

## Introduzione

1. Fare le domande opportune e trovare le risposte giuste
  2. Non si è mai pronti
    - 2.1 L'importanza delle dinamiche familiari e sociali
    - 2.2 Il fattore tempo
    - 2.3 Saper accettare e trovare il giusto equilibrio
    - 2.4 Quando la malattia è la demenza
    - 2.5 Il fattore economico
  3. Proviamo prima a casa
    - 3.1 Quando è possibile ascoltare la persona fragile
    - 3.2 Quando non è possibile coinvolgere la persona fragile nella scelta di cura
    - 3.3 Un'alternativa per le persone meno fragili e per combattere la solitudine: il cohousing
  4. Scegliere la RSA (residenza sanitaria assistenziale)
    - 4.1 Che cos'è una RSA
      - 4.1.1 Gli spazi e la sicurezza
      - 4.1.2 L'organizzazione: una squadra di professionisti che lavorano per la cura
    - 4.2 Cosa si fa in RSA per migliorare la qualità di vita delle persone fragili
      - 4.2.1 L'assistenza diretta
      - 4.2.2 L'assistenza indiretta
    - 4.3 Le regole di una convivenza in comunità
  5. Gli aspetti burocratici da affrontare per entrare in RSA
    - 5.1 La quota sanitaria: come viene assegnata
    - 5.2 La retta alberghiera e l'importanza del contributo sanitario
    - 5.3 Entrare in RSA
      - 5.3.1 A chi rivolgersi per fare domanda di ingresso in RSA
    - 5.4 Gli aiuti economici per le persone anziane fragili
- Conclusioni. Educare alla fragilità e al fine vita