

## **La Carta ABC**

Il Gruppo ABC riunisce i familiari che si occupano di persone con la malattia di Alzheimer.

Le riunioni hanno lo scopo di aiutare i partecipanti a uscire dal tunnel dell'impotenza e a diventare dei curanti esperti, esperti nell'uso della parola.

Noi riconosciamo che la malattia di Alzheimer tende a fare soffrire tutta la famiglia, indipendentemente dalla volontà del malato e di chi lo cura.

Noi riconosciamo di essere impotenti di fronte alla malattia, ma crediamo che un cambiamento del nostro atteggiamento possa migliorare le nostre condizioni di vita.

Noi riconosciamo di avere bisogno di aiuto. Cerchiamo questo aiuto all'interno del Gruppo e a nostra volta offriamo il nostro aiuto a chi ce lo chiede.

Noi riconosciamo che avere cura di noi stessi, occuparci della nostra felicità, è possibile ed è bene sia per noi che per il malato che assistiamo.

Noi riconosciamo che il malato Alzheimer, anche quando è gravemente malato, non è solo un malato. È una persona con una storia e con delle capacità. È una persona che prova emozioni, che desidera comunicare ed essere compreso, che vuole contrattare e scegliere circa le cose che lo riguardano.

Noi riconosciamo che tenere vivo l'uso della parola è utile per favorire la felicità possibile, la nostra e quella della persona malata.

Il Metodo ABC si basa sull'uso consapevole dell'ascolto e della parola e noi lo realizziamo mettendo in pratica i Dodici Passi.

Nelle nostre riunioni noi offriamo accoglienza e conforto a tutti quelli che vi partecipano e che condividono i nostri stessi problemi.

Quello che diciamo in questa riunione non può essere fonte di critica o di pettegolezzo. Quanto viene detto è strettamente confidenziale, resta in questa stanza e nel cuore di ciascuno.

Noi non discutiamo. Ciascuno è libero di raccontare la propria esperienza, di ascoltare quella degli altri e di portare a casa le idee e i suggerimenti che per lui sono più importanti.