

# 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](http://www.parkinson.bz.it)

Nr. 99 / Marzo 2024  
Periodico trimestrale



5 Relazione programmatica per il 2024

8 Parkinson Caregiver Care Program (PCCP)

10 La legge ci aiuta. Una conferenza sulla 104/92 e agevolazioni fiscali

SEDE: I- 39100 Bolzano, Via Galileo Galilei 4/a; Tel. 0471 931888; E-mail: [info@parkinson.bz.it](mailto:info@parkinson.bz.it); [www.parkinson.bz.it](http://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

# Primavera

La primavera è una bella signora  
con tante collane e una corona  
fatta di semi e tanti fiori  
una miriade di svariati colori.  
Arriva correndo in compagnia  
del sole e del vento, in armonia.  
Vuole portare tanta allegria  
mentre l'inverno deve andar via.

Le passa davanti un bel ragazzino  
che sta correndo col suo motorino  
Ha anche il casco, è molto eccitato  
e sta correndo lungo un fossato.

Vede passare una Coppietta  
lui che va piano ma lei che va in fretta.  
Un picnic vogliono fare  
poi mettersi al sole a crogiolare.  
Incontra una donna con un cagnolino  
che gioca a palla nel suo giardino.

Tutti vorrebbero poter uscire  
e il calor sul corpo sentire.

Ma qualcuno non è fortunato  
ed è in casa molto ammalato.  
Il signor inverno se ne deve andare  
per molto tempo a riposare.

Lei è molto amica del caro inverno,  
lui è un vecchio ed ha il cappello,  
la barba bianca come la neve  
e il suo passo è proprio greve.

Egli ama la bella signora  
dai lunghi capelli e una bella chioma  
dalla risata accattivante  
che lo fa "sciogliere" sempre all'istante.

Fece di tutto per non andar via,  
voleva stare in sua compagnia.

Ecco, diciamo che è innamorato  
della fanciulla che gli toglie il fiato.

Ma egli ben sa che non deve sperare,  
è troppo vecchio, si deve rassegnare.  
Per la primavera egli è un caro fra-  
tello,  
anche se in fondo una volta era bello.

Ma non ci vuole proprio pensare  
È giunta l'ora, lo deve salutare!

Nonna Luki

Foto: pixabay.com\_Ylanite Koppens

## Indice

Indice	2
Editoriale	3
Attività	4 -9, 14
Informazioni & aiuto	10 - 12, 16 - 18
Diventare socio/a	13
Donazioni	15

## 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:** pixabay.com\_Rudy&Peter-Skitterians  
**Tipografia:** Tipografia Weger, Bressanone  
Stampato su carta patinata FSC

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL  
Südtiroler Gesundheitsrat



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE  
SpazioCure Tabella

## **Neuroriabilitazione per le persone con Parkinson subito!**

Con speranza e con un po' di batticuore, l'Associazione Parkinson attende le prime mosse del nuovo assessore provinciale alla Sanità. Il precedente, che era il presidente della giunta, ha ascoltato la nostra richiesta di cambiamento radicale del modello di cura. Nessuno prima l'aveva fatto. E il direttore sanitario ha istituito un gruppo di lavoro con l'incarico di elaborare finalmente il PDTA e un modello di cura moderno che preveda la giusta riabilitazione, purtroppo finora gravemente carente. Una situazione che ha avuto pesanti conseguenze sulla salute delle persone con Parkinson e sulla vita delle loro famiglie, abbandonate a sé stesse. Il gruppo di lavoro ha approvato il modello di cura. Si tratta ora di metterlo in pratica.

Da tempo aspettiamo con grande ansia che finalmente si garantisca anche nella nostra provincia una cura adeguata. Abbiamo ragione di sperare che il nuovo assessore porti a conclusione il lavoro rimasto sospeso. Ma abbiamo anche delle preoccupazioni, perché siamo consapevoli della gravità della situazione e della difficoltà di introdurre cambiamenti in tempi rapidi. E per molti non c'è più tempo.

Non voglio ripetere qui richieste che tutti i nostri soci e amici conoscono da troppi anni. Però deve essere chiaro che noi, rappresentanti di malati e familiari curanti, vogliamo che il nuovo modello, elaborato dal Centro di Neuroriabilitazione di Vipiteno, dove è già in uso, sia adottato in tutti gli ospedali e per tutti i/le pazienti. Oltretutto questo modello ha avuto un riconoscimento internazionale al massimo livello della scienza medica. Un successo per la Sanità del Sudtirolo.

In una lettera-promemoria abbiamo chiesto ai dirigenti della ASL e al nuovo assessore, che agli abitanti del capoluogo e dei dintorni che fanno riferimento all'ospedale di Bolzano, venga garantita la stessa cura di quella che sta già cominciando negli ospedali di Merano, Bressanone e Brunico. Vogliamo la neuroriabilitazione per i malati e le malate di Parkinson dappertutto e per tutti, con

la diagnosi accurata cioè multidisciplinare, la fisioterapia e le altre terapie individuali, continue, diverse nelle diverse fasi della malattia. Speravamo di poter annunciare e festeggiare questo risultato nella prossima Giornata Mondiale del Parkinson, ma al momento in cui scrivo queste righe, siamo ancora in una grande insopportabile incertezza.

*Alessandra Zendron*

## Relazione consuntiva del 2023

1. Attraverso i nove gruppi di auto-aiuto per i pazienti e per i familiari curanti, in tutto il territorio provinciale sono state svolte le seguenti attività: ginnastica in acqua, ginnastica, Tai Chi, accompagnamento psicologico e stimolazione cognitiva, movimento con la musica, ecc., e gli incontri di informazione e scambio di esperienze. Il progetto startup “Caregiver Care” è stato ripreso in primavera e si è concluso in autunno. Un nuovo progetto “Music, Dance & Parkinson”, per tutto il mese di agosto, ha avuto molto successo. Le sedute del Consiglio direttivo si sono svolte regolarmente, solo con qualche partecipante online.

2. Le attività sociali sono riprese in pieno. Ci sono stati due turni di soggiorno a Salò e due a Castel Coldrano, la gita di primavera, il pellegrinaggio e la castagnata. E dopo tre anni, l’incontro con le responsabili dei gruppi di auto-aiuto è stato fatto in gennaio in presenza. Le relazioni con i soci e le socie e l’informazione sono avvenuti attraverso il telefono, le e-mail, e il giornale Parkinson Attualità, che è uscito ogni tre mesi. Sul sito web dell’Associazione si possono sfogliare le nostre riviste anche arretrate.

3. Da anni chiediamo che, accanto alla cura farmacologica, sia introdotta la riabilitazione, ormai considerata fondamentale dalla scienza medica nella cura del Parkinson. Purtroppo per la mancanza di reparti di riabilitazione adeguati, diversi pazienti vengono mandati in cliniche private in genere senza specializzazione, in cui non ricevono le cure adeguate e spesso escono con gravi problemi. Come si sta capendo anche in regioni italiane in cui si è seguita questa strada, il metodo della convenzione (che esiste solo in Italia) per le malattie croniche costituisce uno spreco di denaro, e non fornisce un servizio adeguato.

4. In diversi incontri con il gruppo di lavoro per il PDTA della ASL, abbiamo potuto portare le nostre richieste e osservazioni. I risultati ancora



Foto: Gerd Altmann

non ci sono, ma fra le persone con Parkinson e i loro familiari, e in parte anche nelle istituzioni, è cresciuta la consapevolezza dell’importanza della riabilitazione e di una diagnosi accurata e di una cura adeguata, che può essere fatta solo da team multidisciplinari. Verso la fine dell’anno sono stati annunciati cambiamenti migliorativi a Merano e Bressanone. Attendiamo che vengano estesi a tutto il territorio.

5. Abbiamo collaborato con il Centro di Neuroriabilitazione di Vipiteno, dove continuano a recarsi numerosi pazienti della zona di Bolzano, dove non riescono ad accedere a terapie riabilitative. Il 9 marzo a Bolzano, l’11 aprile ad Appiano e nei mesi successivi a Bressanone e Merano sono state fatte conferenze informative, con temi come la riabilitazione e le misure legislative per l’invalidità.

6. L’ufficio Parkinson di Bolzano funziona molto bene, con le due ottime impiegate Rosmari e

Ingrid, ma poiché il lavoro continua a crescere, per l'adesione di nuovi soci e socie e nuove attività, si è deciso di esternalizzare la contabilità,

con l'aiuto del Centro per il Volontariato Sociale/DZE a partire dall'inizio del nuovo anno.

## Relazione programmatica per il 2024

Ci aspettiamo che il 2024 sia davvero l'anno in cui si approverà il PDTA e prenderà il via, concretamente e in tutta la Provincia, un profondo cambiamento nella cura del Parkinson, con l'introduzione della riabilitazione in tutte le fasi della malattia. I nostri obiettivi irrinunciabili rimangono: L'istituzione di team multidisciplinari per una diagnosi accurata; un percorso terapeutico individuale e continuativo per tutta la vita; la riabilitazione in modo decentrato, vicino a dove vivono i malati e le malate, e nelle fasi avanzate della malattia al loro domicilio; il protocollo psicologico accessibile a tutti e tutte all'inizio della malattia e nei momenti di difficoltà. Vogliamo che la Sanità pubblica sia il riferimento sia per l'educazione di malate/i e familiari, sia per garantire la continuità delle terapie. La Sanità privata, nonostante il grande impegno di denaro pubblico, non garantisce la continuità e il sostegno alle persone, e inoltre allo stesso costo ha una qualità troppo bassa rispetto ai bisogni dei malati cronici.

1. Nel 2024 proseguiranno le attività sia di carattere sociale (gita di primavera, castagnata) che terapeutico: ginnastica, Tai Chi, ginnastica in acqua, ginnastica con musica, Dance Well, ed altre ancora all'interno dei gruppi di auto-aiuto. Ci saranno i due turni di soggiorno a Salò e due a Castel Coldrano/Goldrain (uno in tedesco e uno in italiano). I corsi nell'ambito del Protocollo psicologico (rilassamento e stimolazione cognitiva) verranno fatti anche a Merano. A Laives nasce un nuovo gruppo di auto-aiuto, in cui si svolgeranno attività di psicologia, fisioterapia e movimento con musica.

2. Proseguirà il corso PCCP per caregiver (familiari curanti), che si è rivelato molto importante e molto frequentato. Anche il progetto "Music, Dance & Parkinson" guidato dalla neuropsicologa Agnese Gumieniuk Fattor, verrà ripetuto regolarmente in agosto. L'educazione e il sostegno psicologico di malati e famigliari dovrebbe essere il compito principale dell'Associazione, che si troverà alleggerita di compiti impropri quando la Sanità svolgerà i propri.
3. Parkinson Attualità uscirà 4 volte all'anno. L'incontro con le responsabili dei gruppi di auto-aiuto è avvenuto in gennaio. In marzo un convegno informerà sullo studio in corso sul tema "Fatigue nel Parkinson", su cui riferiranno i medici del Centro di Neuroriabilitazione di Vipiteno. Un'iniziativa pubblica avrà luogo in occasione della Giornata mondiale (11 aprile) o della Giornata nazionale (26 novembre) del Parkinson. Speriamo che questa iniziativa possa avere per tema l'avvenuta approvazione del PDTA e la sua pratica attuazione.



Foto: pixabay.com, Gerd Altmann

## Incontro delle responsabili dei gruppi di auto-aiuto a San Giacomo

Come ogni anno, ad esclusione dei tempi del Covid, le responsabili dei gruppi di auto-aiuto si sono incontrate alla fine di gennaio per scambiarsi informazioni ed esperienze e per apprendere l'una dall'altra come andare avanti, ognuna nel proprio gruppo. Era presente la Presidente e la vicepresidente e le segretarie dell'associazione. L'incontro è stato come sempre molto interessante, soprattutto perché finalmente la ASL sta incominciando

in alcuni ospedali ad attuare il modello di cura scritto dal Centro di Neuroriabilitazione di Vipiteno, e dunque ci sono finalmente novità positive. Nel gruppo si è parlato di questo, ma naturalmen-

te anche dell'importanza dei gruppi di auto-aiuto come luogo di informazione e formazione. Si allarga l'offerta di accompagnamento psicologico anche al di fuori di Bolzano, e si è parlato del nuovo gruppo di auto-aiuto di Laives. La discussione è stata molto intensa e alla fine le partecipanti sono state raggiunte dai componenti del Consiglio Direttivo e dai volontari per un pranzo comune, dove la discussione è proseguita.

Alla riunione ha preso parte anche Maria Luise Winkler, una delle fondatrici dell'Associazione altoatesina Parkinson nel 1996.



**Sostienici con la tua dichiarazione dei redditi**

**5‰**

**Associazione Altoatesina per Parkinson**

**94056360210**

**... e metti la tua firma!**

**Grazie!**



## Laboratorio di Canto-/Danzaterapia e di stimolazione cognitiva per Parkinson

# Music, Dance & Parkinson estate 2024



Foto: www.pixabay.com\_Frauke Rrether

Il progetto “Music, Dance & Parkinson” è nato nel 2023 per sostenere e promuovere l’integrazione sociale delle persone con Parkinson e dei loro caregiver, tramite la partecipazione ai laboratori estivi di danza, canto e training di benessere psicofisiologico.

Come l’anno scorso, il progetto si articolerà in un ciclo di incontri estivi che mirano allo sviluppo delle abilità del corpo, all’acquisizione di maggior coscienza del movimento, al recupero delle capacità attentive e relazionali, al lavoro sulla voce e la parola e al miglioramento del funzionamento psicofisico.

“Music, Dance & Parkinson” offre ai/alle partecipanti l’occasione di canto, danza e di training

psicofisiologico in ambienti piacevoli, partendo dal principio che la bellezza e l’arte possano contribuire al benessere di tutti cittadini/e. Il progetto vuole anche sensibilizzare i cittadini e le cittadine di Bolzano verso caregiver e malati di malattie croniche, che non sono condannati al ritiro sociale e isolamento. Si vuole così aiutarli ad affrontare la situazione familiare con un approccio costruttivo, sempre più autonomo, e costruire su una qualità della vita migliore.

Sono previsti 8 laboratori di gruppo di canto- danzaterapia e 4 training individuali di stimolazione cognitiva e benessere psicofisiologico.

## Parkinson Caregiver Care Program (PCCP) 2024

In seguito alla favorevole valutazione del progetto di formazione e sostegno per i caregiver delle persone con Parkinson realizzato l'anno scorso, anche nel 2024 l'Associazione propone ai nostri caregiver un percorso formativo ricco di workshop, di incontri di gruppo di auto-aiuto 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 Parkinson in tutto territorio dell'Alto Adige. Nel 2024 abbiamo previsto 16 ore di workshop "Caregiver training" (modulo I) in collaborazione con gli esperti specializzati durante quali i 15 caregiver avranno l'occasione di approfondire gli argomenti legati alla diagnosi e malattia di Parkinson. Gli incontri avranno luogo presso sede dell'Associazione Altoatesina per il Parkinson e Malattie Affini in via Galilei 4a, Bolzano.

### Incontri caregiver training 2024

1. Incontro introduttivo di presentazione della formazione Il ruolo del caregiver che assiste il proprio familiare (psicologa, dott.ssa Agnese Gumieniuk Fattor) **29.03.2024 16.00-17.30**
2. I servizi territoriali. Incontro con assistente sociale, coordinatore infermieristico di cure domiciliari, infermiera Verena Gamper **17.04.2024 15.30-17.30**
3. Prevenzione, educazione e trattamento dei disturbi riguardanti la voce, il linguaggio verbale e la comunicazione in malattia di Parkinson, logopedista, dott.ssa Barbara Lorenzetti **15.05.2024 16.30-18.30**
4. I diritti delle persone con la diagnosi di malattia di Parkinson e i diritti dei familiari che assistono. Il ruolo dell'amministratore di sostegno, avvocato, dott.ssa Valentina Nozza **05.06.2024 16:30-18:30**
5. Le patologie legate alla Malattia di Parkinson. Incontro con medico di medicina generale, dott. Rino Polito **25.09.2024**
6. Nutrizione nella Malattia di Parkinson, **16.10.2024**
7. Deambulazione – come supportare ed effettuare la mobilizzazione, fisioterapista **13.11.2024**
8. Il cambiamento e funzionamento neuropsicologico della persona malata di Parkinson, psicologa, dott.ssa Agnese Gumieniuk Fattor **04.12.2024**



Foto: pixabay.com\_ Sabine van Eip

### Incontri di gruppo e consulenza individuale

Oltre agli workshop, i nostri caregiver parteciperanno agli incontri di gruppo di auto-aiuto (modulo II) che offre un confronto diretto e approfondimento degli argomenti legati al ruolo del caregiver, alla comunicazione efficace con la persona con Parkinson e alla lotta allo stress e al rischio di burn out del caregiver. Per gli incontri si dà appuntamento alle seguenti date, sempre alle 16:30-18:00: 03.04., 29.05., 18.09., 30.10., 20.11. e 18.12.

Ogni partecipante avrà a disposizione **5 ore di consulenza psicologica individuale** (modulo III). Consulenza psicologica individuale: prenotazione telefonica presso la segreteria dell'Associazione. La segreteria dell'Associazione rimane a disposizione per eventuali domande e chiarimenti.

## Nuovo gruppo di auto-aiuto Laives

L'Associazione per il Parkinson e malattie affini con la disponibilità data dalla Amministrazione comunale è riuscita ad organizzare per i propri iscritti un gruppo di auto aiuto anche a Laives. Le attività si svolgeranno con la partecipazione di malati/e e loro familiari coordinati da vari esperti in base alle caratteristiche degli incontri. La prima iniziativa, che è partita il 22 gennaio è un ciclo di 5 incontri con cadenza quindicinale, è guidata dalla neuropsicologa dottoressa Agnese Gumieniuk Fattor. Nel Training di gruppo "Stimolazione cognitiva" la dottoressa riesce sempre a fare in modo che tutti a prescindere dalle proprie capaci-

tà, possano partecipare ed essere protagonisti nel gruppo. La condivisione delle proprie esperienze riguardo alla gestione della malattia che accomuna i partecipanti genera un clima di solidarietà che fa bene a tutti.

Il progetto successivo sarà condotto da Silvia Morandi, esperta di danza, che con professionalità ha contribuito a realizzare con grande successo l'evento "Music, Dance & Parkinson" svoltosi a Bolzano nel mese di agosto.

Il luogo degli incontri è nella zona sportiva di Laives in via Galizia 32 in una spaziosa sala sopra il bar Pizzeria Engel.

### 20 anni con l'Associazione Parkinson

Daniela Mössmer ha fondato vent'anni fa il gruppo JUPPS, di cui hanno fatto parte fino a poco tempo fa diversi giovani parkinsoniani e i loro care-giver. Ora il gruppo ha chiuso. Daniela era una di questi ultimi, impegnata a imparare come andare avanti con Luciano e la famiglia, e a fare con lui quelle attività che sono di grande aiuto per tutti i partecipanti. Nel gruppo nel corso del tempo hanno fatto ginnastica e *Feldenkrais*, hanno organizzato feste in diverse occasioni. E hanno cantato, con lei che suonava la chitarra e intonava tante canzoni. I partecipanti hanno scambiato le loro esperienze in tempi in cui della malattia di Parkinson si sapeva poco e si puntava solo sulla cura farmacologica. Ci sono stati certo tempi difficili, però Daniela ha trovato sempre fra i suoi tanti impegni del tempo da dedicare all'Associazione e agli altri malati.

Ancora oggi coordina, sempre con piglio giovanile, insieme alla psicologa Helga Vieider, un gruppo di auto-aiuto di care-giver, i familiari curanti, che hanno essi stessi - come lei ha sperimentato direttamente nella sua vita - bisogno di sostegno. L'Associazione Parkinson la ringrazia di cuore per il suo impegno e le augura ancora tanto tempo sereno, insieme al suo Luciano.



## La legge ci aiuta. Una conferenza sulla 104/92 e agevolazioni fiscali

In occasione della Giornata Nazionale del Parkinson, il 1° dicembre 2023 l'Associazione altoatesina Parkinson ha organizzato una conferenza su un tema molto importante per tanti soci e socie: la legge 104/92 e le agevolazioni fiscali per le persone con disabilità. Nella sala grande al primo piano dell'edificio di via Galilei, due relatrici esperte hanno parlato di questi argomenti e hanno risposto a molte domande del numeroso pubblico.

Siglinde Riegler del patronato EPASA-ITACO ha cominciato spiegando la differenza di competenze fra il Sudtirolo e il resto d'Italia in materia di permessi di lavoro. Nelle altre regioni la competenza è dell'INPS, in provincia di Bolzano è diviso fra ASL, che fa gli accertamenti, e l'INPS che gestisce i permessi di lavoro. Ha poi spiegato la differenza fra disabilità, handicap, le percentuali di invalidità e l'autonomia della persona. La valutazione dell'autonomia è articolata in vari aspetti: autonomia in casa, capacità di vestirsi da soli, gestire i farmaci, adeguatezza dell'alloggio, ecc. Ha illustrato l'iter da seguire per poter avere il riconoscimento degli aiuti, a partire dal primo passo, in cui la persona

si rivolge alla ASL direttamente o attraverso un patronato, avendo in mano un certificato del medico di base. La domanda può essere fatta dalla persona con Parkinson o dai familiari. Se un disabile lavora, può avere 3 giorni liberi o due ore al giorno, da usare per fare movimento o seguire terapie, e anche chi assiste ha diritto a 3 giorni di permesso dal lavoro, se è convivente. Si possono avere anche 2 anni di congedo, nel caso di bisogno di accompagnamento. Di recente è stata cambiata la normativa per cui il care-giver doveva essere sempre lo stesso, mentre ora possono essere più persone che si dividono il compito di aiutare il/la parente malato/a. Si è parlato anche del contrassegno per l'auto per la persona con disabilità o per il familiare che la trasporta. Pierangela Barcheri, presidente della LAPIC-UVZ, un'associazione storica che si occupa di invalidità, ha illustrato dettagliatamente molte agevolazioni fiscali e contributi per i numerosi problemi con cui le persone si devono confrontare: detrazioni e deduzioni per acquisto mezzi di trasporto, poltrone speciali, di cucine adeguate, acquisto di mezzi informatici per superare le disabilità e per comunicare, esenzione del bol-



Foto: www.pixabay.com\_ Gerd Altmann



Foto: www.pixabay.com\_Gerd Altmann

lo auto, spese per il superamento delle barriere architettoniche (adeguamento dell'accessibilità, costruzione di ascensori o servoscala), per cui ci si può rivolgere allo sportello in via Canonico Gamper, dietro la stazione della funivia del Renon, a Bolzano. Interessante la notizia che le spese per terapia occupazionale, musicoterapia e riabilitazione in genere sono deducibili. Deducibile significa che riduce il reddito su cui si calcolano le tasse, mentre detraibile significa che abbassa le tasse.

Le due relatrici hanno infine detto che ogni problema è particolare, per cui è bene rivolgersi a chi può aiutare per ogni problema specifico. La presidente della LAPIC-UVZ ha invitato i presenti a rivolgersi alla sua associazione, nel quadro anche di una collaborazione fra associazioni che le sta molto a cuore.

## Ricordiamo di pagare la quota associativa 2024

L'Associazione altoatesina per il Parkinson

- offre informazioni e chiarimenti;
- dà sostegno ai malati, alle malate e ai familiari, attraverso i gruppi di auto-aiuto;
- organizza conferenze scientifiche, attività terapeutiche e iniziative sociali e conviviali;
- sostiene la ricerca nell'interesse delle socie e dei soci.

Con 20,00 Euro all'anno (30,00 euro per un/una paziente e un familiare) può diventare socio e socia dell'Associazione Parkinson. Sostenga il nostro lavoro anche nel 2024!

La quota associativa può essere pagata tramite versamento bancario al seguente IBAN: **IT07G0825558160000300210854** o direttamente nell'Ufficio dell'Associazione a Bolzano, via G. Galilei 4/a.

Foto: Holger Raunkamp/pixelio.de



Grazie  
mille!

## Invito all'Assemblea sociale

**Sabato, 27 aprile 2024**

in prima convocazione alle ore 6.00 e  
in seconda convocazione **alle ore 14.30**  
**a Bolzano, presso la sede dell'Associazione  
Parkinson, Via Galileo Galilei 4/a, 1. piano.**

Siete gentilmente invitate/i ad intervenire  
all'assemblea.

*La Presidente  
Alessandra Zendron*



### Ordine del giorno:

1. Saluto di benvenuto della Presidente
2. Nomina del/della segretario/a
3. Approvazione del verbale dell'assemblea del 29/04/2023
4. Relazione sull'attività e conto consuntivo 2023
5. Relazione dei revisori dei conti
6. Approvazione del bilancio consuntivo 2023—nessuna responsabilità per il direttivo
7. Programma sull'attività e preventivo 2024
8. Discussione
9. Approvazione programma sull'attività e preventivo 2024
10. Conclusione e piccolo rinfresco

## Trasporto solidale

È possibile il trasporto solidale per visite mediche, terapie, centri diurni, esigenze personali, ecc. all'interno del comune di Bolzano, per persone anziane e/o con problemi di deambulazione. È organizzato in collaborazione tra le associazioni di volontariato Auser, Anteas e Ada.

### Per informazioni:

AUSER: tel. 0471 930126  
ANTEAS: tel. 0471 283161  
ADA: tel. 0471 923075



Foto: Rainer Sturm/pixelio.de

## Associazione Parkinson: Coordinate bancarie

Per semplificare e rendere più trasparente l'amministrazione dell'Associazione Parkinson, alla fine di dicembre i nostri conti correnti della Banca popolare/Volksbank e della Posta sono stati chiusi. Vi preghiamo di non fare più versamenti a questi due conti correnti. Grazie! Per favore, pagate la quota annuale di socio/socia ed eventuali donazioni solo al seguente conto corrente:

Cassa Rurale Raiffeisen dell'Oltradige - Appiano  
**IBAN: IT 07 G 08255 58160 000300210854**



Foto: www.pixabay.com, Frauke Riether

## È partita “Non siete soli” – edizione 2024

Dal 29 febbraio è ripartita la nuova edizione del progetto “Non siete soli”, il ciclo di corsi online gratuiti per persone con Parkinson, familiari e caregiver. La Confederazione Parkinson Italia e Fresco Parkinson Institute fino al 20 giugno continueranno a garantire una vasta scelta di temi attuali per informare e migliorare la qualità della vita delle persone con Parkinson e dei propri caregiver familiari grazie a una maggiore capacità di condividere con il sistema di assistenza e cura la responsabilità della propria salute e del proprio benessere. L'appuntamento fisso è ogni giovedì dalle ore 17.00 alle 18.00! Ricordiamo che i Webinar sono gratuiti. L'iscrizione può essere effettuata on line tramite i siti web di Confederazione Parkinson Italia e Fresco Parkinson Institute.



Foto: pixelio.de / Petra Bork

### CONFEDERAZIONE PARKINSON ITALIA

E-mail: [segreteria@parkinson-italia.it](mailto:segreteria@parkinson-italia.it)

Tel: 348 7585755

### FRESCO PARKINSON INSTITUTE

E-mail: [info@frescoparkinsoninstitute.it](mailto:info@frescoparkinsoninstitute.it)

Tel: 055 598999

### Vorrei diventare socio/a

Nome \_\_\_\_\_ Cognome \_\_\_\_\_

Data di nascita \_\_\_\_\_ Luogo \_\_\_\_\_

Via \_\_\_\_\_ Cap.-Città \_\_\_\_\_

Tel. \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

- Sono affetto/a dal Morbo di Parkinson
- Sono parente di un/a paziente affetto/a dal Morbo di Parkinson
- Sono un'amico/a e sostenitore/trice dell'Associazione

**Quota annua singola:** 20.00 Euro | **Quota annua doppia:** 30.00 Euro

**Coordinate bancarie:** Cassa Rurale - 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.

In base al GDPR 679/2016 i dati saranno utilizzati esclusivamente per lo svolgimento dell'attività istituzionale dell'Associazione. Lo statuto e il codice etico sono visibili nell'ufficio dell'Associazione o sul nostro sito Internet [www.parkinson.bz.it](http://www.parkinson.bz.it).

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

Data \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

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

## Gita di primavera ai laghetti di Fié

Foto: www.suedtirol.info



*Piccolo e idilliaco, eccolo qui il laghetto di Fié. Nel 16° secolo il piccolo lago di Leonardo di Fié-Colonna era destinato alla pesca. Oggi la pesca è vietata e una parte del laghetto è protetto come biotopo. È situato a 1036 metri di altitudine sul livello del mare, circondato da un paesaggio invitante di abeti con vista sullo sfondo delle cime del massiccio dello Sciliar.*

Venerdì 31 maggio, ci troveremo al laghetto di Fié nella nostra tradizionale gita di primavera. La mèta sarà l'hotel Waldsee, dove la famiglia Kritzinger ci aspetta alle ore 12,30 con un delicato menù primaverile. Con il bel tempo si potrà passeggiare lungo la riva del lago, o starsene comodamente sulla ter-

razza con vista sul lago per una bella chiacchierata o una partitina a carte. Il viaggio sarà fatto come al solito in autobus con le solite fermate. Gli orari delle varie partenze saranno comunicati al momento della prenotazione.

Aspettiamo con gioia numerosi partecipanti, per trascorrere insieme una bella giornata. Vi preghiamo di prenotarvi (e di comunicare quale dei due menù preferite) nell'Ufficio Parkinson al numero 0471 931888 entro il 23 maggio 2024!

### MENÙ 1:

Canederli al formaggio su insalata di asparagi  
Petto di pollo ripieno di aglio ursino  
Cipolle primaverili e piselli  
Mousse di ricotta con fragole

### MENÙ 2:

Rotolo di spinaci con coulis (salsa) di pomodori  
Cordon Bleu con insalata di patate tiepida e lattuga  
Sorbetto di ribes fatto in casa

**Il costo del menù è di 34 euro a persona –  
Le bevande sono extra**

## Convegno dell'Associazione Parkinson

Il primo di marzo al Centro Pastorale di Bolzano ha avuto luogo un convegno, organizzato dall'Associazione altoatesina Parkinson. Ancora una volta, come l'anno scorso, il team di Neuro-risabilitazione di Vipiteno, con il primario di dottor Luca Sebastianelli, la neuropsicologa dott.ssa Paola Ortelli e il neurologo Davide Ferrazzoli, hanno accettato di partecipare alla nostra giornata informativa, parlando di aspetti importanti della malattia e di strategie di cura. Sono stati dati anche i primi risultati dello studio sulla "Fatigue", la stanchezza nel Parkinson, a cui hanno partecipato anche molti nostri soci e socie. Riferiremo di più

sul convegno nel prossimo numero di Parkinson Attualità che uscirà in giugno. Da rileggere: Sull'argomento abbiamo già pubblicato un articolo interessante nell'edizione di giugno 2023.



## Relax a Salò

Un soggiorno a Salò in primavera è semplicemente bellissimo. Si organizzano anche quest'anno le apprezzate settimane di relax all'Hotel Conca d'Oro. I/le partecipanti partiranno verso il Lago di Garda in due gruppi: dal 3 al 10 maggio (7 giorni) e dal 10 al 20 maggio 2024 (10 giorni). Il soggiorno offrirà come sempre a tutte/i tante occasioni di relax e piacere. Con movimento, passeggiate, giochi o semplicemente rilassandosi in tranquillità il tempo volerà!

L'albergo offre come al solito il pacchetto con pensione completa (compreso acqua e vino ai pasti), con un aperitivo di saluto e la possibilità di andare ogni giorno in centro con il proprio pullmino. Quest'anno il prezzo è di euro 62 in camera doppia e euro 15 di supplemento in camera singola.

Nel prezzo non è compresa la tassa di soggiorno che è di 1,50 euro a persona e al giorno, che si dovrà pagare direttamente in albergo. Le prenotazioni presso l'Associazione Parkinson sono in corso.



Foto: Rolf E. Staerk/Shutterstock

### DATE DEI SOGGIORNI:

1. gruppo: dal 3 maggio al 10 maggio 2024
2. gruppo: dal 10 maggio al 20 maggio 2024

**Per ulteriori informazioni e per le prenotazioni, per favore contattate l'ufficio Parkinson:** Tel. 0471 931888 o [info@parkinson.bz.it](mailto:info@parkinson.bz.it). **ATTENZIONE:** Si accettano le prenotazioni da subito fino al 22 aprile!

### 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 nostri pazienti parkinsoniani, i loro familiari e care-giver con diverse iniziative, informazioni preziose e consigli utili. Grazie!

Umberto Perissinotto/Oneglia Dalla Torre, Bolzano | Fiorenza Giardini/Robert Gasser, Laives | Peter Eder, Brunico | Luciano Clementi/Adelia Laghi, Bolzano | Bruno Munari, Cardano | Bernhard Kostner, Soprabolzano | Lorenzo Merlini/Lina Montan, Bolzano | Verena Gamper, Auna di Sotto/Renon | Günther Prossliner, Appiano | Maria Hölzl Stifter, Lagundo | Tarquinio Mazzone, Bolzano | Progress Spa, Bressanone | Heide Marie Duregger, Falzes | Marianna Kaser, Laces | Peter Erlacher, Campo Tures | Johanna Reichhalter, Sarentino | Gabriella Lorenzetti/Francesco Zangirolami, Laives | Waltraud Mair, Castelrotto | Anna Kofler, Laces | Zita Sinn, Appiano | Aloisia Frötscher Eisenstecken, Appiano

#### **In memoria di Walburga Werth/Lintner**

Erich Werth, Appiano

#### **In memoria di Robert Sölva**

Rita Wöth, Appiano | Notburga Brida, Appiano |  
Katholische Frauenbewegung, Caldaro

#### **In memoria di Daria Pintarelli Gallerani**

Francesco Bernardelli, Bolzano

# GRAZIE!

# GRUPPI DI AUTO AIUTO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ		MERCLEDÌ	
<b>BOLZANO</b> informazioni e iscrizioni presso l'ufficio di Parkinson  sede via Galilei 4 A Tel.: 0471 931888	<b>GINNASTICA IN PALESTRA</b> dalle ore 10.00 alle ore 11.00	<b>TRAINING DI GRUPPO</b> attività di rilassamento (N. 1), dalle ore 10.00 alle ore 11.00	<b>TRAINING DI GRUPPO</b> stimolazione cognitiva (N. 1), dalle ore 11.00 alle ore 12.00	<b>GINNASTICA IN PALESTRA</b> dalle ore 10.00 alle ore 11.00	<b>TRAINING DI GRUPPO</b> stimolazione cognitiva (N. 2) dalle ore 10.00 alle ore 11.00
	dal 15/01/2024 fino al 10/06/2024 (escluso 01/04, 20/05)	inizio 16/01/2024 fino al 11/06/2024	inizio 16/01/2024 fino al 11/06/2024	dal 17/01/2024 al 12/06/2024	inizio 17/01/2024 fino al 12/06/2024
	presso la sede della UISP Firenze 37/a	nella sala della ns. sede	nella sala della ns. sede	presso la sede della UISP Firenze 37/a	nella sala della ns. sede
<b>MERANO</b> riferimento Edith Siegel Tel.: 335 8439000	<b>INCONTRI</b> con scambio di informazioni ed esperienze in presenza di un/a relatore/trice	<b>TRAINING DI GRUPPO</b> stimolazione cognitiva, dalle ore 15.00 alle ore 16.00		<b>GINNASTICA IN ACQUA</b> dalle ore 15.45 alle ore 16.45	
	ogni secondo lunedì del mese, a partire dall' 08/01/2024 alle ore 15.00	inizio 15/01/24 fino al 15/04/24		dal 17/01/2024 al 29/05/2024 (escluso 14/02 e 01/05)	
	nella Stube della sala civica VITA, via Otto Huber 8	nella Stube della sala civica VITA, via Otto Huber 8		presso il "Pastor Angelicus" via Dante Alighieri 34	
<b>APPIANO</b> riferimento Rita e Hilde Wöth Tel.: 331 8252743					
<b>LAIVES</b> Informazioni e iscrizioni presso l'ufficio Parkinson, Tel. 0471 931888	<b>STIMOLAZIONE COGNITIVA</b>				
	dal 22/01/24 fino al 18/03/24 alle ore 10.00				
	nella sala Ginnica, zona Galizia, Laives				
<b>BRESSANONE</b> riferimento Anni Pfattner Tel.: 347 0560702					
<b>BRUNICO</b> riferimento Hildegard Pescosta - Tel: 0474 410832				<b>INCONTRI DI MUSICA-TERAPIA DI GRUPPO</b> alle ore 10.00	
				ogni secondo mercoledì, a partire dal 17/01/2024	
				presso "Haus der Vereine (bocciodromo)"	
<b>VAL VENOSTA - SILANDRO</b> riferimento Evelyn Peer - Tel.: 342 7405069					
<b>BASSA ATESSINA - EGNA</b> informazioni e iscrizioni presso l'ufficio Parkinson Tel.: 0471/931888	<b>FISIOTERAPIE DI GRUPPO</b> organizzati dal gruppo AMA per malati di Sclerosi multipla e Morbo di Parkinson (informazioni: Maddalena Casagrande, tel.: 3391408387). Da gennaio a maggio 2024 ogni mercoledì alle ore 10.15				

## 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!

## GRUPPO GIOVANI PARKINSONIANI

riferimento per Merano e d'intorni:  
 Pino Dal Lago -  
 Tel.: 335 5275566

per Bolzano e vicinanze:  
 Antonella Giordano -  
 E-Mail: antogiordano72@gmail.com



## 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.

