

A G O S T O 2 0 2 3

VIETATO CANCELLARE!

NOTIZIARIO DI AMA BIELLA

Anno III Numero VIII



AMA BIELLA
Associazione Malattia di Alzheimer



ABBIAMO PERSO UNA "I" PER ESSERE ANCORA PIÙ VICINI AI BISOGNI DEL TERRITORIO

I più attenti tra voi l'avranno notato: il nome della nostra associazione ha perso una "I" ed è diventata Associazione Malattia di Alzheimer (AMA Biella). Per trent'anni quella "I" - AIMA Biella - è stata il filo sottile che ci legava all'associazione nazionale alla quale, da neofiti che muovevano i primi passi, ci eravamo affiliati. Negli anni ci siamo però accorti che, in fondo, quella "I" di "italiana" avesse un significato poco rilevante rispetto a quel "Biella" che invece rappresentava il fulcro del nostro operare. E così per una necessità di sottolineare, anche nel nome, il nostro radicamento sul territorio, da aprile abbiamo cambiato nome. Noi restiamo gli stessi dunque per continuare ad AMArvi ancora di più.

SOMMARIO

- Valdilana, un modello di collaborazione da replicare
- Mente Locale, oltre le duecento presenze a settimana
- Biella sempre più anziana: opportunità o emergenza?
- Le emozioni sono la sostanza principale dei nostri ricordi



Edizione chiusa in redazione e inviata venerdì 30 giugno alla tipografia per la stampa e la distribuzione.

Questo magazine quadrimestrale è spedito gratuitamente a tutti i soci e agli amici di AMA Biella. Il prossimo numero uscirà a novembre.

Il centro d'incontro Mente Locale resta chiuso dal 1 al 20 agosto. Buona estate!



PROGETTO GREAT OLD BIELLA È CONCLUSA LA MAPPA DEI SERVIZI

È stato pubblicato a giugno l'opuscolo che raccoglie la Mappa dei Servizi nell'ambito del progetto di ricerca dell'Università di Torino "Great Old Biella" sostenuto da Compagnia di San Paolo e realizzato in collaborazione con Fondazione Cassa di Risparmio di Biella.

La Mappa presenta una panoramica dei servizi pubblici, di assistenza anche domiciliare ma anche di prevenzione, orientamento, trasporto e attività culturali. Del gruppo di ricerca hanno fatto parte Valeria Cappellato, Giovanni Cellini, Marilena Dellavalle, Marina Di Giacomo, Cecilia Bighelli e Aurora Celano.

Anche AMA Biella è stata coinvolta nella raccolta dei dati. Per chi fosse interessato ad averne una copia, sono disponibili alla segreteria del centro Mente Locale in via A. Gramsci 29 a Biella

ABBIAMO TRASFORMATO IL VOSTRO 5XMILLE IN OSSIGENO PREZIOSO

Fino a settembre avete l'opportunità di donare il 5xMille ad AMA Biella indicando il nostro codice fiscale - lo vedete in basso a destra - nell'apposita sezione della dichiarazione dei redditi. Ogni anno in Italia una grande quantità di risorse che potrebbe essere destinata a sostenere il volontariato non viene assegnata semplicemente perché le persone si dimenticano di firmare o non sanno di poterlo fare. Per AMA Biella i fondi del 5xMille sono una boccata di ossigeno molto importante che destiniamo alla copertura delle spese di esercizio del centro d'incontro Mente Locale dove si svolgono la maggior parte delle nostre attività di prevenzione delle demenze attraverso laboratori di stimolazione cognitiva e corsi che abbinano la socializzazione al movimento. Ogni euro che ci donate attraverso il 5xMille ha una ricaduta concreta su un territorio dove l'età avanza e preservare la salute il più a lungo possibile è cruciale.



Aiutaci a impedire che demenze e Alzheimer cancellino quanto abbiamo di più caro.

Il decadimento cognitivo si può prevenire!

AMA Biella sta già facendo la sua parte.
Dacci una mano a fare ancora di più.

Firma per il 5xMille ad AMA Biella




SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITÀ SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CUI ALL'ART. 10, C. 1, LETT.A) DEL D.LGS. N. 460 DEL 1997

FIRMA Nome Cognome

Codice fiscale del beneficiario (eventuale): 910021036100211



AMA E COMUNE DI VALDILANA, UN MODELLO DI COLLABORAZIONE PER SUPPORTARE I PIÙ FRAGILI

E' il terzo comune della nostra provincia per numero di abitanti ed è anche il più "nuovo" dal punto di vista amministrativo. Da lungo tempo volevamo coagulare in quell'area del Biellese un po' di attività, per raggiungere in modo più capillare la numerosa popolazione anziana che vi risiede. Negli anni scorsi, non poche attività ci hanno visto protagonisti; ora, dopo un po' di pausa, era il momento di tornare in Valdilana! Dallo scorso ottobre AMA Biella è impegnata in due distinti progetti a beneficio della popolazione là residente. Le iniziative si occupano di contrastare il decadimento cognitivo e complessivamente coinvolgono, con attività di gruppo presso Trivero (Biblioteca) e Vallemosso (Sala E. Biagi) una quarantina di persone ultra 65enni. Il primo progetto è realizzato da AMA Biella in convenzione con ASLBI e rappresenta una applicazione del Piano Nazionale Demenze: riguarda percorsi di stimolazione cognitiva e gruppi di supporto psicologico, con cadenza prima bisettimanale (ott-dic 2022) ora settimanale (gen-lug 2023) i cui esiti sono monitorati tramite test validati dalla direzione scientifica del progetto sperimentale.

La partecipazione è gratuita ma è riservata a persone con diagnosi di decadimento cognitivo già in carico al CDCD (Centro per i disturbi cognitivi e demenze) dell'Ospedale di Biella. Il secondo progetto, iniziato a marzo e in via di conclusione a luglio, riguarda attivazione di laboratori di

potenziamento cognitivo e di stimolazione (nei casi di maggior criticità), tramite incontri settimanali in gruppo. Viene realizzato grazie anche a un contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Biella e ai partecipanti viene richiesta una compartecipazione ai costi pari a 10€ a incontro per un percorso di 10 appuntamenti complessivi. Per entrambi i progetti, abbiamo beneficiato della grande collaborazione del Comune di Valdilana, nelle persone del Sindaco Mario Carli e dell'Assessora Elisabetta Prederigo, (Solidarietà e inclusione sociale, Servizi alla persona e alla comunità) che con appositi atti ha concesso gratuitamente ad Ama Biella l'utilizzo delle sue sale civiche. Questa articolata attività mira a sostenere le persone anziane del nostro territorio e a dare supporto anche alle famiglie che hanno al loro interno un congiunto colpito da questa grave patologia. Non di meno, il secondo progetto contribuisce a ritardare l'insorgere del decadimento cognitivo e funge quindi da azione preventiva per il gruppo di cittadini non diagnosticati.

Marco Cassisa



CENTRO MENTE LOCALE, SUPERATE LE DUECENTO PRESENZE A SETTIMANA

La consideravamo una sorta di “soglia psicologica” e, a maggio di quest’anno, il traguardo delle duecento presenze settimanali al centro d’incontro Mente Locale è stato raggiunto e superato.

Un indicatore che dà la dimensione di come l’impegno di tutto lo staff di AMA Biella per traghettare il suo progetto di punta oltre le secche della pandemia stia generando ottimi frutti. Un andamento, quello dei primi mesi del 2023,



che conferma al rialzo i numeri più che positivi coi quali avevamo già chiuso il 2022, quando abbiamo registrato un totale 370 iscrizioni al centro con 1200 ore di attività erogate, tra stimolazione cognitiva, terapia occupazionale, laboratori motori, socializzanti e artistici. Sempre nel 2022 i gruppi di lavoro gestiti sono stati 50 cui si aggiungono gli utenti coinvolti nei vari progetti di cui AMA Biella ha la regia in collaborazione con altri soggetti del territorio, per esempio con ASL Biella.

Un incoraggiamento che premia il team di operatori per l’alta qualità professionale del loro lavoro e, soprattutto, per il loro entusiasmo e la loro passione.

ALLENARE LA MEMORIA IN COMPAGNIA DIVENTA POSSIBILE ANCHE PER CHI NON RIESCE A FREQUENTARE IL NOSTRO SPAZIO A BIELLA

Partecipare a un percorso di stimolazione cognitiva per mantenere la memoria in salute è possibile, non soltanto al centro Mente Locale a Biella, ma in altri comuni della provincia. Per ora le sperimentazioni hanno coinvolto Valdilana, Verrone, Candelo ma, da settembre, potrebbero partire a Mongrando dove, il 28 giugno, abbiamo tenuto una serata informativa (foto) e in Valle Cervo. E’ uno degli obiettivi che, avendo l’appoggio dei Comuni, diventa possibile realizzare.





DAL LABORATORIO SUL RESPIRO ALLA CUCINA DEI RICORDI. QUALI NOVITÀ VI ASPETTANO DA SETTEMBRE

Siamo entrati nel periodo estivo e, anche quest'anno, il centro d'incontro *Mente Locale* si prenderà una pausa dal 1 al 20 agosto.

E' il momento giusto quindi per gettare uno sguardo sull'autunno e per raccontarvi le novità alle quali stiamo lavorando in vista della ripresa di settembre.

Per quanto riguarda le attività motorie e socializzanti, puntiamo a far ripartire i gruppi di Qi-Gong, una disciplina che unisce il movimento dolce alla meditazione che avevamo già proposto negli anni scorsi.

Sarà invece una novità il laboratorio di *breathwork*, un percorso interamente focalizzato sulle tecniche di controllo della respirazione che permettono di riattivare le energie e controllare meglio gli stati d'ansia e lo stress. Novità in arrivo anche sul fronte della terapia occupazionale con una proposta di *cooking therapy* che punterà a stimolare i ricordi lavorando sulle ricette, sulle esperienze sensoriali (sapori, profumi) e sul cucinare insieme.

Stiamo inoltre pianificando un nuovo percorso dedicato allo psicodramma come strumento espressivo che permette di lavorare sulle emozioni e sul vissuto più profondo.

Secondo una formula collaudata, le nuove attività saranno proposte con la possibilità di una prova gratuita a inizio del percorso. Per restare aggiornati sul calendario di proposte di *Mente Locale* e sulle modalità di accesso, potete seguire la nostra pagina su Facebook oppure il sito del centro o contattare la segreteria. Trovate i contatti e i link nell'ultima pagina. Le iscrizioni alle diverse attività sono aperte tutto l'anno.

STIMOLAZIONE COGNITIVA: COS'È PERCHÈ È UTILE

La stimolazione cognitiva è un insieme di attività che ha l'obiettivo di stimolare e mantenere vive le capacità mentali di una persona, in modo che possa restare autonoma più a lungo e godere di una migliore qualità di vita.

Si parla di stimolazione cognitiva anche come "brain-fitness" o "palestra della mente" associandola ai benefici che l'allenamento ha sul cervello così come il movimento ce l'ha per il corpo. Gli esercizi possono variare a seconda del grado di potenziamento che si vuole attivare e basarsi, per esempio, su giochi di parole o di numeri, utilizzare disegni e grafiche. Di solito gli "attrezzi" richiesti per allenarsi sono semplicemente una penna e un foglio di carta. La stimolazione cognitiva viene fatta il più possibile in gruppo perché l'interazione e il supporto reciproco sono, a loro volta, elementi che ne incrementano l'efficacia.

Donando ad AMA Biella

80 EURO

*sostieni un mese
di stimolazione cognitiva
per chi ne ha bisogno*



SIAMO LA PRIMA PROVINCIA ITALIANA PER NUMERO DI ANZIANI: UN'EMERGENZA O UN'OPPORTUNITÀ?

Sedersi per mezz'ora al bar di uno dei centri commerciali cittadini, in una qualsiasi mattinata feriale, e guardarsi attorno con attenzione.

Non è necessario addentrarsi nelle rilevazioni statistiche per capire quello che anche soltanto uno sguardo attento può cogliere: Biella è una provincia che diventa sempre più vecchia.

I numeri che confermano questa sensazione sono quelli dell'Istituto Superiore di Statistica per il quale, nel 2022, Biella è stata niente meno che la provincia italiana col maggior numero di

persone in età avanzata.

E benché la definizione di "anziano" nel 2023 sia piuttosto ampia e complessa, dal mero punto di vista anagrafico i residenti biellesi che hanno già superato i 65 anni, sempre secondo l'ISTAT, sono circa il 30% degli abitanti mentre l'età media della popolazione è di 49,7 anni.

A Caserta, la provincia più giovane d'Italia, l'età media è di 43 anni. Per restare in Piemonte si attesta più o meno sui 47 anni con pochissime variazioni da città a città.

Per Biella inoltre l'indice di vec-

chiaia, cioè quel dato che misura il numero degli anziani su un insieme di 100 giovani, è 282 a fronte di una media italiana di 187.

E un altro numero su cui riflettere è l'indice di dipendenza strutturale, quel dato che definisce il rapporto tra la popolazione attiva - quelli che lavorano e pagano i contributi - e la parte non più attiva - chi percepisce la pensione. Per la provincia di Biella l'indice è 66,4 mentre in Italia si ferma al 57,3 ed è considerato comunque uno tra i più alti in Europa.

Questo quadro rende Biella un



GRAZIE AL LIONS CLUB BUGELLA CIVITAS PER IL SOSTEGNO ALLE NOSTRE ATTIVITÀ

C'eravamo anche noi di AMA Biella martedì 7 giugno al Circolo Sociale di Biella all'annuale cerimonia di consegna dei services del Lions Club Bugella Civitas. Nella foto la presidente Anna Maria Fileppo Vitalba è con Marco Cassisa, responsabile della raccolta fondi per la nostra associazione, che ha ritirato la donazione. AMA Biella esprime tutta la sua gratitudine per questo prezioso sostegno che contribuirà a finanziare le attività di terapia occupazionale domiciliare a beneficio di famiglie e persone che convivono con le demenze.

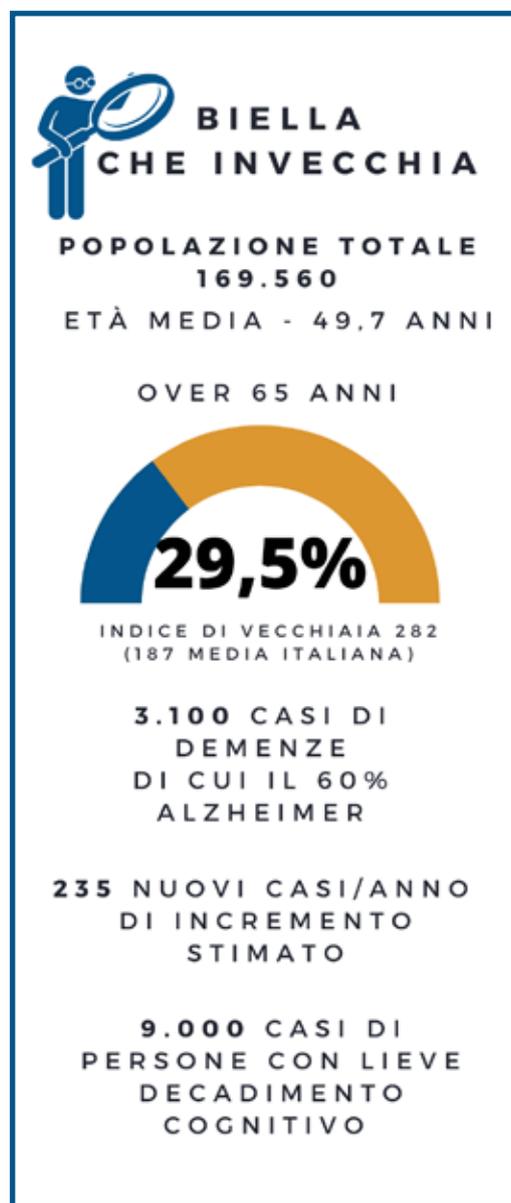
laboratorio tutto particolare perché il vivere qui ci permette di intuire, oggi con molto anticipo, i problemi - sociali, strutturali, assistenziali - che l'Italia dovrà affrontare probabilmente tra dieci anni quando, se l'andamento demografico non cambierà, l'intero Paese si troverà fare i conti con una popolazione sempre più vecchia.

I dati provinciali che ci toccano ancora più da vicino sono però quelli che riguardano le diagnosi di demenze e soprattutto le stime di incremento dei casi.

Stando ai dati disponibili - che non è detto restituiscano fedelmente la situazione reale, la percentuale di persone con demenze nel Biellese è del 6,28% con 3.100 casi.

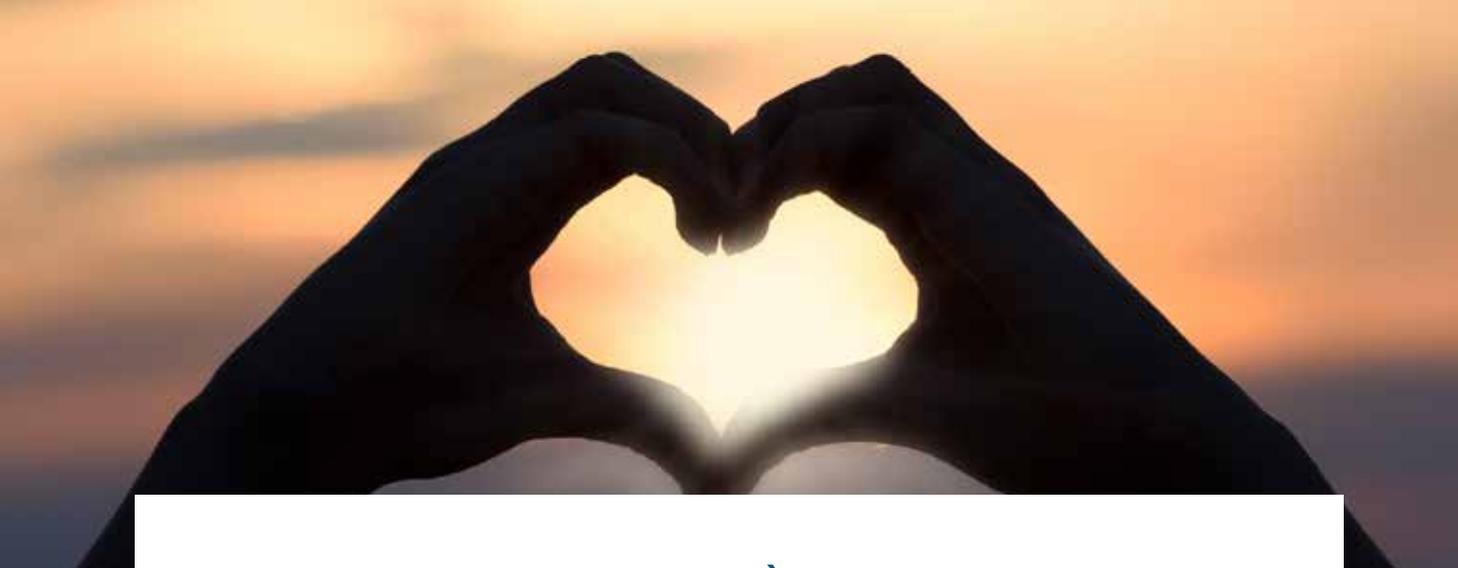
Di questi, circa il 60% ha una diagnosi di Alzheimer (1.900 casi). Le stime sulle nuove diagnosi evidenziano a loro volta un incremento di 235 nuovi casi all'anno e ancora più rilevante è il numero - sicuramente sottostimato - dei circa 9.000 casi di persone over 65 con un lieve decadimento cognitivo. Una zona d'ombra, quest'ultima, dove si collocano molto probabilmente tante persone che fino a oggi sono rimaste fuori - o ai margini - da qualsiasi tipo di attività o rete di contatti che potrebbe aiutarle, se non a guarire, quanto meno a rallentare la perdita di capacità mentali e a restare autonome più a lungo.

Di fronte a questi dati e agli scenari che fanno presagire, AMA Biella non può non sentirsi chiamata in causa e non può esimersi dal suonare, metaforicamente, la sveglia a istituzioni ed enti del territorio perché mettano l'invecchiamento della popolazione al primo posto delle loro priorità di programmazione. Non si tratta soltanto di destinare risorse una tantum, a pioggia o di intervenire sulle emergenze. Si tratta di programmare in modo strategico politiche adeguate e a lungo termine, uscendo dalle "zone di comfort" per sperimentare modelli di assistenza innovativi e inclusivi.



UN SERVICE DAL ROTARY CLUB BIELLA

Lunedì 19 giugno il presidente del Rotary Club Biella, Andrea Franciosi è stato a Mente Locale per consegnare al presidente di AMA, Franco Ferlisi, il service del club a supporto della nostra associazione. Siamo grati per questo sostegno che destineremo alle attività di prevenzione del decadimento cognitivo.



MANTENERE VIVA LA CAPACITÀ DI EMOZIONARSI È LA CHIAVE PER SALVARE LA MENTE DAL DECADIMENTO

Il cervello, non solo quello umano, è la struttura più complessa, misteriosa e meravigliosa che l'universo possa contenere: il suo funzionamento è garantito dalle interazioni continue fra 100 miliardi di neuroni che usano deboli correnti elettriche e circa 50 sostanze chimiche, i neurotrasmettitori. Non è fisicamente un granché: circa un chilo e mezzo di tessuto gelatinoso, la cui parte principale sono i neuroni, cellule ramificate, ognuna delle quali è legata ai neuroni vicini con 10 mila collegamenti in media, i dendriti, i cui terminali

si chiamano sinapsi e ogni neurone ha unicamente un assone che lo collega con le zone più lontane del cervello e agli altri organi.

Durante la gestazione nascono circa 250 mila neuroni al minuto, ma poco prima della nascita la produzione si blocca e dal secondo anno di vita comincia l'attività che durerà per sempre: la creazione di connessioni tra i neuroni.

Sostanzialmente il cervello è una macchina che accumula ricordi per prevedere il futuro, ma il controllo sul funzionamento è strettissimo, perché

ogni dendrite che cerca di collegarsi a un neurone adiacente e quindi costruire un ricordo, deve obbligatoriamente aver ricevuto uno stimolo emotivo da un preciso avvenimento dalla realtà esterna: è il legame alla nostra vita. Se ciò non avviene l'intero neurone viene soppresso. Questo garantisce la nostra capacità di interagire con il mondo e gli eventi reali, senza la quale sarebbe impossibile vivere e convivere; diventeremmo schizofrenici. Quindi tutte le cellule che falliscono le connessioni vengono eliminate, tanto che al momento della



**«SIAMO UNA SPECIE SOCIALE E ABBIAMO
BISOGNO DI CONTINUARE A COSTRUIRE RELAZIONI
SIGNIFICATIVE PER TUTTA LA VITA»**

nascita sono già dimezzate e il fenomeno diviene imponente dai 30-40 anni, quando i neuroni cominciano a morire al ritmo di 100 mila al giorno, circa 1 al secondo. Per fortuna non c'è un corrispondente declino mentale, perché la capacità di creare nuove connessioni preserva le facoltà mentali acquisite, ma quando non riusciamo a creare nuove connessioni, la malattia si chiama Alzheimer. La struttura del cervello muta continuamente, a ogni attimo della nostra vita, quasi a ogni nostro pensiero; si chiama plasticità cerebrale ed è l'immagine della nostra vita: i dendriti sono fragili spighe, al vento di ogni più piccola emozione, gioie e dolori, amori e delusioni, lutti e tradimenti, speranze e fallimenti. Tutto si stampa e muta: il cervello è davvero il luogo dove la chimica incontra i sentimenti. Forse questo è il vero motivo per cui la malattia di Alzheimer continua a rimanere per la scienza un enigma irrisolvibile, soltanto negli ultimi 10 anni sono stati 400 i fallimenti di test clinici di potenziali terapie, come se agli strumenti della ragione sia negata la possibilità di comprendere la drammatica grandezza della tragedia di persone sfortunate che galleggiano sul crinale fra la vita e la morte: fra ricordi che sfuggono come sogni e amori che non muoiono. Ma la chiave di tutto sono le emozioni, perché il nostro cervello è davvero "la macchina delle emozioni", sono queste la chiave della vita; se per sventura perdessimo la capacità di provare emozioni e tutto il nostro agire e pensare si riducesse a puro calcolo, a un freddo algoritmo utilitaristico, i nostri neuroni pagherebbero la loro ansia di socializzare con la

distruzione da parte del nostro sistema immunitario. Perché la vita vera è quella fuori, non quella che in questo caso non viviamo, non le nevrosi che ci costruiamo in solitudine dove stanno in agguato le demenze. Quindi la ricetta è la prevenzione, ma non si tratta di colesterolo, bensì di curiosità, perché sapere ci fa emozionare maggiormente per le cose belle, avere rapporti sereni con chi ci è vicino, perché comprendere gli altri è già un modo di amare, affrontare le sconfitte o i dolori a viso aperto, perché è unica la vita che ci è data e tutte le emozioni la arricchiscono, ridere o piangere quando ne abbiamo voglia, perché la felicità è anche essere compresi, viaggiare, perché i viaggi aprono la mente e anche arrabbiarsi, perché la rabbia repressa è veleno per i nostri neuroni. Siamo animali sociali, lupi, non gatti, e quando ci isoliamo cominciamo a morire, assieme ai nostri neuroni: a cosa ci serve un meraviglioso tramonto se non possiamo dividerne la gioia con qualcuno? A Mente Locale facciamo i corsi di stimolazione cognitiva e le attività di gruppo e questo vale come prevenzione se davvero sappiamo fare, di quel che impariamo qui, un vero modello di vita che ci accompagnerà fino ai cento anni.

Franco Ferlisi



GLI APERITIVI MUSICALI AL CENTRO MENTE LOCALE

Tra maggio e l'inizio di luglio abbiamo ospitato un ciclo di serate musicali con il coro Noi Cantando, il duo chitarra e voce Gabriele & Angela e il piano bar di Enrico Maron Pot. Per gli aperitivi ringraziamo per la collaborazione il ristorante Villa Boffo Cucina e Cocktail, i volontari di AMA Biella e la ditta Aglietti Carni



PROGETTO ACCOMPAGNAMENTI: UN CATALOGO DIGITALE PER ORIENTARSI TRA I SERVIZI CHE IL TERRITORIO BIELLESE OFFRE

Farsi compagni di strada, per due anni, delle persone che convivono con le demenze perché ne sono affette direttamente o perché assistono qualcuno che ne soffre.

E' questo l'obiettivo della rete territoriale **AccompagnaMenti** che è sostenuta dalla Fondazione Cassa di Risparmio di Biella e di cui AMA Biella è capofila di progetto.

Il **Catalogo dei Servizi** per le persone con demenza e i loro caregiver è una delle azioni più importanti di **AccompagnaMenti**. E' una pubblicazione digitale che chiunque può con-

sultare e scaricare dal sito di **Mente Locale** al link www.mentelocalebiella.it/catalogoservizidemenze/. Il Catalogo nasce con l'intenzione di essere uno strumento per orientarsi tra i servizi pensati e realizzati su misura delle persone in cerca di aiuto e che il territorio del Biellese offre. Unisce sia la funzione dello "sportello" per chi è semplicemente alla ricerca di informazioni e vuole avere una panoramica generale di cosa viene offerto, da chi e come. Ma è anche una mappa, puntuale e affidabile, per riuscire invece ad arrivare alla soluzione adeguata - di cura, di assistenza, di prevenzione - nel momento in cui se ne ha più bisogno.

Il Catalogo è stato pensato come uno strumento integrato con le diverse azioni di **AccompagnaMenti**. Questo significa che chi lo consulta non viene lasciato da solo

ASL BIELLA, CONSORZI, AMMINISTRAZIONI PUBBLICHE, ENTI DEL TERZO SETTORE: ECCO LA RETE CHE DÀ VITA AD "ACCOMPAGNAMENTI"

La rete del progetto "**AccompagnaMenti**" è composta dalla Fondazione Cassa di Risparmio di Biella, come ente finanziatore, dall'associazione AMA Biella OdV nel ruolo di capofila, e da una compagine di cui fanno parte l'ASL Biella, i due Consorzi per i servizi sociali Iris e Cissabo, i Servizi Sociali della Città di Biella, Anteo Impresa Sociale, Fondazione Cerino Zegna Impresa Sociale, Maria Cecilia SCS, Fondazione Infermeria San Carlo, Opera Assistenza

Santissima Immacolata OASI onlus, A Ruota Libera SCS, Gruppo Volontariato Vincenziano San Giuseppe OdV, Anzitutto Associazione di Volontariato per gli Anziani, APB Amici Parkinsoniani Biellesi e Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale A.L.I.Ce Biella. Partecipano inoltre alla cabina di regia gli Ordini provinciali dei Medici e degli Infermieri, la Provincia, il Comune di Biella. E' coinvolta l'analisi delle ricadute la Fondazione Emanuela Zancan di Padova.



davanti a una pagina ma gli vengono forniti i punti di accesso a una rete di sostegno e di indirizzo che si può attivare attraverso email, telefoni e contatti riportati nella pubblicazione.

Video pillole per una casa sicura

Che sia normale mettere sotto chiave i detersivi quando in casa c'è una persona con demenza tutti lo sanno. Ma che anche gli schermi o gli specchi e addirittura i quadri possano rappresentare un problema, è invece dettaglio davvero poco noto. Le video pillole sono state pensate proprio per dare, in pochi minuti, consigli pratici molto utili per rendere l'ambiente domestico più sereno e sicuro. Sono disponibili sul canale YouTube di AMA Biella. La realizzazione delle animazioni è di Daniele Parlamento con la collaborazione di Sara Bertagnolio che ha curato tutta la grafica di progetto.

Incontri nei paesi

Biella, Sandigliano, Cavaglià (nella foto qui sopra), Mongrando e Valdilana sono i comuni che hanno ospitato le prime serate pubbliche di presentazione del progetto *AccompagnaMenti*. In autunno stiamo programmando altri incontri nel Cossatese, in Valle Cervo e in Valle Elvo. Ringraziamo le amministrazioni comunali e le associazioni che ci hanno ospitato e hanno collaborato all'organizzazione degli incontri in questa prima parte dell'anno. Il ciclo di presentazioni sul territorio continuerà anche per tutto il 2024.

Accanto alle iniziative a carattere informativo e divulgativo, *AccompagnaMenti* prevede una serie di interventi domiciliari mirati che sono organizzati in sinergia con il Centro per i Disturbi Cognitivi e le Demenze (CDCD) dell'ASL Biella. In casi selezionati è prevista l'attivazione di un budget di salute come sostegno economico.

POST SCRIPTUM

FILM DA RICORDARE



“Une belle course” è un film del 2022 che gioca coi temi del viaggio, dei ricordi e delle amicizie “improbabili”. A far da sfondo alla vicenda della novantaduenne Madeleine è una Parigi scenografica e fiabesca. Una commedia gioiosa e profonda. Disponibile sulle piattaforme di streaming (Amazon Prime, Netflix, Chili etc) col titolo italiano “A spasso con Madeleine”

Regia Christian Carion



“A spasso con Daisy” è un film del 1989 diventato iconico. Anche qui si ritrovano le chiavi narrative del viaggio in auto e delle amicizie “improbabili” ma con un taglio drammatico sul quale si innestano temi di grande impatto sociale. Disponibile a richiesta sulle piattaforme streaming

Regia Bruce Beresford

COME SOSTENERCI

Puoi sostenere AMA Biella con una donazione attraverso bonifico bancario su uno di questi conti correnti.

Banca di Asti

IT16U 06085 22300 000013620024

Banca Sella

IT59B 03268 22300 001848343740

Banca Popolare di Novara

IT64X050342230000000005691

Puoi donare attraverso il bollettino di conto corrente postale che ti abbiamo spedito oppure con uno in bianco intestato ad AMA Biella sul numero di conto corrente

IT07N 07601 10000 000013968136

Ti rilasceremo la ricevuta per usufruire della detrazione quando fai la dichiarazione dei redditi.

Se vuoi far parte di AMA Biella, puoi versare la quota associativa e dare un supporto come volontario

Socio AMA Biella - 25 euro

Socio AMA Biella con frequenza centro Mente Locale - 50 euro

Socio sostenitore - a partire da 100 euro

Per informazioni:

www.amabiella.it

info@amabiella.it

Segreteria AMA Biella e Mente Locale, aperta dalle 09.00 alle 17.00 da lunedì al venerdì in via Gramsci 29 a Biella, telefono 015.401767



Seguici su Facebook @AmaBiellaMenteLocale

Vuoi che spediamo questo notiziario a qualcuno che conosci?

Non vuoi più riceverlo?

In entrambi i casi, contatta la segreteria di Mente Locale AMA Biella



Aiutaci a impedire che demenze e Alzheimer cancellino quanto abbiamo di più caro.

Il decadimento cognitivo si può prevenire!

AMA Biella sta già facendo la sua parte.

Dacci una mano a fare ancora di più.

Firma per il 5xMille ad AMA Biella



VIETATO CANCELLARE! NOTIZIARIO DI AMA BIELLA
ANNO III NUMERO 08 AGOSTO 2023

AUTORIZZAZIONE TRIBUNALE DI BIELLA N. 183/2021

DIRETTORE RESPONSABILE PATRIZIA GARZENA

EDITORE PROPRIETARIO ASSOCIAZIONE MALATTIA DI ALZHEIMER (AMA) BIELLA

DIREZIONE E REDAZIONE CENTRO D'INCONTRO MENTE LOCALE
VIA ANTONIO GRAMSCI 29, 13900 BIELLA

STAMPA E DISTRIBUZIONE TIPOLITOGRAFIA BOTALLA SRL
VIA FRATELLI CAIROLI 140, 13894 GAGLIANICO (BI)

PER COLLABORAZIONI, COMUNICAZIONI E INSERZIONI
INFO@AMABIELLA.IT - 015401767