



PARKINSON LOMBARDIA

Superiamo insieme

il parkinson

passo dopo passo



In Forma

ANNO XVIII - n° 1/2022

gennaio - febbraio - marzo

Carissimi,
è tempo di bilanci e nuovi progetti.

Dopo quasi due anni durissimi sotto molti aspetti la ripartenza è stata positiva: i mini **gruppi di AFA** condotti dalla Dottoressa Roberta Alampi in sede sono stati molto apprezzati. Per **Tono e Sperimentazione Vocale** il Maestro Fulvio Clementi, per dare la possibilità di partecipare alle persone fuori Milano o impossibilitate a venire in sede, ha adottato una tecnica "mista": di persona e in connessione. Ritengo che la flessibilità sia fondamentale in questo periodo con ancora parecchie incognite.

Le sedute di osteopatia hanno avuto un grande successo e si è deciso di estenderle anche ai caregivers.

Prima di annunciarvi le novità per l'anno 2022 vorrei condividere con voi alcune preoccupazioni che penalizzano la nostra Associazione.

Con il Consiglio Direttivo abbiamo rilevato che la maggior parte dei soci iscritti non paga la quota annuale.

Il 5x1000 ogni anno che passa diventa sempre più esiguo e se si vuole sostenere le attività accessibili a tutti gratuitamente vi chiediamo almeno il **regolare pagamento annuale della quota**.

Ed ora le **novità** per l'anno nuovo: a gennaio parte la rubrica "**la neurologa risponde**", dove la Dottoressa Cristina Paggetta risponderà ai vostri quesiti. Troverete tutti i dettagli sul nostro sito web www.parkinson-lombardia.it.

In programma per domenica 20 marzo invitiamo a partecipare numerosi per APM alla Stramilano e alla Stramilanina.

Con la riforma molto complessa del terzo settore, rinnovo statuto, impostazione bilancio abbiamo ormai la necessità di professionisti: a far parte del Consiglio Direttivo sono stati eletti la Dottoressa Barbara Alampi avvocato e il Dottor Tommaso Facchinetti esperto in economia.

E per non rimanere indietro con i tempi.....finalmente grazie a Michela Fusaro, un'osteopata che si è offerta di gestire per l'Associazione questo social ormai diffusissimo, anche noi siamo su **Instagram**.

Che il nuovo anno sia affrontato con coraggio e tenacia e che non manchi mai in tutti voi il desiderio di sognare e proiettarsi nel futuro!

Questo è il mio augurio per il 2022

Con affetto

Francesca Saporiti

Con altrettanto affetto, Ambrogio, Barbara, Carlo, Felice, Luisa e Tommaso augurano a voi e alle vostre famiglie Buone Feste.

V come Volontari

Cari Soci, ci prendiamo queste poche righe noi Volontari, ma sono necessarie per dirvi due cose per noi molto importanti.

I nostri sforzi in questi due anni per supportare e condurre l'Associazione e non lasciarVi mai soli sono stati considerevoli: ci crediamo fermamente in APM e nel fatto che vogliamo che continui così, soprattutto in presenza, nonostante tutto ormai sia digitale e a distanza. Ma abbiamo constatato che Vi siete allontanati Voi, seppur con tutte le eccezioni e le cause di forza maggiore del caso e che comprendiamo. Ci sembra quasi che abbiate perso la fiducia in APM e che non ci sia più nessun contatto.

Questo si traduce principalmente nei mancati rinnovi delle quote annuali, per le quali anche una semplice donazione come Sostenitore o Simpatizzante per chi non frequenta la sede e le attività, rappresenta per noi un sostegno economico fondamentale, senza il quale siamo in grosse difficoltà economiche. Inoltre, la predisposizione delle attività in sede, i corsi, gli incontri con gli specialisti a volte vengono vanificati per la mancata presenza dei partecipanti che si erano iscritti e che non hanno avvertito della loro assenza. Vi chiediamo con tutto il cuore di pensare anche a noi, il tempo è una risorsa preziosa per tutti, non sprechiamola.

Grazie a nome di tutti noi.

Appuntamenti

Orari Segreteria:
Lunedì dalle 15 alle 17 / Giovedì dalle 10 alle 13



Gennaio

1	S
2	D
3	L Chiusura
4	M Segreteria
5	M Vacanze
6	G Natalizie
7	V
8	S
9	D
10	L Tono sperimentazione vocale
11	M AFA Attività Fisica Adattata
12	M AFA Attività Fisica Adattata
13	G Osteopatia
14	V
15	S
16	D
17	L
18	M AFA Attività Fisica Adattata
19	M AFA Attività Fisica Adattata
20	G Osteopatia
21	V Incontro caregiver
22	S
23	D
24	L Tono sperimentazione vocale
25	M AFA Attività Fisica Adattata
26	M AFA Attività Fisica Adattata
27	G Osteopatia
28	V
29	S
30	D
31	L Tono sperimentazione vocale

Febbraio

1	M AFA Attività Fisica Adattata
2	M AFA Attività Fisica Adattata
3	G Osteopatia
4	V Incontro caregiver
5	S
6	D
7	L Tono sperimentazione vocale
8	M AFA Attività Fisica Adattata
9	M AFA Attività Fisica Adattata
10	G Osteopatia
11	V
12	S
13	D
14	L Tono sperimentazione vocale
15	M AFA Attività Fisica Adattata
16	M AFA Attività Fisica Adattata
17	G Osteopatia
18	V Incontro caregiver
19	S
20	D
21	L Tono sperimentazione vocale
22	M
23	M AFA Attività Fisica Adattata
24	G Osteopatia
25	V
26	S
27	D
28	L Tono sperimentazione vocale

Marzo

1	M
2	M
3	G Carnevale
4	V
5	S
6	D
7	L Tono sperimentazione vocale
8	M AFA Attività Fisica Adattata
9	M AFA Attività Fisica Adattata
10	G Osteopatia
11	V
12	S
13	D
14	L Tono sperimentazione vocale
15	M AFA Attività Fisica Adattata
16	M AFA Attività Fisica Adattata
17	G Osteopatia
18	V Incontro con la Danza
19	S
20	D Stramilano
21	L Tono sperimentazione vocale
22	M AFA Attività Fisica Adattata
23	M AFA Attività Fisica Adattata
24	G Osteopatia
25	V Incontro caregiver
26	S
27	D
28	L Tono sperimentazione vocale
29	M
30	M AFA Attività Fisica Adattata
31	G Osteopatia

Dove e quando

Tono e sperimentazione vocale
Lunedì h.16,30 - Sede APM
Fulvio Clementi

Incontro caregiver
Venerdì h. 16 - Sede APM

AFA Attività Fisica Adattata
Martedì h 10,30 / Mercoledì h. 16,00
Sede APM - Roberta Alampi

Trattamenti di Osteopatia
Giovedì h.10 - Sede APM

Incontri

18 marzo, ore 15,30 Sede APM
Incontro con la Danza
con Luca Nicetto

Prossimamente:
Incontro con lo Specialista
Dott. Emanuele Ungaro - Ortopedico
"CADUTE E PARKINSON"

Per accedere alle attività
è necessario il
GREEN PASS COVID

I magnifici cinque

Alessandro, Anila, Ginevra, Luca e Michela, un gruppo di giovani professionisti, specializzati in “Osteopatia” e Parkinson hanno arricchito le attività che APM offre ai Soci e ai loro caregiver.

Il Consiglio Direttivo ringrazia per il loro entusiasmo e la loro serietà.



Stramilano 2022

Il 20 marzo ci aspettano la Stramilano, e la Stramilanina. Vi aspettiamo numerosi insieme ai soci di AIGP (Associazione Giovani Parkinsoniani)

Ringraziamo la Società FUJI che ci ha donato queste magliette per i nostri atleti per un giorno.



APM su Instagram!

Al giorno d'oggi i social media sono parte integrante della nostra vita quotidiana.

Dal mese di Gennaio 2022 APM Parkinson Lombardia sarà nuovamente attiva anche su Instagram: l'obiettivo di questa pagina sarà quello di arrivare a più persone possibili per dimostrare, in modo più dettagliato e realistico, quella che è la realtà di APM Parkinson Lombardia, dove i nostri soci e i loro caregiver/familiari sono accolti, ascoltati e liberi di essere. Verranno mostrate tutte le attività che vengono svolte e tutte le novità che sono in programma durante i prossimi trimestri.

La realtà di Instagram sarà uno strumento utile per far comprendere a tutte le persone con malattia di Parkinson, giovani, adulti, anziani, timidi e non, che questa malattia non deve essere un limite nell'eseguire attività sociali e nell'interazione con altre persone.

Sarà inoltre possibile avere una comunicazione diretta con i volontari di APM Parkinson Lombardia, per chiarire dubbi, fare domande e per comprendere al meglio tutte le attività che verranno svolte durante i prossimi mesi.

Non vediamo l'ora di mostrarvi la nostra realtà a 360°.

Vi aspettiamo sul nostro profilo Instagram:

[apm_parkinson_lombardia](https://www.instagram.com/apm_parkinson_lombardia).

Restate sintonizzati per le prossime novità! A presto!



Rinnova l'adesione

La quota associativa è di Euro 50,00 all'anno.

Il tuo contributo offrirà il sostegno economico ad APM per tutte le iniziative messe a disposizione gratuitamente per gli ammalati di Parkinson e loro familiari.

Bollettino postale: CC 136 222 12, intestato a APM Parkinson Lombardia - Via V. Monti 25 - Milano

Bonifico bancario: Intesa San Paolo - conto corrente 124546

Iban IT33V0306909 6061 0000 0124 546 intestato APM Parkinson Lombardia

Via Vincenzo Monti 25 - 20123 Milano

APM Parkinson Lombardia

Via Vincenzo Monti 25 20123 Milano

Tel. / Fax 02 284 78 92 con segreteria - Cellulare 346 695 14 89

info@parkinson-lombardia.it - parkinson-lombardia@pec.it - www.parkinson-lombardia.it

APM iscritta con provvedimento n° 39627 del 14.9.1999 al

n° 2590 Registro Generale Volontariato della Regione Lombardia

Codice Fiscale 97240160156

Orari segreteria

Lunedì dalle 15 alle 17

Giovedì dalle 10 alle 13



In Forma

notiziario dell'associazione APM Parkinson Lombardia
Autorizzazione Tribunale di Milano n. 236 del 10/04/2006

Direttore Responsabile: Mario Devetag

Progetto e impaginazione: Monica Mantegazza

Tipografia: Arti Grafiche Fimognari srl