

# «ALZHEIMER NON E' UN GIOCO»

*Dimentico.*

*L'esperienza di stimolazione cognitiva attraverso il gioco scientifico da tavolo nelle CRA*

Dott. Fiorinto Scirgalea  
Psicologo

Area Socio-Sanitaria  
Coop. Soc. Società Dolce



# Giocare aiuta la memoria

Giocare!

A chi questa parola non ricorda gli anni  
dell'infanzia?

Nell'immaginazione appaiono, mattoncini per le  
costruzioni, bambole, camion, macchinine



# Giocare aiuta la memoria

Quanti momenti all'insegna dell'allegria e, talvolta, di qualche battibecco abbiamo trascorso in famiglia e con gli amici giocando riuniti attorno a un tavolo!



# Giocare aiuta la memoria

Ma il gioco tiene desta la fantasia anche da adulti; contribuisce a sviluppare la creatività e il pensiero connesso e a preservare il più a lungo possibile le capacità cognitive.

Il gioco può aiutare anche le persone affette da demenza a ricordare il passato, quindi, a riemergere dal proprio mondo sommerso.



# Giocare aiuta la memoria

La nostra società tende a vedere il gioco come un'attività infantile, associata a svago e divertimento superficiale, piuttosto che a un mezzo di crescita e sviluppo personale.

Questo pregiudizio può portare gli adulti, e soprattutto gli anziani, a trascurare i benefici che il gioco può offrire.



# Giocare aiuta la memoria

Smettere di giocare significa rinunciare a uno strumento potente che può stimolare la mente, favorire la socializzazione e migliorare il benessere emotivo.

Rivalutare il gioco come attività significativa e benefica per tutte le età è fondamentale per promuovere una vita più sana e soddisfacente.



# Giocare aiuta la memoria

Studi scientifici confermano che il gioco ha effetti positivi sul cervello degli anziani.

Teorie come quella della neuroplasticità, che sostiene che il cervello mantiene la capacità di riorganizzarsi e creare nuove connessioni neuronali anche in età avanzata, supportano l'idea che l'attività mentale possa prevenire il declino cognitivo.



# Giocare aiuta la memoria

Inoltre, ricerche nell'ambito della psicologia positiva indicano che il gioco può migliorare il benessere emotivo, riducendo stress e ansia.

**Vediamo insieme perché**



# Giocare aiuta la memoria

## Il gioco stimola il cervello.

Attività come cruciverba, sudoku, giochi di carte o scacchi possono aiutare a mantenere la mente attiva, migliorare la memoria e prevenire il declino cognitivo.

Questi giochi richiedono concentrazione, strategia e problem solving, abilità che aiutano a mantenere il cervello in forma.



# Giocare aiuta la memoria

**Il gioco implica interazione sociale**, che è fondamentale per il benessere emotivo e mentale.

Giocare con amici, familiari o in gruppi può combattere la solitudine e l'isolamento, frequenti nella terza età.

La socializzazione attraverso il gioco promuove un senso di comunità e appartenenza.



# Giocare aiuta la memoria

**Giocare può ridurre lo stress e migliorare l'umore.**

La risata e il divertimento associati ai giochi rilasciano endorfine, le sostanze chimiche del benessere nel cervello, migliorando così l'umore e riducendo l'ansia.



# Giocare aiuta la memoria

**Alcuni giochi richiedono movimento fisico**, che è altrettanto importante nella terza età.

Giochi come il bocce, il bowling o persino la Wii possono incoraggiare l'attività fisica leggera, migliorando la coordinazione e la mobilità.



# Giocare aiuta la memoria

Il gioco non è solo un passatempo, ma un potente strumento per migliorare la qualità della vita.

Teniamo presente l'importanza del gioco per i nostri anziani: è un investimento nel loro benessere e una meravigliosa opportunità per condividere momenti di gioia e connessione.



# Giocare aiuta la memoria

**“usalo o lo perdi”**

è il paradigma delle Neuroscienze per contrastare l'invecchiamento.

Significa che se **alleniamo la nostra mente** mediante appositi esercizi e stimoli, ci sono maggiori probabilità che si mantenga “in salute”.

# Giocare aiuta la memoria

**ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE**



**Giovani nel Tempo**



# Giocare aiuta la memoria

- GnT ha pensato al gioco come momento di **socializzazione e protezione della memoria**. Sono così stati creati [giochi da tavolo](#) che, oltre a costituire un valido strumento di aggregazione e divertimento, rappresentano **un momento di incontro tra persone di tutte le età** e una valida testimonianza di come si possano raggiungere risultati positivi nell'ambito della **prevenzione delle patologie dell'invecchiamento**, anche attraverso il gioco.

# Giocare aiuta la memoria



# IL PROGETTO

 

## Conoscere Per Accogliere...

Ciclo di incontri per i caregivers degli ospiti di Villa Paola  
"Approfondire e confrontarsi sul tema dell'invecchiamento"



**Mercoledì 27 Marzo 2024 - Dalle ore 17:30 alle ore 19:00**  
L'ATTIVITA' DELL'ASSOCIAZIONE GIOVANI NEL TEMPO,  
PRESENTAZIONE DI STRUMENTI UTILI PER LA MEMORIA E LA CURA  
DELLE RELAZIONI AFFETTIVE  
A cura di: Dott.ssa Laura Guidi- Presidente Associazione Giovani nel Tempo; Dott.  
Fiorinto Scirgalea- Psicologo

---

**Mercoledì 24 Aprile 2024 - Dalle ore 17.30 alle ore 19.00**  
L'IMPORTANZA DELLE TERAPIE NON FARMACOLOGICHE NEL  
PERCORSO DI CURA: LA PET THERAPY E L'ATTIVITA' ASSISTITA  
DAGLI ANIMALI  
A cura del servizio educativo di Villa Paola: Dott.ssa Silvia Oberoi; Dott.ssa  
Margherita Brunello

---

**Mercoledì 8 Maggio 2024- Dalle ore 17.30 alle 19.00**  
ESPLORANDO LE PROFESSIONI: LA PSICOLOGA E IL FISIOTERAPISTA  
IN PRIMA LINEA – UN INCONTRO PER CONOSCERE LE LORO  
COMPETENZE E OFFRIRE CHIAREZZA E SUPPORTO AI FAMILIARI  
A cura di: Dott.ssa Francesca Saija- Psicologa; Dott. Mattia Pillolla- Fisioterapista;  
Dott. Fiorinto Scirgalea- Psicologo

**Sede:**  
Villa Paola, Sala Animazione

Casa Residenza Anziani "Villa Paola"  
Via della Concordia n°22 – 40127 Bologna  
Tel.: 051/500498 – Fax 051/510171 - Mail: [info.villapaola@societadolce.it](mailto:info.villapaola@societadolce.it)

PROFESSIONISTI

FAMILIARI



*Villa Paola*

*Villa Ramiola*

*Nevio Fabbrini*

*Residenza Parco Città*



## Come è possibile motivare al gioco le persone anziane?

Pur essendo questi giochi estremamente utili, siamo anche ben consapevoli che non è sempre facile convincere una persona in età avanzata a partecipare ad un'attività di questo genere.

Pertanto è importante scoprire l'eventuale esistenza di particolari limitazioni di cui l'anziano può vergognarsi oppure per le quali può partecipare al gioco solo in misura limitata



## In che modo i giochi di memoria possono aiutare gli anziani?

Il **cervello umano** funziona come un muscolo. Per essere continuamente stimolato a pensare, deve anche essere allenato, indipendentemente dall'età di una persona.

Gli ostacoli di un corpo in fase di invecchiamento favoriscono l'atrofizzazione del cervello.

Il segreto per garantirne il funzionamento consiste nell'allenarlo.



# In che modo i giochi di memoria possono aiutare gli anziani?

I giochi di memoria sono armi semplici e estremamente efficaci per contrastare questo problema, in quanto stimolano la capacità di pensare, ricordare e di memorizzare le informazioni.



# CONCLUSIONI

- In conclusione, il gioco svolge un ruolo significativo nel promuovere il benessere degli anziani in una CRA. Stimola la mente, favorisce la socializzazione, riduce lo stress, migliora la salute fisica ed emotiva e offre momenti di puro divertimento.



# CONCLUSIONI

Perciò promuovere e incoraggiare il gioco all'interno di una CRA può contribuire a creare un ambiente più positivo e appagante per le persone anziane che vi risiedono



# CONCLUSIONI

**Video games:  
bene per i nonni,  
male per i nipoti**

Molte persone non conoscono l'importanza dei **giochi** nell'età avanzata, ma la loro efficacia è un dato oggettivo ed aiutano migliaia di persone ad invecchiare meglio.

