

“Musica per i vostri sogni”

Il 14 ottobre ci siamo dati appuntamento al Teatro “Antoniano” per festeggiare il 25° anniversario della fondazione di ARAD (Associazione di Ricerca e Assistenza Demenze) con la rappresentazione dello spettacolo musicale **“Musica per i vostri sogni”** ideato e diretto da **Giorgio Albéri**.

Dopo l'intervento del Presidente **Dott. Vincenzo Castiglione**, che ha ricordato i principi statutari dell'Associazione, è iniziata la rappresentazione il cui tema, come faceva presagire il titolo, era il sogno.

La musica, invece, era un omaggio ad Eddy Duchin, uno dei più grandi pianisti americani degli anni '20/'30.

Nei secoli la filosofia ha attribuito al sogno diversi significati: Socrate reputava che i sogni notturni rappresentassero la voce della coscienza, Voltaire non li prendeva in considerazione giudicandoli conseguenze casuali di indisposizioni fisiche e Freud li definiva “la strada maestra per l'inconscio”.

Nello spettacolo però non è stato affrontato il sogno come ciò che la mente elabora mentre dormiamo, ma è stato inteso come il desiderio che si realizzi un determinato avvenimento, come si evinceva dalle letture che l'attrice brillantemente intervallava tra un brano e l'altro, il sogno che

a qualsiasi età, in qualunque momento della nostra vita, possiamo immaginare. Quante volte ci siamo chiesti: che cos'è la cosa più bella che possiamo avere, che nessuno può rubarci o criticarci, che è soltanto per me? il pensiero, il sogno! I sogni sono una funzione fondamentale: aiutano a creare un avvenire.

Sognare, fantasticare significa aprire una nuova finestra sul futuro, inventarsi il proprio domani. Nel tempo, probabilmente, non tutti i sogni possono realizzarsi, ma è necessario continuare ad avere un sogno, perchè sognare è fonte di energia creativa, perchè il nostro essere è un continuo formarsi...trasformarsi.

Non appena se ne sente la necessità, chiudiamo gli occhi ed immaginiamo di fare tutto ciò che vogliamo, di essere in luoghi diversi e lontani, di amare e di essere amati, di ascoltare una musica che ci fa rivivere quello stato d'animo particolare, forse, irripetibile.

E ad incantare e a far sognare il pubblico sono state le interpretazioni veramente entusiasmanti eseguite da **Lamberto Lipparini** al pianoforte, che ha diretto la band composta da **Felice del Gaudio** al basso, da **Lele Barbieri** alla batteria, da **Vincenzo Serra** al sax e clarinetto, l'incantevole voce del soprano **Tiziana Scaciga Della Silva** e la brillante recitazione di **Gaia Ferrara**.

Sul palcoscenico del teatro sembrava fosse tornata l'atmosfera dei primi decenni del secolo scorso con “*Summertime*” di Gershwin, con il “*Notturmo*” di Chopin suonato in chiave jazzistica, con “*Brazil*” di Martini. E poi “*Tea for two*”, “*Whispering*”, “*Luci della Ribalta*” e tante altre melodie che hanno fatto ricordare a molti spettatori alcuni momenti belli della propria gioventù.

Patrizia Stefani



Il Presidente ARAD
Vincenzo Castiglione



La Compagnia al termine dello spettacolo

15 ottobre 2015: il giorno dopo i 25 anni di ARAD

Questa notte ho dormito benissimo e questa mattina mi sono svegliata in forma e serena.

Non succedeva da un po'. Nelle orecchie si susseguono motivi musicali diversi, quello che pian piano prende posto su tutti è "La vie en rose". La canticchiava mia madre nelle situazioni più impensate, magari quando stendeva i panni sul terrazzo di casa e io le passavo le mollette.

Mi chiedo a volte perché ci ostiniamo a non volere uscire la sera, anche se sollecitati da eventi in cui ci piacerebbe entrare: pigrizia, stanchezza, distacco, solitudine, avarizia di relazioni.

Ma ieri 14 ottobre nel Teatro Antoniano, io c'ero per assistere allo spettacolo "**Musica per i vostri sogni**" per celebrare le "nozze d'oro di Arad". Ho avuto la sensazione di entrare nel concerto o forse che il concerto entrasse in me. Tutte le canzoni che ascoltavo mi ricordavano pezzi di vita, non solo della mia, ma anche quella dei miei genitori, dei miei compagni di scuola, della scuola di tango che non ho mai fatto, della scuola di canto che ho interrotto, della maestra di pianoforte che ho deluso, del clarinetto che invece mia figlia ha imparato a suonare, della scuola di dizione che a 50 anni ho deciso di frequentare per migliorare la capacità di parlare in pubblico. Sogni perseguiti, agitati, tagliuzzati, scomposti e poi ricostruiti, morti o vivaci, così come devono essere i sogni stimolanti e a volte infranti.

Alle note di "Tea for Two" mi sono anche ricordata di avere tentato, verso i 40, di imparare a ballare il taptap, senza grandi successi; mentre mia cognata è diventata bravissima io mi sono limitata a qualche passo, elegante sì, ma solo qualche passo. E "Summertime"? Mia figlia l'ha suonato a scuola, al saggio di 3° media, al clarinetto. In un momento di "mammitè" l'ho persino scaricato per la suoneria del cellulare. In alcuni momenti gravi della vita, visitando la casa dei miei genitori, ho fatto girare il carillon di una scatola di legno laccato in cui mia madre teneva gli anelli, il cofanetto era impreziosito da una ballerina che girava in tondo col movimento del carillon, la musica metallica in punta di piedi era "Luci della Ribalta".

In 4° Liceo, la mia classe decise con la Prof. d'Italiano di partecipare al Teatro Comunale ad una serie di concerti per pianoforte con musiche di Chopin, ma un "Notturmo" in chiave jazz non lo avrei immaginato allora e forse neanche oggi.

Mi sono venute in mente tante persone della mia vita legate a queste musiche, conoscenze di una volta o di oggi che avrei voluto vicine all'Antoniano, ieri sera, anch'esse a ripensare i loro sogni e a festeggiare con me, oggi, il giorno dopo, la gioia di esserci ancora, tutta intera mente e corpo, affaticata da un grosso zaino di esperienze, ma consapevole che la leggerezza va ricercata ogni giorno, fosse anche solo nella decisione di uscire di casa in una sera autunnale di pioggia per prendere a braccetto quei dolori che qualcuno in ARAD ha saputo trasformare in valori semplicemente affrontandoli, circoscrivendoli, descrivendoli,

ieri sera quei brani si sono trasformati in un diario di ricordi dentro la mia testa e questa trasposizione penso sia avvenuta in molti dei presenti. Grazie **Giorgio Albèri** (autore e regista) per averci accompagnati in un percorso musicale non scontato, dove i brani e le note sono diventati lettere e racconti intimi, grazie a tutti i professionisti presenti sul palcoscenico.

Lo stupore di quanto è stato fatto e di quanto è inconsapevolmente accaduto sia il paradigma per rinnovare l'Associazione e rimanere costantemente all'altezza dei tempi.

Cristina Malvi



Il soprano Tiziana Scaciga Della Silva

Dove, non so...

Papà mi stai ascoltando? Certo che ti ascolto! Mio padre con il telecomando del televisore stretto nella mano destra come fosse una prolunga dell'arto, mi stava dicendo una bugia. Lui sentiva, ma non ascoltava.

Papà ascoltami devo uscire questa sera, c'è la riunione del condominio: ricordi? Te ne avevo già parlato una settimana fa: ricordi? Il suo sguardo perso nel vuoto, la risposta più eloquente per dire «No, non ricordo». Rientrerò tardi, ma non ti preoccupare, con te c'è Irina e quindi non sei solo. Capito?

Un attimo di silenzio poi un gesto nervoso, come a togliere di mezzo qualcosa di fastidioso, ma sì, ma sì, vai pure.

Mio padre, per me non ancora sufficientemente anziano, si stava dimenticando anche di se stesso.

Non riuscivo e ancora non riesco ad accettare questo suo partire senza lasciare un recapito per me, sua unica figlia, un appiglio, un varco per consentirmi di entrare.

Ancora mi riconosce, ma sento che ogni giorno si allontana.

Sono una persona ormai sulla soglia degli anta, divorziata e senza figli. Quando il mio matrimonio ebbe fine, i miei genitori mi prepararono caldamente di ritornare a casa con loro e io, un po' a malincuore, accettai questa offerta di cui, obiettivamente, non potevo fare a meno. All'inizio mi sembrava di essere ritornata adolescente, attorniata dalle gentilezze di mia madre che non mi permetteva in casa di muovere un dito. Poi, trascorso il periodo peggiore, superato anche con l'aiuto dei miei genitori, presi in considerazione di uscire di casa per la seconda volta; mi sentivo più forte per affrontare la vita "da sola", ma come quasi sempre accade, avevo fatto i conti senza l'oste. Infatti mia madre all'improvviso se ne andò, morì nel sonno forse mentre sognava una vita nuova per me. Mio padre non superò mai il distacco.

Inizì a farsi cupo, il medico come prima diagnosi parlò di depressione causata dal dolore subito.

Anche io mi convinsi che fosse depresso; alternava momenti di normalità ad altri di buio totale e con questa modalità trascorsero tre anni. Nel frattempo io, avevo accantonato il progetto di uscire di casa ed ero rimasta per non lasciarlo solo, nutrendo sempre la speranza di una sua stabilizzazione.

Trascorsero tre anni per me molto "impegnativi" e visti i suoi scarsi miglioramenti, il medico, valutati alcuni sintomi inequivocabili, decise di sottoporlo a visite specialistiche specifiche e oggi sappiamo quale fu il triste responso.

A distanza di tanti anni sono ancora qui, vivo con mio padre e con una badante di cui non potrei fare a meno, lavoro ancora e non saprei come potere accudire mio padre.

Nonostante abbia rinunciato al progetto che prevedeva per me un vivere diverso, nuove amicizie, conoscenze, amore, non ho rimpianti perché, quando penso di averne, immediatamente sento che l'affetto per mio padre prende il sopravvento.

Gli voglio molto bene, mi ricordo di lui quando ero bambina, di mestiere faceva il libraio, adorava il suo lavoro, diceva che il profumo dei libri ti si attacca addosso come un vestito e come di esso non puoi più fare a meno. È sempre stato un uomo molto colto e attivo, adorava andare al cinema prediligendo pellicole tratte da libri che lui conosceva e amava e quasi sempre il suo giudizio era impietoso. Credo che uno dei film che ha maggiormente apprezzato fosse "Il grande Gatsby" che reputava molto fedele al libro di Francis Scott Fitzgerald, ma sono certa che sia rimasto folgorato da "Il dottor Zivago" tratto dal libro di Pasternak: come faccio a saperlo? Sono nata nel 1966, il mio nome è LARA e forse sono l'unica testimonianza di un'epoca della sua vita ormai perduta.

Lara Lean

La Redazione

Direttore Responsabile Giorgio Albéri

Segreteria di Redazione Sandra Maccagnani

Comitato di Redazione Lucio Ardito

Donatella Bruni

Cristina Malvi

Valeria Ribani

Direzione e Redazione 40139 Bologna

Viale Roma, 21

Tel. 051.46.50.50

info@aradbo.org

www.aradbo.org

Aut. Tribunale Bologna n. 6251

del 24/02/1994

Stampa Tipolitografia Musiani

Via Cherubini, 2°

Bologna

Come aiutare ARAD

L'ARAD può operare grazie alla collaborazione di tanti Amici che credono nell'utilità del suo intervento a favore degli ammalati di Alzheimer.

Eventuali versamenti possono essere effettuati sul

c/c postale n. 18946400

o sul conto bancario Carisbo (fil. Arno BO)

(IBAN: IT 19 E 063 8502 4210 7400 0191 09K)

Le erogazioni in denaro a favore di ARAD Onlus sono detraibili dalla dichiarazione IRPEF nella misura prevista dalle disposizioni ministeriali.

Aggiornamenti sull'Alzheimer

ALZHEIMER: scoperte le cellule del dove e del quando

Le ricerche contro una malattia subdola come l'Alzheimer si stanno intensificando in questi ultimi anni. È di pochi giorni fa la notizia che un team di studiosi è riuscito a scoprire la posizione nel cervello del "dove" e del "quando". La sensazionale scoperta è stata fatta esaminando il cervello di alcuni cavia da laboratorio nello specifico topi. La ricerca sulle cellule del "dove" e del "quando" è stata portata a termine dall'università americana della Massachusetts Institute of Technology di Boston. Queste cellule servono all'uomo per orientarsi e per memorizzare i ricordi. Le cellule scoperte dagli scienziati americani sono importantissime per l'essere umano e sono le prime ad essere attaccate dal morbo di Alzheimer. Le cellule del "dove" e del "quando" permettono all'uomo di ricordarsi, ad esempio, dove è stato posizionato un oggetto qualche giorno prima e di ritrovarlo. I ricercatori hanno individuato che le cellule si trovano nella parte del cervello chiamata entorinale. La corteccia entorinale è una delle parti del cervello che è soggetta pian piano a spegnersi per colpa dell'Alzheimer. I ricercatori americani hanno spiegato come è importante la scoperta delle cellule del "dove" e del "quando" nella lotta contro l'Alzheimer: *«La perdita di neuroni di questa regione avviene già nelle prime fasi della malattia di Alzheimer. Comprendere come le cellule oceano e isola contribuiscono a formare la memoria può aiutare a sviluppare marcatori per migliorare la diagnosi precoce di questa malattia»*. Una scoperta molto importante che però va approfondita nei prossimi mesi con ulteriori studi per comprendere come difendere queste cellule dall'Alzheimer.



Un nuovo farmaco che ritarda la malattia

La nuova importante scoperta dei ricercatori inglesi sulla possibilità di rallentare l'Alzheimer grazie ad una particolare molecola ha determinato particolare entusiasmo tra gli studiosi che da anni studiano come contrastare questa terribile patologia. Una notizia molto importante in tal senso arriva dalla ditta farmaceutica Eli Lilly che ha deciso di finanziare più di 100 milioni di dollari per la ricerca e la produzione del nuovo farmaco prodotto con la molecola "solanezumab".

Un farmaco che potrebbe essere disponibile solo tra tre anni che determina il rallentamento dell'Alzheimer del 34%. La scoperta fatta da un team di ricercatori inglese potrebbe essere il primo importante passo per sconfiggere l'Alzheimer, una delle malattie più devastanti che esistono. Gli studi erano iniziati già nel 2012, ma non avevano sortito gli effetti sperati, ma la caparbiazza degli studiosi anglosassoni a tre anni di distanza dall'inizio degli studi, ha determinato la grandissima novità che se l'Alzheimer è scoperto precocemente può essere combattuto.

Il morbo di Alzheimer è una malattia che colpisce nella maggior parte dei casi le persone che hanno un'età avanzata che pian piano ne determina la morte; è una malattia subdola che distrugge la persona che ne è colpita.

Non è ancora noto come l'Alzheimer nasca, ma è molto importante secondo i medici comprendere quando la malattia è al suo inizio.

I ricercatori inglesi dell'Alzheimer's Research hanno illustrato i risultati dello studio ad una conferenza a Washington della Alzheimer's Association ed hanno detto che la molecola 'solanezumab' ha l'incredibile capacità di difendere le cellule dall'attacco dell'Alzheimer riuscendole a tenerle in vita. Tale molecola ha maggiore effetto se somministrata al paziente quando l'Alzheimer si è appena manifestato e gli studiosi hanno verificato che la malattia ha uno stop nella sua devastante crescita del 34%.

I ricercatori hanno detto che le ricerche ed i test sulla miracolosa molecola continueranno e contano, per il prossimo anno, di ottenere dei risultati ancora più significativi. Il professor Eric Karran, a capo del team di ricercatori inglesi che ha scoperto la molecola 'solanezumab', ha rilasciato le seguenti dichiarazioni: *«Se questi risultati saranno replicati verrà compiuto un grandissimo passo avanti nella ricerca sull'Alzheimer e per la prima volta la comunità medica potrà dire di essere in grado di rallentare la malattia»*.



Notizie raccolte da Donatella Bruni

Un “classico” pomeriggio all’ASP Città di Bologna di viale Roma

Il gruppo di volontari ARAD, che gestiscono al giovedì pomeriggio l’attività del Caffè “Non ti scordar di me”, è riuscito a portare all’interno dell’ASP Città di Bologna di viale Roma un concerto di musica classica.

Il pomeriggio musicale è stato possibile per la disponibilità di quattro musicisti dell’Orchestra stabile del Teatro comunale di Bologna, aderenti al progetto di volontariato musicale.

Giovedì 15 ottobre i partecipanti alle attività del Caffè “Non ti scordar di me”, sia provenienti dal territorio che ospiti dell’Istituto, nonché i loro famigliari, hanno potuto godere del coinvolgimento musicale ed emotivo di due violini, una viola e un violoncello.

I Maestri **Caterina, Chiara, Giacomo e Paolo** con la loro musica hanno creato un’atmosfera di bellezza e serenità che ha affascinato e trascinato tutti i partecipanti. C’era chi applaudiva, chi batteva il tempo, chi dimostrava grande attenzione. Sicuramente la musica dei grandi autori classici ha la capacità di risvegliare anche nelle persone non più giovani e magari con problemi, una rinnovata vitalità.

Ringraziamo di cuore i musicisti che ci hanno fatto questo dono.



Valerio e Meris Brini

CAFFÈ “NONTISCORDARDIME”

“Non ti scordar di me”, ecco l’appello con cui ci siamo lasciati un giovedì di giugno nel nostro Caffè. E in effetti in molti, quasi tutti, sono ritornati e si sono aggiunti anche ospiti “nuovi di zecca”.

Insomma, il caffè “Non ti scordar di me” ha ripreso le sue attività dopo la pausa estiva, grazie anche al contributo del “Concorso di idee” e-Care CUP 2000 che, ancora una volta ci ha premiato, fornendo un po’ di ossigeno alle nostre preziose attività.

Il Caffè “Non ti scordar di me” ha ripreso gli obiettivi che ci eravamo prefissati nel momento in cui lo abbiamo progettato: prima di tutto accogliere una volta alla settimana, in uno spazio piacevole, - un vero e proprio locale pubblico - le persone con problemi di deterioramento cognitivo ed i loro familiari. Le figure professionali dedicate (operatori e volontari esperti a diverso titolo di problemi di memoria) si rivolgono alla coppia malato/familiare, mentre la psicologa si dedica soprattutto ai familiari, alternando ai colloqui individuali gli incontri di gruppo. Gli incontri del caffè si svolgono ogni giovedì dalle ore 15 alle ore 17. Non c’è bisogno di prenotare, si può “andare e venire” come meglio si crede.

Le attività del caffè rispondono ad un modello standard: dapprima si svolge un rituale di accoglienza che “testa” l’umore di ciascun partecipante (troneggia infatti un termometro dell’umore da cui è possibile trarre la “misura” del proprio stato d’animo).

È sempre possibile ascoltare musica, parlare delle proprie esperienze e difficoltà sapendo di trovare un orecchio che ascolta, ricevere un po’ di allenamento della memoria in modo giocoso e divertente.

In realtà le attività sono piuttosto strutturate: è sempre ben accetta la tombola, piace cantare (abbiamo anche la nostra “sigla” che è naturalmente la canzone di Rabagliati “Non ti scordar di me”), si festeggiano i compleanni del mese con un piccolo dono ed una torta, si svolge un’attività fisica guidata da Luca, il nostro fisioterapista volontario, le esperte dello yoga della risata spesso ci allietano con la loro capacità di farci ridere a crepapelle, ed ogni volta ci prendiamo il tempo per sorseggiare una bibita, un caffè, un’allettante cioccolata in tazza... Non mancano poi occasioni speciali con intrattenimenti di particolare qualità.

È il caso del Quartetto d’Archi del Volontariato musicale del Comunale, che ci ha allietati per un intero pomeriggio con musiche di Mozart ed altri prestigiosi autori, incantando anziani e familiari in uno straordinario pomeriggio d’autunno. L’iniziativa è stata promossa ed organizzata da un familiare, mostrando la capacità dei partecipanti di divenire protagonisti di un luogo in cui si riconoscono.

Sappiamo che di demenza non si può guarire, ma è stato dimostrato che, grazie ai Caffè Alzheimer, si ottiene qualche effetto positivo. Già nel 2012 il famoso Geriatra e Gerontologo Marco Trabucchi, con il Gruppo di Ricerca Geriatrica di Brescia, hanno realizzato il primo report scientifico su sette Alzheimer Caffè italiani. È risultato che per il paziente si ottiene un miglioramento dei disturbi comportamentali; per i familiari invece si è evidenziata la diminuzione del peso psicologico del fornire assistenza.

Nella nostra regione i numerosi Caffè sorti più o meno spontaneamente sono in qualche modo mappati e coordinati, senza però che assumano la veste di un servizio istituzionalizzato. I caffè, infatti, vanno sostenuti senza però correre il rischio di perdere quella carica innovativa data dalla creatività di chi lo ha progettato.

Va inoltre sottolineato il carattere territoriale del “Caffè”. Si tratta di un luogo, infatti, che si rivolge alla comunità con l’intento di promuoverne la partecipazione solidale nei confronti di una patologia in costante aumento, che rischia di essere stigmatizzata, con i conseguenti possibili problemi di emarginazione e solitudine di pazienti e familiari. È nostro intento promuovere una cultura capace di rendere la comunità locale accogliente e solidale, attraverso un’azione che svolgeremo nel territorio. Non mancheremo di parlarne più avanti. Intanto venite a conoscerci. Sarà per noi un piacere. E chissà, forse anche per voi.

Valeria Ribani

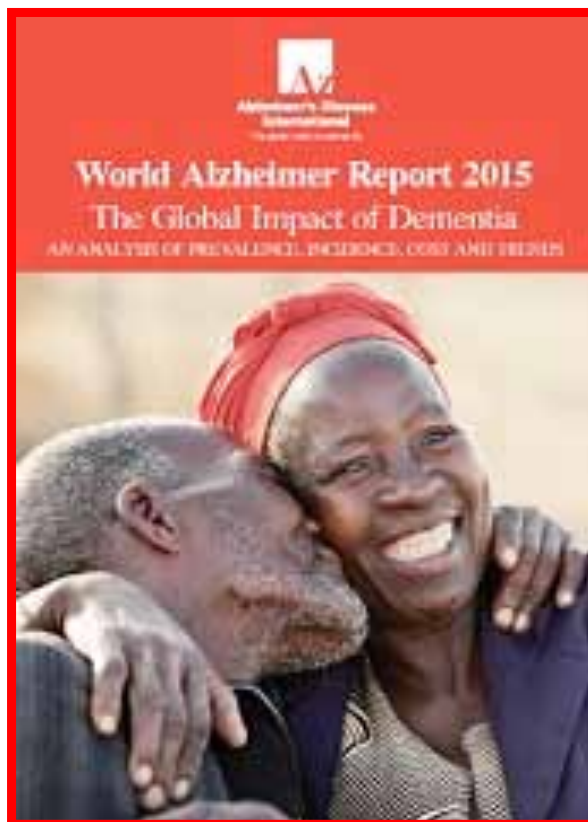
RAPPORTO MONDIALE ALZHEIMER 2015

“L’impatto Globale della Demenza: un’analisi di prevalenza, incidenza, costi e dati di tendenza”

(tratto da Alzheimer Italia)

25 agosto 2015 – Il Rapporto Mondiale Alzheimer 2015 “L’impatto Globale della Demenza: un’analisi di prevalenza, incidenza, costi e dati di tendenza”, rivela che:

- I costi globali della demenza sono cresciuti da 604 miliardi di dollari nel 2010 a 818 miliardi di dollari nel 2015, registrando quindi un aumento del 35,4% e ci si aspetta che raggiungano mille miliardi di dollari in soli tre anni.
- La distribuzione dei costi (costi medici, costi di assistenza formale, costi di assistenza informale) non è cambiata in maniera sostanziale. I costi medici diretti rappresentano circa il 20% dei costi globali della demenza, mentre i costi dell’assistenza formale e di quella informale rappresentano ciascuno il 40% del totale.
- Nel 2015 ci sono nel mondo 46,8 milioni di persone affette da una forma di demenza. Questa cifra è destinata quasi a raddoppiare ogni 20 anni, fino a raggiungere 74,7 milioni di persone nel 2030 e 131,5 milioni nel 2050. Tali stime risultano più alte del 12-13% rispetto a quelle pubblicate nel World Alzheimer Report del 2009.
- Il 58% di tutte le persone con demenza vive attualmente in paesi classificati dalla Banca Mondiale come paesi a reddito medio o basso. Questa percentuale è destinata ad aumentare, raggiungendo il 63% nel 2030 e il 68% nel 2050.
- Sono oltre 9,9 milioni all’anno i nuovi casi di demenza, vale a dire un nuovo caso ogni 3,2 secondi.
- Alzheimer’s Disease International (ADI), che riunisce le Associazioni Alzheimer di tutto il mondo tra cui la Federazione Alzheimer Italia, fa una serie di raccomandazioni sulla base del Rapporto tra cui:
 - La riduzione del rischio di demenza deve diventare una priorità esplicita nelle attività condotte dall’Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS/WHO), e deve includere azioni chiare, collegate a obiettivi e indicatori specifici;
 - Gli investimenti nella ricerca devono essere potenziati e proporzionati al costo sociale della malattia; devono essere equamente distribuiti tra prevenzione, trattamento, assistenza, e cura. La ricerca epidemiologica è particolarmente carente in Asia Centrale, Europa Orientale, America Latina Meridionale, Africa Orientale e nelle regioni dell’Africa Subsahariana.
 - L’iniziativa del G7 deve continuare con un’agenda più ampia e allargata anche alle nazioni del G20.
 - La “call for action” approvata lo scorso marzo 2015 dalla Conferenza dei Ministri della Sanità indetta dell’Organizzazione Mondiale della Sanità deve essere tradotta in piani programmatici con risultati concreti e target specifici.
 - Tutte le nazioni del mondo dovrebbero sviluppare Piani Nazionali per la Demenza, monitorarli e aggiornarli regolarmente.



Incontri di formazione

A Febbraio 2016 partirà il **corso gratuito di “formazione-informazione”** rivolto ai familiari che assistono una persona affetta da deficit cognitivo. L’obiettivo è aiutarli ad affrontare la malattia fornendo indicazioni utili per l’assistenza del loro congiunto e la gestione emotiva della situazione. Gli incontri sono condotti da professionisti medici, psicologi, infermieri, dietista, assistente sociale, legale. Il corso si propone come occasione di scambio con altri familiari che condividono la stessa esperienza ed ha durata di circa 2 mesi con un incontro settimanale nel tardo pomeriggio.

Quanto prima contatteremo le persone che si sono già prenotate, comunicando loro orari e data di inizio.

Chi fosse interessato a partecipare può telefonare alla segreteria negli orari di ufficio.

Sandra Maccagnani

Gruppo Auto-Aiuto

Gli incontri del secondo semestre 2016 del Gruppo di Auto-Aiuto per i famigliari si terranno presso la sede della nostra Associazione in viale Roma 21, ala “A” 2° piano – il **secondo mercoledì di ogni mese** nelle seguenti date:

13 gennaio – 10 febbraio – 9 marzo – 13 aprile – 11 maggio – 8 giugno 2016 dalle ore 17,30 alle ore 19.

Se interessati contattateci al numero **051 465050**.

L'ONU per l'anziano



Qualche anno fa, l'ONU invitava tutti i governanti del mondo ad una riflessione sul progressivo invecchiamento della popolazione del globo, che deve essere coinvolta nella preparazione agli stadi successivi della vita, perchè si amalgamino le generazioni vecchie e nuove per creare un equilibrio fra la tradizione e l'innovazione. L'allora Segretario generale delle Nazioni Unite: Kofi Annan sintetizzò: «Viviamo in un'epoca che è stata definita in tanti modi: l'era post-Guerra fredda, l'era post-industriale, l'era di Internet, l'era della globalizzazione. Ma la nostra epoca è anche, innegabilmente, l'era della longevità». Nella seconda metà del ventesimo secolo l'età media è cresciuta di vent'anni. Tra 30 anni, un terzo della popolazione nei Paesi più sviluppati avrà più di 60 anni. Il mondo nella sua globalità raggiungerà quella proporzione intorno al 2150. E la popolazione anziana stessa sta invecchiando. Oggi il 10% circa della popolazione oltre i 60 anni ha già raggiunto l'ottantesimo anno di età o l'ha già superato; questa percentuale crescerà fino al 25% prima del 2050. Questi ed altri "trend" relativi alla longevità stanno cambiando le strutture familiari. La struttura piramidale tradizionale composta di molti giovani e da pochi anziani si sta rapidamente invertendo: si sta consolidando infatti una piramide invertita composta da un bambino, due genitori, quattro nonni e numerosi bisnonni.

In conclusione siamo nel bel mezzo di una rivoluzione silenziosa. È una rivoluzione che non avrà solo effetti demografici, ma profonde e forse maggiori implicazioni anche sul lato economico, sociale, culturale, psicologico e spirituale. La vita sta diventando sempre meno un breve sprint; è sempre più simile ad una maratona. I maratoneti sanno che per portare a termine questo tipo di competizione occorre mantenere uno stile di vita salutare, allenamento e forza di volontà. Ma sanno, inoltre, che è importante un ulteriore fattore: correre in un gruppo coeso e unito tra i propri membri. Per vivere una sana vecchiaia occorre miscelare la stessa praticità e tenacia e lo stesso comune obiettivo".

Ho riportato con molto piacere questo importante messaggio, anche perchè nelle ultime righe è stato espresso un principio nel quale credo fermamente: "Insieme, qualsiasi ostacolo può essere superato brillantemente senza troppi sforzi ed il raggiungimento della meta sarà di grande soddisfazione".

Ed è proprio così: noi Volontari di qualsiasi Associazione, stiamo facendo cose di grande spessore. Infatti, insieme, come in un coro che è amalgama, che è armonia, in cui non esistono egoismi in quanto tutti cantano per una sola voce, aiutiamo le persone bisognose, spesso anziane.

Vorrei rivolgere un invito alla società a pensare che il baricentro dell'attenzione si debba spostare verso il rispetto della dignità della persona anziana dovuto non per un semplice fattore anagrafico, ma per l'unicità di ciascun individuo. Una dignità che si declina con la voce assistenza, sociale e sanitaria, con il miglioramento della situazione abitativa, con la facilitazione della mobilità. Credo che dietro alle tante discussioni, ai dibattiti sulle questioni sociali, vi sia anche la ricerca di essenzialità: di ciò che veramente conta, di ciò che veramente vale per la vita e che spesso non riesce ad esprimersi in modo preciso. È necessario adoperarsi per una "società per tutte le età", come appunto recita la tematica delle Nazioni Unite; il nostro impegno è grande, la volontà altrettanto e i riscontri sono positivi: proviamo a continuare così!

Giorgio Albéri

Un video dedicato alle famiglie per la gestione dei pazienti con problemi cognitivi.

È rivolto ai familiari dei malati con demenza di Alzheimer ed altre patologie demen-tigene ma è adatto anche a tutti coloro che assistono una persona con deterioramento cognitivo.

Un aiuto per la cura globale delle persone disorientate e per rendere più semplice e più serena la vita della coppia caregiver/malato.

Il corso-video su chiavetta USB inizia con la descrizione dei sintomi della demenza. Prosegue con approfondimenti utili alla presa in carico del paziente, si trattano le regole generali della comunicazione, declinate poi nei diversi stadi della malattia, si approfondisce il concetto di protesizzazione, intesa come costruzioni di ambienti e programmi mirati alla gestione della quotidianità del malato e della sua famiglia ed, infine, vi sono consigli per la gestione dei bisogni fisici, per l'organizzazione della giornata del malato, per la salvaguardia dei caregivers, ossia di coloro che a diverso titolo si occupano delle persone affette da demenza.



Per informazioni: ARAD tel. 051465050 Mail: info@aradbo.org

Un'idea per un regalo di Natale!



*Carissimi Soci e Amici,
anche quest'anno
Gli Amici di ARAD
hanno organizzato la consueta*

CENA DI SOLIDARIETA'

*Un'occasione per passare
una piacevole serata e scambiarci gli
Auguri di Natale
e Felice Nuovo Anno.*

Per confermare
la vostra partecipazione
potete telefonare
dal lunedì al venerdì

n. 051/465050

Segreteria
ARAD Onlus

