

# La dimensione dell'abitare per il Ben-Essere della Persona

*(migliorare la propria qualità di vita attraverso la propria abitazione)*

Quanto è importante, per la qualità della nostra vita, abitare in un ambiente adattato alle nostre esigenze? E se la persona ha una condizione cronica e di disabilità e vive in un ambiente che non ne facilita la sua autonomia e la libera fruizione degli spazi fisici?

Le risposte sono arrivate a partire dagli anni '70 negli Stati Uniti da due discipline di studio già esistenti, cioè la psicologia dell'architettura e la geografia comportamentale che hanno iniziato a studiare più in profondità il legame esistente tra gli aspetti personali, quali pensieri, emozioni e comportamenti, e i processi ambientali.

La qualità della dimensione relazionale che riusciamo ad avere con il nostro ambiente interno ed esterno influenza la nostra salute ed il nostro benessere.

L'ambiente interno è il nostro patrimonio interiore, costituito dai nostri pensieri, dalle nostre paure, dal modo in cui percepiamo noi stessi e gli altri.

L'ambiente esterno, invece, è rappresentato sia dall'ambiente relazionale costituito dal contesto familiare e sociale, in cui la persona vive e si relaziona, e sia dall'ambiente fisico, riferendoci, in questo caso, all'ambiente costruito in seguito all'intervento umano.

Negli ultimi anni il concetto di salute stesso si è evoluto considerando come indicatori di benessere le risorse interne presenti in ogni individuo.

A partire dalla prima dichiarazione dell'OMS che definisce la salute dell'individuo *“uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non la mera assenza di malattia o infermità”* si è giunti alla più recente dichiarazione del 2011 in cui la salute è definita come *“la capacità di adattamento e di auto gestirsi di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive”*.

Nell'ultima dichiarazione dell'OMS la persona è al centro della sua evoluzione attraverso le sue risorse di adattamento e di empowerment.

In questo scenario di forti cambiamenti che hanno caratterizzato l'intero Sistema Salute, l'APMARR (Associazione Persone con Malattie Reumatologiche e Rare) si inserisce avviando un nuovo programma per l'empowerment delle persone che vivono in una condizione di cronicità e/o di disabilità, partendo dalla dimensione dell'abitare. Il progetto si rivolge anche ai caregiver che spesso si trovano a prestare assistenza in una situazione abitativa non idonea.

Attraverso strumenti di ascolto (questionari)e divulgativi (articoli) si punta a conoscere il livello di consapevolezza sulla dimensione dell'abitare e a favorire una maggiore conoscenza degli strumenti legislativi attualmente disponibili.

L'obiettivo di questo progettoè favorire l'empowerment delle persone con disabilità e con patologie croniche partendo da una maggiore consapevolezza rispetto ai bisogni dell'abitare e al miglioramento della qualità di vita e dell'autostima che derivi da una “casa su misura”.

Rendere l'ambiente attraente e,allo stesso tempo accessibile per le esigenze di tutte le persone, significa costruire una società fondata sull'autonomia e sullo sviluppo, sulla libertà e sulla bellezza, di tipo universale.