As.P.I.
Associazione Parkinson Insubria - Onlus
ANNO XXI - n. 60 - NOVEMBRE 2017

Liberi!

Periodico trimestrale a cura dell'Associazione Parkinson Insubria Onlus - Varese

editoriale - pag. 2
Autunno "caldo" eventi e ricordi
Un'amicizia senza fine

ricerca - pag. 4
Insieme per la ricerca

eventi - pag. 7
As.P.I. in "Cattedra"

utilità - pag. 8
ZTL (Zona a Traffico Limitato) a Varese

dalle sezioni - pag. 9
Groane

Vacanze - pag. 12
L'eco delle vacanze terapeutiche ad Andora

Venerdì
15 dicembre
ore 15,00

Festa di Natale
in sede

editoriale

Autunno “caldo” eventi e ricordi

E un futuro d’impegno

Autunno 2017: uno, due, tre, quattro. Tanti i motivi di interesse che ci hanno portato a considerare i mesi di ottobre e novembre 2017 come importanti, da ricordare a lungo nel contesto della nostra Associazione Parkinson Insubria. Il primo è ambientale, legato al territorio ferito dagli incendi dolosi che hanno circondato a lungo il patrimonio Unesco di Sacro Monte e la montagna cara ai varesini, il Campo dei Fiori. C’è poi un altro fatto traumatico che ci ha toccato da vicino tutti: la scomparsa di Peppino Martino, per alcuni anni nostro presidente e nostro socio sin dall’inizio degli anni Novanta, nostro compagno di gioia, ironia, vacanze terapeutiche e mille avventure. Resterà nel nostro cuore per sempre la sua figura, la sua sofferenza con Mr.P. durata trent’anni.

C’è poi un terzo fatto che ha caratterizzato il nostro autunno: è il termine del ciclo lavorativo del Primario del reparto di Neurologia dell’Ospedale di Circolo di Varese e ordinario dell’Università dell’Insubria: è il Professor Giorgio Bono, classe 1947. Lo abbiamo conosciuto ed apprezzato sin dall’inizio degli anni Novanta al fianco della nostra amatissima Prof. Emilia Martignoni, entrambi provenienti dall’Università di Pavia e dall’Istituto neurologico Mondino di Pavia. Lui specializzato in Cefalee, lei Parkinsonologa. E con l’aiuto del dirigente sanitario varesino Carlo Lucchina – sotto l’impulso della nostra straordinaria presidente Edy Paroni Pennisi che con diplomazia era capace di muovere le montagne a beneficio di tutti – all’inizio del terzo millennio prese corpo il Centro Parkinson di Via Monterosa (guidato dal 2005 dal dottor Giulio Riboldazzi, affiancato anche da Maria Laura Bianchi), fortemente sostenuto proprio dai professori Giorgio Bono ed Emilia Martignoni, rapita nel marzo 2011 al nostro affetto da un maledetto male incurabile. Qui ogni anno vengono seguiti oltre 1800 parkinsoniani, in stretta

In copertina “Tramonto sul lago di Varese” di Cristina Gallo

Liberi!

Periodico dell’Associazione Parkinson Insubria- As.P.I. VARESE ONLUS - Associazione non a fini di lucro, per l’informazione e l’assistenza delle famiglie colpite dalla Malattia di Parkinson
Via Maspero, 20
tel. 3272937380
www.parkinson-insubria.org
info@parkinson-insubria.org

Autorizzazione Trib. Varese:
Reg. stampa nr 72 - spedizione Abb. Postale comma 20/c art. 2 L. 622/96 Fil. Varese.

Direttore Responsabile
Giuseppe Macchi
Direttore Editoriale
Margherita Uslenghi
Capo Redattore
Giancarlo Nazari
Coordinatore
Francesco Gallo
Comitato Redazionale
Giuseppe Brasola, Andrea Tagliabue, Graziella Solarino, Francesco Gallo

Hanno collaborato a questo numero
Giuseppe Macchi, Mario Pennisi, Marco Cosentino, Marta Gallazzi, Sara Senziani, Laura e Francesco Gallo, Silvia Trolli, Enio Zandonadi, Graziella Solarino, Angela Menconi Ganna, Ornella e Giuseppe Brasola

Comitato scientifico
Prof. Giorgio Bono; Dr. Giulio Riboldazzi; Dr.ssa Cristina Pianezzola; Dr.ssa Laura Pendolino; Dr.ssa Patrizia Latorre; Dr.ssa Eugenia Dozio; Dr.ssa Luisa Bava; Prof. Marco Cosentino, Sig.ra Monica Antonioli

Stampa e impaginazione
Arti Tipografiche Induno s.n.c.
Induno Olona (Va)

editoriale

relazione con istituti di riabilitazione del territorio molto professionali, centri d'eccellenza come Fondazione Borghi di Brebbia e Clinica Le Terrazze di Cunardo. Ora Bono è andato in pensione: negli scorsi giorni lo abbiamo incontrato, abbracciato per il lungo cammino professionale che ha condiviso con noi, ammonendolo a non perderci di vista, a starci vicino anche nel futuro con l'amicizia che ci ha sempre dimostrato: da As.P.I. Varese, dai malati e dalle loro famiglie un ringraziamento affettuoso.
E c'è un buon motivo per rendere concreta questa vicinanza, per confermare che la "famiglia As.P.I." è sempre più unita e numerosa con il passare degli anni. Non dimentichiamoci di partecipare in modo massiccio alle iniziative per la **Giornata Nazionale Parkinson 2017**, fissata per **Sabato 25 novembre**: momenti di sensibilizzazione, informazione, 'screening', saranno possibili sia **all'ospedale di Varese sia di Tradate**. E dopo l'evento nazionale, ci sarà un momento varesino, imperdibile: **venerdì 1° dicembre, ore 20,30, al Salone Estense di Varese**, in memoria di Emilia Martignoni, un **concerto** straordinario con tre musicisti di alta caratura. Un appuntamento imperdibile fortemente voluto dalla famiglia Martignoni, divenuto un 'must' irrinunciabile per gli amanti della musica e della "Varese che fa del Bene, che ricorda i suoi Personaggi ed ama la gratuità del volontariato". Mobilitiamoci! Usciamo allo scoperto e aiutiamo As.P.I. con gioia.

Giuseppe Macchi

Un'amicizia senza fine

di Mario Penisi

Caro Peppino,

anche se sei sempre vivo nei nostri cuori, sono trascorsi già dieci giorni da quando ci hai lasciato. Quando una persona riscuote il nostro affetto la si vorrebbe fermare per sempre, così come è in quel momento. Si vorrebbe che fosse immune dall'azione corrosiva del tempo e delle malattie. Purtroppo ciò non è possibile. Ho avuto modo di apprezzare, in questi anni, tutte le qualità del tuo carattere: dolcezza, determinazione, ironia, serenità d'animo ma, soprattutto la grande forza interiore.
Sei stato una figura candida nei sentimenti, un uomo semplice, un grande amico, oggi non più con noi. Una perdita "vera" che rende reale e non ricordo dove averla letta, l'affermazione : "la morte di un amico, come la caduta di un pino gigante, lascia vuoto un pezzo di cielo". Nessuna parola potrà esprimere ciò che l'animo mio prova ma ti ricorderò sempre con piacevole affetto. Ci siamo conosciuti quando ancora esercitavi la tua attività lavorativa e siamo diventati subito amici. Quanti ricordi si accavallano nella mia mente: la condivisione del periodo della malattia che ha portato alla perdita della tua bellissima moglie; il giorno della laurea di tua figlia; le vacanze in montagna ed al mare che per undici anni di seguito, abbiamo trascorso insieme; i tuoi scherzi goliardici; i miei rimproveri per il non rispetto dell'orario per l'assunzione della terapia farmacologica; la tua piacevole visita, quasi giornaliera, nel mio ufficio. Dal triste momento che ci siamo lasciati, dopo la cerimonia nella sala del commiato, ritornando nella mia abitazione, cercavo di immaginare come sarebbe stato il tuo arrivo nella nuova dimora. Ti vedevo correre, libero da qualsiasi legaccio, verso l'ingresso di un lussuoso e paradisiaco albergo ove ad accoglierti ti attendeva, a braccia aperte, una bellissima donna con la quale avevi trascorso gran parte della vita terrena. All'interno una splendida hall ove tanti amici, ivi dimoranti, si erano radunati per festeggiare il tuo arrivo.
Alla tua meraviglia per il lusso, le comodità, i servizi offerti, la serenità, la gioia e la pace esistente nella struttura, ti bisbigliavano che tutto ciò era stato ottenuto, dal Sommo Onnipotente, dalla caparbia ed ostinata richiesta di una indomita friulana, di nome Edy, a parziale risarcimento di tutte le pene subite dai parkinsoniani.
Carissimo amico, ti confesso che fino ad oggi ho evitato di telefonare o incontrare la tua cara figlia Mariangela per darle il tempo di assorbire l'improvviso e doloroso evento poiché, il forte senso di lutto, inteso come stato angoscioso di perdita e abbandono del primo uomo della sua vita, la costringerà a rivedere tutti i suoi equilibri, i suoi modelli e le sue strategie di vita.
Il silenzio esistente nell'abitazione sarà così profondo da percepirne il rumore. La mancanza della voce, dei sorrisi, dei lamenti, delle piccole schermaglie, dell'immagine e del semplice respiro della persona cara saranno percepiti come una dolorosa sensazione.
Questo periodo potrà superarlo, con minore difficoltà, se non resterà sola con se stessa. L'amore di suo fratello, dei suoi nipoti e la sensibilità dei tanti amici potrà esserle di enorme aiuto. Per quanto mi riguarda Le sarò vicino con tutto il mio "paterno" affetto e desidero farla partecipe di un messaggio che la mia cara Edy soleva ripetere:
"Non si deve piangere per ciò che non è più ma sorridere perché c'è stato".
Un abbraccio fraterno.

Mario

Insieme per la ricerca

La Fondazione UBI per Varese Onlus e l'Associazione Parkinson Insubria Onlus di Varese insieme per sostenere la ricerca scientifica sulla Malattia di Parkinson all'Università dell'Insubria

Comprendere il ruolo del sistema immunitario nella Malattia di Parkinson per sviluppare terapie farmacologiche innovative. E' questo l'obiettivo delle ricerche condotte all'Università dell'Insubria in collaborazione con l'Università del Piemonte Orientale di Novara, l'IRCCS Istituto Neurologico Casimiro Mondino di Pavia e le strutture ospedaliere e sanitarie del territorio, e al cui sostegno la Fondazione UBI per Varese Onlus ha recentemente devoluto un contributo di 30.000,00 Euro.

Da due decenni anni, i ricercatori del Centro di Ricerche in Farmacologia Medica di Varese studiano molteplici aspetti della Malattia di Parkinson, dalle sue cause agli effetti delle terapie farmacologiche e alla sicurezza e efficacia di queste ultime. Le ricerche più recenti si sono tuttavia concentrate su un tema nuovo, che riguarda il ruolo del sistema immunitario quale indicatore della malattia e della sua evoluzione e come possibile bersaglio per nuove e più efficaci terapie. Dal 2016,

il Centro universitario ha inoltre avviato un percorso di condivisione dei programmi di ricerca e dei risultati conseguiti con l'Associazione Parkinson Insubria Onlus, con l'intento di promuovere un processo virtuoso di "rendicontazione sociale" e più in generale di dialogo permanente con i pazienti e i loro famigliari quali diretti interessati nella progettazione e nella realizzazione della ricerca scientifica di base e clinica sulla Malattia di Parkinson.

In un primo studio, realizzato grazie a un contributo di Fondazione Cariplo concesso nel 2012, i ricercatori avevano studiato le diverse popolazioni di cellule immunitarie presenti nel sangue di persone con Malattia di Parkinson confrontandole con quelle di persone di pari età e sesso ma senza Malattia, giungendo a identificare una complessa correlazione tra il grado di disabilità motoria e una particolare popolazione di linfociti T memoria della tipologia CD4+. I linfociti T memoria CD4+ sono cellule che permettono al sistema immunitario di riconoscere e eliminare con rapidità elementi estranei e potenzialmente nocivi per l'organismo. Lo studio, realizzato tra Varese, Novara e Pavia, ha permesso tra l'altro di documentare come i linfociti T delle persone con Malattia di Parkinson reagiscano in maniera peculiare a contatto con alfa-sinucleina, una proteina presente a livello cerebrale e nei tessuti periferici che è implicata nella genesi e nella progressione della Malattia. Diversi studi condotti tra Europa e USA stanno cercando di sviluppare nuove terapie che, sfruttando il sistema immunitario, possano neutralizzare l'azione deleteria di questa proteina sul sistema nervoso centrale. La conoscenza dettagliata della maniera in cui il sistema immunitario reagisce nei confronti di alfa-sinucleina in condizioni di salute e durante la Malattia di Parkinson consentirà una migliore diagnosi e prognosi della Malattia come pure l'identificazione dei farmaci più efficaci su questi meccanismi, che potranno quindi essere valutati in opportune sperimentazioni cliniche.

Il contributo concesso da Fondazione UBI per Varese Onlus permetterà ora di proseguire e completare una delle parti più importanti e innovative della ricerca, che consiste nello studiare nel sangue di persone con Malattia di Parkinson i linfociti T CD4+ e le loro diverse risposte funzionali nel tempo, allo

scopo di comprendere se e come queste si modifichino con la progressione della Malattia. A tal fine, sono estremamente preziose le informazioni ottenute dallo studio del sangue donato dalle persone con Malattia di Parkinson appena diagnosticata, che al momento della loro prima partecipazione a questo programma di ricerca non avevano ancora assunto farmaci antiparkinson. Nel corso delle visite programmate presso l'ambulatorio Parkinson di riferimento, a queste persone verrà proposto di donare un'ulteriore quantità di sangue per ripetere le analisi iniziali, in modo da comprendere che cosa si sia modificato nel sistema immunitario e se queste modifiche abbiano una relazione con l'evoluzione del quadro clinico. L'obiettivo per ora è di svolgere queste verifiche dopo due e quattro anni dalla diagnosi della Malattia, nel frattempo includendo nello studio eventuali altre persone con una nuova diagnosi di Malattia di Parkinson.
Nessuno studio del genere è mai stato realizzato fino a oggi, ed è convinzione dei ricercatori che i risultati consentiranno di comprendere molto meglio di quanto sia stato possibile in passato il reale contributo del sistema immunitario nella Malattia di Parkinson. Parte del sangue donato, verrà utilizzato anche per verificare in laboratorio gli effetti di vari farmaci sulle funzioni dei linfociti T CD4+ che nella Malattia di Parkinson risultano alterate. Questo permetterà di identificare con maggiore efficienza nuovi farmaci che potrebbero essere sviluppati per migliorare la terapia della Malattia, con buone probabilità di intervenire non soltanto sui sintomi, come accade ora, ma anche sulle cause, riuscendo in tal modo a modificare la velocità di progressione del quadro clinico.

Marco Cosentino

Per saperne di più

La ricerca scientifica sulla Malattia di Parkinson a Varese - Risultati e prospettive. Volume liberamente disponibile e scaricabile in .pdf (3 Mb) che raccoglie le pubblicazioni realizzate dal 2001 al 2016 sulla base dei risultati delle ricerche condotte dal Centro di Ricerche in Farmacologia Medica dell'Università dell'Insubria.
* https://goo.gl/VTtCjV

Kustrimovic N, Rasini E, Legnaro M, Bombelli R, Aleksic I, Blandini F, Comi C, Mauri M, Minafra B, Riboldazzi G, Sanchez-Guajardo V, Marino F, Cosentino M. Dopaminergic Receptors on CD4+ T Naive and Memory Lymphocytes Correlate with Motor Impairment in Patients with Parkinson's Disease. Sci Rep. 2016 Sep 22;6:33738.
* https://goo.gl/zHQcui

As.P.I. Associazione Parkinson Insubria - Onlus

Fondazione Unione Banche Italiane per Varese onlus

Terapia Logopedica

Attività 2016/2017

In AS.P.I. Varese è stata data una nuova struttura alle sedute logopediche settimanali, al fine di aumentarne l'efficacia.
Innanzitutto si sono effettuate valutazioni logopediche individuali, che hanno permesso di quantificare le competenze di ciascun soggetto per ciò che concerne la respirazione, la fonazione, la muscolatura facciale, la diadococinesia, l'articolazione, l'intelligibilità del parlato e la prosodia.
Individuate le capacità di ognuno è stato possibile dividere i partecipanti in due gruppi, mettendo all'interno del medesimo insieme i pazienti con uguali livelli di difficoltà e medesime esigenze. Sebbene le sedute logopediche siano di gruppo, questa suddivisione dei partecipanti permette al logopedista di potersi dedicare maggiormente al singolo individuo in caso di difficoltà o di necessità di chiarimenti e favorisce lo svolgimento di attività mirate alle esigenze dei due diversi gruppi.
I partecipanti sono consapevoli di poter ricevere dal terapista maggiori attenzioni e, essendo inseriti in un contesto di individui aventi le loro stesse difficoltà, affrontano la seduta logopedica con minor ansia da prestazione. Inoltre la creazione di due insiemi di persone permette ai caregivers di poter partecipare alla seduta logopedica, se lo desiderano, in modo tale che possano apprendere delle strategie per stimolare correttamente il proprio caro nello svolgimento di attività logopediche anche a casa.
Infine, la possibilità di poter lavorare alternativamente con due logopediste, permette ai soggetti di sperimentare una maggiore varietà di attività e approcci differenti, elemento molto importante affinché vi sia sempre un alto livello di attenzione e partecipazione.

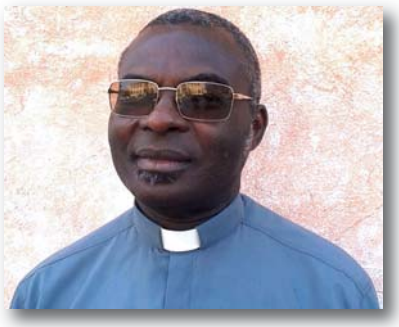
Logopediste - Marta Gallazzi e Sara Senziani

ricerca

L'impiego della mucuna

Un'importante opportunità

Da tempo sentiamo parlare con una certa insistenza di mucuna segno di un interesse sempre maggiore verso questo legume da parte del mondo dei parkinsoniani.
Perchè questa attenzione?



La mucuna è una pianta della famiglia delle leguminose coltivata anche nello stato del Benin in Africa ed è caratterizzata da un certo contenuto di levodopa che, come ben sappiamo, è il principale farmaco per il trattamento della malattia di Parkinson. E nel Benin cosa ne faranno mai? Ma noi conosciamo qualcuno nello stato del Benin: Padre Christophe! A questo punto non resta che contattarlo per sapere qualcosa direttamente da lui e non solamente per interposte persone o articoli più o meno scientifici. Il desiderio era forte. Una mail all'indirizzo del Padre con le spiegazioni del perchè di questo nostro interessamento ed il contatto è stabilito. Questo avveniva l'anno scorso ed il contatto si è realizzato qualche giorno fa quando abbiamo incontrato padre Christoph venuto in Italia per un periodo di soggiorno e scambio. Allora cosa ci dici della mucuna pruriens?
A questo punto abbiamo cominciato la conversazione che si è rivelata, almeno per noi, molto interessante. Innanzi tutto questo rampicante molto simile ad una pianta di fagioli ma dalle dimensioni di una liana (lunghezza fino a 15 metri) viene coltivata per combattere un'erba infestante delle coltivazioni e per concimare i campi. Viene seminata su un terreno in modo che ricoprendo il terreno soffoca l'infestante e poi una volta raccolti i semi viene rivoltata in modo da fungere da concime. Un po' come si fa nelle nostre regioni con l'erba medica e il conseguente sovescio allo scopo di arricchire il terreno delle sostanze concimanti in esse contenute. Il sovescio, quindi, rappresenta un mezzo per concimare i terreni, anche nei paesi caldi, indipendentemente dalla disponibilità di letame ed è quindi una pratica molto utilizzata nell'agricoltura biologica. Essendo una leguminosa, la mucuna, ha la caratteristica di fissare l'azoto dell'aria e trasferirlo nel terreno una volta interrata. I semi (fagioli) vengono dati invece come mangime alle mucche o capre e non agli altri animali non ruminanti (cavalli, maiali, pollame). Non viene utilizzato per l'alimentazione umana in quanto ritenuta tossica. Per quanto riguarda il Parkinson, Padre Christophe non è al corrente di pratiche di cura del Parkinson in Benin e neppure dell'uso afrodisiaco che gli viene attribuito specialmente in India. Vedrà di assumere informazioni al riguardo in modo da potere essere più prerciso in un prossimo contatto.
Da alcune ricerche effettuate in internet risulta molto evidente l'approccio commerciale in quanto vengono attribuite alla mucuna un numero elevato di caratteristiche che la rendono utile ed efficace in numerosi processi fisiologici, regolando l'umore, i comportamenti sessuali, le pulsioni, il movimento e impiegata anche per il bodybuilding. Ci sentiamo quindi di condividere quanto espresso già da altri che si sono interessati a questo legume: "L'impiego della mucuna pruriens deve essere inteso come un'importante opportunità per trattare i pazienti con malattia di Parkinson in quei Paesi in cui le terapie farmacologiche risultino troppo costose per i sistemi sanitari nazionali e per i malati stessi". Il discorso non vale per l'Italia dove il Servizio Sanitario Nazionale (SSN) fornisce gratuitamente le terapie farmacologiche.

Laura e Francesco

As.P.I. "in cattedra"

Una finestra sull'esperienza all'Università Cattolica

Ogni anno l'Università Cattolica di Milano invita l'As.P.I. di Varese per una testimonianza sull'operato dei Parkinsoniani. Da due anni collaboro con l'Associazione come psicologa e anche quest'anno mi è stata offerta l'opportunità di partecipare.
Quel giorno noi dello staff della delegazione As.P.I. ci siamo incontrate fuori da una sede distaccata dell'Università e abbiamo preso posto in un'aula ampia che, dapprima vuota, si è riempita in un batter d'occhio di un congruo numero di allieve. Ha dato inizio alla performance la nostra Presidente che ha ripercorso la storia e l'iter formativo dell'Associazione. È stata poi la volta delle relazioni dei malati: lucidità, consapevolezza e padronanza hanno caratterizzato le loro esposizioni.
E lì ho potuto percepire un silenzio particolare, si respirava un'attenzione amorevole e commossa da parte dell'uditorio: questo è il silenzio dell'empatia.
Vale a dire che l'enunciato dei relatori, così semplice, ma profondo, così autentico e sentito, creava un'energia nuova che andava a toccare delle corde interiori di alto coinvolgimento emotivo.
Si prescindeva quindi dai contenuti mentali che costituiscono gli abituali argomenti delle lezioni universitarie, per andare a realizzare una dinamica relazionale legata a un'alchimia in cui venivano suscitate dal profondo inaspettate vibrazioni di empatia e di condivisione.
Un abbraccio ideale tra relatori ed allieve che ha potuto prender forma nell'esercizio dei fogliettini.
Veniva richiesto loro di sintetizzare in una sola parola la qualità dominante del loro vissuto. Le risposte sono state esaltanti.

Tutte si sono allineate verso 3 connotazioni di spicco:

1) **CONSENSO** unanime riguardo le profonde emozioni suscitate: Empatia, Commozione, Identificazione nella sofferenza, Partecipazione amorevole
2) Apprezzamento della Forza di **VOLONTÀ**, la Tenacia, il Coraggio, la Perseveranza
3) Ammirazione riguardo all'**ACCETTAZIONE** della malattia con Consapevolezza e Saggezza

Al pomeriggio un Convegno medico sulla malattia di Parkinson ci ha riportati dentro gli schemi convenzionali di stretto stampo scientifico con presentazione di grafici e slides di difficile comprensione per i non addetti ai lavori.
In sintesi mi sento di evidenziare il netto contrasto tra le due esperienze. Quella del mattino implica un'intensità emotiva di spessore, pur coinvolgendo anche le altre funzioni cognitive, sensoriali, volitive, introspettive e di **SINTESI.**

La seconda mette in moto e tiene allenate le facoltà proprie della mente: la razionalità, la memoria , la conoscenza, l'**ANALISI**. Lascio aperta questa dicotomia, lungi da me voler esprimere un giudizio. Mi permetto solo di affermare che l'esperienza coi malati ha lasciato dentro di me un vissuto di gratitudine di amore che resterà vivamente impresso dentro di me.

Silvia Trolli

ZTL (Zona a Traffico Limitato) a Varese

Regolamentazione per i disabili

Alcune persone disabili si sono allarmate dopo le variazioni avvenute con le strisce blu a Varese. Portiamo a vostra conoscenza quanto ricevuto del CVV (Coordinamento Volontariato Varese).

Transito - Sono previste due categorie di accessi: il Transito invalidi abituale ed il Transito invalidi occasionale; per ciascuna di esse è prevista una normativa diversa, basata sulla compilazione di moduli specifici.

Transito invalidi abituale - Accesso effettuato con un accompagnatore fisso. Deve essere compilata la domanda mod. 01/ZTL e fatta pervenire al COMANDO DI POLIZIA LOCALE del Comune di Varese corredata dalla fotocopia dei documenti richiesti in modo che la targa del veicolo utilizzato venga registrata nell'apposto elenco predisposto dal Comando della Polizia Locale. Nella domanda possono essere indicati al massimo tre veicoli, che devono essere intestati al titolare del contrassegno o ad un famigliare convivente; la registrazione resterà valida fino alla data di scadenza del Contrassegno Parcheggio per Disabili, dopo di che andranno comunicati i dati del nuovo permesso.
Per quanto ci è stato assicurato al Comando della Polizia Locale, la validità del permesso sarà automaticamente estesa alle nuove ZTL che verranno create prossimamente. All'ingresso del veicolo nella ZTL, le telecamere di sorveglianza ne leggeranno il numero di targa controllandone la presenza nell'elenco.

Transito invalidi occasionale - Accesso effettuato con un accompagnatore occasionale. Deve essere compilato il mod. 02/ZTL e fatto pervenire anch'esso al COMANDO DI POLIZIA LOCALE, corredato dalla fotocopia dei documenti richiesti entro 24 ore dall'avvenuto transito.
A differenza del precedente, questo documento ha dunque validità per un solo ingresso, e deve essere compilato dopo che l-ingresso è stato effettuato.
In entrambi i casi la pratica può essere svolta o per via telematica, trasmettendo la domanda ed i documenti richiesti via internet, o presentandosi di persona al Comando della Polizia Locale di Via Sempione muniti di libretto di circolazione dei veicoli da registrare, del permesso disabili e del documento di identità del disabile.

Parcheggio - Nella ZTL i disabili possono parcheggiare solo negli stalli blu riservati; quando esauriti, possono utilizzare gratuitamente gli altri stalli blu. Non possono parcheggiare negli stalli gialli, riservati ai residenti, né in aree non delimitate da stalli. Si raccomanda comunque di fare sempre attenzione ed attenersi alla segnaletica verticale.
Per vostra comodità, potete prendere visione diretta dei documenti necessari, insieme ad altre informazioni, accedendo al sito Comune di Varese e cercando "ZTL".

Tratto dal comunicato CVV

As.P.I.
Associazione Parkinson Insubria Onlus - Varese
con il patrocinio di
Sistema Socio Sanitario Regione Lombardia ASST Sette Laghi
e la collaborazione
COMUNE DI VARESE
25NOVEMBRE2017
GIORNATA NAZIONALE PARKINSON
INFO POINT
As.P.I.
Associazione Parkinson Insubria Onlus - Varese

Groane

Successo in auditorium

Recensione fatta dal settimanale "Settegiorni" di RHO.

Tante risate con la commedia "Cani e Gatti" per aiutare le persone malate di Parkinson.

Tante risate per aiutare i malati di Parkinson. Ha ottenuto un buon successo "Cani e Gatti", la commedia degli equivoci rappresentata da "Il Circolo dell'Arte e dello Spettacolo" in collaborazione con "Rami - percorsi teatrali", messa in scena domenica 8 ottobre nell'Auditorium di via Meda. "Il ricavato dello spettacolo sarà utilizzato per attività complementari, come nordic walking" ha spiegato Rosetta Pirocca, Presidente AsPI Groane Onlus. "Attività come queste tolgono dall'isolamento" ha aggiunto il dottor Franco Grassi, responsabile del comitato scientifico della Onlus. Era presente anche la dottoressa Giuliana Matordes, presidente di "Cammino in salute", che collabora con AsPI Groane per la nordic walking.

Il Sorriso

Quante parole sono state scritte e dette riguardo questo termine! Tante parole giuste e tante errate. Non confondiamo il termine sorriso con quanto recita un vecchio proverbio: **"IL RISO ABBONDA SULLE LABBRA DEGLI STOLTI"** e cioè quando si ride per denigrare qualcuno oppure senza nessun motivo.

La nostra Associazione come sapete, si occupa di malati di Parkinson, una patologia neurologica nota per la progressiva perdita di neuroni. I nostri associati avrebbero poco da sorridere o tantomeno da ridere con una diagnosi così infausta, riescono invece ad essere sereni e quando si incontrano partecipano con entusiasmo alle attività proposte, aiutandosi a vicenda.

A questo proposito noi di As.P.I. Groane non dimenticheremo il nostro amico Cesare che ci ha lasciato recentemente: lui era sempre allegro, faceva tanti scherzi a tutti, ci fotografava di nascosto e con queste foto creava caricature molto divertenti e, pur avendo molti problemi, sapeva trasmettere serenità agli altri, riuscendo a godere quanto la vita gli aveva dato e noi, lo porteremo sempre nei nostri cuori. Non dimentichiamo che il sorriso trasmette rilassatezza, chi sorride si illumina in volto e quindi riflette a sua volta un senso di pace, infatti il sorriso è contagioso. Tutte le persone del mondo hanno i propri guai ma è diverso affrontarli serenamente o ingigantirli con un atteggiamento sempre negativo che non aiuta chi lo adotta e infastidisce chi ascolta l'elenco dettagliato e noioso delle sue esperienze negative.

Un altro vecchio proverbio recita così:

"SAPPI CELARE I TUOI DISPIACERI PER ALLEVIARE ED ASCOLTARE QUELLI DEGLI ALTRI".

E allora sorridiamo e la magia si avvererà e quello che ci sembrava insormontabile, lo vedremo meno difficile da superare.

Graziella Solarino

Dalle ore 09.00 alle ore 13.00
i volontari dell'Associazione insieme ad un medico neurologo/parkinsonologo dell'ASST Sette Laghi saranno a disposizione presso:

- **Ospedale di Circolo**
Fondazione Macchi di Varese - Via F. Guicciardini, 9
Spazio riservato alle associazioni nella hall
con la presenza della dott.ssa Maria Laura Bianchi.

- **Ospedale L. Galmarini di Tradate**
Piazza A. Zanaboni,1 - Neurologia al Primo piano
con la presenza del dott. Davide Uccellini.

Per ulteriori informazioni:
www.parkinson-insubria.org
T: 327 293 70 80 - info@parkinson-insubria.org

vacanze

L'eco delle vacanze terapeutiche ad Andora

Carissimi amici dell'As.P.I. di Varese; Siamo un gruppo di "goliardi" parkinsoniani della sezione A.I.P. di Como che hanno avuto la fortuna di aderire e partecipare al soggiorno marino terapeutico di Andora, sapientemente organizzato dal Vostro Direttivo e magistralmente affidato e condotto dal Vostro vicepresidente sig. Giuseppe, sempre attento e disponibile ad ogni necessità dell'ammalato, al quale va la nostra e di tutti la più totale riconoscenza e i più sentiti ringraziamenti.
Un ringraziamento al Direttivo per l'opportunità offertaci ad usufruire di un trattamento alberghiero di tutto rispetto, con pasti ben curati tali da soddisfare ogni esigenza personale; la piena e totale disponibilità della Direzione e del personale alberghiero a venire incontro, ove possibile ad ogni giusta richiesta avanzata dagli ospiti. Anche la pulizia dell'ambiente e della dotazione delle singole camere sono molto curate.
La presenza di due professionisti in fisioterapia messi a disposizione gratuitamente dalla CASA DI CURA "LE TERRAZZE" di Cunardo (Va) che si alternano nei trattamenti dei pazienti, costituiscono il completamento di questo soggiorno terapeutico.
Infine, ma non ultima per importanza, ma anzi crediamo la più importante, è la possibilità di fraternizzazione tra persone colpite dalla stessa malattia e con i relativi familiari appartenenti a sezioni parkinsoniane differenti, con possibilità di scambiarci esperienze e aggiornamenti e stabilire nuove amicizie.
Vogliamo anche esprimere tutta la nostra soddisfazione per essere stati da Voi coinvolti in questa bella e utile esperienza, che speriamo possa essere ripetuta per il futuro.
Sarà altresì nostra cura rappresentare al Presidente ed al Direttivo della nostra sezione di Como questa piacevole e utile esperienza.

I parkinsoniani di Como

Quest'anno per le vacanze abbiamo scelto di ritornare a Marina d'Andora all'Hotel "2 Gabbiani", ci troviamo molto bene e ormai conoscono i nostri bisogni e desideri.
Abbiamo fatto tanti amici nuovi anche loro parkinsoniani provenienti da altre provincie (Como, Torino, Biella, Genova). E' sempre utile scambiarci esperienze raccontandoci il nostro modo di vivere la malattia, soprattutto come la si combatte con i vari tipi di pillole, e non solo, ma trovando anche interessi diversi come musica, pittura, disegno, l'uso del computer e altro ancora.
Alla sera poi gran galà con balli, karaoke, tombolate, gare di burraco e scala quaranta; poi l'immancabile gita in trenino per visitare le bellezze dell'entroterra e della costa.

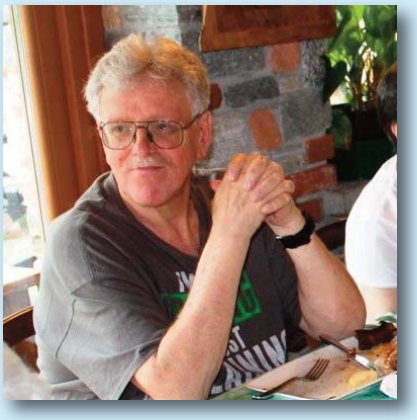
Un ringraziamento particolare oltre alla nostra associazione alla Sig. Lina per l'organizzazione e le gite organizzate sempre per allietare al meglio il nostro soggiorno.
Ed infine alla Casa di Cure "LE TERRAZZE" di Cunardo per averci messo a disposizione due bravi fisioterapisti che ci hanno fatto lavorare con un'ora di ginnastica al mattino e nel pomeriggio ginnastica in spiaggia con passeggiate lungo il mare e a chi necessitava anche i massaggi.
Speriamo di ritrovarci l'anno prossimo.

Una parkinsoniana

Parole d'amore

Ed io cantavo, autunno,
mentre il sole ancora dormiva,
lieve sussurrava la voce del vento,
parole che ancora tu vorresti sentire,
parole, parole d'amxore,
e lieve si sente il dolore
come un pugno che stringe il tuo cuore,
mettendo tristezza infinita,
ed io ancora una volta
non so cosa dire,
in questo morire di foglie
ed è spina che trafigge la vita,
fino a morire.

Angela Menconi Ganna



Antonio da Brissago

Vogliamo ricordare Antonio Bossi con la memoria del cuore, quella memoria che costruisce sulla roccia che plasma la vita e marchia il cuore. E' la memoria dell'eredità ricevuta che dobbiamo a nostra volta trasmettere ai nostri figli. Si potrebbe definire Antonio l'uomo dello stupore, l'uomo che si è lasciato stupire da Dio e ha saputo dischiudere il cammino affinché questo stupore nascesse negli altri. I viaggi col suo piccolo camper, gli hobby che lo rendevano felice nel tempo libero. Un uomo stupito di fronte a una sovrabbondanza di grazia che vince sull'abbondanza del peccato. Come non ricordare la passione per la musica: per la sua fisarmonica con la quale molte volte ha allietato gli anziani nei ricoveri ma anche i pranzi fatti in compagnia degli amici parkinsoniani. E poi l'accompagnamento del coro che per qualche tempo ha allietato i nostri incontri in AsPI. Collaborando al nostro periodico Liberi! fra le altre cose scriveva: "Non parlo della malattia (il Parkinson della moglie Maria Grazia) ma dei benefici che, come coppia, abbiamo ricevuto dalla conoscenza e dalla frequentazione dell'Associazione AsPI" e "Quel mondo nuovo che sognavo, seppure in piccolo esiste".
Quando la fatica della sofferenza diventava grande, accoglieva comunque tutti con tanta disponibilità e un sorriso che ti diceva che amico era. La medicina che l'ha più sostenuto negli ultimi pesanti momenti è stata la medicina offerta dalla figlia Daniela che con la chitarra e a bassa voce gli cantava le sue canzoni preferite, quando in ospedale si poteva, senza disturbare gli altri pazienti. E poi il dolce canto durante la celebrazione funebre che ci ha trasmesso il vero senso dell'amore filiale.
Ringraziamo allora il Signore che ce lo ha fatto incontrare e ridica a noi oggi: "considerate l'esito della sua vita e imitatene la fede". Una fede che è diventata opera, una fede ricca di buon umore.

Laura e Francesco

Ezio Giamberini

Ci ha lasciato un bel ricordo di sè, come tutti gli AsPIAni corsi incontro al Padre. Amante della pesca, che lo faceva rimanere per ore fermo in attesa della preda, dimostrava pazienza e fermezza nello stesso tempo, ma era uno sport che non l'aiutava nel movimento tanto necessario ad un parkinsoniano.
Suppliva con la partecipazione al gruppo di biodanza dove si trovava a suo agio nei movimenti armoniosi che lo toglievano d'impaccio per qualche tempo. Veniva agli incontri accompagnato dalla moglie Maria Pia che, pur avendo già sofferto parecchio per la perdita del figlio Giorgio 24 anni fa, l'ha sostenuto e incoraggiato in tutti questi anni con tanto amore.
Ezio aveva saputo esprimersi anche nella pittura e aveva partecipato con i suoi quadri alla Mostra "Pittori nei Cortili" a Viggiù e a Laveno in occasione del convegno "Dal Profondo" nel 2013.
Ora sarà preso dall'ascolto di quella musica dolcissima che accompagnerà l'eterna angelica biodanza.

Ornella e Giuseppe

www.parkinson-insubria.org

As.P.I. Varese
Via Maspero, 20
21100 Varese
Tel.: 327 2937380
info@parkinson-insubria.org
www.parkinson-insubria.org

As.P.I. sez. Novara
Corso Risorgimento, 342
28100 Novara
Tel.: 0321 56303 – 333 2136239
parkinson.novara@gmail.com
http://parknov.sitiwebs.com

As.P.I. sez. Legnano
Via Girardi, 19
20025 Legnano (MI)
Tel.: 0331 541091 – 349 3084760
aspi.legnano@gmail.com
www.aspilegnano.it

As.P.I. sez. Groane
Viale Enrico Forlanini, 121
20024 Garbagnate Milanese (MI)
Tel.: 331 8031350
info@aspigroane.it
www.aspigroane.it

As.P.I. sez. Cassano M.
Via Cavalier Colombo, 32
21012 Cassano Magnago (VA)
Tel. e fax: 0331 282424 – 339 5863222
associazioneparkinson@gmail.com
http://aspicassano.wordpress.com

As.P.I.

Associazione Parkinson Insubria Varese - Onlus

con la collaborazione del

COMUNE DI VARESE

Concerto

Violino
M° G. Rimonda

Soprano
F. Lombardi Mazzulli

Piano
M° F. Miotti

Per ricordare la Prof. Emilia Martignoni

Venerdì 1 Dicembre 2017 - ore 20,30

Musiche di:

F. SCHUBERT - N. PAGANINI - G. ROSSINI - F. GEMINIANI

A. VIVALDI - G. PERGOLESI

presso

Salone Estense del Comune di Varese

Concerto inserito nell'ambito delle manifestazioni per la Giornata Nazionale Parkinson

con il patrocinio di

Sistema Socio Sanitario Regione Lombardia ASST Sette Laghi

le Terrazze

Fondazione Gaetano e Piera Borghi

Ingresso libero

arti tipografiche induno snc