Società svizzera sclerosi multipla

Info-SM

Vivere a casa

Vivere a casa il più a lungo possibile nonostante le limitazioni fisiche è una delle esigenze più importanti delle persone con sclerosi multipla. L'indipendenza è un valore fondamentale. È importante riconsiderare tempestivamente la vostra situazione abitativa e adeguarla in base alle necessità.

I punti più importanti in sintesi

- Interventi strutturali o mezzi ausiliari possono semplificare la vita in casa.
- Diversi centri forniscono supporto per le modifiche architettoniche.
- I servizi di assistenza vi aiutano a vivere in autonomia.

Sono diversi i fattori che contribuiscono a far sentire una persona «a casa». Ad esempio, gli spazi familiari e l'arredamento, il giardino, i negozi nei dintorni o le scuole dei bambini. Particolarmente importanti sono la rete di contatti, la famiglia, i rapporti con i vicini e gli amici. Anche la vicinanza con il proprio medico di famiglia o il coinvolgimento in un'associazione, sono abitudini importanti.

Questa sensazione familiare di «essere a casa» acquisisce un'importanza ancora più significativa quando le attività di una persona sono limitate da una disabilità. I contatti e l'ambiente sono una risorsa importante a cui attingere e danno un senso di sicurezza.

Rivedere la situazione abitativa

Le persone colpite da sclerosi multipla (SM) devono confrontarsi per tempo con la propria situazione abitativa. Certi timori potrebbero rivelarsi infondati poiché è possibile realizzare determinate modifiche architettoniche, ma ci si può anche rendere conto che la situazione abitativa può diventare complessa se una disabilità dovesse limitare la mobilità. Prima ne si è consapevoli, meglio è. Un trasferimento tempestivo renderà probabilmente più semplice l'integrazione in un nuovo ambiente.

Se state riconsiderando la vostra situazione abitativa, dovreste prima di tutto valutare la possibilità di cambiare e riorganizzare abitudini e processi della vita quotidiana, per renderli più facili e meno onerosi.

Modifiche architettoniche

Se state valutando delle modifiche architettoniche, oltre alle stanze, è bene considerare anche l'ambiente esterno. All'interno dell'abitazione, è spesso necessario allargare le porte oppure si devono eliminare o adeguare soglie e gradini. Anche i servizi igienici di solito richiedono modifiche. A volte è necessario anche un ascensore. In generale, esiste tutta una serie di opuscoli, linee guida e norme utili per identificare ed eliminare le barriere architettoniche.

Consulenza architettonica

La guida «Wohnungsanpassungen bei behinderten und älteren Menschen» (Guida all'adattamento delle abitazioni per persone anziane e con disabilità) contiene informazioni dettagliate e una lista di controllo completa. Si tratta di informazioni utili anche per le costruzioni nuove. La guida è disponibile in formato cartaceo e solamente in tedesco, presso il Centro svizzero per la costruzione adatta ai disabili (www.architettura-senzaostacoli.ch), al prezzo di CHF 25.- . Il Centro fornisce gli indirizzi dei centri cantonali di consulenza architettonica che, su richiesta, effettuano accertamenti in loco. Nella Svizzera italiana ci si può affidare al servizio di consulenza sulle barriere architettoniche di «inclusione andicap ticino».

La FSCMA («Federazione svizzera di consulenza sui mezzi ausiliari per persone andicappate e anziane») fornisce consulenza anche per le modifiche architettoniche. Per chi è in età AI, queste consulenze sono gratuite. L'offerta di mezzi ausiliari per superare ostacoli architettonici, rimanere indipendenti o facilitare le cure delle persone colpite è ampia. Al momento dell'acquisto, richiedete la consulenza di un professionista (www.fscma.ch).

Finanziamento delle modifiche architettoniche

In genere, l'assicurazione invalidità (AI) copre le modifiche architettoniche (semplici e appropriate) legate alla disabilità per le persone in età AI, mentre l'AVS non prevede un simile obbligo di prestazione.

Servizi di assistenza a domicilio

Usufruite dei servizi di assistenza per mantenere la vostra indipendenza a casa. Oltre a cure di base e trattamenti, le organizzazioni Spitex offrono anche servizi di assistenza domestica. Nella maggior parte dei cantoni, se ne occupano anche servizi di sostegno come Pro Infirmis, Pro Senectute o la Croce Rossa Svizzera. Ristoranti locali, case di riposo o servizi specifici consegnano i pasti a domicilio. Nelle località più grandi, organizzazioni di pubblica utilità come aiuti al vicinato, associazioni femminili o religiose offrono anche servizi di visita e accompagnamento. È anche possibile ottenere servizi completi di cura e assistenza domestica da organizzazioni Spitex private. Importante: chiarite anticipatamente i costi e la loro eventuale copertura. In questo caso sono utili adeguate assicurazioni complementari della cassa malati.

Finanziamento dei servizi di assistenza

I costi dei servizi di assistenza sono coperti da assicurazioni complementari della cassa malati, dall'assegno per grandi invalidi dell'AI/AVS o nel quadro di un contributo per l'assistenza dell'AI o di prestazioni complementari.

Informazioni su Internet

- www.wohnenimalter.ch (t,f)
- www.architettura-senzaostacoli.ch
- www.fscma.ch
- www.procap.ch
- www.inclusione-andicap-ticino.ch

Ulteriori informazioni

- Info-SM «Mezzi ausiliari per le persone con SM» (www.sclerosi-multipla.ch)
- Info-SM «Contributo per l'assistenza dell'AI» (www.sclerosi-multipla.ch)

Ricerca di alloggio

Quando le modifiche architettoniche e il supporto nella vita quotidiana non sono più sufficienti, è opportuno cercare un'abitazione adatta a persone con disabilità. Procap è la più grande organizzazione associata e di autoaiuto per persone con disabilità in Svizzera. All'indirizzo www.procap.ch sono disponibili informazioni sulla ricerca di un'abitazione, istruzioni e opuscoli.

Avete trovato un'abitazione, ma non è del tutto ottimale? Contattate un centro di consulenza per mezzi ausiliari FSCMA. I professionisti chiariranno per voi se il problema può essere risolto con modifiche architettoniche o con l'impiego di mezzi ausiliari.

Servizi della Società SM

Affinché le persone con SM possano condurre una vita autodeterminata e indipendente a casa propria il più a lungo possibile, la Società svizzera SM offre diversi servizi di supporto:

- Informazioni sui diritti alle assicurazioni sociali
- Aiuto per la richiesta
- Risposte a domande sulle procedure
- Ricerca di offerte di sostegno
- Erogazione di contributi finanziari in caso di difficoltà
- Settimane di incontri per le persone colpite per offrire sollievo ai familiari

Infoline SM

091 922 61 10

Lunedì – giovedì,
ore 10.00 - 12.00 e 13.00 - 17.00
(chiuso il mercoledì pomeriggio e venerdì)

03/2023

Società svizzera sclerosi multipla
Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno
Informazioni: www.sclerosi-multipla.ch / 091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!