

La cura al centro: insieme di attività gratuite per il benessere di anziani e caregiver

AllenaMente | spiegazioni e discussioni di gruppo alternati a giochi ed esercizi divertenti e accattivanti, studiati per esercitare le diverse facoltà intellettive e mnemoniche al fine di **mantenere flessibile e attiva la mente**. Il corso è aperto a un massimo di **15 persone** |

Alzheimer Café | è rivolto a un massimo di **10 coppie** composte da **malato e caregiver** (parente o assistente familiare/badante). L'obiettivo è favorire la possibilità di **vivere momenti piacevoli** insieme per **migliorare la qualità della vita**; le attività proposte spaziano da quelle di tipo motorio, a quelle musicali, ai giochi di gruppo e all'uso di tecniche pittoriche, e sono condotte da esperti nelle varie materie |

Pause di cura | laboratorio espressivo aperto a un massimo di **15 persone parzialmente autosufficienti**. Le attività proposte sono finalizzate a **stimolare la produzione artistica, l'espressione di sé e la condivisione** per i partecipanti, e contemporaneamente a **liberare tempo** dagli impegni di cura per i familiari. I laboratori prevedono la presenza di un conduttore e di un arte terapeuta, che apporterà un contributo specifico di carattere artistico |



Conciliare tempo libero e cura

In collaborazione con il **Comune di Novate Milanese** e con il sostegno di **Fondazione Intesa Sanpaolo, Piccolo Principe cooperativa sociale ONLUS** propone alla cittadinanza un sistema di interventi dedicati agli **over 65** e ai loro **caregiver** (informali e formali, ovvero, rispettivamente, familiari e badanti). Si tratta di **incontri gratuiti**, volti a contrastare gli effetti negativi dell'invecchiamento e a favorire l'aggregazione, attraverso attività stimolanti e nel contempo utili a sollevare coloro che si occupano del carico assistenziale.

Gli interventi programmati sono AllenaMente, Alzheimer Café e Pause di cura, e si svolgeranno **da novembre 2015 a giugno 2016**, con il calendario che segue:

- **AllenaMente** - ogni martedì dalle 10 alle 11:30, dal 24 novembre fino a febbraio
- **Alzheimer Café** – ogni 15 giorni, il mercoledì dalle 15 alle 17 a partire dall'11 novembre e fino a giugno
- **Pause di cura** – ogni 15 giorni, il sabato mattina dalle 9:30 alle 11:30 a partire dal 14 novembre e fino a giugno.

Le attività proposte si terranno presso gli spazi di **Via Repubblica 15 a Novate Milanese**; per informazioni e iscrizioni, rivolgersi a Piccolo Principe ONLUS, al numero

02 84893234

