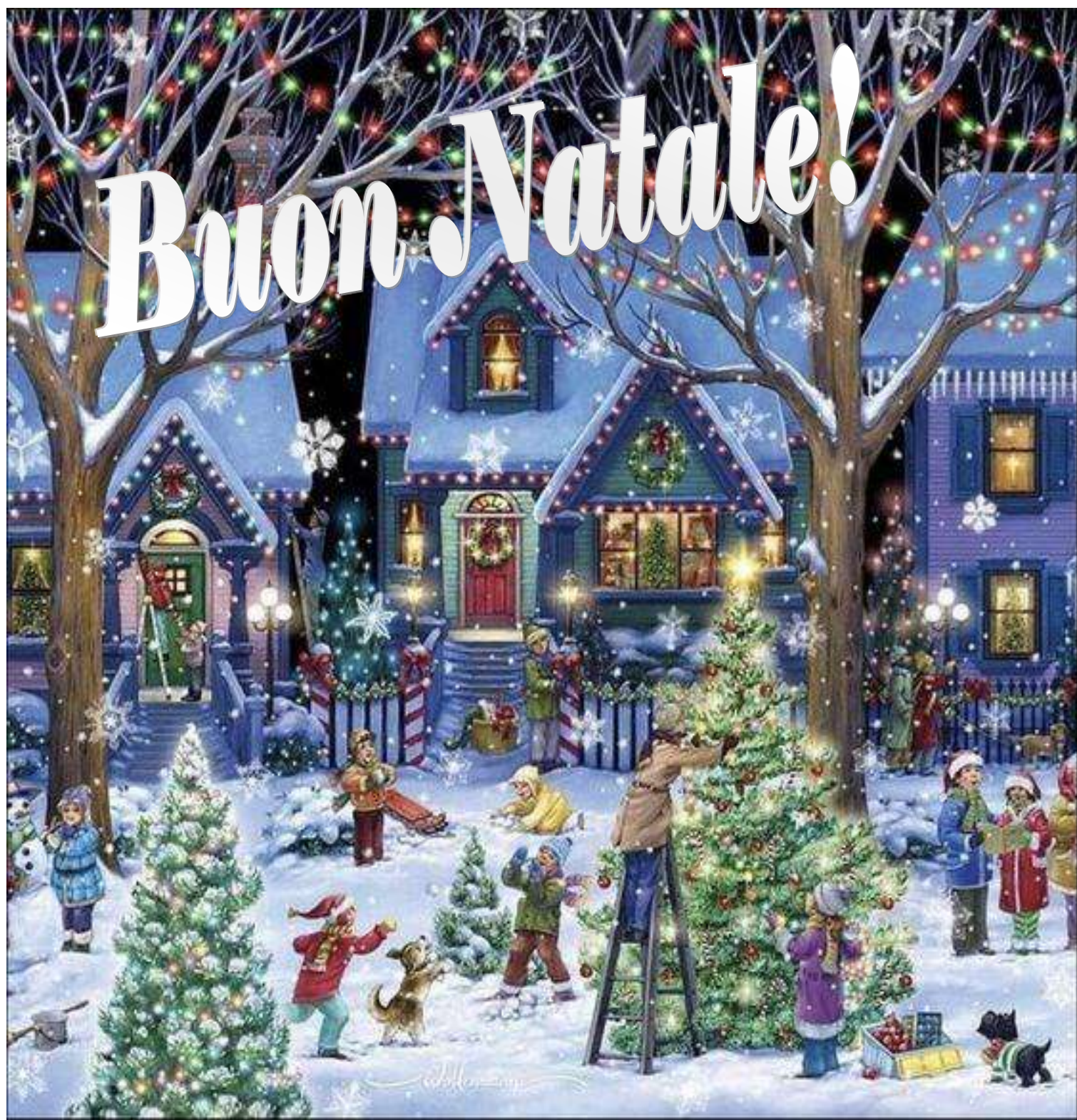


FOGLIO INFORMATIVO DELL'ASSOCIAZIONE ALZHEIMER TRENTO ODV

Direttore Responsabile: Fulvio Gardumi - Editore: Associazione Alzheimer Trento - via al Torrione, 6 - 38122 - Trento -
Reg. Tribunale di Trento n. 1328 del 12/06/2007 - tel. 0461/230775 - spedizione on-line
sito: www.alzheimerrento.org - e-mail: info@alzheimerrento.org



AUGURI DI CUORE A TUTTI VOI

Il Natale è forse la ricorrenza più bella dell'anno da festeggiare in famiglia.

Tutti insieme, comprese le persone malate di Alzheimer che magari non ne ricordano il significato, ma possono godere pienamente le emozioni e l'atmosfera di serenità che permeano queste giornate.

Il Presepe e l'albero di natale costruiti insieme, raccogliendo i desideri, le indicazioni, i suggerimenti di chi soffre di decadimento cognitivo, forse risulteranno diversi dal solito, un po' strani, ma speciali perché frutto della collaborazione e condivisione della famiglia e del malato stesso.

A nome di Alzheimer Trento desidero fare a tutti un grande augurio, in particolare alla persona malata e a chi se ne sta prendendo cura con tanta dedizione e amore; invio loro anche un grande abbraccio di incoraggiamento!

Auguri tutti i nostri Associati e ai i volontari che a vario titolo cercano costantemente di aiutare tutte le persone in difficoltà.

Vi auguriamo di trascorrere queste giornate di festa in autentica serenità dove le emozioni positive possano sbocciare nei cuori e colorare le relazioni.

BUON NATALE e FELICE 2023!

Il Presidente
Renzo Dori



Concerto di di Natale

Sabato 17 dicembre 2022 ore 17.00

Presso la Sala delle Marangonerie
Castello del Buonconsiglio

*Siete cordialmente
invitati
al concerto
di Natale*



INGRESSO GRATUITO

E' GRADITA LA PRENOTAZIONE



Concerto

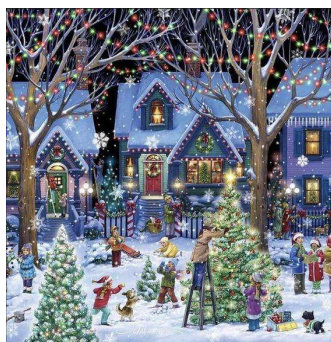
Scuola di Musica
"I MINIPOLIFONICI" di Trento

ORCHESTRE ARCHI

"Le Semicrome"
direttrice Barbara Zanor

"Riccioli Sonori"
direttrice Andrea Marmolejo Ortiz

Il vero significato del Natale ci ricorda l'esigenza di inclusione di tutte le persone svantaggiate: Alzheimer Trento opera per favorire l'accoglienza delle persone con demenza



Per la pagina iniziale del giornalino dell'Associazione abbiamo scelto questa immagine che rappresenta una comunità dove, tutti insieme, stanno allestendo le decorazioni natalizie del loro quartiere. Questo clima di condivisione ci riporta a un auspicabile clima di accoglienza nei confronti di tutti: dei bambini certo, che per loro natura suscitano sentimenti di affetto e protezione, ma anche delle persone fragili e con difficoltà per le quali non è così automatico avere questi impulsi generosi.

Proprio per favorire l'inclusione e l'accoglienza e per togliere lo stigma che, purtroppo, ancora perdura nei confronti delle persone con varie disabilità soprattutto psichiche, Alzheimer Trento, insieme ad altre realtà territoriali, sta operando per costruire una "Comunità Amica delle Persone con Demenza".

E' urgente sensibilizzare la collettività perché, attraverso la conoscenza del problema, riesca a capire quanto sia importante e utile per i malati e le loro famiglie sentire che chi vive intorno a loro riconosce nel malato di demenza la stessa persona che, prima di essere colpito dalla malattia, godeva di rispetto e considerazione e poteva sentirsi appartenente alla comunità stessa. La stessa stima deve continuare a manifestarsi come è normale per una persona che è stata colpita da una qualsiasi altra malattia.

E' necessario ricordare che ogni individuo, nel corso della propria storia, può trovarsi a vivere momenti in cui riesce a esprimere le proprie risorse e momenti in cui può attraversare difficoltà e fatiche.

Per questo è utile impegnarsi a capire i bisogni di ciascuno coltivando la sensibilità e il senso di grande rispetto anche e soprattutto nei confronti delle persone con qualsiasi infermità .

Uno dei progetti che ci impegna con grande convinzione è la collaborazione con le scuole per un progetto educativo dei bambini/ragazzi a favore della solidarietà intergenerazionale tra anziani e giovani. Siamo certi che, se correttamente informati, i giovani sono molto sensibili e aperti e saranno coloro che renderanno possibile la trasformazione della società verso una maggiore predisposizione all'accoglienza e al superamento dell'imbarazzo di fronte ai limiti altrui, motivo spesso della riluttanza che blocca noi adulti.

Sul sito www.alzheimerrento.org è visibile un video ideato da Marco Tabilio, nell'ambito del progetto **"Verso una Comunità Amica delle Persone con Demenza"** che l'Associazione Alzheimer Trento, il Comune di Trento, le A.P.S.P. Margherita Grazioli di Povo - Civica di Trento e Beato de Tschiderer stanno realizzando per sensibilizzare la comunità sul tema dell'accoglimento e dell'inclusione delle persone malate di demenza. Il video, dal titolo "Le avventure spaziali del Signor Gianni", propone alcune situazioni nelle quali ognuno di noi può adoperarsi per aiutare un concittadino che, trovandosi fuori casa, risulti disorientato e in difficoltà.

Il prof. Trabucchi si dice ottimista sulla scoperta di un farmaco per curare l'Alzheimer

In una recente intervista al quotidiano L'Arena il prof. Trabucchi, geriatra, esperto in tema di Alzheimer, fa una previsione ottimistica per quanto riguarda la scoperta di un possibile farmaco che possa curare l'Alzheimer.

Di seguito l'intervista a Manuela Trevisan di Salute e Benessere

«Entro cinque anni avremo farmaci efficaci per la cura dell'Alzheimer». Sono parole che fanno bene al cuore, quelle di **Marco Trabucchi**, cattedratico veronese, presidente della **Associazione italiana psicogeriatra**.

Una previsione che arriva all'indomani della notizia del fallimento dei test sperimentali di un farmaco sviluppato dal colosso svizzero Roche, che avrebbe dovuto aiutare a evitare la demenza dei pazienti al primo stadio della malattia.

Professor Trabucchi, questa notizia rischia di far perdere un po' le speranze a chi soffre di Alzheimer e alle loro famiglie?

Io credo che anche questi fallimenti siano utili, perché hanno permesso di conoscere meglio la malattia e hanno fornito spunti e stimoli a un complesso di ricerche per il futuro.

Si sente di fare qualche previsione?

È difficile, nel mondo della ricerca, capire cosa accadrà nei prossimi anni, anche perché c'è sempre di mezzo un po' di «serendipity», di fortuna. Dal punto di vista razionale, però, mi sento di dire che **entro cinque anni avremo un farmaco efficace** per la cura dell'Alzheimer. Poi si dovrà capire se rivolto ai pazienti al primo stadio della malattia o in fasi avanzate. Spero di non fare la figura dell'indovino, anche perché in genere io sono una persona prudente, ma è ciò che ritengo sulla base della mia esperienza.

Ma quali sono i sintomi che devono allertare i familiari?

Quando viene da dire "Non è più lui". Non ci sono sintomi palpabili, ma segnali che solo la famiglia può cogliere: se una persona allegra e serena, ad esempio, diventa improvvisamente triste, ansiosa, irascibile, smette di fare volontariato o di coltivare hobby. In questo caso, è necessario rivolgersi a un medico e consultare un centro per le demenze.

Una diagnosi tempestiva porta benefici?

Certamente, da due punti di vista. Innanzitutto, viene spiegato ai familiari quali atteggiamenti adottare. Una persona malata di Alzheimer soffre,

perché capisce di essere in fase decadente. Pertanto, non ha bisogno di aggressività, ma di qualcuno che la aiuti ad affrontare le difficoltà e, al tempo stesso, ne stimoli l'autonomia. E poi, ovviamente, ci possono essere interventi di tipo clinico. Anche se non esiste un farmaco specifico, ci sono alcune indicazioni da seguire per rallentare l'evolversi della malattia.



Qualche consiglio a livello di prevenzione?

Sicuramente l'attività fisica, al primo posto, e la stimolazione intellettuale. Una volta in pensione, bisogna tenere la testa in attività, coltivare interessi, per non rischiare di chiudersi in se stessi.

L'Alzheimer è una malattia del mondo contemporaneo?

No, è sempre esistita. Ma in passato si moriva a quarant'anni e non faceva in tempo a svilupparsi. Oggi, nella maggior parte di casi, emerge in età avanzata, dopo i settant'anni, e ci si può convivere dai due anni fino anche ai quindici: c'è un'alta variabilità individuale.

In questo periodo di tempo, come si deve comportare la famiglia?

Nel corso della malattia si incontrano fasi diverse, con aggravamento dei sintomi, allettamento, che possono avere anche velocità diverse: i familiari devono essere in grado di adattarsi e gestire queste situazioni.

E laddove manca una famiglia?

Il problema è proprio questo. Finché ci sono i figli che possono fornire supporto è tutto più semplice, ma sempre più spesso i nostri pazienti sono soli o hanno solo il coniuge, a sua volta anziano, che difficilmente può reggere anche solo la fatica fisica che una malattia come questa comporta. È una situazione drammatica. Se facciamo sempre meno figli, tra 30 anni chi assisterà le persone anziane?

DALLA PARTE DELLA PERSONA MALATA

Vivere con ... L'ALZHEIMER

Un libro per ritrovare la bussola nella malattia, capire cosa potrebbe accadere nella vita di una persona dopo la diagnosi e come fare per starle vicino

La diagnosi di Alzheimer è di quelle che sconvolgono la vita di tutta la famiglia. Perché richiama alla mente l'immagine di qualcuno che non è più capace di ricordare, pezzi anche importanti del proprio passato, che ha difficoltà a far di conto, a muoversi negli spazi di casa propria, che confonde date e luoghi, che cambia improvvisamente umore, che ha difficoltà anche a parlare a volte.

Una diagnosi di Alzheimer spaventa e avere una bussola per capire cosa succederà, come cercare di gestire al meglio questa nuova vita, può fare la differenza. È con questo intento che è nato "Vivere con... L'Alzheimer" (Giunti Editore, Collana Demetra), un libro scritto a quattro mani da Antonio Guaita e Bianca Maria Petrucci, rispettivamente geriatra e Direttore del Centro di ricerca della Fondazione Golgi Cenci di Abbiategrasso e docente in Terapia Occupazionale presso l'Università di Milano, in collaborazione con Federazione Alzheimer Italia.

Uno strumento per capire la malattia

Non si tratta di un manuale meramente teorico. "Vivere con... L'Alzheimer" è uno strumento per capire la malattia, per darle un posto nel vasto mondo delle demenze e avere consapevolezza di cosa potrebbe accadere quando un familiare o una persona a noi cara incappa nella diagnosi. Ma è anche uno strumento per aiutare chi vive a fianco di una

persona con Alzheimer. La prima parte del libro, infatti, è dedicata a comprendere la malattia, illustrando gli esami e i criteri con cui è diagnosticata (sempre come "probabile", spiegano gli autori, perché la diagnosi certa sarebbe possibile solo post-mortem), con quali sintomi può presentarsi, quando un comportamento è davvero anomalo e deve destare sospetto o può considerarsi occasionale e magari legato all'età. Trova spazio in questa sezione anche un approfondimento sulle cure farmacologiche: dall'Alzheimer non si guarisce e non esistono a oggi terapie risolutive, ma solo sintomatiche. In parte perché le terapie testate finora (e anche approvate, come nel caso del discusso Aducanumab, bocciato in Europa) mirano a eliminare una delle possibili cause associate alla malattia, l'accumulo della beta amiloide, quando i danni associati possono essere già avvenuti e irreparabili.

Imparare a gestire l'Alzheimer

L'assenza di terapie farmacologiche, però, ci ricordano gli autori, non significa che l'Alzheimer non si possa gestire, anche se con difficoltà. Ed è proprio nella seconda sezione che il libro assume il carattere di una bussola, tenendo a mente che le direzioni da seguire al fianco di qualcuno con la malattia possono cambiare, perché la malattia cambia nel tempo e così i bisogni del paziente.

Ecco allora che trovano spazio tutta una serie di consigli e ac-



consigli pratici per venire incontro alle difficoltà della malattia, come favorire l'uso di colori pieni e in contrasto tra loro nell'uso di oggetti e dello spazio; parlare piano, guardando la persona negli occhi, scandendo bene le parole e ripetendo le frasi se necessario; favorire le esperienze tattili; non sovraccaricare l'ambiente e le azioni di stimoli; eliminare le distrazioni.

E ancora: utile è accompagnare la persona con Alzheimer con calma, pazienza e regolarità nello svolgimento delle diverse attività, tenendo conto che cambi d'umore possono sempre comprometterle e vanno compresi.

Conoscere tutte le difficoltà della persona con Alzheimer, da quelle visive a quelle cognitive, ma anche la vita che ha vissuto prima della malattia, serve a entrambi, paziente e caregiver. Al primo serve a vivere al meglio la vita quotidiana, al secondo a capire come approcciarsi nei diversi momenti della giornata per renderli più semplici, nella gestione dei pasti, così come nelle eventuali uscite, nel vestirsi, nell'andare in bagno e lavarsi.

Ma è altresì importante - e il libro è denso di consigli in materia - che il caregiver sappia come gestire o adattare gli spazi in cui si muove la persona. Le diverse attività, ricordano inoltre gli autori, possono presentare sfide diverse a seconda dello stadio della malattia e tenerne conto, conoscerle per tempo, è fondamentale per organizzarle al meglio. Questo manuale è

soprattutto uno strumento per chi si prende cura di una persona con demenza, utilissimo proprio perché parte dalla realtà quotidiana - scrive Gabriella Salvini Porro, presidente della Federazione Alzheimer Italia nella presentazione del libro - Non esiste nulla di così completo su questi aspetti, scritto in modo che tutti possano capire e

avere indicazioni su come agire. Spesso si sente dire: “è malato di Alzheimer, non c’è nulla da fare”, questo libro porta all’opposto a poter dire “è malato di Alzheimer, c’è moltissimo da fare”.

Anna Lisa Bonfranceschi

Originariamente pubblicato su Repubblica.it e sulla rivista Alzheimer Italia

VISITA A UN CENTRO DI ALTA SPECIALIZZAZIONE IN NEUROSCIENZE PRESENTE SUL NOSTRO TERRITORIO

Nelle settimane scorse alcuni Consiglieri del direttivo sono stati a visitare il **CeRin** (Centro di riabilitazione Neurocognitiva) e il **Cimec** (Centro Interdipartimentale Mente/Cervello). Due strutture della Università di Trento che formano il Centro interdisciplinare, che si occupa di ricerca e formazione nell’ambito delle neuroscienze cognitive. Al nostro arrivo al CeRin siamo stati accolti dalla dott. ssa Alessandra Dodich, neuropsicologa e ricercatrice del Centro, che ci ha mostrato i laboratori e descritto le diverse prestazioni cliniche erogate in regime ambulatoriale a pazienti adulti con disturbi neurocognitivi in fase post-acuta o cronica nel contesto di diverse patologie neurologiche. Le condizioni più frequentemente seguite includono gli esiti di eventi cerebrali vascolari o post-traumatici, le demenze degenerative (tra cui anche l’Alzheimer) e il Parkinson. Le prestazioni cliniche offerte dal Centro che opera sulla base di un accordo fra l’Università di Trento e Azienda Provinciale per i Servizi Sanitari (APSS) comprendono la visita neurologica, l’inquadramento neuropsicologico e il trattamento riabilitativo. Al termine del primo step gli operatori valutano l’efficacia della riabilitazione per poi procedere ad una presa in carico del paziente a tutto campo. I trattamenti riabilitativi, individuali o di gruppo offerti, comprendono sia la riabilitazione cognitiva con trattamento dei disturbi dell’attenzione e della memoria, sia quella logopedica (disturbi del linguaggio) che quella fisioterapica per il superamento di eventuali deficit motori. Per accedere alle prestazioni è necessario avere un’ impegnativa prescritta da uno specialista neurologo, fisiatra o geriatra ospedaliero della A.P.S.S.

Il campo delle attività svolte da questo Centro di ricerca e l’alta qualificazione sia tecnica che professionale ha destato in tutti noi un grande interesse. Si è concordato di avviare una collaborazione: a metà dicembre avremo un prossimo incontro per valutarne le possibilità

Dalla sede di Rovereto ci siamo poi recati presso i laboratori di ricerca CIMeC di Mattarello dove, con la guida del prof. Jorge Jovicich, abbiamo potuto visitare il laboratorio dedicato alle Neuroimagine dove operano ricercatori universitari.

Anche in questa sede abbiamo potuto apprezzare l’alta specializzazione del Centro.

Siamo entrati “in punta di piedi” in un mondo dove l’alta tecnologia, legata a grande professionalità per raggiungere obiettivi di ricerca avanzata nel settore delle Neuroscienze Cognitive, sta diventando sempre più impegnativa anche a causa dei costi elevati d’acquisto, gestione, manutenzione e utilizzo della strumentazione necessaria.

Le competenze multidisciplinari, presenti nella struttura, sono fondamentali per favorire lo svolgimento di attività di ricerca di eccellenza e la fornitura di servizi tecnologicamente avanzati. Le equipe di ricercatori presenti, sia italiani che europei e mondiali, garantiscono un alto livello di competitività e scambio proficuo di esperienze sia a livello nazionale che internazionale delle quali la collettività potrebbe trarne un grande vantaggio.

Conclusa la visita, dopo aver ringraziato i nostri accompagnatori, ci siamo ripromessi di approfondire ulteriormente la reciproca conoscenza per poter offrire anche ai nostri soci e familiari, che stanno affrontando il difficile compito della gestione quotidiana della malattia di Alzheimer, una ulteriore speranza legata alla ricerca avanzata.

È aperta la campagna di rinnovo delle quote sociali.

Anche quest'anno, come già da diversi anni, abbiamo mantenuto stabile l'ammontare della quota.

L'Associazione vive grazie alla collaborazione attiva dei Soci è quindi prezioso ogni aiuto, in funzione delle possibilità di ciascuno.

La quota o l'offerta può essere versata tramite Bonifico bancario Cassa Rurale di Trento

codice IBAN IT 52 M 08304 01803 000020312204

oppure

**presso la nostra sede sociale in via al Torrione, 6
negli orari di apertura segnalati a fondo pagina**

QUOTA SOCIO ORDINARIO € 20.00

QUOTA SOCIO SOSTENITORE € 30.00

Le offerte all'Associazione sono fiscalmente detraibili solo se versate con bonifico bancario



**Codice Fiscale
96051790226**

Grazie a tutti coloro che, in qualsiasi forma, ci hanno aiutato a proseguire nella nostra attività di sostegno alle famiglie dei malati di Alzheimer.

Tale generosità è una dimostrazione di fiducia e di stima nei confronti di tutti noi ed è quindi uno sprone a continuare per cercare di far sentire meno sole le famiglie impegnate ad affrontare questa malattia!



Alzheimer Trento è sempre alla ricerca di persone volonterose e che abbiano del tempo libero da offrire all'associazione per aiutare le famiglie dei malati di Alzheimer.

L'associazione si impegna a formare le persone disponibili in modo da offrire loro le competenze necessarie a svolgere la loro preziosa collaborazione.

ALZHEIMER TRENTO ODV
via al Torrione, 6 38122 TRENTO
Tel. 0461/230775
sito: www.alzheimertrento.org
email: info@alzheimertrento.org

Orario di segreteria:
Lunedì, giovedì e venerdì dalle 10.00 alle 12.00
martedì dalle 16.00 alle 18.00

Il foglio informativo è consultabile sul sito: www.alzheimertrento.org