



Carissimi ,

abbiamo concluso giugno in bellezza con la visita degli appartamenti reali della Reggia di Monza, ci ritroviamo in ottobre con grandi novità.

Per i corsi di AFA si è finalmente trovato uno spazio adeguato, spazioso e funzionale.

In ottobre sul sito di APM viene aperto uno sportello virtuale dove la **Neurologa** Cristina Paggetta risponderà via mail ai quesiti inviati.

Vengono riconfermati i corsi tradizionali compreso quello di **Morning Walk** che ha avuto un grande successo.

Un gruppo di soci ha lanciato l'idea per costituire un **gruppo di lettura** sottolineando l'importanza dello stare insieme, del condividere e del confrontarsi su problemi e difficoltà che accomunano gli iscritti.

Si respira finalmente voglia di fare, di proporre, di partecipare.

Il team si è arricchito di tre giovani ricchi di idee ed entusiasmo, che hanno portato una sferzata di energia.

Quest'anno, per la prima volta nella lunga storia di APM, devo chiedere un piccolo contributo a chi frequenterà i corsi.

Siamo tutti consapevoli che i tempi sono molto cambiati e il 5xmille (perdonatemi se mi ripeto) è sempre più modesto.

Grazie ai volontari, agli amici, ai soci e ai medici che ci seguono, APM, nonostante i numerosi ostacoli e difficoltà, non ferma la sua corsa verso il futuro

Pronti via!!!!

*Francesca Saporiti*

## Chiedi alla Neurologa



Scopri su [www.parkinson-lombardia.it](http://www.parkinson-lombardia.it)  
il nuovo sportello virtuale  
di APM Parkinson Lombardia

Domande, dubbi e curiosità  
sulla Malattia di Parkinson  
in collaborazione con  
la dott.ssa Paggetta  
specialista in Neurologia



# Appuntamenti

Martedì 27 Settembre, ore 15  
Presentazione Programma presso  
Centro Belfiore, Via Paolo Giovio, 15



## Ottobre

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

## Novembre

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

## Dicembre

1	G Osteopatia
2	V
3	S
4	D
5	L Tono sperimentazione vocale
6	M Morning Walk
7	M
8	G
9	V
10	S
11	D
12	L Festa di Natale
13	M
14	M
15	G
16	V
17	S
18	D
19	L Chiusura per
20	M vacanze natalizie
21	M
22	G La Segreteria riaprirà
23	V il 9 gennaio
24	S
25	D Lunedì dalle 15 alle 17
26	L Giovedì dalle 10 alle 13
27	M
28	M
29	G
30	V
31	S

## Dove e quando

### Tono e sperimentazione vocale

Lunedì h.16,30 - Sede APM  
Fulvio Clementi

### Morning walk

Martedì h. 11 Fontana di Piazza Castello  
Alessandro Cavagnoli

### Trattamenti di Osteopatia

Giovedì h.10 - Sede APM

### AFA Attività Fisica Adattata

Mercoledì h. 16,00  
CENTRO BELFIORE – Via Paolo Giovio, 15  
Roberta Alampi

### Gruppo di lettura

Venerdì h.16 - Sede APM

## Incontri

da definire, in Sede APM

Incontro con la dott.ssa Fetoni, neurologa

**Lunedì 12 dicembre**, ore 15,30

presso il Centro Belfiore  
Via Paolo Giovio, 15 - Milano

**Festa di Natale**

## Gita alla Villa Reale di Monza

La Villa Reale di Monza è stato il luogo che ha ospitato l'ultima attività di APM Parkinson Lombardia prima delle vacanze estive. I nostri soci e i loro amici/familiari si sono avventurati, con due guide esperte, negli incantevoli appartamenti reali.

È stato un pomeriggio emozionante, tra la storia della villa e la curiosità dei nostri soci.

Ancora una volta hanno dimostrato che nulla li può fermare!



## Una nuova palestra per APM

Finalmente quest'anno una vera palestra per tutti i nostri soci presso il CENTRO BELFIORE in Via Giovio, 15, raggiungibile con Metro M1, Bus 61, Tram 16



### 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 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