

# c'è tutta una comunità intorno a te\*

INFO UTILI

PER L'ALTIPIANO



CONOSCERE I SERVIZI, I PROGETTI E LE  
INIZIATIVE ATTIVE PER I CITTADINI DELLA  
MAGNIFICA COMUNITÀ DEGLI ALTIPIANI CIMBRI

\*quando non sai cosa aspettarti

# Vademecum Alzheimer\*

Il Vademecum Alzheimer è un prezioso libretto che contiene informazioni sulla prevenzione, sulla diagnosi e sulla cura della persona malata di Alzheimer e di altri tipi di demenza. Ideato dall'Associazione Alzheimer Trento ODV, il Vademecum è stato aggiornato nel corso degli anni in collaborazione con il Tavolo di Monitoraggio Provinciale del Piano Demenza. È disponibile in 7 lingue e scaricabile gratuitamente online.

## TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

FORMATO **pdf, online**

\$ **gratuito**

DOVE SI TROVA **[www.trentinosalute.net/Pubblicazioni](http://www.trentinosalute.net/Pubblicazioni)**

QUALI INFORMAZIONI OFFRE **info sulla malattia, le situazioni e i**

**disturbi più frequenti, suggerimenti e servizi attivi**

\*quando non sai cosa aspettarti

# Servizio socio- assistenziale \*

È l'ufficio pubblico di riferimento per tutte le situazioni sociali e relazionali che possono mettere in difficoltà una persona. È una sorta di “consulente personale” che può dare suggerimenti e informazioni utili, metterti in contatto con altri servizi pubblici sul territorio.

## TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

TELEFONO **0464 784170**      \$ **gratuito**

DOVE SI TROVA **presso la sede della Magnifica Comunità degli  
Altipiani Cimbri, a Lavarone**

COME ACCEDERE **si può prendere appuntamento telefonando  
dal lunedì al venerdì 9-12, il mercoledì 13.30-16.30**

\*quando vuoi capire che servizi attivare

# Spazio Argento\*

È il punto di riferimento per tutto ciò che riguarda l'età anziana. È gestito dal Servizio socio-assistenziale che può darti supporto, attivare servizi e interventi per sostenere la persona e la sua famiglia, metterti in collegamento con i servizi socio-sanitari presenti sul territorio.

## TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

TELEFONO	<b>0464 784170</b>	\$ <b>gratuito</b>
EMAIL	<b>spazioargento@comunita.altipianicimbri.tn.it</b>	
DOVE SI TROVA	<b>Magnifica Comunità degli Altipiani Cimbri, Lavarone</b>	
COME ACCEDERE	<b>si può prendere appuntamento nei giorni</b>	
	<b>martedì e mercoledì 8:30-12:30, giovedì 8:30-10:30</b>	

\*quando vuoi capire che servizi attivare

# Servizio attivabili tramite il Servizio socio-assistenziale \*

## **SAD - Servizio di Assistenza Domiciliare**

assiste la persona presso la propria abitazione nella cura e igiene personale, cura della casa e attività relazionali.

## **Telesoccorso, teletrasporto**

monitora la situazione della persona anziana attraverso il collegamento telefonico fisso dell'utente, ad una centrale operativa funzionante 24 ore su 24 e tutti i giorni dell'anno.

## **Pasti a domicilio**

garantisce il pasto a domicilio, sulle esigenze della persona.

## **Centro diurno**

accoglie persone parzialmente non autosufficienti durante la giornata, per far vivere loro occasioni di socializzazione

\*quando vuoi capire che servizi attivare

# Medico di base\*

Il medico di medicina generale, anche chiamato medico di famiglia, è il riferimento più vicino per tutto ciò che riguarda la tua salute. Puoi parlare con il medico se ti accorgi di difficoltà come confusione, vuoti di memoria, fatica nel portare a termine attività comuni. Potrà prescrivere esami o indirizzarti al Centro per i disturbi cognitivi e le demenze (CDCD) più vicino.

\*quando vuoi uscire e vivere la vita

# Università della Terza Età e del Tempo Disponibile (UTEDT)\*

È un programma di formazione per adulti che viene organizzato a ciclo annuale, attivo a Folgaria Lavarone e Luserna dove un gruppo di persone referenti volontarie, ogni anno, definiscono il programma delle attività poi realizzate da Fondazione Demarchi grazie al contributo delle amministrazioni comunali e in alcuni casi delle comunità di Valle.

## TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

SITO WEB	<b><a href="http://www.fdemarchi.it">www.fdemarchi.it</a></b>	\$ <b>gratuito</b>
RIFERIMENTO UTEDT FOLGARIA	<b>Rosella Soriani   347 9748193</b>	
RIFERIMENTO UTEDT LAVARONE	<b>Adele Weiss   348 5124793 e Laura Vianini   334 8250650</b>	
RIFERIMENTO UTEDT LUSERNA	<b>Mariella Gremes   347 3125196</b>	

\*quando vuoi uscire e vivere la vita

# Circoli anziani, ricreativi e culturali\*

I circoli per anziani promuovono l'aggregazione e il miglioramento della qualità di vita. Facilitano le relazioni interpersonali e il senso di appartenenza degli anziani alla collettività grazie ad attività culturali, ricreative e di socializzazione. I circoli sono attivati da persone che hanno interessi comuni (ricreativi, culturali, religiosi, sportivi, etc.) e che si riuniscono per trascorrere insieme parte del proprio tempo libero o per fare attività di utilità sociale a favore dei propri associati. Sul territorio sono presenti i Circoli di Nosellari e di Folgaria.

## TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

RIFERIMENTO CIRCOLO NOSELLARI **Fabio Marzari | 335 1238862**

EMAIL CIRCOLO NOSELLARI **anzianosellari@gmail.com**

RIFERIMENTO CIRCOLO FOLGARIA **Flora Fontana | 340 9815068**



\*quando cerchi supporto professionale

# Registro provinciale delle/degli assistenti familiari \*

È l'elenco delle persone che si dedicano all'attività di cura familiare (badanti) redatto e pubblicato dalla Provincia Autonoma di Trento. Permette di sapere chi è disponibile a lavorare in questo momento e quali sono le figure presenti sulla propria Comunità e/o disponibili a recarsi in loco.

TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

<https://icef.provincia.tn.it/rpaf/index.jsp>

\$ gratuito

SITOWEB dalla sezione "Servizi" del sito della P.A.T. cercando

"Iscrizione e consultazione registro provinciale assistenti familiari"

\*quando cerchi supporto professionale

# Curainsieme \*

È la proposta formativa dedicata ai caregiver familiari per supportarli e sostenerli nel loro ruolo di assistenza. Curainsieme è un progetto formativo nato dalla Provincia Autonoma di Trento, l'Azienda Sanitaria, le Comunità di Valle, UPIPA, Consolida e la Consulta provinciale per la Salute, per riconoscere, sostenere e valorizzare il familiare che presta assistenza a un proprio caro attraverso azioni di sensibilizzazione, formazione, supervisione e confronto. I corsi si svolgono sia in presenza che in modalità online.

TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

TELEFONO **0461 273722**

\$ **gratuito**

SITO WEB **[www.caregiverfamiliaritrento.it](http://www.caregiverfamiliaritrento.it)**

\*quando cerchi supporto professionale

# Sportello per caregiver \*

Ti prendi cura di una persona anziana a casa? Sai quanto possa essere difficile e stressante questo ruolo. Non sei solo/a! A partire dal 7 ottobre 2024 è attivo un nuovo sportello di consulenza psicologica gratuita dedicato a tutti coloro che assistono anziani a domicilio. Un'opportunità per parlare con la dott.ssa Paola Taufer, psicologa e psicoterapeuta esperta in psicologia dell'invecchiamento, trovare supporto emotivo e ricevere consigli pratici per affrontare al meglio le sfide quotidiane.

## TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

COME SI ACCEDE <b>su prenotazione</b>	<b>\$ gratuito</b>
QUANDO <b>ogni primo lunedì del mese dalle 15.00 alle 19.00</b>	
TELEFONO <b>0464 784170 (interno 1)</b>	
EMAIL <b>spazioargento@comunita.altipianicimbri.tn.it</b>	

\*quando cerchi supporto professionale

# Consulenza per l'organizzazione degli spazi domestici \*

La progettazione ambientale è un aspetto importante per la salute e il benessere delle persone affette da demenza o Alzheimer. L'assistente sociale di Spazio Argento e le OSS della Magnifica Comunità degli Altipiani Cimbri sono state formate da personale esperto per poter dare suggerimenti adeguati alle varie esigenze ambientali utili a gestire e/o prevenire molti disturbi comportamentali e rendere meno faticosa la vita dei caregiver.

## TUTTO QUELLO CHE TI SERVE SAPERE

TELEFONO **0464 784170**

\$ **gratuito**

DOVE SI TROVA **c/o Magnifica Comunità degli Altipiani Cimbri**

COME ACCEDERE **si può prendere appuntamento telefonando**

**dal lunedì al venerdì 9-12, il mercoledì 13.30-16.30**