

NUMERO 38

MAGGIO
AGOSTO
2011

A.M.A.T.A. UMBRIA INFORMA



Foglio periodico di collegamento interno all'Associazione Malati Alzheimer
Telefono Alzheimer Umbria affiliata alla Federazione Alzheimer Italia e Alzheimer Uniti Onlus

Editoriale del Presidente

Care e cari soci ed amici,

grazie ancora a tutti per quanto avete fatto per a nostra associazione relativamente al 5 per 1000 ed alle donazioni che periodicamente riceviamo che ci permettono, a partire da settembre di riprendere le usuali attività a favore dei malati e delle loro famiglie. Settembre poi è il mese della **GIORNATA MONDIALE ALZHEIMER** (21 settembre), che quest'anno ha come titolo **"I VOLTI DELL' ALZHEIMER"** : volti di pazienti, ma anche di familiari, volontari, operatori che con compiti diversi si prendono cura dei malati, ma anche volti della malattia, le sue implicazioni cliniche, ma anche psicologiche, relazionali, sociali, i volti delle istituzioni, quelli del "mondo", molto spesso distratti e indifferenti, volti pensosi spesso, ma a volte anche sorridenti, dei ricercatori, volti distesi e spesso radiosi di chi prega - in chiesa, in casa, nelle clausure dei conventi - per le persone che soffrono per l'Alzheimer e volti gioiosi e ridenti degli animatori (e non solo quelli professionali) che fanno sorridere e divertire i malati anche gravi. E proprio pensando a questi volti abbiamo "costruito", con diverse collaborazioni come è nostra caratteristica, il programma per la **Giornata Mondiale Alzheimer 2011**, che trovate in quarta pagina. Prendete nota e cercate di invitare alle diverse iniziative tutte le persone che conoscete! Come vedete ci sono iniziative in diverse parti dell'Umbria, quindi spero proprio che sarà possibile incontrarci di persona in una di queste. Vi saluto con amicizia e gratitudine con una piccolo scritto del grande Mahatma Gandhi dal titolo

UN DONO

*Prendi un sorriso, regalalo a chi non lo ha mai avuto.
Prendi un raggio di sole, fallo volare là dove regna la notte.
Scopri una sorgente, fa bagnare chi vive nel fango.
Prendi una lacrima, posala sul volto di chi non ha pianto.
Prendi il coraggio, mettilo nell'animo di chi non sa lottare.
Scopri la vita, raccontala a chi non sa capirla.
Prendi la speranza e vivi nella sua luce.
Prendi la bontà e donala a chi non sa donare.
Scopri l'amore e fallo conoscere al mondo.*

Il presidente
Annalisa Longo

**Guarda il programma
in ultima pagina!**

**MANDA IL TUO INDIRIZZO MAIL
scrivendo a annalisazlongo@libero.it:
ti manderemo così giornalino e
comunicazioni più rapide e
con meno spese postali!!**

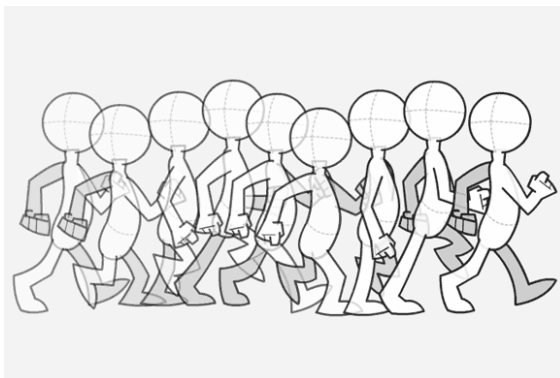
LO STRESS ATTIVA LA DEGENERAZIONE DEI NEURONI TIPICA DELL'ALZHEIMER



Esperienze di vita stressanti, e quindi, l'aumento di produzione degli ormoni dello stress causa, nel cervello, un'eccessiva fosforilazione della proteina Tau, meccanismo all'origine dello sviluppo del morbo di Alzheimer. E' quanto emerge da uno studio condotto dai ricercatori del Max Planck Institute of Psychiatry di Monaco, Germania, in collaborazione con l'University of Minho di Braga, Portogallo. **"Considerare lo stress una delle cause dell'Alzheimer apre nuove frontiere nella prevenzione di questa patologia neurodegenerativa"**, spiega Osborne Almeida, coautore dello studio. La ricerca e' stata pubblicata sul Journal of Neuroscience

LA VELOCITA' DEL PASSO PUO' ESSERE UN INDICE DI LONGEVITA' NEGLIANZIANI

La velocita' cui cammina normalmente una persona anziana e' un buon indice per predire quanti anni vivra'. Lo ha scoperto una ricerca dell'Universita' di Pittsburgh, secondo cui questo parametro puo' essere usato anche per trovare eventuali patologie. Secondo lo studio, che ha misurato la velocita' del passo di 34.485 persone sopra i 65 anni d'eta', camminare a una velocita' superiore a 0,92 metri al secondo indica una buona salute, e chi usa questo passo vive in media di piu' rispetto a chi va piu' lentamente. "Un'andatura uguale o superiore a un metro al secondo corrisponde a una buona aspettativa di vita", ha spiegato Stephanie Studenski, uno degli autori dello studio pubblicato dalla rivista 'Jama', "il cammino coinvolge i muscoli, lo scheletro e l'apparato cardiocircolatorio, quindi un'andatura lenta puo' riflettere danni a questi sistemi". Particolarmente a rischio, suggerisce lo studio, sono gli anziani che camminano a 0,6 metri al secondo o meno: molti di loro probabilmente hanno bisogno di qualche intervento medico



QUINDI, CONCLUDENDO SITENTICAMENTE.....PIU' CAMMINO E MENO STRESS!

L'ANNO EUROPEO DEL VOLONTARIATO

Forse non tutti sanno che il 2011 è l'Anno Europeo del Volontariato: già, questo evento, nel corso dell'anno, forse, non ha avuto la meritata risonanza, anche a livello mediatico. E' auspicabile, però, che, per lo meno a livello locale, si sia colta questa possibilità al fine di tradurre, in termini concreti, le prospettive che sono state messe in campo dall'U.E.: il che significa volere approfittare di iniziative e risorse che l'U.E. ha stanziato.



Nel frattempo qui in Umbria è stata organizzata la **Conferenza Regionale del Volontariato**, preparata in due giornate di lavori in open space a Perugia e a Terni e poi celebrata nella splendida cornice del Centro Congressi Alla Posta dei Donini, nelle giornate del 20 e 21 maggio 2011. La Conferenza ha visto la presenza di tutte le istituzioni che, a vario livello, operano nel settore: tutti gli organismi politici, dal Presidente della Giunta Regionale Catuscia Marini, all'Assessore Regionale al Welfare e Istruzione, Carla Casciari, al Sindaco di Perugia, Wladimiro Boccali, ai Rappresentanti delle Provincie di Perugia e Terni; esperti di diritto dell'Università di Perugia e Pisa; Rappresentanti dei Cesvol di Perugia e Terni; il Presidente del Terzo Settore, Carlo Biccini. Ma soprattutto hanno partecipato ai lavori molti rappresentanti di associazioni che nel grande panorama del volontariato operano nella Regione e che hanno fatto sentire la loro voce, illustrato le loro idee, rappresentato i propri problemi, e hanno sviluppato risorse creative che le istituzioni regionali, preposte ai lavori, dovrebbero utilizzare con interesse e spirito costruttivo.

Anche in questo contesto dell'Anno Europeo del Volontariato il concetto centrale evocato da tutti è quello della rete,

necessario per collegare, sia in senso verticale che orizzontale, i servizi, se si vuole riuscire a fare **sistema**: ma sono stati sottolineati talmente tanti limiti e vincoli da ritenere sempre più urgente radicare un diverso approccio, anche culturale, al volontariato. Occorre partire, infatti, dai singoli operatori, che devono rendersi capaci di superare gli egoismi ed i particolarismi della singola realtà associativa, per arrivare alle istituzioni preposte, che devono perseguire e sviluppare politiche che coinvolgano soprattutto i giovani: è di palmare evidenza per tutti che, purtroppo, il volontariato è composto, in gran parte, da persone mature e pensionati, certo non da giovani, impegnati in altre occupazioni, tra cui cercare prospettive professionali che, evidentemente, non vedono nel volontariato.

Merita, inoltre, ricordare che l'Umbria non ha nulla da invidiare ad altre realtà in termini di numeri dedicati al volontariato: sono iscritte al Registro Regionale circa 530 associazioni, con settori, come quelli della salvaguardia ambientale o di protezione civile in crescente aumento; le organizzazioni non iscritte al registro ma note ai Cesvol sono pari del 10,8% contro la media nazionale che è del 7,2%; la media di presenza di volontari in Italia, rapportata alla popolazione, non è buona rispetto ad altre Nazioni Europee, però la media dei volontari umbri è superiore al 5%, livello minimo di impiego dei volontari rispetto alla densità di popolazione; il volume di ore di prestazioni del volontariato umbro ha un parametro di 1,5, contro il valore medio italiano di 1. Ma è incalcolabile il valore economico delle prestazioni rese dal volontariato, voce unanimemente riconosciuta come molto significativa nel PIL Regionale.

E' importante, da ultimo, evidenziare come nell'ambito della Conferenza Regionale alcuni studiosi del settore hanno messo in luce come tutto l'impianto normativo che regola la materia sia ormai vecchio di un ventennio, e la materia, più di molte altre, è in continua crescita e fermento e richiederebbe, quindi, l'attenzione del legislatore per una profonda revisione; ma molti disegni di legge, formulati anche trasversalmente tra i vari schieramenti politici, giacciono dal 2007 in Parlamento, mentre tematiche quali le agevolazioni fiscali per le associazioni, i permessi dal lavoro per chi opera nel volontariato, la revisione del 5x1000, gli incentivi per creare confederazioni o consorzi, non trovano l'attenzione né dei partiti né delle organizzazioni sindacali.

Tra i tanti concetti e principi che permeano il mondo del volontariato e che richiederebbero maggiore sviluppo, resta per noi, che continuiamo ad operare con l'entusiasmo di sempre, il compito di agire attuando, anche nelle piccole azioni, i valori cardini del volontariato e cioè la gratuità e la solidarietà. E' bene, inoltre, non dimenticare che il prossimo anno sarà quello dell'invecchiamento attivo e sarà compito anche della nostra associazione intraprendere azioni in linea con quelli che saranno gli obiettivi condivisi a livello europeo su questo importantissimo tema che ci riguarda tutti da vicino, giovani e meno giovani!

Maria Adelaide Aguzzi

LAVORI IN ...RIPRESA!!!

In settembre riprenderanno le varie attività: il corso di sostegno psicologico mediante l'arte-terapia per i caregiver dei malati di Alzheimer presso la sede A.M.A.T.A di Perugia, gli *incontri settimanali di musicoterapia per malati* di grado da lieve a moderatamente severo presso la sede del CESVOL di Perugia, il progetto di assistenza domiciliare per i malati più gravi e i corsi di formazione per volontari, familiari ed operatori a Perugia, Torgiano e Magione *Guardate il nostro sito web o telefonate in sede a Perugia(075/5011256) o al Cesvol Perugia (075/6271976) per informazioni ed iscrizioni.*



MESSAGGIO PER I SOCI

Si raccomanda, a quanti non l'hanno ancora fatto, di voler provvedere al **rinnovo della quota di iscrizione (ricordo che non è detraibile a fini fiscali, mentre le donazioni SI se fatte per posta: conservate le ricevute e/o i bollettini)**, da effettuarsi presso le sedi di A.M.A.T.A. Umbria o il Centro clinico geriatrico, oppure utilizzando il C/C postale n.66293762, intestato ad A.M.A.T.A. Umbria, indicando, possibilmente, se si tratta della quota 2010 o 2011.

La quota associativa annua rimane immutata: 20 € per i soci ordinari, 50 € per i soci sostenitori, 100 € per i soci benemeriti



Le offerte in denaro, a favore di A.M.A.T.A. Umbria, possono essere versate sul C/C postale, oltre che presso le sedi, indicando sempre la causale e, possibilmente, i dati personale (indirizzo, telefono, e-mail) anche per poter essere ringraziati. **Consigliamo la via postale, perché i bollettini di versamento rappresentano la documentazione necessaria per la detraibilità a fini fiscali**



Associazione Malati Alzheimer e Telefono
Alzheimer Umbria (AMATA Umbria)

Affiliata
Federazione Alzheimer Italia e
Alzheimer Uniti ONLUS

GIORNATA MONDIALE ALZHEIMER 2011 **“I VOLTI DELL’ALZHEIMER!”**

14 settembre, mercoledì

PERUGIA, **“4 Note di Gusto”**: Cena itinerante da via Alessi a C.so Bersaglieri con musica ed intrattenimento. Per ogni partecipante all’iniziativa verrà donato 1 euro a favore di A.M.A.T.A In collaborazione con l’Associazione “Rivivi Borgo Sant’antonio”

16 settembre, venerdì

PERUGIA, Teatro Pavone: alle ore 20.30 proiezione del film **“Una Sconfinata Giovinezza”** di Pupi Avati. Ingresso libero; possibilità di incontrare il regista

17 settembre, sabato

PERUGIA, Palazzo della Provincia, Sala Consiliare, ore 8.30-13: Convegno **“Alzheimer: Ambiente di Vita, Ambiente di Cura”**, in collaborazione con Fontenuovo Onlus, Provincia di Perugia, Istituto di Geriatria - Università Studi Perugia. Partecipazione gratuita. Verrà rilasciato attestato.

TERNI, ore 16: **“Giornata Alzheimer al Tiffany”**, presso la R. P Tiffany, in collaborazione con la Comunità di Sant’Egidio e la Cooperativa AIDAS

18 settembre, domenica

PERUGIA, Ospedale S. Maria della Misericordia, ore 10.30: **Santa Messa per i malati di Alzheimer**, le loro famiglie e tutti coloro che vogliono esprimere la loro solidarietà

21 settembre, mercoledì

PERUGIA, Sala della Vaccara, ore 16.00 Tavola rotonda **“Unita’ Valutative Alzheimer: un’esperienza con un futuro?”**, in collaborazione con Associazione Italiana Psicogeriatria - Sezione Umbro-Marchigiana ed Istituto di Geriatria - Università Studi Perugia.

23 settembre, venerdì

Giornata Alzheimer ad Orvieto, Centro Villanova della R.P. Casa Natività di Maria, Località Villanova di Orvieto

25 settembre, domenica

SOLFAGNANO, pomeriggio, **Giornata Alzheimer al Villaggio Santa Caterina**

1 ottobre, sabato

PERUGIA, Casa Sacro Cuore, Strada del Brozzo 12, ore 19: **Concerto di Canti Friulani, Gruppo Corale di Alesso (Udine)**

14 ottobre, venerdì

Città della Pieve, Sale Comunali, Ore 17: Incontro Pubblico **“Alzheimer nella Residenza Protetta Brizi Bittoni: Volti, Incontri, Cure”**

