Ikaria
SENIOR
HOUSE

CARTA dei *servizi*

ikariahouse.it





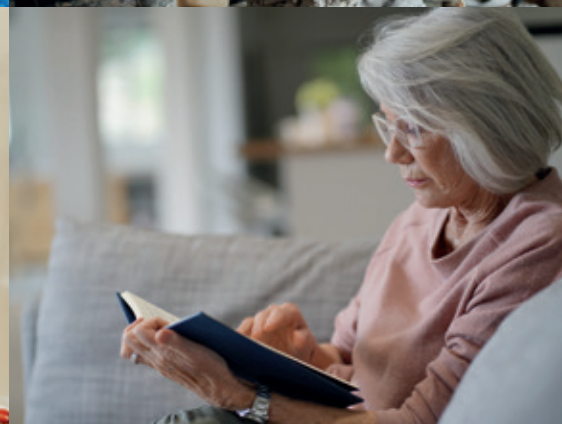
Ikaria è una Senior House
che ospita persone della terza età
e che propone un progetto di vita
comune per rigenerare
le validità attuali.



Ikaria SENIOR HOUSE





Ikaria

La presente Carta dei Servizi è redatta
ai sensi dell'art. 21 della L.R. Calabria n. 23/2003,
dell'art. 13 della Legge n. 328/2000
e del Regolamento regionale in materia di autorizzazione ed accreditamento
delle strutture socio-assistenziali.

Il progetto — *p 08*
La filosofia — *p 10*
La struttura — *p 16*
Il personale — *p 20*
I servizi — *p 22*
Una giornata tipo — *p 40*
Evidenze scientifiche — *p 48*
Decalogo Ikaria — *p 50*
Certificazioni — *p 54*
Ammissione — *p 56*
La rete di Ikaria — *p 58*

1

IL PROGETTO.
UN NUOVO MODO DI ABITARE LA TERZA ETÀ.



Ikaria SENIOR HOUSE

Ikaria nasce come una senior house pensata attorno alla persona e alle sue specifiche risorse. Il progetto reimmagina la vita in una residenza per la terza età come un'esperienza di relazione, libertà e rigenerazione. Il nostro approccio human centered si basa su un metodo di Service Design sviluppato dal team di Ricerca e Sviluppo di Ame Group: osservare i bisogni reali, valorizzare le capacità presenti, stimolare autonomia e socialità, costruire un'offerta di valore centrata sulla persona.

Ikaria è un luogo progettato per vivere bene, dove l'interazione tra gli ospiti è parte integrante del percorso benessere. La struttura, moderna e accogliente, si inserisce nell'ecosistema urbano della città di Cosenza, che favorisce connessioni, movimento e qualità della vita, e al tempo stesso è collocata in una zona residenziale di pregio, immersa nel verde e affacciata su un panorama suggestivo.

Qui ogni intervento - socio-assistenziale e relazionale - è pensato per accompagnare la persona in un progetto di vita che mantiene vive la sua storia, le sue abitudini e la sua identità.

2

LA FILOSOFIA.

SONO LE PERSONE A GUIDARE OGNI NOSTRO PRINCIPIO.



Ikaria SENIOR HOUSE

Il nome “Ikaria” richiama l’isola greca famosa per la longevità dei suoi abitanti: un modello di vita attiva, relazioni spontanee e benessere quotidiano. È ciò che desideriamo offrire ai nostri ospiti: un luogo in cui l’invecchiamento è una fase di valore, non una perdita.

Crediamo che ogni persona sia una risorsa, portatrice di esperienze, creatività e affetti. Nella nostra visione, etica e trasparenza guidano ogni scelta: dalla comunicazione con le famiglie al rispetto della dignità e delle preferenze individuali. Promuoviamo il successful aging, un invecchiamento partecipato e consapevole, sostenuto da relazioni attente e da un ambiente capace di stimolare le attitudini personali.



A Ikaria si vive un tempo autentico, condiviso, umano.


Ikaria
SENIOR HOUSE

PRINCIPI ETICI E MORALI

UGUAGLIANZA
Nel rispetto dell'uguaglianza e della diversità, ci impegniamo a garantire a tutti gli ospiti di IKARIA pari opportunità nell'accesso ai vari servizi. Il nostro obiettivo è promuovere il loro benessere senza alcuna forma di discriminazione basata su genere, razza, lingua, religione, opinioni politiche, condizioni fisiche ed economiche. Il principio di "Uguaglianza" non implica una semplice uniformità dei servizi, ma piuttosto il divieto di discriminazione ingiustificata.

IMPARZIALITÀ
Ogni ospite di IKARIA riceverà servizi e prestazioni di pari qualità, salvo le priorità legate alla salute. I nostri rapporti con gli utenti e il comportamento del personale rispetteranno i principi di oggettività, giustizia e imparzialità.

UMANITÀ
Nel cuore della nostra struttura, mettiamo la persona al primo posto, rispettando la sua dignità indipendentemente dalle condizioni fisiche, mentali, culturali o sociali. Ogni operatore si impegna a trattare tutti con cortesia, educazione, rispetto e disponibilità.

DIRITTO DI SCELTA

Nel rispetto delle leggi vigenti e delle necessità degli ospiti non autosufficienti, garantiamo loro il diritto di scegliere gli interventi all'interno della struttura in base alle loro esigenze, tenendo conto del livello di autosufficienza e delle disposizioni del Piano di Supporto Personalizzato (PSP, vedi oltre).

CONTINUITÀ

Ci impegniamo a fornire quotidianamente servizi di cura alla persona e prestazioni integrate continue. In caso di situazioni eccezionali che possano causare disagi, attiveremo tempestivamente le procedure appropriate per ridurli. Garantiremo all'anziano la possibilità di essere assistito dalla stessa equipe secondo le necessità indicate nel PSP

TERRITORIALITÀ

Desideriamo che IKARIA diventi una vera "casa" per gli anziani, promuovendo legami e connessioni con il quartiere circostante. Incentiveremo le relazioni con amici, parenti e con luoghi legati al loro passato.

QUALITÀ DELLA VITA

Oltre all'assistenza, ci prefiggiamo di migliorare la qualità della vita degli anziani. Favoriremo il loro diretto contributo e la partecipazione attiva, coinvolgendo sia gli anziani stessi che le loro famiglie, ascoltando le loro opinioni e necessità.

PARTECIPAZIONE

Gli anziani e i familiari autorizzati saranno coinvolti nell'ottimizzazione dei servizi. Forniremo informazioni accurate e costanti, accoglieremo pareri e proposte tramite questionari e moduli di reclamo. Inoltre, favoriremo la presenza e l'attività di associazioni di volontariato e di tutela dei diritti degli utenti.

SUSSIDIARIETÀ E COOPERAZIONE

Collaboreremo con organizzazioni di volontariato e di tutela dei diritti per implementare attività complementari volte a migliorare la vita degli anziani, offrendo loro sostegno, compagnia e promuovendo la solidarietà sociale.

EFFICIENZA ED EFFICACIA

Offriremo servizi e prestazioni in modo efficiente (sfruttando le risorse in modo appropriato e senza sprechi) ed efficace (soddisfacendo i bisogni degli ospiti e promuovendone il benessere).

LA TUTELA DEI DIRITTI RICONOSCIUTI

È importante sottolineare che il passaggio dalla teoria dei diritti riconosciuti alla loro effettiva applicazione nella vita degli anziani richiede il coinvolgimento di molteplici soggetti tra cui il difensore civico regionale e locale, l'Ufficio di Pubblica Tutela (UPT) e l'Ufficio di Relazione con il Pubblico (URP).



3

LA STRUTTURA.
UNA CASA CHE ACCOGLIE, UNA CASA CHE RIGENERA.

Ikaria SENIOR HOUSE

Ikaria è una senior house progettata per offrire comfort, sicurezza e relazioni. Circondata da un grazioso giardino e immersa nel verde di una delle zone residenziali più suggestive della città di Cosenza, si sviluppa su cinque piani completamente accessibili grazie all'abbattimento delle barriere architettoniche.

Le camere, singole o doppie, sono luminose, spaziose e dotate di terrazzi esclusivi o condivisi, pensati per favorire la vita all'aria aperta e l'esposizione alla luce naturale.

Gli ambienti comuni — sala ristorante, bar, sala relax, sala fitness, giardino e laboratori — sono concepiti come luoghi di incontro spontaneo. L'ergonomia e lo stile degli arredi, il progetto di illuminazione e l'equilibrata distribuzione tra spazi personali e spazi comuni rendono Ikaria un luogo realmente a misura di persona.

Tecnologie discrete e sicure — sistemi di videosorveglianza, allarmi, rilevatori e protocolli di sicurezza — tutelano gli ospiti senza invadere la loro privacy.

Ikaria è una casa dove
ci si sente accolti, protetti e liberi.



Ikaria SENIOR HOUSE


Ikaña
SENIOR
HOUSE






4

IL PERSONALE.
PERSONE CHE SI PRENDONO CURA DI ALTRE PERSONE.



Ikaria SENIOR HOUSE



Il cuore di Ikaria è il suo gruppo di persone dedicate alla cura: professionisti qualificati che lavorano insieme per garantire ascolto e attenzione.

L'organigramma comprende personale socio-assistenziale, operatori dedicati al benessere della persona, psicologi, animatori, assistenti tutelari, coordinatori e personale amministrativo. Le eventuali figure sanitarie presenti operano esclusivamente nell'ambito delle rispettive competenze professionali e in raccordo con il medico di medicina generale dell'ospite, che resta il referente sanitario responsabile del percorso assistenziale.

Il nostro team multidisciplinare predispone, insieme all'ospite e alla famiglia, un progetto di permanenza personalizzato volto a favorire autonomia, partecipazione e qualità della vita. La formazione continua, l'attenzione alla relazione e la cultura del rispetto reciproco rendono Ikaria un ambiente professionale e, allo stesso tempo, profondamente umano.

Il nostro personale non "assiste soltanto": accompagna, ascolta, valorizza.

5

I SERVIZI.
UN SISTEMA INTEGRATO DI ACCOGLIENZA, ASSISTENZA E BENESSERE



Ikaria SENIOR HOUSE



Ikaria offre un sistema integrato di servizi pensato per rispondere ai bisogni abitativi e di vita, ovvero socio-assistenziali, relazionali e di benessere.

L'**assistenza sanitaria** degli ospiti è assicurata dal medico di medicina generale di riferimento. Ikaria Senior House favorisce il raccordo tra ospiti, familiari e professionisti sanitari, supportando la rilevazione e la condivisione delle informazioni utili, inclusi i principali parametri vitali, e facilitando l'accesso a consulenze specialistiche, anche tramite telemedicina. La struttura adotta protocolli organizzativi per la prevenzione, il monitoraggio e la gestione degli eventi critici, nel rispetto della propria natura socio-assistenziale.

I **servizi alla persona** comprendono l'igiene quotidiana, il supporto nelle attività di vita, la presenza notturna e interventi socio-assistenziali di mantenimento funzionale, realizzati dagli operatori di Ikaria per favorire il benessere, la sicurezza e la partecipazione attiva degli ospiti.

Il **servizio di ristorazione** propone pasti vari e personalizzabili, in linea con la tradizione mediterranea e preparati privilegiando prodotti biologici a Km 0 provenienti dalla consociata Fattoria della Bellezza.

Le **attività ludiche**, educative e relazionali animano la nostra "La Casa dei Saggi", un programma che include laboratori, incontri tematici, feste, musicoterapia, ortoterapia e progetti di comunicazione pensati per stimolare creatività, relazioni ed emozioni.

Tutti i servizi sono guidati dalle più recenti evidenze scientifiche sulla qualità di vita dell'anziano.

SERVIZI DI TUTELA, PREVENZIONE E BENESSERE DELL'OSPITE



In Ikaria mettiamo la persona al centro. Il nostro approccio si fonda su attenzione, rispetto e ascolto, valorizzando l'unicità di ogni ospite e promuovendone il benessere, l'autonomia e la qualità della vita.

Ikaria SENIOR HOUSE

VALUTAZIONE DEL BENESSERE E DELLA LONGEVITÀ ATTIVA

All'ingresso viene effettuata una valutazione multidimensionale dei bisogni assistenziali, relazionali e organizzativi dell'ospite, condivisa con il medico di medicina generale e con i familiari, finalizzata esclusivamente alla predisposizione del progetto individuale di permanenza presso la struttura, valutando fra le altre, non solo le eventuali patologie e disabilità, ma, soprattutto, le abilità residue così da tutelarne il mantenimento e stimolarne il potenziamento. Attraverso osservazioni periodiche, il monitoraggio dei principali parametri di benessere e il costante confronto con l'ospite, con i familiari e i professionisti sanitari di riferimento, Ikaria favorisce l'individuazione precoce di eventuali bisogni emergenti e l'attivazione tempestiva dei necessari interventi di supporto.

PARAMETRI VITALI

Qualora previsto dal progetto assistenziale individuale o richiesto dal medico curante, il personale della struttura può collaborare alla rilevazione di alcuni parametri di semplice osservazione (ad esempio pressione arteriosa, frequenza cardiaca, frequenza respiratoria, temperatura corporea, saturazione O2, e se necessario anche valori ematochimici quali la glicemia), provvedendo a comunicarli al medico di medicina generale.

FARMACOTERAPIA

La gestione dei farmaci avviene su prescrizione del medico curante assicurando protocolli rigorosi di somministrazione, conservazione e controllo. Ogni percorso terapeutico è verificato con il medico curante e adattata alle condizioni dell’ospite.

COUNSELING PSICOLOGICO

La nostra psicologa offre colloqui individuali, supporto emotivo, gestione dell’ansia e accompagnamento nei momenti critici. Obiettivo: sostenere serenità, identità e relazioni.

SERVIZI
ALLA PERSONA



L’assistenza alla persona si basa sul rispetto, sulla delicatezza e sulla valorizzazione delle autonomie attuali.

SVEGLIA PERSONALIZZATA
Ogni ospite segue i propri ritmi. Non esiste una sveglia uguale per tutti: il risveglio è calibrato su abitudini, qualità del sonno e preferenze individuali.

Ikaria SENIOR HOUSE

IGIENE DELLA PERSONA

Supporto quotidiano alla cura personale: lavaggio, abbigliamento, gestione di protesi e ausili, nel pieno rispetto della dignità e del comfort.

IGIENE DEL SONNO

Routine dedicate, supporto all'addormentamento, controlli notturni e ambienti confortevoli favoriscono un riposo davvero rigenerante.

CURA DELL'IMMAGINE E BENESSERE ESTETICO

Ikaria promuove il benessere psicofisico degli ospiti anche attraverso servizi dedicati alla cura dell'immagine personale, quali make-up, trattamenti estetici, cura dei capelli e della barba. La presenza del medico estetico consente, su richiesta e nel rispetto delle esigenze individuali, di offrire consulenze orientate al benessere, alla valorizzazione dell'immagine e al mantenimento dell'armonia del volto e del corpo, favorendo autostima e qualità della vita.

IMMAGINE, STILE E BENESSERE PERSONALE

Un servizio dedicato alla valorizzazione dell'identità e del benessere personale attraverso consulenza di immagine, armocromia e valorizzazione dei colori più adatti alla persona, personal styling, supporto nella scelta dell'abbigliamento e cura del guardaroba. Comfort, eleganza e personalizzazione accompagnano ogni ospite nei diversi momenti della giornata. Il servizio prevede inoltre percorsi di shopping assistito, sia online sia presso i migliori negozi del territorio, con accompagnamento dedicato e supporto nella selezione di capi e accessori in linea con lo stile, le preferenze e le esigenze individuali.
Le esperienze di shopping assistito rappresentano anche occasioni di socializzazione, partecipazione attiva e mantenimento delle autonomie personali.


Ikaria
SENIOR HOUSE

ERBORISTERIA E BENESSERE NATURALE

Tisane, infusi e rituali naturali accompagnano i momenti di relax e convivialità, valorizzando il benessere quotidiano e le tradizioni del prendersi cura di sé, sempre nel rispetto delle esigenze individuali e delle eventuali indicazioni del medico di medicina generale.

ASSISTENTE SPIRITUALE

Presenza qualificata per l'accompagnamento religioso, filosofico o esistenziale, nel pieno rispetto di ogni credo.

SERVIZI
DI RISTORAZIONE



Ogni pasto è un momento di vita, non solo di alimentazione.
L'approccio è partecipativo, accogliente e personalizzato.

MENU PERSONALIZZATO
Piani alimentari su misura, tabelle dietetiche, preparazioni morbide, piatti tradizionali, preferenze personali e orientamenti culturali.

Ikaria SENIOR HOUSE

LABORATORIO DEL GUSTO E DELLA MEMORIA

Oltre alla cucina professionale dedicata alla preparazione quotidiana dei pasti da parte del personale incaricato, Ikaria mette a disposizione degli ospiti una cucina attrezzata, situata accanto alla sala ristorante e pensata come spazio di convivialità, autonomia e condivisione.

In questo ambiente, gli ospiti possono, in piena libertà e nel rispetto delle proprie capacità e preferenze, preparare semplici pietanze, dedicarsi a ricette della tradizione, partecipare ad attività guidate di cucina o trascorrere piacevoli momenti in compagnia.

La cucina condivisa rappresenta un'opportunità per mantenere e valorizzare le autonomie personali, stimolare la memoria e la creatività, rafforzare le relazioni sociali e conservare il piacere dei gesti quotidiani legati al cibo e alla convivialità.

CANTINA E DISPENSA

Prodotti selezionati, stagionali e provenienti anche dalla Fattoria della Bellezza. Le degustazioni diventano esperienze culturali condivise.

SERVIZI DI ANIMAZIONE E PARTECIPAZIONE ATTIVA



Le attività ricreative di Ikaria sono progettate in modo partecipativo: non programmi imposti, ma esperienze costruite insieme agli ospiti, valorizzando interessi, desideri, abilità e storie personali.

Ikaria SENIOR HOUSE

ORTO, NATURA E VITA AGRESTE

Grazie alla collaborazione con AME – Fattoria della Bellezza, piccola azienda agricola biologica del gruppo, gli ospiti hanno l'opportunità di vivere autentiche esperienze a contatto con la natura, riscoprendo il piacere dei ritmi semplici della vita agreste.
Per chi lo desidera, vengono proposte attività facoltative legate alla coltivazione e alla cura degli orti, dei frutteti e delle colture stagionali, nonché alla raccolta di ortaggi, frutta, erbe aromatiche, olive e altri prodotti della terra.
Gli ospiti possono partecipare, secondo le proprie preferenze e capacità, alle diverse fasi del ciclo produttivo: dalla preparazione del terreno alla semina, dalla raccolta alla conservazione e alla trasformazione degli alimenti, fino alla condivisione dei prodotti durante i momenti conviviali.
Queste esperienze favoriscono il mantenimento delle autonomie, stimolano la memoria e le abilità manuali, promuovono il movimento, rafforzano le relazioni sociali e offrono l'opportunità di riscoprire il valore del contatto con la natura e delle tradizioni rurali. Ikaria propone così un modello di benessere ispirato ai principi della longevità attiva, in cui la dimensione bucolica diventa occasione di partecipazione, gratificazione e qualità della vita.

ORTO BOTANICO ED ESCURSIONI

Passeggiate guidate, osservazione della biodiversità, gite paesaggistiche e naturalistiche.

VIAGGI E GITE

Uscite verso luoghi d’arte, mare, montagna, borghi e tradizioni locali.

VERSO IKARIA



Ispirandosi ai valori di benessere e longevità dell'isola greca di Ikaria, I S H mette a disposizione dei propri ospiti un'imbarcazione dedicata alle attività ricreative in mare. Durante la bella stagione saranno organizzate uscite lungo la splendida Costa degli Dei, offrendo l'opportunità di vivere momenti di relax, osservare il paesaggio marino, dedicarsi alla pesca ricreativa, fare il bagno e condividere piacevoli esperienze di socializzazione. Un'attività pensata per favorire il contatto con la natura, il benessere psicofisico e il piacere di vivere il mare in sicurezza e serenità.

Ikaria SENIOR HOUSE

EVENTI CULTURALI
Cinema, teatro, mostre, incontri culturali e rassegne tematiche.

LETTURA, PODCAST E MUSICA
Biblioteca interna, ascolto guidato, musica analogica e digitale, lettura attiva e condivisa.

SCRITTURA, CALLIGRAFIA, ARTI VISIVE
Laboratori di scrittura autobiografica, calligrafia, disegno, pittura e fotografia.

ARTIGIANATO
Legno, ceramica, cucito e altre arti manuali che stimolano creatività e abilità pratiche.

GIOCHI
Giochi da tavolo, di ruolo, digitali e attività interattive supportate da strumenti di intelligenza artificiale.

CUCINA CREATIVA
Corsi, ricette, sperimentazioni di gruppo e cultura gastronomica.

CURA DEGLI ANIMALI DOMESTICI
Attività assistite, pet therapy e routine di accudimento degli animali presenti nella struttura.

BALLO, YOGA, GINNASTICA DOLCE
Movimento come forma di socialità, benessere mentale e buon umore.

SHOPPING ASSISTITO
Supporto agli acquisti online e in presenza, con uscite in negozi e mercati locali.

FESTE DI COMPLEANNO
Celebrazione di ogni storia: un momento di gioia, appartenenza e comunità.


Ikaria
SENIOR HOUSE

COMUNICAZIONE

La comunicazione è trasparente, continua e personalizzata:
ogni famiglia resta aggiornata e ogni ospite dispone di strumenti dedicati.

SISTEMA ALERT PERSONALIZZATO
Notifiche su eventi rilevanti, cambi di programma, terapie, necessità organizzative o segnali di attenzione.

SERVIZIO INFORMAZIONE PERSONALIZZATO
Report periodici, colloqui programmati e canali preferenziali con équipe e direzione.

SERVIZIO DI COMUNICAZIONE ESTERNA
Contatti con familiari, caregiver e figure di riferimento, secondo le preferenze dell'ospite.

DIGITAL IKARIA
Implementazioni di strumenti e soluzioni digitali semplici per aggiornamenti, contenuti, comunicazioni e gestione delle attività.

LA CASA DEI SAGGI

La Casa dei Saggi
valorizza memoria e futuro:
ogni ospite diventa un narratore.

Ikaria SENIOR HOUSE



È lo spazio dove nascono idee, dialogo e trasmissione culturale.

> Supporto tecnico e organizzativo per conferenze, seminari e corsi.
> Incontri con scuole, università, associazioni e mondo del volontariato.
> Assistenza per la creazione di contenuti multimediali
podcast, video e attività social.





6

UNA GIORNATA TIPO.
IL TEMPO È VISSUTO A PIENO.

Ikaria SENIOR HOUSE

Le giornate a Ikaria sono organizzate ma mai rigide: *ogni ospite mantiene i propri ritmi, le sue abitudini e il proprio modo di vivere il tempo. La struttura propone attività, opportunità e momenti di cura, ma sempre nel rispetto delle preferenze individuali. Così ogni giornata diventa un equilibrio armonioso tra benessere, relazioni, movimento e serenità.*





LA GIORNATA DI MARIA

creatività e dolcezza

La giornata di Maria inizia con l'igiene mattutina e una colazione tranquilla nella sala ristorante, dove ritrova volti familiari e un'atmosfera rilassata. Dopo il risveglio muscolare, partecipa al laboratorio di pittura: qui colori, ricordi ed emozioni si intrecciano in un'esperienza condivisa con altri ospiti.
A pranzo sceglie un menù leggero e personalizzato; poi si concede un momento di riposo nella sua camera, luminosa e silenziosa.
Nel pomeriggio prende parte a una sessione di musicoterapia che la aiuta ad esprimersi e a ritrovare energia positiva.
La sua serata si conclude con una cena serena, seguita da una chiacchierata nella sala comune: un rituale che la fa sentire parte di una casa viva e accogliente.


Ikaria
SENIOR HOUSE



LA GIORNATA DI ANTONIO

movimento e socialità

La giornata di Antonio è ricca di occasioni per mantenersi attivo e coltivare le proprie passioni. Dopo la colazione, ama passeggiare nel giardino esterno, osservare le piante, conversare con gli altri ospiti o leggere il quotidiano seduto nell'area ristoro. Partecipa regolarmente alle attività personalizzate previste nel suo progetto di permanenza, che lo aiutano a conservare le proprie autonomie e a vivere con serenità la quotidianità.
Nel pomeriggio prende spesso parte alle attività di gruppo – giochi, incontri culturali, laboratori ed escursioni sul territorio – che gli consentono di mantenere relazioni significative e sentirsi parte attiva della comunità. La sera, dopo cena, dedica del tempo alla lettura oppure si mette in contatto con i familiari attraverso gli strumenti digitali messi a disposizione da Ikaria.








A Ikaria ogni giornata è un'opportunità per stare bene, coltivare relazioni e vivere esperienze significative: un tempo da vivere, non da attendere.

7

EVIDENZE SCIENTIFICHE. **CIÒ CHE LA SCIENZA CONFERMA, CIÒ CHE IKARIA PRATICA.**

Le attività e i servizi di Ikaria si basano su studi e ricerche che confermano l'impatto positivo di approcci centrati su benessere, relazione e stimolazione multisensoriale. Le nostre scelte progettuali sono guidate da evidenze consolidate nei campi della gerontologia, della psicologia dell'invecchiamento e delle neuroscienze.

Ikaria SENIOR HOUSE

I COLORI DELLA SALUTE IN CUCINA
Il cibo come stimolo multisensoriale e come strumento di benessere fisico ed emotivo. Secondo la letteratura scientifica, colori, profumi e varietà degli alimenti favoriscono appetito, piacere e qualità della vita.

INVECCHIAMENTO PROATTIVO
Partecipazione, movimento e relazioni rappresentano leve fondamentali di longevità. La ricerca conferma che mantenersi attivi – fisicamente, mentalmente e socialmente – contribuisce a ridurre fragilità e isolamento.

STIMOLAZIONE COGNITIVA TRAMITE ATTIVITÀ LUDICHE
Gioco, arte e creatività stimolano memoria, attenzione, linguaggio e funzioni esecutive. Le attività espressive favoriscono plasticità cognitiva e benessere emotivo.

CORPOREITÀ, EMPATIA E SOCIALITÀ
Il corpo è un mezzo di relazione, identità e conforto. Il contatto, il movimento e la presenza empatica supportano equilibrio emotivo, regolazione dello stress e costruzione di legami significativi.

BELLEZZA E SCAMBIO DI EMOZIONI
La cura estetica, l'espressione artistica e la ricerca del "bello" contribuiscono alla salute emotiva, rafforzando senso di sé, autostima e apertura alla relazione.

8

DECALOGO IKARIA.
REGOLE CHE TUTELANO, NON CHE IMPONGONO.

Il Decalogo non impone, ma protegge: permette a tutti di vivere Ikaria con chiarezza, leggerezza e fiducia, sapendo che ogni decisione è orientata al benessere dell'individuo e della comunità.

Ikaria SENIOR HOUSE

IL DECALOGO IKARIA RACCOGLIE I PRINCIPI CHE GUIDANO LA VITA NELLA NOSTRA COMUNITÀ:

NON NORME RIGIDE, MA TUTELE CHE GARANTISCONO SERENITÀ, RISPETTO E SICUREZZA PER OGNI OSPITE. È UNO STRUMENTO DI ORIENTAMENTO CHE ESPRIME CIÒ IN CUI CREDIAMO E CIÒ CHE CI IMPEGNIAMO AD ASSICURARE OGNI GIORNO: ASCOLTO, TRASPARENZA, LIBERTÀ PERSONALE E QUALITÀ DELLE RELAZIONI.

L'ingresso in Ikaria avviene attraverso una valutazione multidisciplinare pensata per costruire il percorso più adatto alla persona; allo stesso modo, le uscite, le visite e le attività sono organizzate in un clima di fiducia, accoglienza e responsabilità condivisa.

1 CENTRALITÀ DELLA PERSONA
Ogni ospite è riconosciuto come individuo unico, con storia, preferenze, valori e diritti che guidano ogni scelta assistenziale.

2 DIGNITÀ IN OGNI GESTO
Ogni intervento —socio-assistenziale, relazionale — è pensato per preservare rispetto, riservatezza e autodeterminazione.

3 LIBERTÀ DI RITMO E DI VITA
Gli ospiti mantengono le proprie abitudini: tempi, routine, scelte personali sono accolti e supportati, mai forzati.

4 RELAZIONI APERTE E SIGNIFICATIVE
Visite, affetti e legami sono incoraggiati perché favoriscono benessere, identità e continuità emotiva.

5 SICUREZZA COME PROTEZIONE, NON LIMITAZIONE
Le misure di sicurezza tutelano serenità e salute senza invadere la libertà personale.

6 PARTECIPAZIONE ATTIVA AL PROPRIO PROGETTO DI VITA
Ogni ospite contribuisce alla costruzione del suo percorso di benessere, grazie a un dialogo costante con professionisti e familiari.

7 AMBIENTE ACCOGLIENTE E CONDIVISO
Gli spazi comuni sono curati per essere luoghi di incontro, movimento e socialità, sempre nel rispetto reciproco.

8 COMUNICAZIONE TRASPARENTE E CONTINUA
Ospiti e famiglie sono informati con chiarezza, con strumenti personalizzati e un contatto sempre aperto con l'équipe.

9 BENESSERE GLOBALE
Alimentazione, cura della persona, attività, movimento, espressività e bellezza concorrono a un benessere fisico, mentale ed emotivo.

10 COMUNITÀ COME VALORE
Ikaria è una casa da vivere insieme: ogni persona è parte di un ambiente sereno, umano e gentile, costruito giorno dopo giorno.



9
CERTIFICAZIONI.
L'IMPEGNO CHE MISURIAMO OGNI GIORNO.

Ikaria SENIOR HOUSE

Ikaria fonda la propria identità su valori di rispetto della persona, equità, sostenibilità, inclusione, trasparenza e responsabilità verso la comunità. Sono questi valori a guidare il nostro modello organizzativo e a ispirare tutte le pratiche operative.

È attualmente in corso il percorso di certificazione ISO per la qualità e la sicurezza, volto a formalizzare ciò che Ikaria già applica nel proprio modello di lavoro: processi chiari e verificabili, gestione responsabile delle attività, sicurezza per ospiti e personale, miglioramento continuo.

Parallelamente procede la certificazione per la parità di genere, che attesta l'impegno di Ikaria nella promozione delle pari opportunità, nella valorizzazione delle competenze, nel rispetto delle diversità personali, culturali, emotive e relazionali, e nella prevenzione di ogni forma di discriminazione di genere.

L'orientamento Green, elemento strutturale del nostro progetto e parte integrante del percorso verso la certificazione ambientale, si traduce in un uso responsabile delle risorse, nella riduzione degli sprechi, nella cura del parco e degli spazi naturali, nell'attenzione ai materiali e alle forniture e nella diffusione di una cultura della sostenibilità come stile di vita condiviso.

Ikaria è un luogo che cresce, misura i propri risultati e innova costantemente.

10

AMMISSIONE.
ENTRA IN UN LUOGO CHE TI ASSOMIGLIA.

L'INGRESSO A IKARIA SEGUE UN PERCORSO ACCURATO, CHE METTE AL CENTRO LA PERSONA E RISPETTA LA SUA STORIA, LE SUE CAPACITÀ E IL SUO PROGETTO DI VITA. NON È UN SEMPLICE ITER AMMINISTRATIVO, MA UN PROCESSO DI CONOSCENZA RECIPROCA, UTILE A COMPRENDERE SE LA NOSTRA SENIOR HOUSE RAPPRESENTA DAVVERO L'AMBIENTE PIÙ ADEGUATO PER FAVORIRE UNA SENESCENZA ATTIVA, AUTODETERMINATA E RICCA DI RELAZIONI.

INFATTI, AL MOMENTO DELL'INGRESSO E PERIODICAMENTE DURANTE L'INTERA PERMANENZA, VIENE EFFETTUATA UNA VALUTAZIONE FUNZIONALE MULTIDISCIPLINARE, IN COLLABORAZIONE CON IL MEDICO DI BASE, FINALIZZATA A INDIVIDUARE LE CONDIZIONI NECESSARIE PER VIVERE AL MEGLIO L'ESPERIENZA IN IKARIA.

Ikaria SENIOR HOUSE

Per questo, prima dell'ingresso, viene effettuata una Valutazione Multidimensionale di Idoneità, che esplora non solo gli aspetti funzionali, ma anche quelli cognitivi, emotivi, sociali e motivazionali. Non si tratta di un giudizio, ma di una garanzia: Ikaria è un luogo concepito per persone autosufficienti o parzialmente autosufficienti che desiderano vivere in un contesto stimolante, collaborativo e dinamico.

Qualora la valutazione preliminare esprima un giudizio di compatibilità tra le caratteristiche della persona e il modello di vita proposto da Ikaria, l'aspirante ospite potrà essere invitato a trascorrere un periodo di permanenza conoscitiva. Questo soggiorno di prova consentirà di sperimentare concretamente la vita quotidiana della struttura, partecipare alle attività, conoscere gli altri ospiti e il personale e verificare, in un contesto reale, il reciproco gradimento e la reale rispondenza delle aspettative.

Riteniamo infatti che la scelta di vivere in Ikaria debba essere il risultato non solo di una valutazione professionale dell'équipe, ma anche di una libera e consapevole adesione da parte dell'ospite, maturata attraverso un'esperienza diretta della vita comunitaria e delle opportunità offerte dalla struttura.

Accogliere chi può trarre reale beneficio dal nostro modello è un atto di responsabilità.

Ikaria accompagna famiglie e ospiti in ogni passaggio, con attenzione e dialogo.



11

LA RETE DI IKARIA.
UNA COMUNITÀ CHE CRESCE CON LA COMUNITÀ.

Ikaria SENIOR HOUSE

IKARIA NON È UN LUOGO ISOLATO: È PARTE DI UNA RETE CHE ARRICCHISCE LA VITA DELLA STRUTTURA E DEI SUOI OSPITI. AME GROUP, CON LE SUE UNITÀ AME ACADEMY, AME PROFESSIONAL E AME BEAUTY CLINIC, SOSTIENE RICERCA, INNOVAZIONE E FORMAZIONE. L'AZIENDA AGRICOLA "FATTORIA DELLA BELLEZZA" PORTA IN STRUTTURA NATURA, PRODOTTI GENUINI E OPPORTUNITÀ DI ATTIVITÀ ALL'APERTO.

Il progetto "In mare verso Ikaria" crea ponti culturali e sociali, promuovendo iniziative che coinvolgono territorio e comunità. Gli "Amici di Ikaria", volontari e partner, animano la vita della residenza con presenza, affetto e attività condivise.

Questa rete fa di Ikaria un ecosistema vivo, aperto e ricco di stimoli: un luogo in cui la comunità si prende cura della comunità.

Ikaria
SENIOR
HOUSE



via Gerolamo Sambiase, 44
87100 COSENZA
ITALIA

info@ikariahouse.it / www.ikariahouse.it

348 000 65 91