



sostegno familiari curanti

L'obiettivo

Il nostro sostegno è rivolto alle persone non più indipendenti che vivono ancora al loro domicilio grazie all'aiuto dei congiunti, della Spitex o di un aiuto domiciliare, e a chi, ancora autosufficiente, vive solo e isolato.

L'obiettivo è di alleviare il carico di chi si prende cura del proprio caro, permettendogli di rimanere a casa il più a lungo possibile e di alleviare la solitudine di chi vive solo.

La storia

In Valposchiavo nasce anni fa **La Girandola**. Sotto la guida della Spitex essa ospita persone con demenza che vivono al proprio domicilio. Dopo due anni si sposta in Casa Anziani a Poschiavo dove rimane attiva per 6 anni. Difficoltà di varia natura spingono alla ricerca di una nuova soluzione.

L'esperienza maturata nei molti anni accompagnando un proprio familiare spinge alcuni di noi a creare un sostegno per chi, giorno dopo giorno, si prende cura di un proprio caro. Consapevoli di ciò che sta dentro a questo accompagnamento, creano una nuova idea di offerta, complementare a quella delle istituzioni.

Nasce così, il 29.04.2019 l'associazione **sostegno familiari curanti**.

Dal 01.06.2020 le giornate si svolgono in un appartamento a pianoterra in località Spineo. L'atmosfera tranquilla e familiare, i locali luminosi e la magnifica vista ne fanno il posto ideale.

Tra il 2019 e il 2021 le giornate di sostegno hanno ospitato circa 29 utenti. Durante la pausa forzata del lock-down a causa del coronavirus, i familiari hanno espresso a più riprese le difficoltà riscontrate in mancanza delle giornate di sostegno. Questa è stata per noi un'ulteriore conferma della bontà della nostra causa.

L'offerta

Attualmente siamo aperti per tre giornate di sostegno alla settimana, dalle 9.00 alle 16.00, gestite da due collaboratrici/collaboratori. A ogni giornata partecipano tra i 6 e gli 8 ospiti. Il trasporto degli ospiti viene organizzato in collaborazione con i volontari dell'ATE (Animazione Terza Età).

Una giornata di sostegno si compone di momenti di convivialità, passeggiate, attività di economia domestica, lavori manuali, letture ad alta voce, gioco a carte o ciò che l'ospite può e vuole fare. Inoltre se l'ospite lo desidera può aiutare nella preparazione del pranzo e delle merende.

L'offerta si completa con l'aiuto in questioni amministrative o relative alla presa a carico del proprio caro. La cura a domicilio da parte dei congiunti pone tutta la cerchia familiare davanti a

sfide continue e a conflitti di varia natura. I familiari trovano nell'associazione **sostegno familiari curanti** persone pronte all'ascolto.

L'ottima collaborazione con la Spitex permette la pianificazione delle giornate per l'ospite e i suoi familiari.

Progetti futuri

- aumentare le giornate di sostegno
- aggiornamento del personale
- organizzazione di eventi informativi per la popolazione

L'associazione in cifre

Attualmente lavorano per le giornate di sostegno 4 collaboratrici per un grado di occupazione del 120-140%. Una buona parte di esse ha una formazione in campo socio-sanitario. Al di fuori delle giornate di sostegno la mole di lavoro è grande. I compiti amministrativi, di gestione finanziaria, di segretariato, di coordinazione e organizzazione assunti dal comitato vengono svolti esclusivamente a titolo volontario. Inoltre possiamo contare su un discreto numero di persone che mettono a disposizione il proprio tempo in vari modi per sostenere il progetto.

Le visite a casa, i colloqui con i familiari, le consulenze, l'aiuto nello svolgere attività della vita quotidiana quali per esempio fare la spesa o altro sono dei servizi forniti gratuitamente.

Sull'arco di un anno vengono prestate complessivamente 1924 ore di volontariato (media 2019-2021). Ciò è mirato a mantenere bassi i costi e non gravare ulteriormente le famiglie.

Una giornata costa CHF 70.00 e la nostra volontà è di non dover aumentare questo importo.

Dobbiamo comunque far fronte a spese fisse quali affitto, costi di personale, assicurazioni, alimentari, materiale d'arredo, elettricità, previdenza sociale e spese diverse.

Perché sostenerci?

La società cambia. La società invecchia. L'anziano, fragile e vulnerabile, fatica a trovare un posto in questa società, che è sì tanto dinamica, ma altrettanto lenta a trovare soluzioni valide a problemi annosi. Le famiglie si sentono lasciate sole a prendersi cura del proprio caro. Mancano soluzioni ponte tra le istituzioni, che rappresentano spesso l'ultimo passo per l'anziano, e la casa.

Proposte che permettano di vivere il più a lungo possibile tra le proprie mura, che abbattano la solitudine dell'anziano, che lo mantengano parte di questa società. Perché l'anziano ci ha dato in mano questo mondo, ha costruito queste case, ha educato la nostra generazione. Ed ora ha bisogno di noi, e di voi!

sostegno familiari curanti rappresenta una soluzione a questa mancanza.

sostegno familiari curanti è un aiuto concreto.