

PARKINSON

Poste Italiane SpA – Spedizione in Abbonamento Postale – DL 353/2003 (conv. in L. 27/02/04 n. 46) art. 1 comma 2 NE/BZ

Attualità



Periodico trimestrale dell'Associazione per il Parkinson e malattie affini



www.parkinson.bz.it

Nr. 102 / Dicembre 2024
Periodico trimestrale



4 „Persone con Parkinson abbandonate“

13 Terapia in acqua per chi ha il Parkinson

15 Neuroriabilitazione all'ospedale di Vipiteno

SEDE: I- 39100 Bolzano, Via Galileo Galilei 4/a; Tel. 0471 931888; E-mail: info@parkinson.bz.it; www.parkinson.bz.it
Orario di apertura: tutti i giorni dalle ore 8.30 alle 12.30, eccetto giovedì dalle ore 15 alle 18; IBAN IT 07 G 08255 58160 000300 210854

Inverno

È notte, inverno rovinoso. Un poco
sollevi le tendine, e guardi. Vibrano
i tuoi capelli selvaggi, la gioia
ti dilata improvvisa l'occhio nero,
che quello che hai veduto - era un'immagine
della fine del mondo - ti conforta
l'intimo cuore, lo fa caldo e pago.

Un uomo si avventura per un lago
di ghiaccio, sotto una lampada storta.

Umberto Saba (1883-1957)

L'ufficio Parkinson
rimane chiuso

dal 23.12.2024 fino
al 06.01.2025.

Foto: pixelio.de_by_my stuff

Indice

Indice	2
Editoriale	3
Attività	4 -9
Informazioni & aiuto	10, 11, 13 - 18
Donazioni	12

Impressum

Editore: Associazione Altoatesina per il Parkinson
e malattie affini

Sede: Via Galileo Galilei 4/a – 39100 Bolzano,
P.IVA-Cod. Fisc. 94056360210

Consulenza medica e scientifica:

Dott.ssa Mariantonietta Mazzoldi, Dott. Franz Spögler

Periodico trimestrale

Registrato presso il Tribunale di Bolzano al n. 7/99

Direttore responsabile: Walther Werth

Redazione: Elke Schlemmer

Layout: www.obkircher.com

Cover: pixelio.de_by_Grace Winter

Tipografia: Tipografia Weger, Bressanone

Stampato su carta patinata FSC

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL
Südtiroler Gesundheitswesen



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Südtiroler Gesundheitswesen

Care amiche e cari amici dell'Associazione Parkinson!

Eccoci di nuovo alla fine dell'anno, tempo di riflessioni e consuntivi. E naturalmente anche di buoni propositi per l'anno nuovo.

Quest'anno abbiamo lavorato molto e superato diverse difficoltà organizzative, burocratiche, finanziarie e di salute. Ringrazio per questo tutti coloro che ci hanno in vario modo aiutato a migliorare la nostra offerta di aiuto alle persone con Parkinson e ai loro familiari.

Come già forse sapete anche quest'anno si conclude senza che il modello di cura della malattia di Parkinson nella nostra Provincia venga migliorato e adeguato a quanto previsto dalla scienza medica. Anzi, il modello standard che è stato elaborato in tre anni di lavoro con il contributo di molte persone, medici e terapisti, a cui anche l'Associazione Parkinson ha partecipato, sembra che non diventerà il PDTA (percorso diagnostico terapeutico assistenziale) per tutti e tutte i/le malati/e di Parkinson della provincia. Ciò ci amareggia profondamente, e anche ci indigna, per lo spreco di denaro e di impegno, e per la mancanza di rispetto verso centinaia di persone e famiglie.

Per questo intendiamo continuare, e intensificare, la nostra offerta di attività, nella speranza di mitigare le difficoltà di malati e famiglie. Porteremo avanti anche il prossimo anno tutte le terapie, a partire dalla stimolazione cognitiva, e poi ginnastica, ginnastica in acqua, Tai Chi, e varie attività nei diversi gruppi di auto-aiuto. Il nuovo gruppo di auto aiuto di Laives, nato un anno fa, dove si sperimenta il *Functional Juggling*, offrirà anche un'ora di ginnastica, adeguata alle condizioni delle persone che lo frequentano. Continueremo a fare il corso per *care-giver*, guidato dalla neuropsicologa Agnese Gumieniuk, con la partecipazione di esperti, e il gruppo di auto aiuto per familiari curanti. L'accompagnamento psicologico verrà esteso anche a domicilio. In agosto, faremo nuovamente *Music Dance & Parkinson*. Ripeteremo anche il seminario interattivo di chinestetica che nel giugno scorso ha avuto molto successo.

A Vipiteno, nel Reparto di Neuroriabilitazione è possibile fare un percorso di riabilitazione in piccoli e piccolissimi gruppi con strumenti molto avanzati. Un anno fa è stato promesso che si sarebbe fatto a Bolzano, ma la promessa non è stata mantenuta. Pur delusi dalle decisioni della politica sanitaria, speriamo che prima o poi prevalga la buona amministrazione, e che il modello standard della cura sia diffuso, senza costringere persone che hanno difficoltà di movimento a viaggi faticosi e realizzando la necessaria continuità nella cura.

Anche nel 2025 prevediamo i soggiorni a Salò e a Coltrano. Sappiamo che ci sono problemi di barriere architettoniche, soprattutto nell'antico castello, ma per ora non riusciamo a trovare alternative adeguate. Però ci stiamo pensando.

Vi ricordo che all'inizio dell'anno i soci e le socie devono iscriversi, pagando la quota associativa di 20 euro per una persona e 30 per due. Vi preghiamo di non farlo prima di gennaio, perché non riusciamo a contabilizzare nel 2025 le quote pagate ancora nel 2024. Grazie!

Care socie e cari soci, anche a nome di tutte le collaboratrici e i collaboratori dell'Associazione altoatesina Parkinson, auguro di cuore buone feste e buon inizio di anno nuovo a tutte e tutti voi! Buone feste ai/alle componenti del Consiglio Direttivo, alle componenti del team dell'Ufficio Parkinson, Ingrid e Petra (e Franco), alle responsabili dei gruppi di auto-aiuto, alle volontarie e ai volontari, ai numerosi donatori e donatrici, al CSV guidato da Ulli Seitz, alla UISP, ai medici e ai /alle terapisti/e che svolgono con dedizione e impegno il loro lavoro per il bene dei/delle loro pazienti.

BUONE FESTE E BUON INIZIO DI ANNO NUOVO!

La Presidente dott.ssa. Alessandra Zendron

“Persone con Parkinson abbandonate”

Il portale notizie salto.bz a fine ottobre ha chiesto alla presidente dell’Associazione Parkinson un’intervista pubblicando dopo un articolo sulla situazione dei malati di Parkinson. Si tratta di argomenti importanti e forse non tutti i ns. soci visitano il portale, abbiamo quindi deciso di pubblicare l’articolo in parte su Parkinson Attualità.

Il reparto di Neurologia di Bolzano è nel caos. La presidente dell’associazione Parkinson Alessandra Zendron denuncia lo stop ad un modello di cura elaborato per tre anni e approvato da tutti. Perché ora si importa un costoso format olandese?

Di Fabio Gobato

Tra tutte, le malattie neurologiche sono quelle che, oltre a causare grandi sofferenze ai pazienti, hanno forse un impatto maggiore sui nuclei familiari. La scia di dolore e cupa disperazione che si porta dietro una diagnosi di Parkinson o Alzheimer, per citare le più note, la possono comprendere, oltre ai malati, solo coloro che poi li accompagnano per anni, spesso per molti anni. I “familiari curanti”, o caregiver, vedono i loro cari trasformarsi e perdere progressivamente le facoltà cognitive e motorie. Li vedono spegnersi piano piano. La diagnosi arriva cioè come la lama di un coltello che si conficca nella pelle per un paio di centimetri, e poi resta lì, immobile fino all’ultimo respiro della persona amata, con il dolore che diventa la normalità e il sollievo per le piccole “vittorie” quotidiane l’eccezione.

Ciò significa, per fare un solo esempio, che se i malati di Parkinson in Alto Adige sono “circa” 1500 (e pare che siamo l’unica provincia italiana dove esiste solo una stima, invece di un numero preciso), il numero di quanti si vedono la vita stravolta anche indirettamente dalla malattia va almeno raddoppiato. Parliamo dunque di tremila persone che, come vedremo, da anni si sentono abbandonate dai vertici della sanità altoatesina in una sorta di limbo a provare almeno un miglioramento della loro condizione assistenziale.

Sabato scorso la notizia del caos all’interno del reparto di neurologia, con le dimissioni del facente funzioni Igor Florio seguite a quelle del primario Francesco Teatini, ha avuto quindi una grande eco, oltre che tra chi lavora nel settore sanità, anche in molte famiglie dei pazienti neurologici. Si sono fatte vive con SALTO varie persone, interne ed esterne al mondo della sanità, e il quadro che ne è uscito ascoltando queste voci semplicemente lascia sbalorditi, increduli e colmi di rabbia. E’ molto più che una sensazione quella che il disastro che si sta verificando in alcuni ambiti della sanità altoatesina – ribadiamo, in ALCUNI – a fronte della montagna di denaro a disposizione del settore, sia frutto unicamente dell’incapacità dei vertici di mettere il bene dei pazienti sempre prima di tutto. 1,7 miliardi di euro dovrebbero, infatti, essere una quota di denaro sufficiente per garantire cure di ottimo livello a meno di mezzo milione di persone. Ma, inspiegabilmente, in certi ambiti non è così.

Facendo qualche veloce ricerca online, su SALTO o sull’Alto Adige, a partire dal 2017 si leggono vari titoli tipo “Pazienti in fuga da Bolzano”. Esattamente un anno fa, Alessandra Zendron, presidente dell’Associazione Parkinson, sul quotidiano di via Volta, commentando una lettera disperata di un familiare, denunciava una situazione già allora drammatica: “I malati si sentono abbandonati”, diceva, augurandosi che Hubert Messner, “se diventerà assessore alla sanità” ascolti il grido di dolore delle famiglie. “Manca la riabilitazione – si leggeva ancora – fondamentale per non peggiorare le già precarie condizioni di salute dei malati che rischiano di perdere l’autonomia. Praticamente impossibile accedere alle terapie fisio-ergo terapeutiche o logopediche dell’Asl. Nel migliore dei casi si deve aspettare tra gli 8 –12 mesi dalla prescrizione degli specialisti. Si ha poi diritto al massimo a 2 cicli di 10 sedute, per poi rimanere di nuovo senza cura”. Nel numero di giugno 2024 della rivista Parkinson Attualità sempre Zendron, scriveva: “Come sapete da più di due anni l’Asl sta preparando Il Percorso diagnostico-terapeutico-assistenziale

(PDTA). Da decenni le persone con Parkinson aspettano un modello aziendale per cui chi ha la diagnosi riceva in tutto il territorio le stesse adeguate cure. Si è lavorato da parte dell'Asl anche con il coinvolgimento dell'Associazione Parkinson a prevederne la definizione e l'attuazione. Ma da troppo tempo aspettiamo che ciò accada. E nel frattempo i malati e le malate, specialmente quelli che fanno riferimento all'ospedale di Bolzano e dintorni, sono ancora abbandonati a se stessi. Negli ultimi tempi molte persone che hanno avuto un aggravamento non hanno trovato nell'Asl una risposta adeguata. E il percorso per l'approvazione e l'implementazione del PDTA, che il direttore sanitario (Josef Widmann, nota di SALTO) aveva promesso sarebbe cominciato anche prima della definitiva approvazione, si è arenato. A Bolzano non c'è la presa in carico, non c'è riabilitazione. Si continua a spedire le persone ai privati con dispendio di denaro e cattivi risultati." Tutto scritto nero su bianco prima dell'estate.

“La cura principale è in realtà quella di lavorare per mantenere la qualità di vita dei pazienti attraverso una riabilitazione speciale, che sa fare solo il personale appositamente formato”

Mentre usciva il numero della rivista, a seguito di forti tensioni mai rese pubbliche, si dimetteva come il primario di **Neurologia Francesco Teatini**. Dopo un'estate di grande sofferenza per il reparto il 7 ottobre si è poi conclusa la selezione per il nuovo primario con tre medici giudicati idonei secondo una graduatoria già stilata dalla commissione. Per ragioni misteriose, però, i vertici amministrativi hanno fatto sapere informalmente che la nomina non avverrà prima di qualche mese e, forse anche per questo, estenuato da una situazione interna esplosiva, si è dimesso pure il primario facente funzione **Igor Florio**.

Il Parkinson è una malattia che viene associata spesso solo alla rigidità muscolare e ai forti tremori delle mani, ma in realtà causa grandi sofferenze sconosciute ai più, compresi, in fase avanzata, stati allucinatori. Quali sono, dunque, i problemi maggiori per i malati del capoluogo?

“Da qualche tempo – spiega Zendron a SALTO, in una lunga chiacchierata – si è capito che, oltre alle pillole, la cura principale è in realtà quella di lavorare per mantenere la qualità di vita dei pazienti attraverso una riabilitazione speciale, che sa fare solo il personale sanitario appositamente formato”. Il paziente, in sostanza, attraverso una sorta di lotta partigiana contro la malattia fatta di particolari esercizi di fisioterapia, logopedia ed ergoterapia accuratamente dosati, riesce ad allungare la “resistenza” del corpo e della mente e a rallentare la progressione della malattia. “L'importanza della riabilitazione è stata resa chiara a tutti soprattutto grazie ad un convegno che abbiamo organizzato nel 2016. Fino a prima sembravano fantasie, ora l'efficacia di tutte queste pratiche è dimostrata, ma si fa una grande fatica ad ottenerle con continuità. Quando un paziente vive lo choc della diagnosi, deve poi cominciare subito le terapie e ci sarebbe bisogno di un accompagnamento da parte dei neurologi ma per le carenze di personale ciò non è possibile. Ci dicono: i soldi ci sono. Noi facciamo molte cose, abbiamo degli specialisti bravissimi, ma non possiamo sostituirci alla sanità pubblica”.

La situazione, senza nessuna esagerazione, può tranquillamente essere definita drammatica. Per una prima visita ci vogliono mesi di attesa, e, per ridurre le liste in un modo al limite del truffaldino, si sono ridotti i tempi di visita da 45 minuti a 30, e a 20 per una visita di controllo. I neurologi considerano i 45 minuti il minimo sindacale per effettuare una diagnosi accurata, in molte altre strutture nazionali ed europee non si scende sotto i 60. Qui si è scesi a 30 e nonostante la furbata le liste d'attesa sono ancora lunghissime.

“Vicino a noi – spiega Zendron – abbiamo un grande esempio positivo che è quello del Trentino che già nel dal 2010 ha allestito due ‘ambulatori Parkinson’, uno nel capoluogo e uno a Rovereto e grazie al lavoro di neurologi molto appassionati e al confronto con ‘familiari curanti’ è stato creato un team multidisciplinare composto da specialisti molto bravi che sono venuti anche a Bolzano a fare della formazione”. In Trentino, quindi, grazie al lavoro di questo team, tutti i pazienti ricevono lo stesso trattamento e le stesse

cure indipendentemente dall'ospedale al quale si rivolgono. In Alto Adige no.

“Nel 2021, durante il Covid – racconta l'ex presidente del consiglio provinciale – si è iniziato a discutere il modello di cura e cioè il Percorso diagnostico terapeutico assistenziale, PDTA, che c'è già per tante altre malattie ma qui a lungo per il Parkinson non si è voluto definire. E' previsto ad esempio un sostegno psicologico che comincia con la diagnosi della malattia che a Trento fanno da molti anni. Nel PDTA in elaborazione sono state previste, cosa importantissima per le persone anziane con il marito o la moglie malati, anche le cure e le sedute di fisioterapia a domicilio. Si prevede poi una diagnosi accurata e non generica, la costituzione di un team multidisciplinare, ed anche un case-manager. Sono passati quasi tre anni dai primi incontri e da questa primavera non è successo più niente. Ci dicono che il problema è la traduzione perché è stato redatto in italiano, ma non mi sembra plausibile. Ho sentito che a Bolzano si sta pensando di seguire un modello ideato dal neurologo olandese Bas Bloem. Si tratta di un medico bravissimo, le cui proposte ho studiato circa dieci anni fa. Il problema è che il modello, oltre che tagliato sulla sanità olandese diversissima dalla nostra, è molto costoso da applicare. Non si vede come questo modello si possa applicare alla nostra realtà”. (L'esperienza è nota internazionalmente come ParkinsonNet. “Bloem – spiega Zendron – ha creato una rete che prevede lo scambio di informazioni tra i terapisti, medici, infermieri. Ma da noi in Alto Adige è inutile che si faccia la rete perché manca la base, i medici, e manca l'elaborazione di un percorso PDTA tagliato sulla nostra realtà. Del lavoro di coordinamento per la realizzazione del PDTA era stato incaricato l'ospedale di Vipiteno, che è un centro di neuro-riabilitazione di alto livello, con medici come il primario facente funzione Luca Sebastianelli o il dottor Davide Ferrazzoli che, oltre ad avere grande cura per i pazienti, sono anche degli scienziati che effettuano ricerche importanti e riconosciute a livello internazionale. Il principio del PDTA sarebbe quello che l'ammalato possa ricevere la stessa cura a Vipiteno, a Merano, a Brunico e anche a Bolzano. Lascio il capoluogo per ultimo perché è l'ospedale dove proprio non c'è nulla di tutto quello che stiamo dicendo”.

Ma poi cosa è andato storto? “Il modello di cura elaborato con il coordinamento dell'equipe di Vipiteno – continua Zendron – è stato approvato da tutti, anche dal professor Peter Pramstaller che è uno dei fondatori della nostra associazione. Ed è stato anche lodato a livello internazionale. Ma niente, non si capisce perché tutto si è fermato, e oggi ogni ospedale fa un po' come vuole.

Ma non è finita. C'è un'altra iniziativa misteriosamente tramontata. “Su nostra spinta – racconta Zendron – il gruppo di Vipiteno aveva proposto di fare anche a Bolzano una neuro-riabilitazione specifica per il Parkinson. Inizialmente non si trovavano gli spazi, poi gli spazi sono stati trovati. In nostra presenza il dottor Ferrazzoli è stato incaricato di fare una lista dei materiali e dei macchinari necessari per allestire lo spazio e poi improvvisamente è sorto il problema che non si potevano spostare i fisioterapisti da Vipiteno e non so cos'altro. Il progetto è stato chiuso prima di essere avviato. Il 10 ottobre ci hanno detto che uno spazio è stato allestito a Vipiteno. Solo che per chi abita nel capoluogo è quasi sempre una grande fatica arrivarci con mezzi propri. Ai malati di Parkinson del capoluogo e della Bassa Atesina bisognosi di cure riabilitative resta questa scelta: o 70 minuti di macchina fino a Vipiteno o andare nelle cliniche private convenzionate che però non sono pronte per dare ciò di cui i malati di Parkinson hanno bisogno. “Fanno riabilitazione – chiarisce Zendron – un'ora al giorno e poi il malato viene lasciato a letto come se si fosse rotto una gamba. Ma per un malato di Parkinson non c'è nulla di peggio che stare fermo a letto tutte quelle ore”. Nei nostri ospedali ci sono reparti che funzionano bene e medici bravissimi. Però bisogna vedere se li lasciano lavorare e se non scappano tutti. Le malattie croniche vanno curate gratuitamente dentro gli ospedali, perché solo con la continuità di cura si può rallentare la progressione della malattia. Molti tra quelli che non trovano il sostegno nella sanità pubblica vengono dalla nostra associazione. Però noi un servizio continuativo non lo possiamo fare”.

L'articolo completo è disponibile su: salto.bz/it/article/23102024/malati-di-parkinson

Esercizi per i lineamenti del viso

Un sintomo del Parkinson è la riduzione della mimica facciale. I lineamenti si irrigidiscono, la capacità di esprimere sensazioni attraverso la mimica viene meno.

Per contrastare il più presto possibile questo, le persone con Parkinson possono, senza troppa fatica, fare davanti allo specchio alcuni brevi ma efficaci esercizi.

Si comincia aggrottando la fronte, e muovendo verso destra e verso sinistra la mascella inferiore, socchiudendo le labbra; si prosegue chiudendo alternativamente l'occhio destro e quello sinistro, e storcendo il naso più volte. Ora si spinge la lingua verso l'alto, poi alternando il movimento verso destra e sinistra. Si gonfiano le guance, prima entrambe e poi una alla volta. Questi esercizi mantengono mobile la muscolatura del viso!

Dopo questo „riscaldamento“, si può provare ad esprimere con la superficie del viso diverse sensazioni e sentimenti. Il repertorio è vario: gioia, sorpresa, timore, tristezza, paura, rabbia, disgusto e altro. Questi esercizi possono essere fatti ovunque, basta avere un piccolo specchio tascabile. Questo allenamento dei lineamenti del viso possono essere fatti anche insieme ad altri (ad esempio con un familiare o un'assistente)!



Foto: pixelio.de_by_uschi_dreuecker

Castagnata/Törggelen a Saubach

Ci sono tanti luoghi in cui negli ultimi decenni è stato fatto il nostro Törggelen sociale. Ma quello in cui ritorniamo da un po' di tempo quasi ogni autunno è il *Saubacherhof*, che si trova appena sopra la chiesetta di *Saubach*, a pochi chilometri da Barbiano, sopra Ponte Gardena. Anche quest'anno, il 18 di ottobre, quasi settanta soci e socie si sono ritrovati a mangiare l'ottima minestra d'orzo, il piatto misto autunnale, e, dopo un po' di necessario riposo trascorso in piacevoli chiacchiere, concludendo con dolci castagne e meravigliosi krapfen caldi. Il tempo non era bello, ma è stato ugualmente una bellissima giornata, allietata dalla chitarra di Daniela, che ha fatto cantare tutti. Come al solito gli appassionati hanno giocato a carte, specialmente *Watten*, e alcuni (pochi) si sono avventurati a fare una passeggiatina, per prendere un po' d'aria, nonostante la pioggerella. Molte sono state le conversazioni fra chi già si conosceva e chi voleva conoscere i nuovi amici e amiche dell'Associazione Parkinson e scambiare con altri le proprie storie ed esperienze. A metà pomeriggio, con i pullman organizzati dall'Ufficio Parkinson, i/le partecipanti sono tornati a casa contenti della bella giornata trascorsa in piacevole compagnia. Grazie alle accompagnatrici, agli autisti, molto gentili, e a tutti coloro che hanno partecipato alla gita!



Parkinson e anestesia

Se dovete fare un'operazione ricordatevi di informare il team chirurgico e l'anestesista di avere la malattia di Parkinson. È richiesta infatti attenzione nell'uso dei medicinali necessari, in modo che non interferiscano con i farmaci per il Parkinson.

Nostri soci che hanno dovuto sottoporsi ad operazioni all'anca, e altre, erano preoccupati per le interazioni fra medicinali per il Parkinson e l'anestesia. Effettivamente queste interazioni esistono, ed è importante che i/le pazienti informino per tempo i medici che li opereranno e gli anestesisti, sui farmaci che usano regolarmente. Sul sito di Parkinson Svizzera, c'è un flyer, rivolto agli anestesisti, con molte informazioni anche molto tecniche e specifiche. Questo l'indirizzo del sito: www.parkinson.ch/fileadmin/parkinson/shop/gratisbroschueren_it/Anaesthesie_2022_IT_Flyer_Parkinson_Svizzera.pdf

Per quanto riguarda i pazienti, è ovviamente importante informare i medici della malattia di Parkinson: gli anestesisti prenderanno le misure necessarie. Negli anni recenti sono stati fatti molti studi su questo argomento e quindi si sono trovate le vie perché il rischio di effetti negativi, durante e dopo l'operazione, siano evitati.

Uno studio del 2002 (Nicholson e altri) ritiene che i fattori chiave per ridurre la morbidità postoperatoria siano i seguenti: "...una valutazione meticolosa delle condizioni del/la paziente prima dell'inter-

vento, la continuazione della terapia farmacologica antiparkinsoniana fino al momento dell'anestesia e successivamente, la rimozione di fattori scatenanti noti, il ricorso alla somministrazione di levodopa durante l'intervento, ove necessario".

È molto importante che le persone con Parkinson e i loro familiari curanti informino per tempo sulla propria malattia i medici del team chirurgico, e specialmente l'anestesista, con cui viene fatto almeno un colloquio prima dell'operazione.



Foto: pixelio.de by_NicolLeHe

Insieme tutto è più facile

Nel nostro gruppo di auto-aiuto per il Parkinson in Val Venosta, il tema della fisioterapia si ripresenta sempre di nuovo. I tempi di attesa per la fisioterapia prescritta sono a volte di molti mesi, troppo lunghi.

Per questo motivo, le responsabili del nostro gruppo di auto-aiuto hanno organizzato la terapia del movimento per noi soci e socie. Sono riuscite a incaricare l'esperta fisioterapista Edeltraud Kie-

senebner come relatrice. La signora Edeltraud ci ha accompagnato individualmente e ci ha guidato con sensibilità attraverso le otto unità. È stato molto divertente per tutti/e le/i partecipanti e ha fatto molto bene.

Quindi un grande ringraziamento va alle organizzatrici del nostro gruppo di auto-aiuto, Evelyn Peer ed Evelyn Anesi, insieme all'esplicita richiesta di tutti/e le/i partecipanti di poter continuare questa terapia la prossima primavera.

Lorenz Marsoner
membro del gruppo di auto-aiuto della
Val Venosta



Parkinson Caregiver Care Program (PCCP) 2025

Progetto di formazione e sostegno per i caregiver delle persone con la malattia di Parkinson e malattie affini.

Dopo il successo dello scorso anno, riparte a Gennaio il “**Parkinson Caregiver Care Program**” con un ciclo di **10 workshop** per le persone con Parkinson e i caregiver familiari che si svolgeranno una volta al mese, **mercoledì dalle ore 16.30 alle 18.30**.

Quest’anno **il progetto partirà il 15 gennaio e si concluderà il 10 dicembre 2025** per affrontare i temi programmati secondo le esigenze espresse dai partecipanti dei workshop dello scorso anno.

Il programma offre una vasta scelta di temi attuali e importanti che hanno la finalità di informare e migliorare la qualità della vita delle persone con Parkinson e dei propri caregiver familiari. Saranno **10 workshop indirizzati a promuovere**

competenze legate alla gestione degli aspetti clinici, legali, neuropsicologici e sociali della malattia.

Anche nel 2025 l’Associazione propone ai nostri caregiver un percorso formativo ricco di workshop e di sostegno individuale. Lo scopo principale è la creazione di una **best practice** che aspira ad essere un modello di formazione e a **riconoscere il valore sociale ed economico dell’attività di cura non professionale** per tutti i caregiver delle persone con la malattia di Parkinson in tutto territorio dell’Alto Adige.

Ogni partecipante avrà a disposizione **5 ore di consulenza psicologica individuale.**

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI GENERALI

Destinatari: familiari e caregiver che vivono con le persone con Malattia di Parkinson

CALENDARIO INCONTRI:

Workshop “Caregiver Training”, **sempre alle 16:30-18:30**

15.01.2025	11.06.2025
19.02.2025	24.09.2025
19.03.2025	22.10.2025
09.04.2025	12.11.2025
21.05.2025	10.12.2025

Consulenza psicologica individuale: prenotazione telefonico presso la segreteria dell’Associazione.

Dove:

sede dell’Associazione Altoatesina per il Parkinson e Malattie Affini
via Galilei 4a

La segreteria dell’Associazione rimane a disposizione per Informazioni:

E-mail: info@parkinson.bz.it – tel. 0471 931888

GRUPPI DI AUTO AIUTO: Attività e riferimenti**Gennaio 2025 - Giugno 2025****BOLZANO:**

Info e iscrizioni presso l'Ufficio Parkinson Tel. 0471 931888 – 0471 513244

Lunedì**Ginnastica/Juggling in palestra** presso la sala UISP – via Firenze 37/A, Bolzano**INIZIO LUNEDÌ** 20/01/2025 fino al 26/05/2025 (escluso 03.03./21.04.), alternando:

- 1 sessione di ginnastica dalle ore 09:45 alle 10:45
- 1 sessione di juggling dalle ore 09:45 alle 11:15

Martedì**Training di gruppo attività di rilassamento**Gruppo 1 - Inizio **MARTEDÌ** 14/01/2025 fino al 10/06/2025 (escluso 04.03./22.04.) dalle ore 10:00 alle 11:00, nella sala dell'Ufficio Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**Training di gruppo stimolazione cognitiva**Gruppo 1 - Inizio **MARTEDÌ** 14/01/2025 fino al 10/06/2025 (escluso 04.03./22.04.) dalle ore 11:00 alle 12:00, nella sala dell'Ufficio Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**Mercoledì****Caregiver-Workshop** per le persone con Parkinson e caregiver familiariInizio **MERCOLEDÌ** 15/01/2025, 19/02/2025, 19/03/2025, 09/04/2025, 21/05/2025 e 11/06/2025 dalle ore 16:30 alle 18:30, nella sala grande al 1° piano dell'Ass. Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**Training di gruppo stimolazione cognitiva**

Gruppo 2

Inizio **MERCOLEDÌ** 15/01/2025 fino al 11/06/2025 (escluso 05.03.), dalle ore 10:00 alle 11:00, nella sala dell'Ufficio Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**Training di gruppo attività di rilassamento**

Gruppo 2

Inizio **MERCOLEDÌ** 15/01/2025 fino al 11/06/2025 (escluso 05.03.), dalle ore 11:00 alle 12:00, nella sala dell'Ufficio Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**Ginnastica in palestra**Inizio **MERCOLEDÌ** 15/01/2025 fino al 11/06/2025 (escluso 05.03.) dalle ore 10:00 alle 11:00, presso la sede **UISP** – via Firenze 37/A, Bolzano**Giovedì****Incontri auto aiuto per le persone con Parkinson e i caregiver familiari**Inizio **GIOVEDÌ** 16/01/2025 fino al 12/06/2025 (escluso 27.02./06.03./17.04./01.05.) dalle ore 15:00 alle 16:00, nella sala grande al 1° piano dell'Associazione Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**Venerdì****Training di gruppo stimolazione cognitiva**

Gruppo 3

Inizio **VENERDÌ** 17/01/2025 fino al 13/06/2025 (escluso 07.03./18.04./25.04./02.05.) dalle ore 10:00 alle 11:00, nella sala dell'Ufficio Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**Ginnastica in acqua**Inizio **VENERDÌ** 17/01/2025 fino al 06/06/2025 (escluso 28.02./07.03./18.04./25.04./02.05.) dalle ore 15:00 alle 16:00 presso la piscina in via Fago 14, Bolzano**Sabato****Tai-Chi** – Movimenti, corpo e mente, respirazione, lavoro energeticoInizio **SABATO** 01/02/2025 fino al 05/04/2025, (escluso 25.03./22.03) (otto unità) dalle ore 10:00 alle 11:30, nella sala grande al 1° piano dell'Associazione Parkinson, via Galilei 4/A, Bolzano**VAL VENOSTA:**

Contatto Evelyn Peer Tel. 342 7405069

Martedì**Terapia del movimento di gruppo**Inizio **MARTEDÌ** 11/03/2025 fino al 06/05/2025 (otto unità) (escluso 25.03.) dalle ore 16:00 alle 17:30, nella sala del Culturforum Albert Pedross, Laces

MERANO:

Contatto Edith Siegel Tel. 335 8439000

Lunedì

Incontri socievoli con scambio di informazioni e esperienze

OGNI SECONDO LUNEDÌ del mese, inizio lunedì 13/01/2025, 10/02/2025, 10/03/2025 e 07/04/2025 (quattro unità) dalle ore 15:00 alle 16:00, nel centro diurno VITA via Otto-Huber 8, Merano

Training di gruppo stimolazione cognitiva

Inizio **LUNEDÌ** 20/01/2025 fino al 31/03/2025 (otto volte) dalle ore 15:00 alle 16:00, nella sala del centro diurno VITA, via Otto-Huber 8, Merano

Mercoledì

Ginnastica in acqua

Inizio **MERCOLEDÌ** 15/01/2025 fino al 28/05/2025, dalle ore 15:45 alle 16:45, presso "Pastor Angelicus" via Dante 34, Merano

LAIVES:

Contatto Maria Cristina Larcher Tel. 333 4114198

Lunedì

Ginnastica/Juggling in palestra presso la sala Ginnica, zona Galizia, Laives

Inizio **LUNEDÌ** 20/01/2025 fino al 26/05/2025 (escluso 03.03./21.04.), **alternando**:

- 1 volta juggling dalle ore 10:30 alle 12:00
- 1 volta ginnastica dalle ore 10:30 alle 11:30

BASSA ATEESINA-EGNA:

Fisioterapia di gruppo **DA GENNAIO** 2025 in collaborazione con la Comunità Comprensoriale Bassa Atesina Oltradige per malati di sclerosi multipla e Morbo di Parkinson (Informazioni: Maddalena Casagrande, Tel. 339 1408387)

GRUPPO DI AUTO AIUTO PER FAMILIARI E CARE-GIVER:

Riferimento Helga Vieider Tel. 333 2002705 e Daniela Mössmer Bernardi Tel. 329 0114499

Si terranno diversi incontri per i familiari e care-giver. Contattaci se siete interessati!

BRESSANONE:

Contatto Anni Pfattner Tel. 347 0560702

Venerdì

Fisioterapia di gruppo

Inizio **VENERDÌ** 17/01/2025 fino al 21/02/2025 (sei volte), dalle ore 15:30 alle 16:30, nella sala di riabilitazione pediatrica, ospedale di Bressanone

Movimento con musica e incontro socievole

- Incontro socievole: **VENERDÌ** 10/01/2025, dalle 14:30, nella casa Jakob-Steiner, Millan
- Movimento con musica: **VENERDÌ** 28/02/2025, dalle 14:30, nella casa Jakob-Steiner, Millan
- Movimento con musica: **VENERDÌ** 04/03/2025, dalle 14:30, nel convento dei Cappuccini, Bressanone
- Incontro socievole: **VENERDÌ** 28/03/2025, dalle 15:15, nella casa Jakob-Steiner, Millan
- Incontro socievole: **MARTEDÌ** 22/04/2025, dalle 14:30, nella casa Jakob-Steiner, Millan
- Movimento con musica: **VENERDÌ** 30/05/2025, dalle 14:30, nel convento dei Cappuccini, Bressanone
- Incontro socievole: **VENERDÌ** 13/06/2025, dalle 14:30, nella casa Jakob-Steiner, Millan

BRUNICO:

Contatto Hildegard Pescosta Tel. 0474 410832

Mercoledì

Incontri di musica - terapia gruppo ogni

SECONDO MERCOLEDÌ, inizio **MERCOLEDÌ** 15/01/2024 fino al 04/06/2025, dalle ore 10:00 alle 11:00, presso il Bocciodromo

Dance Well (gli appuntamenti verranno comunicati)

APPIANO:

Contatto Rita Wöth Tel. 331 8252743

Venerdì

Incontri in compagnia con scambio di informazioni e esperienze - ogni **PRIMO VENERDÌ** del mese alle 14:30, nella sala degli Anziani, San Michele/Appiano

Dance Well a Brunico

A gennaio, a Brunico riprenderanno i corsi di allenamento Dance Well. Come ci informa l'istruttrice, le date precise non sono ancora fissate, quindi verranno pubblicate il prima possibile sul sito dell'As-

sociazione Parkinson www.parkinson.bz.it. Informazioni sono disponibili anche telefonicamente presso l'Ufficio Parkinson.



Foto: pixelio.de_by_Andreas Hermsdorf

Care donatrici, cari donatori!

Un caloroso ringraziamento a tutti Voi per il Vostro prezioso sostegno! Grazie al Vostro aiuto siamo riusciti e riusciremo anche in futuro ad affiancare i/le nostri/e pazienti parkinsoniani, i loro familiari e care-giver con diverse iniziative, informazioni preziose e consigli utili. Grazie!

Günther Prossliner, Appiano | Egon Demetz, Merano | Sergio Crivellaro, Bolzano | Albin Resch, Collepietra | Rosa Maria Schwingshackl, Falzes | Gerace Antonietta | Raimund Peer, Bludenz (A)

In memoria di Bruno Depaoli

Heinrich Hafner, Laives | Angelina Armellini | Alessandro De Nadai/Marlene Merler | Otmar/Eleonore/Martin Pfeifer, Laives | Frieda Mair, Laives | Heinz Visintin/Hedwig Hafner, Laives | Daniela Zanin Farina, Laives

In memoria di Ferdinando Irsara

Rita Harm, Badia

In memoria di Devich Grones Laura

Alberta Grones, Brunico | Maria Antonietta Devich, Ariccia

In memoria di Walter Meraner

Giulio Speri, Bolzano

In memoria di Erika Schwarz Runggatscher

Peter Runggatscher, Merano | Dr. Luis Stefan Runggatscher, Laion



Terapia in acqua per chi ha il Parkinson

Anche se quando ci si ammala di Parkinson spesso il confronto con la malattia rimane a lungo in primo piano, le persone con Parkinson dovrebbero sviluppare prospettive e capire che non sono condannate senza speranza al loro destino. È possibile seguire dei percorsi attraverso i quali la qualità di vita può essere mantenuta a lungo.

Fare al più presto terapie che aiutino a rimanere attivi, ottimizzare l'assunzione dei farmaci, ma anche fare conoscenza con altre persone con Parkinson, la possibilità di porre domande e di ottenere informazioni comprensibili, tutto ciò è importante per affrontare e gestire la malattia. Contano anche i contatti nei gruppi di auto-aiuto e un'informazione completa sulle possibilità di essere aiutati e le offerte di sostegno. Ma una cosa essenziale per il mantenimento della qualità della vita può, anzi deve, essere compito della persona malata: rimanere in movimento. A questo scopo le possibilità sono molteplici: specialmente adatte sono ginnastica, andare in bicicletta, camminare, Tai Chi, Pilates Yoga, ballo o nuoto.

La specialità dell'acqua

Una forma particolare di ginnastica è la ginnastica in acqua. Muoversi nell'acqua calda distende la muscolatura e migliora la consapevolezza del proprio corpo dei/delle pazienti: il timore di cadere si riduce, si prova la sensazione di forza. Dal punto di vista fisico, già quando il corpo entra in acqua la pressione delle molecole dell'acqua genera resistenza. L'impulso

che ne nasce dà l'impressione di essere senza peso e leggeri. Ciò rende possibile esercitare la coordinazione dei movimenti e il senso di equilibrio.

Un dolce allenamento dei muscoli

Il superamento della resistenza dell'acqua è inoltre una forma piacevole di allenamento della forza. Attraverso il galleggiamento, tendini, articolazioni, colonna vertebrale e dischi vertebrali non hanno bisogno di sopportare l'intero peso del corpo, e vengono così protetti.

Chi si muove in acqua sente la resistenza e anche la fatica: più in fretta si muove, più forte è la forza contraria e quindi migliore l'allenamento per i muscoli. Crescita della forza e allenamento dei muscoli possono essere dosati individualmente secondo la propria forza e la propria buona forma: chi è debole va piano, chi è più in forma più velocemente.

Gli effetti

Il nuoto mirato, ma anche altre terapie in acqua hanno un effetto positivo sulla mobilità generale, la forza e l'equilibrio per chi ha il Parkinson. Nel nuoto sono da privilegiare il dorso e lo stile libero, perché il nuoto a rana può portare a un peggioramento di spalle o muscolatura posteriore, se sono già contratte.

In questi casi i /le pazienti devono semplicemente decidere che cosa fare, secondo come si sentono. Le persone con Parkinson non dovrebbero possibilmente nuotare in piscine troppo profonde. Quanto più la malattia è avanzata, tanto più è consigliabile nuotare in gruppo o in ogni caso almeno accompagnati da qualcuno.



Foto: pixelio.de_by_RainerSturm

Numeri utili

Quali servizi ci sono per aiutare i/le pazienti di Parkinson e i loro familiari? Ecco tutti gli indirizzi.

ASSOCIAZIONE PARKINSON

Ufficio Associazione Parkinson e malattie affini

Via Galilei 4/a – 39100 Bolzano

Orari di apertura:

lu/ma/mer/ven: ore 8.30 - 12.30

gio: ore 15 - 18

Telefono: 0471 931888 o 0471 513244

E-Mail: info@parkinson.bz.it

Internet: www.parkinson.bz.it

VISITE SPECIALISTICHE

Dipartimento sanitario di Bolzano

Visite specialistiche presso

l'ambulatorio Parkinson (Tel. 0471 438774)

Prenotazioni per la prima visita al centro unico prenotazioni (CUP)

Tel. 0471 100100 (ore 8 - 16)

Medico: dott.ssa Susanne Büchner

Dipartimento sanitario di Merano

Visite specialistiche presso

l'ambulatorio neurologico

Prenotazioni: Tel. 0473 100100 (ore 8 - 16)

Primario: dott. Raffaele Nardone

Dipartimento sanitario di Bressanone

Visite specialistiche presso

l'ambulatorio neurologico

Prenotazioni: Tel. 0472 100100 (ore 8 - 16)

Primario: dott. Franz Spögler

Vipiteno e dintorni

Visite specialistiche presso

l'ambulatorio neurologico

ogni martedì all'ospedale di Vipiteno

Prenotazioni: Tel. 0472 100100 (ore 8 - 16)

Dipartimento sanitario di Brunico

Visite specialistiche presso

l'ambulatorio Parkinson

Prenotazioni: Tel. 0474 100100 (ore 8 - 16)

Primario: dott. Gregorio Rungger

Se avete disturbi collaterali al Parkinson rivolgetevi anche al vostro medico di base. Vi conosce e potrà aiutarvi e, se necessario, potrà rivolgersi all'Ambulatorio Parkinson per una consulenza.

Volantino Parkinson – versione aggiornata

Il volantino con tutte le informazioni sulla malattia di Parkinson è stato aggiornato e è disponibile nell'ufficio Parkinson.

Per Informazioni:

Tel. 0471 931888.



UN CONTRIBUTO DEL DOTTOR DAVIDE FERRAZZOLI

Avviati i percorsi neuroriabilitativi di gruppo all'ospedale di Vipiteno

Dopo l'apertura di percorsi riabilitativi specifici in regime di ricovero, dedicati a persone con Malattia di Parkinson (MP) in stadio avanzato o con complicanze, a partire dal mese di novembre, presso il reparto di neuroriabilitazione dell'Ospedale di Vipiteno diretto dal Dr. Luca Sebastianelli, è stata estesa l'offerta di cura con l'avvio di percorsi neuroriabilitativi di gruppo.

La strutturazione di questo progetto è stata resa possibile grazie all'expertise del reparto di neuroriabilitazione dell'Ospedale di Vipiteno che all'interno del suo staff presenta figure quali il Dr. Davide Ferrazzoli (Neurologo) e la Dr.ssa Paola Ortelli (Neuropsicologa) la cui esperienza nel settore della neuroriabilitazione dei disturbi del movimento è internazionalmente riconosciuta. Infatti, il percorso offerto ai pazienti, disegnato dai collaboratori già menzionati e con il supporto di Jakob Stolz, responsabile dei terapeuti, si declina secondo criteri di intensità e specificità del trattamento già pubblicati su importanti riviste scientifiche internazionali nel corso degli ultimi anni che ne garantiscono l'efficacia. I percorsi di gruppo saranno offerti alle persone con malattia di Parkinson in stadio I-II e, solo per taluni casi selezionati, in stadio III Hoehn & Yahr, e prevederanno tre incontri a settimana per un totale di tre settimane. Durante le giornate di lavoro, i partecipanti affronteranno sedute di fisioterapia, logopedia e gruppi psicoeducativi. Questi ultimi sono stati specificamente pensati nell'ottica di poter spiegare in modo semplice ai pazienti le principali caratteristiche della malattia di Parkinson, relativamente alle conseguenti alterazioni del comportamento motorio e del sistema emotivomotivazionale, nonché del potere neuroplastico come possibile via per rallentare il progredire della malattia e l'intrusività dei sintomi. Lo scopo degli incontri è quello di rendere le persone consapevoli del valore insito nella riabilitazione e nell'esercizio cognitivo-motorio e dell'importanza di diventare protagonisti attivi e costanti di questi percorsi.

La specificità del percorso riabilitativo proposto nelle sedute di fisioterapia si avvale della coniu-

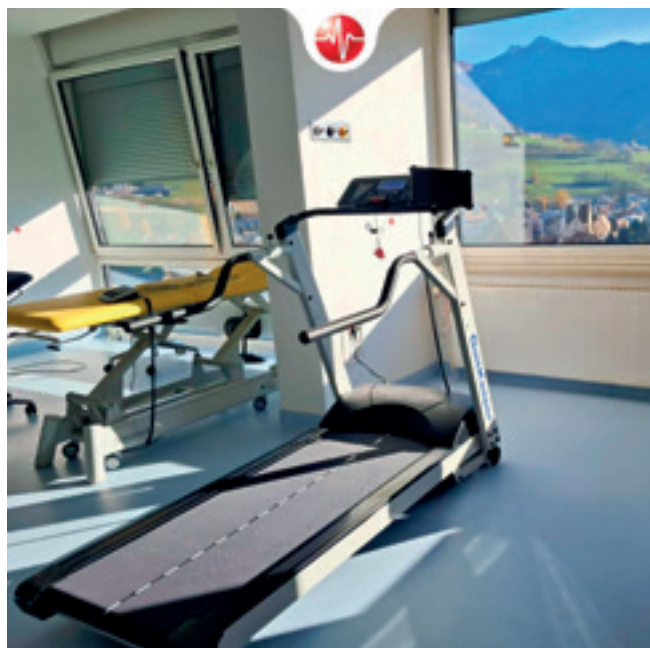


Foto: Davide Ferrazzoli

gazione tra training aerobico e attività cognitivo-motoria: una congiunzione risultata essere la più efficace nella gestione e nel trattamento del paziente affetto da malattia di Parkinson, a partire dalle fasi iniziali della malattia. Grazie al recente ampliamento degli spazi dedicati alla riabilitazione, questo percorso aerobico e cognitivo-motorio è stato costruito per fare in modo che vengano seguiti determinati "training points" in cui i pazienti, a rotazione, potranno essere allenati su specifiche funzioni, quali coordinazione, equilibrio, cammino. Per quanto riguarda, nello specifico, l'allenamento del cammino, o "gait training", sono stati appositamente installati due nuovi innovativi devices: si tratta del Gait Keeper e del Lite Gait (vedere le foto a seguire) che, assieme alla strumentazione già in dotazione al reparto, rappresentano un fondamentale supporto. La robotica, infatti, nell'attuale approccio neuroriabilitativo, si impone quale strumento necessario che, utilizzata scientemente e costantemente monitorata da parte di fisioterapisti esperti, ottimizza l'esercizio integrato cognitivo-motorio. Il trattamento logopedico sarà gestito da logopediste esperte, già formate sui metodi scientificamente riconosciuti come efficaci, per il trattamento efficace delle disartrie ipocinetiche e delle disfonie tipicamente associate alla malattia di Parkinson. Su questa ampia offerta, sarà poi assicurata

la supervisione medica: fondamentale infatti per il medico è la possibilità di questo lungo periodo di osservazione della persona e delle sue risposte alle terapie, così come fondamentale è la possibilità di “conoscere” ciascuno attraverso il punto di vista di ciascun operatore. Uno dei valori fondamentali della neuroriabilitazione, infatti, è quello di permettere al neurologo di monitorare la persona non solo nei limitati spazi e tempi ambulatoriali, ma in modo trasversale e interdisciplinare: modalità necessaria per poter assistere la persona nella gestione di una malattia tanto complessa. Da ultimo, non certo in ordine di importanza, vogliamo sottolineare che questo percorso sarà aperto a tutti coloro che vorranno aderirvi, grazie alla disponibilità e al supporto della vostra Associazione, che ha provveduto

a mettere a disposizione i trasferimenti dei malati. Anche in questo caso, vogliamo sottolineare come l’approccio a una malattia come il Parkinson può e deve trarre beneficio da un atteggiamento cooperativo e di reciproco sostegno: insieme, e nel rispetto del ruolo di ciascuno, possiamo fare tanto per migliorare la qualità della vita dei malati e delle loro famiglie!

Per informazioni sui gruppi riabilitativi riferirsi ai seguenti indirizzi mail o numero telefonico: davide.ferrazzoli@sabes.it
neurorehab.parkinson@sabes.it
 Segreteria Neuroriabilitazione: tel. 0472 774477

L’ESPERIENZA DI UNA PARTECIPANTE

Sperimentazione di riabilitazione su tapis-roulant

Ho sentito parlare di questo progetto nel marzo del 2023 quando l’equipe di medici del reparto di Neuroriabilitazione dell’ospedale di Vipiteno era venuta a Bolzano per informare direttamente malati, malate e familiari delle novità e sullo stato dell’arte della ricerca nel campo della riabilitazione nella malattia di Parkinson. Nella conferenza il dottor Davide Ferrazzoli ci aveva illustrato quali fossero i possibili benefici prodotti dall’uso del tapis-roulant per la riabilitazione del passo e dell’equilibrio. Io ero curiosa e molto motivata a sperimentare nuove strategie per contrastare il peggioramento della malattia. Al rientro dalle vacanze estive la bella notizia che sarebbe presto iniziata la sperimentazione del progetto. Si cercano volontari per la partecipazione gratuita, per verificare la fattibilità e l’efficacia di un programma di allenamento al cammino con un tapis-roulant speciale progettato da Microgate in collaborazione con i medici di Vipiteno. Speciale, perché è stato dotato di un sistema di “biofeedback”, ovvero talmente intelligente che quando ci cammini sopra ti misura la lunghezza del passo e la cadenza e ti informa in tempo reale se riesci a riprodurre una camminata che rispetta il programma di allenamento proposto. Naturalmente il programma è fatto su misura in base alle abilità individuali che si deducono da visite e misurazioni.

Il dottor Ferrazzoli e la dottoressa Paola Ortelli valutano le condizioni della persona dal punto di vista neurologico e neuropsicologico. La dottoressa Silvia Pogliaghi, specialista in Medicina dello Sport con i suoi dottorandi Matteo e Alberto dell’Università di Verona, attraverso la somministrazione di questionari e l’esecuzione di test motori e cognitivi, misurano le performance di partenza.

Quattro settimane di allenamento intensivo in compagnia di Anna e Paolo, i bravi fisioterapisti, passano velocemente. In onore del vero l’allenamento proposto è abbastanza impegnativo, perché richiede molta concentrazione per riuscire a coordinare il movimento del passo con quanto programmato. Ho avuto il privilegio di essere una delle prime persone che hanno partecipato a questa sperimentazione e in attesa dei risultati ufficiali posso dire che mi accorgo di avere molta più consapevolezza di come cammino, della lunghezza del passo, cadenza, movimento delle braccia. Mi sento più sicura e veloce e cerco di mantenere questa percezione tenendomi allenata, perché si sa bene che una persona con malattia di Parkinson deve essere come un atleta e non può permettersi di fermarsi per non perdere le abilità.

Maria Cristina L.

A fine anno: Grazie a tutti e tutte!

Noi dell'Associazione Parkinson vorremmo approfittare dell'ultimo numero di Parkinson Attualità di quest'anno per esprimere la nostra gratitudine. Non solo per l'aiuto "visibile" sotto forma di accompagnamento, cure, terapie, corsi, donazioni, contributi e molto altro, ma anche per l'aiuto da parte di varie autorità e istituzioni che ci sostengono in modo prezioso dietro le quinte (ad esempio, mettendo a disposizione spazi gratuiti per incontri nei gruppi di auto-aiuto, affitti ridotti delle sale o simili). A tutti loro va il nostro sincero ringraziamento.

Vorremmo anche ringraziare i relatori e le relatrici dei nostri convegni, che ci forniscono preziose conoscenze su un'ampia varietà di problemi e scoperte scientifiche nuove.



Foto: pixelio.de_by_Erwin Lorenzen

Quote associative 2025

Vi preghiamo di pagare la quota associativa da gennaio in poi, perchè non riusciamo a contabilizzare nel 2025 le quote pagate nel 2024.

Salò: a maggio si riparte!

A maggio 2025 organizzeremo nuovamente il nostro soggiorno annuale a Salò in due gruppi. Tutte le informazioni seguiranno nel prossimo numero di Parkinson Attualità.



Foto: pixelio.de_by_momosu

Servizio di trasporto solidale a Bolzano

A Bolzano le persone anziane e/o con disabilità motorie possono usufruire di un servizio di trasporto per visite mediche, terapie, centri diurni o simili all'interno del comune. Questo servizio è organizzato in collaborazione tra le associazioni di volontariato ANTEAS, AUSER e ADA. Le informazioni sono disponibili direttamente presso le associazioni: AUSER Tel. 0471 93 0126, ANTEAS Tel. 0471 283161 e ADA Tel. 0471 923075.



Foto: pixelio.de_by_Rainer Sturm

Vorrei diventare socio/a / Vorremmo diventare soci

Paziente:

Nome _____ Cognome _____
 Data di nascita _____ Luogo _____
 Via _____ CAP Città _____
 Tel. _____ e-mail _____
 Cod. fiscale _____
 Data _____ Firma _____

Parente o sostenitore/trice:

Nome _____ Cognome _____
 Data di nascita _____ Luogo _____
 Via _____ CAP Città _____
 Tel. _____ e-mail _____
 Cod. fiscale _____
 Data _____ Firma _____

- Ho la malattia di Parkinson
 Sono parente di un/a paziente con la malattia di Parkinson
 Sono un amico/a e sostenitore/trice dell'Associazione

Quota annua singola: 20.00 Euro | Quota annua per due persone: 30.00 Euro

Coordinate bancarie: Cassa Raiffeisen - IBAN: IT 07 G 08255 58160 000300210854

Come socio/a sono obbligato/a a pagare la quota associativa, rispettare lo statuto dell'Associazione e il regolamento interno, osservare le delibere degli Organi, promuovere gli interessi sociali e partecipare (se possibile) alle manifestazioni. Ho il diritto di prendere in considerazione tutti i servizi offerti dall'Associazione, ho il diritto di voto attivo e passivo e il diritto di presentare proposte per l'attività sociale.

Confermo di aver letto l'informativa sul trattamento dei dati ai sensi del GDPR 679/2016 sul sito www.parkinson.bz.it.

Lo statuto e il codice etico sono visibili nell'ufficio dell'Associazione o sul nostro sito Internet www.parkinson.bz.it.

Acconsento che le foto che vengono fatte durante eventi, gite, conferenze ecc. possano essere pubblicate nella rivista „Parkinson Attualità“ e sul sito dell'Associazione. Sì No

Data _____ Firma _____

Prego compilare e mandare a: Associazione Altoatesina per il Parkinson, via G.Galilei 4/a, 39100 Bolzano