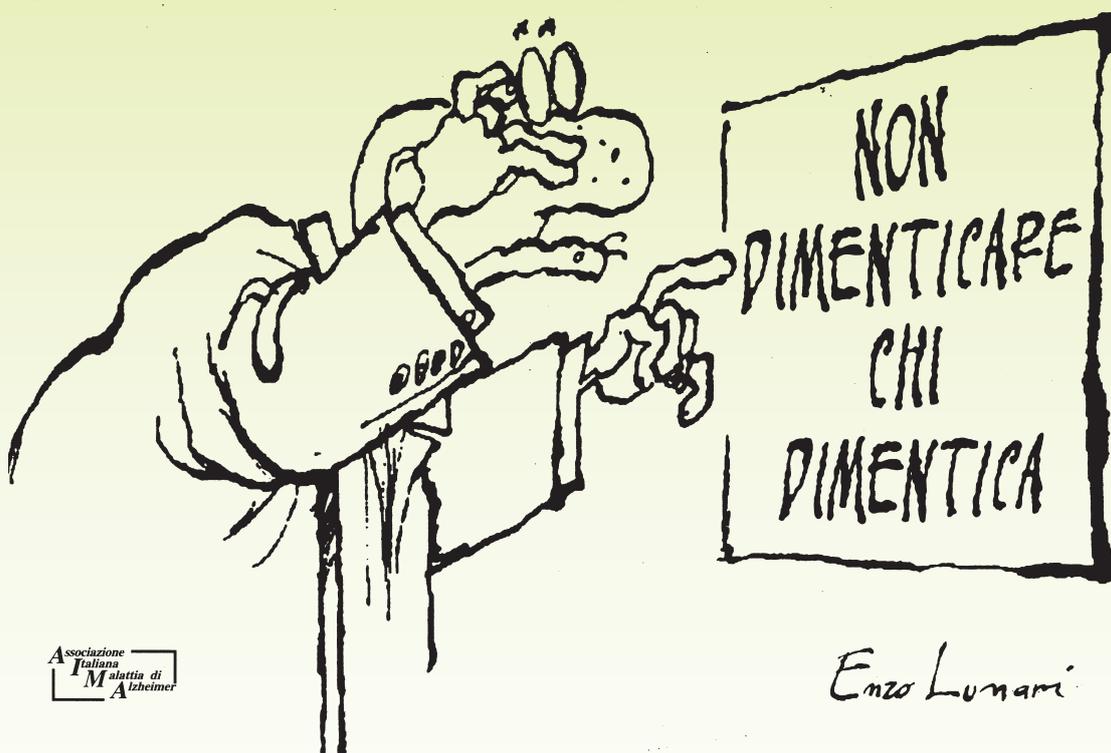




N° 40 - Maggio 2022



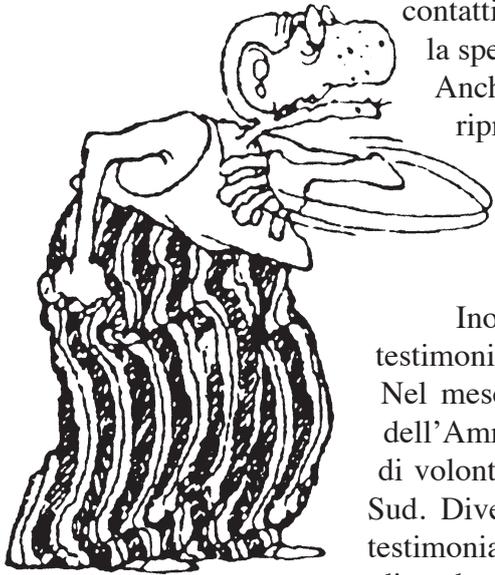
Enzo Lunari

Indice

UNA TIMIDA RIPRESA	pag. 2
GLI INCONTRI NELLA SCUOLA DI OMBRIANO	pag. 2
UNA RIFLESSIONE SUL TEMA ANZIANI	pag. 3
GLI INCONTRI PRESSO LA SCUOLA MEDIA "MANZIANA"	pag. 4
"CREMA, CITTÀ AMICA DELL'ALZHEIMER"	pag. 5
GRAZIE AL ROTARY CLUB CREMA	pag. 5
ARTE E COLORI NEL PARCO	pag. 6

UNA TIMIDA RIPRESA

AIMA Crema, dopo un periodo di inattività a causa della pandemia, ha riaperto la sede presso la Fondazione Benefattori Cremaschi di via Kennedy. Per ora è possibile svolgere solo le attività di segreteria e avere contatti telefonici con il pubblico, se la situazione continuerà a migliorare, la speranza è di poter riaprire la sede al pubblico.



Anche le attività dirette a sostegno delle persone malate non sono ancora riprese. Ha avuto inizio, però, il “Gruppo di sostegno psicologico” per familiari presso la sala polifunzionale della RSA di via Zurla. Sono previsti 9 incontri a cadenza quindicinale, da marzo a giugno, guidati dalle psicologhe dott.ssa Regonesi e dott.ssa Gardinali. I familiari partecipanti sono 9.

Inoltre si sono svolte iniziative nell'ambito del “Patto di comunità: testimonianze itineranti di volontariato e cittadinanza attiva”.

Nel mese di ottobre AIMA ha partecipato al percorso di co-progettazione dell'Amministrazione comunale “Patto di Comunità: testimonianze itineranti di volontariato e cittadinanza attiva” in collaborazione con CSV Lombardia Sud. Diverse associazioni di volontariato cremasche hanno offerto le loro testimonianze alle classi seconde delle scuole medie della città. Da ottobre a dicembre AIMA ha incontrato gli alunni della 2E dell'Istituto Comprensivo Crema 2 di Ombriano e della 2B della Scuola “Manziana” di Crema.

GLI INCONTRI NELLA SCUOLA DI OMBRIANO

Durante gli incontri nella scuola di Ombriano gli alunni hanno mostrato grande attenzione e interesse per conoscere il “problema anziani”, le difficoltà della malattia di Alzheimer, il disagio delle persone e delle famiglie coinvolte. Alla richiesta di produrre le riflessioni e i sentimenti suscitati dagli incontri con l'associazione, gli alunni hanno risposto con impegno e con entusiasmo, grazie anche alla fattiva e generosa collaborazione del loro insegnante di lettere.

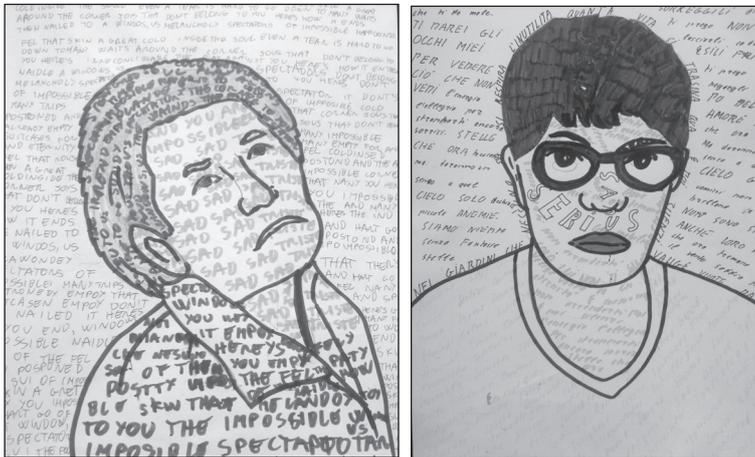
L'iniziativa si è conclusa con un incontro fra gli alunni, gli insegnanti, il dirigente scolastico, i rappresentanti delle associazioni, alla presenza del Sindaco dott.ssa Bonaldi. Tutti i partecipanti hanno espresso giudizi molto positivo sul percorso effettuato.

AIMA Crema ritiene interessante ed istruttivo far conoscere le riflessioni e gli elaborati degli studenti:



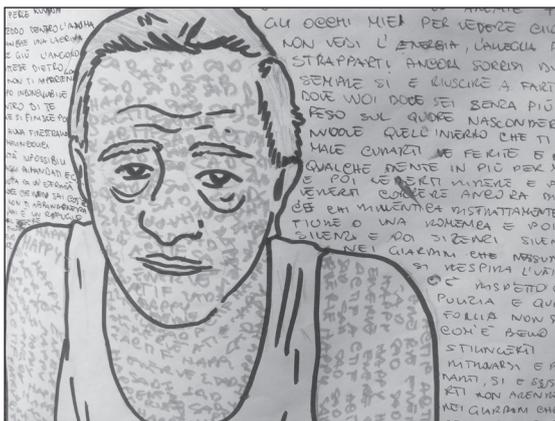
UNA RIFLESSIONE SUL TEMA ANZIANI

Classe 2 E OMBRIANO



Le Associazioni AUSER E AIMA hanno lavorato con noi alunni della 2^a E dell'I.C. Crema Due di Ombriano per sensibilizzarci sul tema degli anziani e delle loro fragilità. In particolare si sono soffermate sulle conseguenze dell'Alzheimer e sul potenziale supporto che le nostre famiglie e noi giovani possiamo offrire loro.

Molto produttivi e significativi sono stati i due incontri con le associazioni del territorio cremasco per approfondire l'argomento relativo al problema Alzheimer. Nell'ambito delle due giornate noi ragazzi, dopo un attento confronto, abbiamo realizzato delle interviste ai nostri

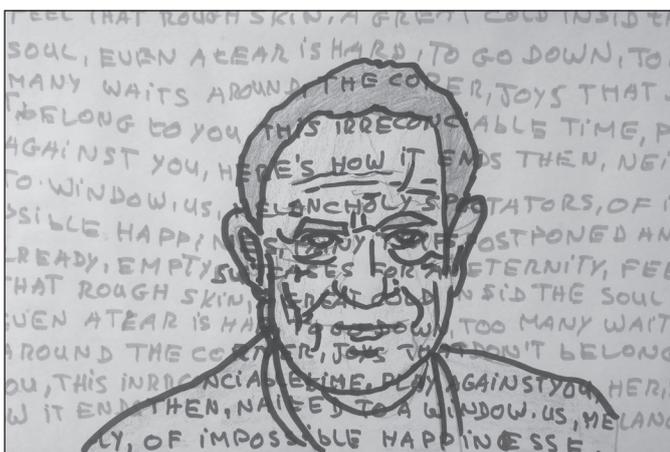


nonni nelle quali ci siamo soffermati su tematiche relative alle loro patologie e a come hanno vissuto il difficile periodo della pandemia.

All'interno del progetto abbiamo riflettuto sul testo della canzone "I giardini che nessuno sa" di Renato Zero e, dopo aver interiorizzato il significato, abbiamo eseguito una performance corale del brano in questione.

Le frasi più significative sono state riportate successivamente sui volti dei nostri nonni, disegnati durante le ore di arte. I lavori sono stati arricchiti inoltre con aggettivi in lingua inglese e francese, mediante i quali, ci siamo prefissati di descrivere le emozioni sprigionate dai volti dei nonni. Il progetto ci ha insegnato a

trascorrere più tempo con gli anziani e a supportarli nelle piccole azioni quotidiane. Stimolante è inoltre stata l'attività realizzata in musica, che ci ha indirizzati nell'ideazione di una proposta progettuale, legata al tema della musicoterapia e alla sua funzione terapeutica. Ognuno di noi ha pianificato un approccio progettuale soggettivo nei confronti degli anziani con l'obiettivo di prenderci cura di loro mediante la musicoterapia. Siamo davvero soddisfatti del risultato ottenuto e della molteplice varietà del nostro progetto e speriamo di poter ripetere ancora questa entusiasmante esperienza.

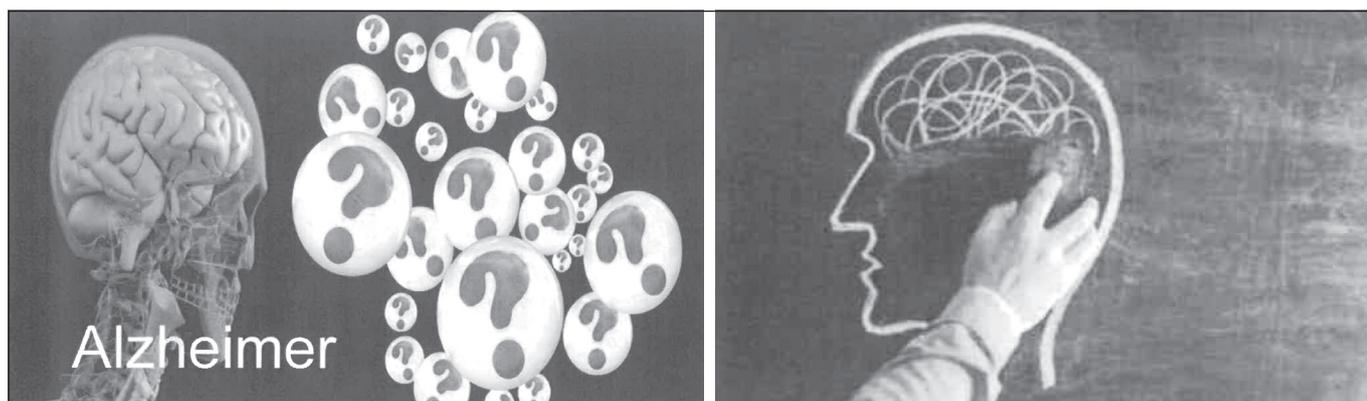


GLI INCONTRI PRESSO LA SCUOLA MEDIA "MANZIANA"

Gli altri due interventi hanno avuto luogo presso la Scuola media "Manziana" di Crema, con la classe 2B. Gli studenti, anche in questo contesto preparati dagli insegnanti, si sono mostrati molto interessati al tema: hanno fatto ricerche sull'Alzheimer, si sono documentati sui sintomi e sul decorso della malattia. Hanno poi intervistato la figlia di una persona affetta dalla patologia con domande puntuali e corrette. Hanno completato le loro ricerche con alcune immagini che ben rappresentano l'Alzheimer.

A conclusione degli interventi delle associazioni nelle classi, la scuola "Manziana" ha organizzato, nell'ambito della Giornata del Volontariato itinerante, un incontro fra le varie associazioni partecipanti, gli alunni e i loro genitori, durante il quale gli studenti hanno raccontato il percorso seguito, le loro impressioni, sempre positive e la loro soddisfazione per quanto appreso.

AIMA rivolge un sincero grazie agli alunni e ai loro insegnanti per l'impegno e il lavoro svolto, che presentiamo di seguito con alcune immagini.



Che cos'è?

Il morbo di **Alzheimer** è la forma più comune di demenza, un termine generale che si riferisce alla perdita di memoria e di altre abilità intellettuali talmente grave da interferire con la vita quotidiana.

Abbiamo deciso di intervistare le figlie di una persona affetta dal morbo di Alzheimer.

1. Come ci si sente ad avere un parente affetto dall'Alzheimer?

Ci si sente impotenti perchè vedi il tuo caro che cambia carattere, linguaggio, comportamento e non puoi aiutarlo.

2. Quali sono stati i primi sintomi del malato?

Si dimenticava dove appoggiava gli oggetti, cioè dimenticava la posizione degli oggetti di uso quotidiano.

3. All'inizio sembrava grave il fatto che perdeva la memoria?

Sì, ma soltanto dopo la diagnosi.

4. Cosa ne pensate delle associazioni che si occupano della malattia?

L'associazione è stata utile all'inizio della malattia per capire come gestire la malata e conoscere l'evoluzione della malattia visto che era ancora sconosciuta.

5. Qual è stato il primo impatto dopo la scoperta della malattia?

Inizialmente è stata una situazione di smarrimento anche perchè non conoscendo la malattia ci siamo dovute rivolgere a delle associazioni per informarci sulla malattia.

6. Com'è vivere con una persona affetta da questa malattia?

Complicato e con il passare del tempo più difficile perchè si poteva solo guardare l'evoluzione.

“CREMA CITTÀ AMICA DELL’ALZHEIMER”

Tra le varie iniziative è ripresa anche l’attività del Progetto “Crema città Amica dell’Alzheimer” a cui collaborano AIMA, Comune di Crema, Fondazione Benefattori Cremaschi Onlus, ASST CREMA, ATS VALPADANA.

Di seguito le attività in programma:

- 21 aprile visione del film di Paolo Ruffini “Perdutamente” Non si guarisce dall’Alzheimer. Non si guarisce dall’Amore. Viaggio attraverso l’Italia che racconta storie vere legate al Morbo di Alzheimer, indagando la differenza tra cura e guarigione. Il centro non è la malattia, ma l’amore: perché l’unico modo per prendersi cura di chi non può più ricordare è proprio amare. Perdutamente.
- 3 e 10 maggio corso di informazione/formazione per Agenti della Polizia Locale, con l’obiettivo di offrire un quadro generale sulle caratteristiche della malattia, rafforzare le capacità nell’individuare precocemente i principali indicatori/segnali di disturbo cognitivo, perfezionare le competenze nel relazionarsi con le persone che hanno disturbi cognitivi e di memoria.
- Presenza nei quartieri della città con iniziative di sensibilizzazione e avvicinamento.



GRAZIE AL ROTARY CLUB CREMA



Il Rotary Club Crema ha sostenuto AIMA in questo periodo di ripartenza con un contributo economico che ha finanziato il Gruppo di sostegno psicologico (di cui abbiamo parlato nel primo articolo) e permettendo la pubblicazione del “Diario di Alice”, un numero di ProMemoria pubblicato nel 2002 dedicato al racconto di Alice, studentessa di 14 anni che ha vissuto l’esperienza della malattia del nonno accolto in famiglia. AIMA utilizza questa pubblicazione come strumento durante gli incontri di sensibilizzazione sulla malattia con gli studenti.

Da sempre operiamo con un’attenzione di riguardo alle nuove generazioni, consapevoli che i giovani saranno i protagonisti del futuro e che potranno generare quel cambiamento culturale che permette un approccio corretto verso la persona malata e la famiglia, abbattendo la diffidenza, la vergogna, la solitudine, tabù che ancora circondano la malattia di Alzheimer.

Al Rotary Club Crema un grande GRAZIE per l’aiuto concreto che ha permesso di svolgere due importanti attività.

ARTE E COLORI NEL PARCO

a cura di Elena Grandi, Educatrice Sociopedagogica e Arteterapeuta



È importante ricordare che stare immersi nella natura favorisce il benessere psicofisico, determinato da tutti quegli elementi atmosferici – principalmente il sole e l'aria – che influiscono sul corpo umano, producendo cambiamenti significativi. L'esposizione alla luce solare, infatti, stimola la produzione di serotonina, un neurotrasmettitore che svolge diverse funzioni e interviene nella regolazione di importanti processi fisiologici, quali il senso di fame e sazietà, la motilità intestinale, il tono dell'umore, il ciclo sonno veglia, la memoria...

parco della mia città, Ancona.

La proposta è facilmente adattabile anche a persone con Disturbo Cognitivo, per cui eccomi qua a raccontarvi come organizzarlo!



La ricetta si giostra su 4 punti:

1. L'obiettivo del progetto
2. Il setting
3. I materiali per le attività
4. Le attività proposte

OBIETTIVO DEL PROGETTO

Macro obiettivi:

- dare priorità alla dimensione espressivo-creativa, offrendo ai partecipanti diverse tipologie di laboratori espressivi semi – guidati
- esprimere pensieri ed emozioni attraverso le proprie immagini
- favorire il contatto con l'ambiente (natura) del parco
- favorire la socialità nella modalità adeguata, anche in rispetto alla normativa per la prevenzione da covid-19

Micro obiettivi:

- partecipazione, attenzione verso di sé, verso l'altro e il contesto ambientale

SETTING

Per definire il setting, ho utilizzato un grande telo verde di tessuto molto forte (era una vecchia tenda da esterno) al cui interno ho messo due tappeti su cui ho posizionato i materiali necessari per le attività proposte.

Il tappeto verde ha definito lo spazio dove le persone potevano sedersi e quindi il numero delle persone che potevano partecipare.



Questo ha reso possibile anche una turnazione, in quanto chi aveva finito, lasciava il posto a chi stava aspettando.

I materiali erano disposti al centro suddivisi tra colori e materiali vari. In fondo, un altro spazio che conteneva i materiali per una particolare attività, disposto in modo che i materiali non si confondessero.



In mancanza del tavolo, dovendo le persone poggiare il foglio o qualsiasi altro materiale su un piano, ho preparato 12 tavolette di cartongesso (potrebbero essere delle tavolette di compensato) che ho bordato con lo scotch di carta. In questo modo il piano, molto solido e liscio, permetteva di essere poggiato sia a terra, che sulle ginocchia.

MATERIALI

Matite colorate, matite colorate acquarellabili, pennarelli, pastelli ad olio, matite HB, gomme, forbici, colla stick e colla liquida, cartoncini colorati formato A4, carta paglia, carta da pacchi bianca, brillantini oro, argento, rame, nastri colorati, scovolini da pipa colorati, piume colorate oro e rosse, candeline colorate e bianche, sabbia, sale colorato, piatti di carta bianchi e celesti, conchiglie, stelle marine, piccoli sassi



PROGETTI

Come agganciare le persone e come invitarle alla creazione di proprie immagini?

Per fare un po' di pubblicità ho creato una locandina in pdf, a colori, che ho attaccato in diversi punti del parco e spedito sia per email a conoscenti e amici con preghiera di divulgare, sia per WhatsApp.

Per invogliare le persone a creare immagini, ho pensato di utilizzare i seguenti laboratori che facilitassero la creazione dell'immagine stessa.

• I PROPOSTA : La macchia

Ho distribuito dei fogli di carta bianca ruvida, su cui avevo fatto delle macchie con la china.

Le persone dovevano interpretare la macchia dandole un titolo e poi modificare l'immagine con i materiali presenti.

• II PROPOSTA l'immagine dalla carta stropicciata

Distribuire un foglio di carta, appallottolarlo bene e con forza. Riaprirlo e interpretare i segni lasciati dalla piegatura. Con i colori far emergere l'immagine.

• III PROPOSTA l'immagine dalla carta strappata

Prendere la carta da pacchi e strapparla in parti piccole o grandi, come si vuole. Lo strappo diventa il foglio e a seconda della forma che casualmente emerge dallo strappo, interpretare la forma e far emergere l'immagine con i colori.

• IV PROPOSTA il giardino ZEN

Con i materiali naturali, creare, all'interno di un piattino, il proprio giardino ZEN.



RINGRAZIAMENTI PER ANNO 2021

Dalla fine del mese di febbraio 2020, A.I.M.A. Crema, a causa della pandemia, ha interrotto tutte le iniziative a sostegno delle persone malate e dei loro familiari.

In attesa di poter riprendere l'attività, l'Associazione ringrazia infinitamente le gentili persone che comunque l'hanno sostenuta con generose donazioni:

Bonfanti- Lanfranchi
Boschiroli – Cornalba
Braendle Adriana
Campari Carla Lucchi
Conca Pierluigi
Crema Diesel Spa

Fornaroli Orsola Privitera
Ghisetti Giacomina
Impiegati Studio Vaiani
Moretti Angelo
Seresini Mattia

DONAZIONI IN MEMORIA DI:

- Illari Stefana da Illari Wilma
- Gardinali Lina da Gardinali Stefano
- Rocco Mingotti Landriani da parte dello staff Bricoio di Crema, della sig.ra Barbieri, del sig. Pascuzzi, del sig. Riboni
- Martignoni Massimo da Samanni Maddalena, Colleghi della Frejenius, Amici di Mirko, Lazzari Marta, Trezzi Raffaele Giuseppe, Cestari Monica Martignoni Agostina
- Maggi Pierangela da Abbati- Lombardi- Valdameri
- Zorzet Renzo da Colleghi Figlio Matteo

LINEA VERDE ALZHEIMER: 800-679679
SITO INTERNET: www.alzheimer-aima.it

Campagna di iscrizione 2022 ad AIMA CREMA.

QUOTA ASSOCIATIVA: € 20,00 socio ordinario; € 40,00 e più, socio sostenitore.

la quota può essere versata in sede o tramite bonifico sul **conto corrente bancario, intestato ad AIMA CREMA**, presso la **BANCA POPOLARE DI CREMA**, via XX Settembre.

Cod. IBAN: IT 80 H 05034 56841 000000251442; conto corrente postale n° 56337959, intestato ad AIMA CREMA.



AIMA CREMA
sostiene i malati
di Alzheimer
e i loro familiari

SOSTIENI AIMA CREMA
con la prossima dichiarazione dei redditi
DAI IL TUO 5X1000 a AIMA CREMA
Codice fiscale 91019650190
Grazie a coloro che ci sosterranno

PROMEMORIA, SEMESTRALE DELL'ASSOCIAZIONE ITALIANA MALATTIA DI ALZHEIMER - CREMA

Publicazione registrata al Tribunale di
Crema in data 2 febbraio 2001
con il n. 116

Redazione:

c/o Fondazione Benefattori Cremaschi,
via Kennedy 2, Crema.
tel/fax 0373/206514

Stampa: Tipografia Trezzi snc
Via Montello, 12/A
Crema (Cr)

Direttore scientifico: Daniele Villani

Direttore responsabile: Lorenzo Sartori

Hanno collaborato a questo numero:

Maria Dragoni, Elena Grandi, Gloria Regazzi,

Disegni: Enzo Lunari