



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

Gli anziani nell'Emergenza COVID-19

Tra aspetti psico-sociali e forme di intervento

Dott.sa Valentina Cesarano

Psicologa, Psicoterapeuta di gruppo - Consulente per la progettazione e formazione

Formatrice Studiare Sviluppo

Roma | Dicembre 2020



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



**Dipartimento per le politiche
della famiglia**

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

UNA NARRAZIONE DA CONDIVIDERE

Nonno Enrico, classe 1936:

«Questa esperienza è peggio della guerra, almeno lì sentivi suonare le sirene, riconoscevi il pericolo, scappavi per strada e tutti insieme si andava nel rifugio, in quei momenti abbracciavi chiunque avevi vicino. Poi uscivi, e sapevi che il pericolo era passato. Il nemico ti avvisava e soprattutto si sconfiggeva insieme agli altri»



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

I NOVE CICLI DELLA VITA

Infanzia: nascita -10 anni

Pubertà: 11 -14 anni

Adolescenza: 15-18 anni

Gioventù: 19 -30 anni (in essa la tarda
adolescenza 23 -27 anni)

Adulta giovane: 31 - 45 anni

Adulta semplice: 46 – 55 anni

Adulta piena: 56 – 65 anni

Anziana: 66 -75 anni

Vecchiaia: 76 anni in avanti



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

L'INVECCHIAMENTO: POSSIBILE DEFINIZIONE

E' un **processo naturale**, che riguarda tutti gli esseri viventi. "Riferito all'uomo indica il complesso delle modificazioni cui l'individuo va incontro, nelle sue strutture e nelle sue funzioni, in relazione al progredire dell'età" (*Cesa Bianchi, 1987*).



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

SALUTE DELL'ESSERE UMANO E AUTONOMIA

DEFINIZIONE DELL'OMS

Sono date dal **benessere bio-psico-sociale**; cioè dallo **stato fisico, emotivo-affettivo, dall'interazione col mondo**.

I fattori biologici, psichici, socio-economici e socio-ambientali interagiscono in vari modi fra loro.

Per quanto riguarda gli anziani, le ricerche dimostrano che presentano bisogni (fisici, psicologici e sociali) particolarmente intrecciati e che quindi necessitano di risposte flessibili e differenziate, che tengano conto della loro diversità



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

BISOGNI DEGLI ANZIANI

Hanno bisogno non solo di essere “curati” a livello biologico, ma di essere **“presi in cura”** dalla famiglia e dalla comunità ognuno secondo le proprie necessità.

Gli aspetti psicologici o sociali o economici influiscono sul piano fisico, biologico (la povertà deprime; la tristezza fa ammalare il corpo); così come gli aspetti biologici (una malattia) influiscono sul piano psicologico (depressione) e sociale (difficoltà di incontro, solitudine).

FATTORI ESACERBATI DALLA PANDEMIA



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

NUOVA CULTURA DELL'INVECCHIAMENTO

Promuovere una cultura atta a sostenere un invecchiamento più fisiologico possibile, il quale contempla benessere fisico e mentale (vecchiaia non significa malattia o deterioramento, nonostante possano essere presenti aspetti di declino psico-fisico e perdite) e che favoriscano le relazioni interpersonali, intergenerazionali e sociali, che tanta parte hanno sullo stato di salute e sull'autonomia



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

LA RIFLESSIONE DI UN ESPERTO

Dott. Angelo Gemignani, *Medico, Psichiatra e dottore in Psicologia, direttore del Dipartimento di Patologia chirurgica, medica, molecolare e dell'Area critica dell'Università di Pisa e tra i fondatori del Centro Extreme della Scuola Superiore Sant'Anna.*

Sebbene le alternative imposte dalla pandemia siano dure per tutti, bisogna considerare che non tutti gli anziani sono uguali e che le tecnologie, dagli smartphone ai social media, possono essere di grande aiuto. "Ci sono anziani che possiamo considerare a bassa fragilità, sia psicologica che fisica, e altri a più alta fragilità, o perché hanno patologie o per lo stato mentale ed emotivo."



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

ISOLATI: EFFETTI PER LA SALUTE

«L'**isolamento** è un fattore di rischio importante per problemi mentali come ansia e depressione».

«Essere costretti in casa espone ad un generale declino cognitivo e la mancanza di movimento potrebbe avere conseguenze sul sistema cardiovascolare, come sul sistema nervoso autonomo e sull'attività respiratoria».



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

FAVORIRE L'USO DELLA TECNOLOGIA

Negli anziani l'**isolamento può alterare il sonno**, causando alterazioni della **memoria, della capacità di concentrazione del controllo emotivo, favorendo l'irritabilità.**

Per questo, ha concluso, "sarebbe importante favorire gli anziani nell'**acquisto di tablet o smartphone** e, accanto ai volontari che li aiutano con la spesa, sarebbe bello vederne altri disposti a insegnare agli anziani a utilizzare questi mezzi".



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

COINVOLGIAMOLI

Le innumerevoli attività ricreative, socializzanti, formative, di sostegno, a cui gli over 60/65 possono partecipare sia come utenti, sia **come operatori**, hanno una forte rilevanza perché l'interesse e lo scambio reciproco produce un miglioramento della qualità della vita, crescita personale, sicurezza, arricchimento, conoscenza e trasformazione. Con ricadute importanti sulla costruzione di un'immagine del vecchio non stereotipata, ovvero non di decadimento, ma di evoluzione dinamica.



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

ANZIANI AL MICROFONO: I NONNI DI UNA RSA RACCONTANO LE FIABE ALLA RADIO

Nonno raccontami una favola

Una domanda senza tempo che si rinnova di generazione in generazione. Anche grazie alla radio. In provincia di Latina gli anziani di una RSA si alternano ai microfoni di una Radio Locale il sabato e la domenica, a mezzogiorno in FM. **Raccontano un po' la loro storia personale e poi leggono una fiaba.** L'obiettivo è di **recuperare un rapporto tra generazioni.** In realtà, alla radio non ci si limita alla lettura della storia, ma si cerca un incontro. Il nonno, o la nonna, **apre un dialogo con i piccoli ascoltatori, parlando di sé, delle proprie esperienze, degli insegnamenti che ha ricevuto dalla vita.**



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

I NONNI LEGGENDARI LEGGONO LE FIABE

Destinatari Scuola dell'infanzia 4 e 5 anni, Scuola primaria classi 1e e 2e
Referente Assessorato all'Educazione del Comune di Firenze

Predisposto da Biblioteca comunale e Direzione Istruzione -Servizio Attività Educative e Formative – Ufficio Progetti Educativi

L'attività prevede un incontro con cadenza settimanale a scuola o in modalità DAD, per tutto l'anno scolastico, a cura dei Nonni Leggendari, lettori volontari della biblioteca.

Sede scolastica o su piattaforma

Periodo da novembre a maggio, dal lunedì al venerdì, con cadenza settimanale da concordare insieme ai Nonni.

Orario durata un'ora

Web/e-mail

www.biblioteche.comune.fi.it/bibliotecanova_isolotto/, bibliotecanovaisolotto@comune.fi.it



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

I NONNI LEGGENDARI LEGGONO LE FIABE

Attività: uno o due Nonni Leggendari si recano a scuola e, con la lettura ad alta voce, **danno vita a libri caratterizzati da una scrittura veloce e accattivante per accompagnare i bimbi al piacere della lettura nella quale possono ritrovare situazioni**, personaggi o sentimenti a loro già familiari, e con i quali sono maggiormente stimolati a confrontarsi anche tramite l'ascolto.

Nel caso non sia possibile per i NONNI LEGGENDARI svolgere la consueta attività in presenza, in base agli accordi presi con i docenti interessati, sarà possibile prevedere letture di alcuni Nonni Leggendari a distanza tramite collegamenti web o invio alla classe di video o audioletture.

D'accordo con i docenti, sarà possibile utilizzare piattaforme scolastiche oppure Google meet, Zoom, Whatsapp; oppure inviare via mail filmati, video e audioletture unitamente a bibliografie scelte.



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia

Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

ANZIANI, OLTRE IL MODELLO RSA: "ABITARE SOCIALE" E WELFARE DI COMUNITÀ. STORIE DI SUCCESSO IN VARIE REGIONI D'ITALIA

Progetti che si rivolgono agli anziani ancora autosufficienti, ma vulnerabili, generalmente che vivono da soli, con l'obiettivo di **attivare una serie di servizi domiciliari e di prossimità, per combattere il senso di isolamento** (molti anziani abitano in paesini di montagna) **e assicurare un'assistenza di qualità pur mantenendoli nella propria casa.**

Progetti seguiti da operatori professionali e volontari formati, tra i quali spiccano gli anziani attivi.



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

LIBERTÀ E GEOLOCALIZZAZIONE NEL VILLAGGIO ALZHEIMER

Per i **malati di Alzheimer**, i più fragili e impegnativi, a Milano è stato creato un **sistema abitativo che consente agli anziani interazione sociale e libertà di movimento**: il Villaggio Piazza Grace nel Borgo sostenibile di Figino si compone di sei mini-appartamenti con zone notte, cucina e bagno, per due persone ciascuno, dove l'anziano può portare i suoi mobili e oggetti, ricreando l'atmosfera dove aveva sempre vissuto.

Gli spazi sono progettati con il supporto del Politecnico di Milano in modo da facilitare l'orientamento e la sicurezza della persona. Tutti gli appartamenti si affacciano su una grande cucina comune, che è diventata da subito il luogo prediletto degli ospiti.

Gli anziani possono circolare liberamente in tutta sicurezza anche nel quartiere.



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

PROBLEMATICHE TRATTATE DAI CENTRI PER ANZIANI

- Anziani in situazioni di solitudine o isolamento
- Caregiver che hanno in carico una persona malata
- Anziani/famigliari che hanno subito un **lutto nel periodo Covid-19**
- Anziani o caregiver con **difficoltà di ansia, panico o accumulo di stress**
- Anziani che mostrano iniziali **segni di deterioramento cognitivo** e necessitano di un primo screening



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

ATTIVITA' SPECIALISTICHE A DISTANZA

- **Consulenze psicologiche** a distanza tramite telefono e/o videochiamate a caregiver e/o persone anziane
- **Stimolazione cognitiva a domicilio** tramite piattaforma web da svolgere insieme al proprio caregiver (pacchetto di 10 sedute) e costantemente monitorata a distanza da uno psicologo
- **Schemi di esercizi per attività motoria** da fare a casa e impostazione della routine della giornata



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

UN PUNTO DI VISTA PER AFFRONTARE IL MOMENTO STORICO DA PARTE DEGLI ADDETTI AI LAVORI

In conclusione, possiamo pensare che **implementare progetti, attività, realizzare luoghi e situazioni in cui anziani, bambini, adolescenti, giovani, adulti possano intraprendere esperienze comuni, conoscersi e frequentarsi con continuità, contesti** che consentano **esperienze di condivisione**, possa essere motore di un cambiamento nel modo di pensare i servizi agli anziani alla luce anche dell'esperienza pandemica vissuta e che stiamo vivendo.



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



Dipartimento per le politiche
della famiglia
Presidenza del Consiglio dei Ministri

Dott.sa Valentina Cesarano

Psicologa, Psicoterapeuta di gruppo



UNIONE EUROPEA
Fondo Sociale Europeo

PON
INCLUSIONE

M



MINISTERO del LAVORO
e delle POLITICHE SOCIALI

Grazie per l'attenzione!

Dott.sa Valentina Cesarano
valentinacesarano7@gmail.com



Supporto per lo sviluppo dei Centri della Famiglia e il coordinamento di interventi in materia di servizi di protezione ed inclusione sociale per nuclei familiari multiproblematici e/o persone particolarmente svantaggiate



**Dipartimento per le politiche
della famiglia**

Presidenza del Consiglio dei Ministri