, alcuni ospiti sono stati inseriti in una vera e propria compagnia teatrale**, dove attori bravissimi basano tutto sull'improvvisazione, senza utilizzare alcun copione. E così i nostri ospiti salgono sul palco, interpretano ruoli, si calano in personaggi e ricevono applausi. La dimensione performativa libera e senza schemi della vita umana viene messa al servizio di un obiettivo terapeutico e, insieme, profondamente umano.

Il *Dementia Caffè:* prendersi cura di chi si prende cura

In questo intero disegno, c'è un capitolo dedicato a coloro che spesso rimangono nell'ombra: i familiari, i caregiver, quelle

persone che ogni mattina si alzano e ricominciano daccapo il lavoro invisibile e immensamente faticoso di assistere una persona con demenza. Ra.Gi. non li lascia soli. **Due volte al mese il centro diurno ospita gli incontri del *Dementia Caffè***, appuntamenti aperti a chiunque – familiari, operatori, cittadini – in cui professionisti della cura (medici di varie specializzazioni, psicologi, assistenti sociali, infermieri specializzati) sono presenti non per tenere una lezione, ma per stare insieme, rispondere alle domande, accompagnare i dubbi e le paure di chi ogni giorno porta un peso enorme sulle spalle.

Il *Dementia Caffè* è uno spazio di aggregazione dove la cura si prende cura di chi cura, in cui si possono dire le cose difficili, quelle che a casa non si dicono per non spaventare nessuno. Un luogo in cui un professionista può guardare negli occhi un familiare esausto e dirgli anche un “capisco, non sei solo, andiamo avanti insieme”. Perché **chi vive con la demenza in famiglia ha bisogno non soltanto di servizi, ma di relazioni, di sentirsi parte di una comunità che vede e non si gira dall’altra parte**.

L’intreccio con la DFC di Catanzaro

È contro la solitudine dei caregiver, contro questa invisibilità forzata, che il Centro Storico di Catanzaro ha deciso di scendere in campo. Il 21 giugno 2019, nel piazzale antistante la Basilica Minore di Maria Santissima Immacolata, con il sole del solstizio d’estate a fare da cornice simbolica a un nuovo inizio, **Catanzaro è entrata ufficialmente a far parte della rete delle *Dementia Friendly Community* italiane**, un progetto promosso dalla Federazione Alzheimer Italia e avviato localmente dalla Fondazione Ra.Gi. ETS. Non si è trattato di un semplice taglio del nastro. Era una dichiarazione d’intenti, un patto etico tra il quartiere del centro storico cittadino, le famiglie e le persone con demenza. Un inizio che sarebbe diventato qualcosa di più grande, importante e profondamente radicato nel territorio calabrese.

Le **realtà coinvolte nel Tavolo Promotore** sono molte e variegate: il Comune di Catanzaro, Ra.Gi. (allora associazione ONLUS), il Forum Terzo Settore Catanzaro Soverato, il Centro Calabrese di Solidarietà, l’Associazione Giovani Farmacisti Catanzaro, alcuni istituti scolastici, il Comitato Regionale Calabria di ARCI, alcune associazioni del territorio (Città del Vento, Culturattiva).

Obiettivi della DFC erano creare un ambiente inclusivo in cui le persone con demenza potessero cercare di condurre una vita il più normale possibile, combattere lo stigma, formare e informare i cittadini e gli addetti alle attività commerciali, in modo da renderli preparati ad accogliere le persone con demenza.

Il percorso progettuale e di intervento promosso e sostenuto in un lungo arco temporale da Ra.Gi. ha avuto nello Spazio Al.Pa.De. un fulcro essenziale: fondamentale, in questa storia di impegno e di condivisione comunitaria, è risultato il trasferimento dalla sede iniziale in un edificio periferico alla sede attuale nel centro storico, nello stesso immobile dell’Azienda Sanitaria Provinciale in cui è attivo il CDCD.

Lo Spazio Al.Pa.De. rappresenta il centro propulsore della DFC di Catanzaro Centro Storico, un **modello territoriale che promuove una comunità accogliente, inclusiva e consapevole nei confronti delle persone con demenza e delle loro famiglie**: attraverso una presenza costante nel territorio, lo Spazio Al.Pa.De. trasforma il concetto di cura da intervento sanitario a esperienza comunitaria condivisa.

La connessione fra Spazio Al.Pa.De. e Dementia Friendly Community si concretizza attraverso un dialogo costante con il Comune di Catanzaro (partner strategico nella costruzione di pratiche inclusive), le scuole di ogni ordine e grado, le parrocchie e gli oratori, le realtà associative del territorio. Fra le varie attività realizzate da settembre 2024 rientrano l’organizzazione di convegni e di incontri di sensibilizzazione presso il Comune, l’attivazione di un servizio di

assistenza domiciliare specifico per persone con demenza, la realizzazione di una mostra d'arte, eventi sportivi inclusivi, attività nell'ambito del progetto di invecchiamento attivo, iniziative di carattere intergenerazionale.

Per concludere, una riflessione: c'è qualcosa di profondamente significativo nell'idea di una città che decide di dare protagonismo alle persone con demenza e alle loro famiglie. **In un'epoca dominata dalla velocità e dall'imperativo di essere sempre efficienti, scegliere di fare spazio a chi si muove più lentamente, a chi ha bisogno di più tempo e più comprensione, è un atto di civiltà non scontato**. E tutto questo non è un progetto astratto. È una pratica quotidiana, concreta, incarnata nella vita reale di persone reali.