

Giubileo d'Argento: 25 anni con Arad

Sembra ieri, anzi oggi e invece sono già passati venticinque anni. La frase potrebbe sembrare di circostanza, come si usa di solito, in occasione di un anniversario importante, ma, a proposito di questo compleanno, questa regola non vale. Abbiamo venticinque anni in più, ma continuiamo a subire il fascino di un lavoro che alimenta le motivazioni con la consapevolezza di non poter cambiare il mondo, ma di chi sa che ogni occasione persa è una goccia sottratta al mare della solidarietà.

Sono passati venticinque anni durante i quali abbiamo continuato a camminare lungo la via che allora ci prefiggemmo di seguire, anche se per noi forse ardua: gli obiettivi e le finalità di ARAD sono stati costanti. Le nostre previsioni non si sono dimostrate, col tempo, sbagliate e riteniamo che si possa andare fieri di quanto è stato realizzato. L'entusiasmo iniziale non si è mai affievolito e i nostri assistiti hanno sempre assunto un ruolo di centralità in tutta l'attività dell'associazione che ha obbedito alle finalità statutarie. Non ci siamo mai abbandonati alla sfiducia e tutti i Soci, ciascuno per quello che poteva, hanno collaborato alla realizzazione delle numerose manifestazioni per la raccolta fondi, soddisfacendo le aspettative di coloro che ci hanno sempre seguito e che hanno avuto fiducia in noi. Venticinque anni nella memoria possono giocare un brutto scherzo. È un periodo lungo, ma non troppo, eppure la velocità della trasformazione, le tante scelte compiute potrebbero rischiare di confondere i dettagli, di offuscare il ricordo; invece il mondo, che abbiamo vissuto insieme, è cresciuto in dimensioni, in coscienza, portandoci a vivere una straordinaria avventura. Il giudizio sembrerebbe enfatico, ma non lo è. Basta ripercorrere il lungo tragitto fatto e constatare come siamo cresciuti, come la nostra Associazione è stata investita da un cambiamento imponente, impensabile per gli stessi protagonisti.

Per festeggiare questo nostro "Giubileo d'argento", organizzeremo un originale spettacolo che verrà rappresentato nel mese di ottobre (nel prossimo notiziario sarà comunicata la data e il luogo).

Grazie, grazie di cuore cari Soci per ciò che avete dato ad ARAD perché se siamo arrivati fin qui è solamente merito vostro.

Il Presidente

Vincenzo Castiglione

Togliete quell'incubo



La terza età continua ad essere un problema complesso e deviante quando non viene preventivamente affrontato dalla società; un pianeta sconosciuto alle altre età e che spesso genera anche nuovi problemi. La società italiana contemporanea affronta, di tanto in tanto, ancora separatamente nella sua globalità, questa problematica. La scarsa attenzione ai "vecchi", spesso in balia della loro età forse a causa di una collettività produttiva sempre più indirizzata ad un egoistico consumismo, fa sì che questo mondo dell'ultima parte del viaggio della vita umana sia una galassia da "rimuovere" tanto lontana pare dal fulcro dell'esistenza. Le tante pezze a questo insoluto problema sono cucite con interventi minimi e, a volte, poco umani.

Ricordando qualcuno di questi rappezzati come l'assistenza domiciliare, gli ospedali geriatrici, le case di riposo per anziani affidati spesso alla benevolenza e carità del trattamento a dubbie, a volte, assistenze professionali, fanno consumare nel più assoluto silenzio le tante grida e sussurri di una "popolazione", l'anziano che chiede ancora il diritto all'assistenza totale e amorevole. Ma come può un tipo di società come la nostra italiana, carica di problemi irrisolti da sempre, sempre più badante a risolvere i tanti problemini primari quotidiani e colma di aridità nei confronti del prossimo, strapiena di debiti pubblici e anche personali, pensare a quella età terminale per la quale non è sensibilizzata da alcun indirizzo istituzionale, se non la ghettizzazione della stessa per non vedere, per non sentire?

Le soluzioni possono essere tante. Il risultato con certezza, dubbio. Ma occorre che la generalità, e per essa le Istituzioni, chiedano con forza e spirito di sacrificio l'attenzione giusta per tentare un qualche progetto percorribile sia economicamente che socialmente.

Un progetto che contenga l'impegno di tutti, col controllo necessario, perché questo sforzo generale arrivi realmente a destinazione: i portatori della terza età. Inseriamo nelle scuole le ore di lezione di educazione civica che comprenda più che mai le indicazioni e sollecitazioni ad imparare a conoscere l'ultima età come territorio di vita generale (giovani e anziani) da percorrere, da coltivare per un concetto di vita uguale sia nell'infanzia ed età evolutiva, che nella giovinezza e nella terza o comunque ultima età. Togliamo quest'incubo dalla società. Se lo è stato non lo sia mai più. Mai più. Per tutti, donne e uomini di buona volontà.

Direttore Responsabile

Giorgio Albreri

Scriviamo un po' di numeri

Le attività svolte nel corso dell'anno passato sono state veramente qualcosa di molto più elaborato, vivace e vitale di ciò che troverete in questa elencazione. Esse per vedere la luce hanno avuto bisogno, come per i nostri NONTISCORDARDIME, di cure e dedizione assolute. Il bilancio finale di queste molteplici attività per noi è stato di considerevole soddisfazione; soddisfazione che ci auguriamo avervi concretamente trasmesso e fatto toccare con mano.

Abbiamo iniziato in febbraio con un "Corso informativo per familiari" veramente irrinunciabile e necessario, poi, nei mesi successivi siccome la speranza è sempre l'ultima a morire, abbiamo presentato il nostro progetto per il "Premio Marco Biagi"; e per non rinunciare all'amicizia di Alfredo, sono stati realizzati numerosi incontri del progetto di animazione "I Pomeriggi di Alfredo".

La "Conferenza Arte e malattia" è stata istruttiva e divertente e i tavoli promozionali ai Centri Lame e Borgo ci hanno dato un'esperienza profonda. Non possiamo dimenticare il "Caffè Nontiscordardime", né la conferenza "Una legge per sostenere i famigliari nel loro lavoro di cura" con il principio che chi conosce è avvantaggiato!

Dopo l'estate sono stati organizzati dieci incontri di allenamento alla memoria "Training Cognitivo" per mettersi alla prova. Ma uno degli eventi di più grande rilievo è stato il "Convegno annuale ARAD" in occasione della Giornata Mondiale dell'Alzheimer, un'opportunità unica per temi e incontri e, per dimostrare ancora una volta il buono che c'è in noi, si è partecipato al "Volontassocate . Festa dell'Associazionismo".

Verso la fine dell'anno seguendo il motto "meglio usarla che perderla", è stato realizzato il ciclo di stimolazione cognitiva "Use it or lose it" A seguire si è svolta la nostra tradizionale e gustosa "Cena di solidarietà" e per concludere un tocco artistico con la "Mostra Cadeau" realizzata a sostegno delle attività di ARAD.

Questo è quasi tutto. Senza dimenticare però le tante ore trascorse al telefono ad ascoltare e informare familiari di persone disagiate, a offrire loro, all'occorrenza, consulenze psicologiche individuali, di gruppo, legali, partecipazione a gruppi di Auto Mutuo Aiuto, invio al domicilio di volontari per la compagnia ai malati e tanto altro ancora che non può essere oggetto di sintesi poiché sarebbe troppo riduttivo.



La Redazione

Direttore Responsabile Giorgio Albéri

Segreteria di Redazione Sandra Maccagnani

Comitato di Redazione Lucio Ardito

Donatella Bruni

Cristina Malvi

Valeria Ribani

Direzione e Redazione 40139 Bologna

Viale Roma, 21

Tel. 051.46.50.50

info@aradbo.it

www.aradbo.org

Aut. Tribunale Bologna n. 6251

del 24/02/1994

Stampa Tipolitografia Musiani

Via Cherubini, 2°

Bologna



Effetti collaterali

Quando ormai molti anni or sono ho terminato la mia attività lavorativa, parenti, conoscenti e amici si rivolgevano a me con frasi di invidia del tipo: «Ah! Beata te che non lavori più, ora che sei a casa avrai tempo di dedicarti alle attività che più ti piacciono e che ti stanno maggiormente a cuore; avrai tempo di divertirti, di viaggiare, insomma di essere libera!»

Mi sentivo frastornata, ancora non capivo se questa improvvisa libertà fosse un vantaggio, un privilegio o, per così dire, una fregatura.

Dopo tanti anni di impegno giornaliero costante e assiduo, come potersi liberare di queste abitudini così pressanti e quotidiane senza effetti collaterali?

In ogni caso, visto che non mi era stata data alcuna scelta, doveti accettare questo "imposto" riposo, cercando di avere idee positive per il futuro.

Era d'estate e vissi quei mesi come una prolungata vacanza; ebbi la percezione di essere ritornata a scuola quando verso metà giugno si aveva la sensazione che la lunga, interminabile, bella estate fosse un anticipo della nostra vita futura. Ma puntualmente arrivò l'autunno.

All'inizio non riuscivo a dare voce al malessere sottile che cercavo di ignorare; poi un'insistente noia mi fece comprendere che le "ferie" erano finite e che assolutamente avrei dovuto cercare qualche attività interessante per occupare in modo proficuo il mio tempo libero.

Come molte persone prima di me, pensai che prestare qualche ora di volontariato a favore di un prossimo sfortunato, debole e disagiato, sarebbe stata una buona azione e il tempo non sarebbe trascorso invano. Mi rivolsi ad una delle più importanti associazioni presenti sul territorio, ma, strano a dirsi, la mia offerta non ebbe alcun seguito.

Rimasi un po' sconcertata, delusa e per un po' pensai di accantonare questo proposito.

Passarono altri mesi e un giorno inaspettatamente ricevetti la telefonata di una cara conoscente con cui avevo quasi perso i contatti.

Dopo qualche frase di saluti e cordialità, venne al sodo e mi chiese se fossi interessata a prestare attività di volontariato presso un'Associazione che lei conosceva perché purtroppo aveva la madre malata di Alzheimer.

La delusione precedente, un po' il timore di non essere all'altezza e momentanee condizioni fisiche, mi fecero desistere. Successivamente, ragionandoci sopra, compresi che avrei dovuto concedermi almeno una possibilità e che senza impegnarmi più di tanto, avrei dovuto almeno provare.

Presi così un appuntamento con l'Associazione ARAD e mi accordai per prestare un po' della mia opera presso di loro.

Avendo io per tutta la vita svolto lavori di ufficio, mi sentii di offrire questo tipo di prestazione che fu sin dall'inizio ben accolta.

Da allora sono passati più di tre anni. Non offro molto del mio tempo, ma quel poco è vissuto in maniera molto intensa e sentita. Le persone che conducono l'Associazione sono stimati Signori e Signore a cui mi sono immediatamente affezionata e da cui sono stata accolta con slancio e simpatia.

L'aria che si respira in Associazione è in continuo divenire e al contrario di quello che succede nella vita, lì, le cose che ti aspetti sono quasi sempre positive. Si lavora ogni giorno per migliorare i servizi offerti ai Soci e ai loro famigliari e quando si riesce a realizzare un nuovo progetto il raggiungimento dell'obiettivo è una soddisfazione tangibile.

Hanno sempre apprezzato molto il poco tempo che concedo, gratificando il mio operato con lodi e ringraziamenti.

In deroga alle attività che svolgo, l'anno scorso mi chiesero la disponibilità a presenziare a un tavolo promozionale presso alcuni ipermercati cittadini.

Fino a quel momento non mi era mai capitato di svolgere questo compito e pensando che in fin dei conti potevo farcela, accettai. Fu un'esperienza disincantante!

All'interno dell'ipermercato, fiumi di persone ti passano accanto senza nemmeno vederti e, visto che tu sei lì per dare visibilità alla tua Associazione, cerchi di farti educatamente avanti, quasi gli sbarrati la strada brandendo in mano il tuo volantino quasi fosse una spada infuocata. Ma loro non ti vedono lo stesso.

Le persone più educate prendono il volantino, e immediatamente lo buttano nei cestini del parcheggio, a volte a terra.

Le persone maleducate capita che ti appellino con frasi spiacevoli, intimando di non disturbarli. E poi ci sono quelli che appena pronunciano la parola "ALZHEIMER" tra un po' si fanno il segno della croce o volgari scongiuri.

E poi, incredibilmente, in un mare di persone, distratte, frettolose, disattente, noncuranti, indifferenti, pigre, indolenti, ciniche, arrabbiate, disilluse, disinformate, ignoranti, preoccupate, stanche, ci sono loro gli ILLUMINATI, due o tre, ma ci sono.

È incredibile come le persone tendano a snobbare qualcosa che non comprendono quando il nostro scopo principale è proprio quello di fare conoscere il più possibile la nostra Associazione e i benefici che può portare la conoscenza della malattia che, al contrario dell'ignoranza, conferisce maggiore sicurezza a coloro che purtroppo la incontrano o "incrociano", come recitava il titolo di un convegno organizzato da ARAD nel 2013.

In considerazione poi del fatto che le Associazioni vivono di volontariato ed elargizioni, è evidente che anche le donazioni sono ben accette ma, sia chiaro, mai imposte.

Le donazioni devono essere come l'acqua che sgorga dalle sorgenti di montagna: chiare, fluide e spontanee, come la poca attività che presto all'Associazione ARAD: poca, ma con tanta devozione!

Michelina L.

5 per Mille

**Gianni Morandi cantava: «...uno su mille ce la fa, ma quant'è dura la salita, in gioco c'è la vita...»
Se le tante persone che conoscono e apprezzano la nostra Associazione vorranno donarci il loro cinqueper mille non sarà solo "uno su mille" a farcela, perché in gioco c'è la vita e la sua qualità!**

Codice fiscale 92024710375

Aggiornamenti sull'Alzheimer

Preoccupazione, gelosia e malumore alzano il rischio di Alzheimer per le donne

(tratto dal sito di Alzheimer Italia)

Secondo uno studio durato quasi 40 anni e pubblicato on-line su *Neurology* le donne che sono ansiose, gelose, di cattivo umore o angustiate, nella mezza età possono avere un rischio più alto di sviluppare l'Alzheimer più tardi nella vita.

“La maggior parte della ricerca sull'Alzheimer si è dedicata a fattori quali: l'istruzione, il cuore ed i fattori di rischio del sangue, il trauma cranico, la storia familiare e la genetica” ha detto l'autore dello studio Lena Johansson, aggiungendo che “la personalità può influenzare il rischio individuale di demenza attraverso gli effetti sul comportamento, sullo stile di vita o sulle reazioni allo stress.

Per lo studio sono state seguite per 38 anni 800 donne con un'età media di 46 anni che si sono sottoposte a test di personalità per esaminare il loro livello di nevrosi ed estroversione o introversione, insieme a test sulla memoria. In questo gruppo, il 19 per cento ha sviluppato la demenza.

Lo stress rimanda a sentimenti di irritabilità, tensione, nervosismo, paura, ansia o a disturbi del sonno.

Dai test effettuati, le donne che hanno avuto risultati più alti nei test, hanno avuto il doppio di rischio nello sviluppo della demenza. Tuttavia il collegamento dipendeva dalla lunghezza del periodo di stress.

Essere solo introverso o solo socievole non sembra influenzare il rischio di demenza, ma le donne che erano sia facilmente afflitte che introverso, nello studio avevano il rischio più alto di Alzheimer, rispetto a 8 delle 64 donne che non erano facilmente afflitte o introverso.

Un passo avanti per la memoria

Grazie a una ricerca condotta dagli studiosi della Cleveland Clinic, sembra aver trovato risposta la domanda relativa alla perdita di memoria nella malattia di Alzheimer. Secondo lo studio, infatti, dietro alla perdita di memoria vi sarebbe una proteina nel cervello chiamata “neurologin-1” (NLGN1), che avrebbe un ruolo chiave in tale processo. Questa proteina è stata per la prima volta collegata alla perdita di memoria associata all'amiloide, proteine e bio-marcatore che si accumulano nel cervello e causano infiammazione. E l'infiammazione è ritenuta responsabile di alcune modifiche genetiche che interrompono il funzionamento delle sinapsi nel cervello, con conseguente perdita di memoria. Lo studio, condotto su modello animale, ha mostrato che durante il processo neuro-infiammatorio vi è una modificazione epigenetica della NLGN1 che scombina la rete sinaptica nel cervello: proprio quella responsabile dello sviluppo e il mantenimento dei ricordi. La distruzione di questa rete può portare al tipo di perdita di memoria osservata nei pazienti con Alzheimer. Questa scoperta potrebbe fornire un nuovo approccio per la prevenzione e il trattamento della malattia di Alzheimer. In precedenti studi, questo stesso team di ricercatori aveva già identificato un nuovo composto, chiamato “MDA7”, che potenzialmente poteva arrestare il processo neuro-infiammatorio che porta alla modifica genetica della NLGN1. Gli studi condotti su modello animale per testare l'attività di questo composto hanno mostrato la sua capacità di riparare la memoria, la plasticità sinaptica e le funzioni cognitive. Tutte queste ricerche hanno avuto esiti incoraggianti, per cui i ricercatori della Cleveland Clinic ritengono che il prossimo passo sia quello di avviare studi clinici sugli esseri umani per valutare la sicurezza di questa classe di composti.

Notizie raccolte da Donatella Bruni

Melograno: il frutto che può aiutare nell'Alzheimer

(tratto dal sito di Alzheimer Italia)



All'Università di Huddersfield in Inghilterra è in corso una nuova ricerca che sta esaminando le proprietà curative del melograno.

Il frutto di colore fucsia è conosciuto per le sue proprietà utili in molte condizioni di salute differenti e i dati più recenti lo collegano anche al rallentamento dell'infiammazione che contribuisce alla distruzione delle cellule cerebrali nell'Alzheimer.

La punicalagina è un composto chimico che si trova nel melograno; è un polifenolo, un antiossidante che impedisce la proliferazione e l'invasione cellulare e provoca la morte cellulare in alcuni tipi di cancro.

Il gruppo di ricerca inglese, guidato dal dottor Oluumayokun Olajide, ha esaminato il potenziale della punicalagina di inibire l'infiammazione nelle cellule cerebrali e in altre cellule del corpo. Durante

l'esperimento il team ha isolato delle cellule cerebrali di ratto e ha esaminato l'effetto della sostanza chimica sulle cellule. Essi sono giunti alla conclusione che il polifenolo del melograno può rallentare l'infiammazione nelle cellule cerebrali specifiche chiamate microglia. Ricerche precedenti avevano dimostrato che l'infiammazione delle cellule cerebrali aggrava progressivamente l'Alzheimer e gli altri tipi di demenza e malattie neuro-degenerative (es.: Parkinson), poiché provoca la morte di un numero maggiore di cellule.

Consumare succo di melograno su base regolare ha molti benefici per la salute, ed è associato anche alla prevenzione di altre malattie (cardiache, colesterolo, cancro alla prostata, etc.)

Il melograno quindi non è solo di gusto delizioso, ma utile anche per preservare memoria e salute.

Invecchiare bene e dieta

Nel corso degli ultimi anni la terapia dietetica sta acquistando un'importanza preminente in molti campi della patologia umana e gli studi sui rapporti tra alimentazione e invecchiamento promettono già dei sorprendenti risultati. Ma allo stato attuale la possibilità di ritardare attraverso la dieta il processo di senescenza sembra poco realizzabile, anche se va guadagnando notevole importanza la prevenzione di varie situazioni patologiche, dismetaboliche e organiche che, seppure non sono causa di deterioramento fisico, rendono tuttavia meno resistente l'individuo di fronte a numerose situazioni morbose.

Il rapporto alimentazione-vecchiaia va visto perciò nell'ambito della profilassi, nel senso cioè dell'opportunità di abolire e correggere regimi dietetici capaci non solo di influenzare negativamente il normale processo di senescenza, ma anche di influire sulla instaurazione di eventi patologici. Esiste anche un rapporto statistico tra le variazioni delle abitudini alimentari e un aumento della mortalità per arteriosclerosi cardiovascolari negli ultimi 25 anni. L'orientamento di massima si può riassumere nella riduzione di consumo di grassi alimentari, di colesterolo, di zuccheri, di sali e nell'aumento del consumo di proteine vegetali che sono prive di colesterolo.

Mentre non esiste ancora una terapia dietetica antivecchiaia propriamente detta, è possibile invece parlare di una terapia dietetica specifica, capace di impedire l'instaurazione di determinate forme morbose (ipertensione, obesità, arteriosclerosi, diabete, infarto miocardico, ecc.) e di riportare la "vecchiaia-malattia" nei confini di "vecchiaia-fenomeno biologico".

Nel rapporto fra alimentazione e senescenza va perciò esaminato il problema non solo delle necessità caloriche, ma anche dell'apporto qualitativo in relazione pure a una corretta e regolare abitudine alimentare. Bisogna tener presente che con il passare degli anni il fabbisogno calorico tende costantemente e progressivamente a diminuire. È estremamente necessario, quindi, per l'anziano individualizzare il fabbisogno calorico in modo che esso sia anche strettamente commisurato al dispendio energetico riferibile all'età.

Per ogni decade successiva ai 25 anni, si calcola una riduzione del 3% della quota calorica giornaliera, mentre dopo il 50° anno essa deve essere diminuita del 7,50%. Il numero di calorie di un uomo di 75 anni dovrebbe essere rappresentato dal 27% in meno rispetto a quello assunto in gioventù. E infine, si può consigliare di mantenere da vecchio il peso accusato a 25 anni di età.

In linea di massima, la dieta della senescenza deve essere perciò caratterizzata da una bilanciata riduzione dell'apporto calorico (specie a carico degli zuccheri), da una scelta oculata del tipo di grassi, da un apporto idrico regolare (poiché nel vecchio i meccanismi che regolano il senso della sete sono meno sensibili), da un lieve apporto superiore alla norma di proteine, vitamine, calcio, ferro e potassio.

L'invecchiamento è un processo biologico inevitabile, ma una buona vecchiaia può dipendere anche dalle nostre abitudini alimentari.

Vito di Benedetto

Alzheimer: individuata molecola che frena la progressione della malattia

(tratto da "Il Fatto Quotidiano")

C'è una molecola potenzialmente in grado di arrestare la catena di eventi che porta alla progressiva degenerazione delle cellule del cervello nell'Alzheimer. È una sostanza presente naturalmente nel corpo umano. A identificarla e descriverne il meccanismo di azione sulle pagine della rivista "Nature Structural & Molecular Biology" un team internazionale di studiosi coordinati dall'Università di Cambridge. L'Alzheimer è una malattia neurodegenerativa provocata dall'accumulo nei neuroni di placche proteiche, dette "fibrille amiloidi", tossiche per le cellule cerebrali, tanto da determinarne la morte. Un processo che avviene per gradi e che cresce sempre di più innescando una vera e propria reazione a catena. La molecola individuata dai ricercatori, battezzata "Brichos" interviene in questa fase. "Non è in grado di impedire la formazione iniziale delle fibrille proteiche – precisano gli studiosi – ma interferisce con la loro crescita". In questo modo pone un freno alla morte dei neuroni e, di conseguenza alla progressione della malattia. I primi test sui topi hanno dato risultati incoraggianti. "Però – sottolineano i ricercatori – uno dei principali ostacoli per una futura applicazione farmacologica di questo studio è rappresentato dalla natura della molecola "Brichos" in quanto viene assorbita rapidamente dall'organismo prima di giungere al cervello. Occorre, quindi, trovare altre molecole che hanno questo stesso effetto mirato così da poterle usare come punto di partenza per lo sviluppo di una futura terapia".



BUONA PASQUA



2015

Legge di Stabilità 2015: le novità in materia di trattamento fiscale delle erogazioni liberali

È molto interessante sapere che le spese per erogazioni a Onlus o iniziative umanitarie divengono dal 1° gennaio 2015 detraibili e deducibili dal reddito fino ad un importo massimo di 30.000 Euro (fino al 31 dicembre 2014 l'importo massimo era 2.065,83 Euro).

L'art. 1 commi 137 e 138 della Legge di Stabilità 2015 (Legge 190/2014), pubblicata con GU n. 300 del 29 dicembre 2014, ha apportato alcune modifiche agli artt. 15 e 100 del TUIR (DPR 917/1986), in tema di detraibilità e deducibilità delle erogazioni a favore di ONLUS, ovvero di iniziative umanitarie, religiose o laiche, gestite da Fondazioni, Associazioni, Comitati ed altri Enti nei paesi non appartenenti all'OCSE (Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico).

In particolare, il nuovo comma 1.1 dell'art.15 "detrazione per oneri" prevede, a partire dal periodo d'imposta successivo al 31 dicembre 2014, la detraibilità delle spese per erogazioni liberali, fino ad un importo massimo di 30.000 Euro annui, con aliquota del 26% da parte di contribuenti persone fisiche.

Contestualmente le modifiche all'art. 100 comma 2 lettera h) del TUIR prevedono che, sempre dal periodo d'imposta successivo al 31 dicembre 2014, siano deducibili le erogazioni liberali in denaro effettuate da contribuenti persone fisiche e giuridiche, per un importo massimo annuo pari a 30.000 Euro (fino al 31 dicembre 2014 era pari a 2.065,83 Euro), ovvero pari al 2% del reddito d'impresa.

Tali spese, si ricorda, devono essere documentate. I versamenti, dunque, devono essere effettuati tramite banca o posta, ovvero mediante altri sistemi di pagamento previsti dall'art.23 del DLgs 241/1997 (carte di credito, bancomat, carte pre-pagate, assegni.....), tali da consentire i controlli da parte dell'Agenzia delle Entrate.

Si ricorda che il contribuente persona fisica che abbia effettuato erogazioni liberali può scegliere se convenga maggiormente beneficiare della detrazione, ovvero della deduzione ai fini Irpef della spesa, in relazione allo scaglione di reddito in cui ricade.

Giornata Regionale del Caregiver

La Regione Emilia-Romagna, in sede di approvazione della legge a supporto dei familiari che sostengono persone non autosufficienti, ha istituito la "Giornata Regionale del Caregiver" che cade il 30 maggio di ogni anno. Quest'anno ARAD, in collaborazione con altre associazioni, ha deciso di dedicare alla giornata un'iniziativa che ha come partner l'AUSL ed il Comune di Bologna.

La manifestazione si svolgerà il 29 maggio, a partire dalle ore 15, presso la Sala Farnese alla presenza dell'Assessore del Comune di Bologna Luca Rizzo Nervo, del Direttore di Distretto dell'AUSL Gabriele Cavazza e del Presidente dell'ARAD Vincenzo Castiglione.

Dopo i saluti delle autorità sarà presentato il Reading "Chi mi ha messo il rossetto" con la regia di Eugenio Melloni e la recitazione di Angela Malfitano.

Oltre ai saluti e le testimonianze di familiari ed esperti vi saranno le conclusioni dell'Assessore Luca Rizzo Nervo. Festeggiare i caregiver, ossia coloro che si fanno carico delle persone non autosufficienti, è una gradevole innovazione, così come consentire una giornata di riflessione sulle problematiche che li attraversano. Quindi Vi aspettiamo numerosi.

Valeria Ribani

Sulla poltrona... al cinema

Anche il cinema ci aiuta a conoscere la malattia di Alzheimer con il film "STILL ALICE".

Non è questo il primo film a cui l'argomento viene dedicato, ma ognuna di queste rappresentazioni ha sempre riscosso enorme successo. Forse siamo masochisti, probabilmente ci deliziamo a girare il coltello nella piaga? No, le cose non stanno così. A nostro vedere la ragione è semplice: pur trattandosi di finzione, queste pellicole evidenziano in maniera fin troppo realistica lo sfascio totale di tutte le certezze che abbiamo così tenacemente difeso in presenza di un declino (in questo caso prematuro) contro cui nulla possiamo se non soccombere (per ora). Queste osservazioni potrebbero essere applicabili ad ogni malattia grave e in parte è così; ma noi sappiamo che la malattia di Alzheimer poco alla volta, o magari in fretta, ti ruba l'anima e l'immagine che di noi resti un involucro vuoto, senza quel soffio vitale che ci rende diversi dagli altri esseri viventi, è inaccettabile.

Quindi, malati sì ma noi stessi!

Alcune persone rifiutano la visione di questi racconti, proprio non ne vogliono sapere perché li ritengono troppo tristi o troppo concreti al punto di esserne spaventati.

Ci permettiamo di dire che è come girare il viso dall'altra parte, non vediamo più l'immagine che è di fronte, ma essa non scompare.

Il consiglio che possiamo dare, invece, è quello di documentarsi il più possibile, perché no, anche attraverso la visione di un film, la lettura di un libro o facendo tesoro dei racconti di altre persone che partecipano, ad esempio, ai GRUPPI di AUTO AIUTO o del SUPPORTO PSICOLOGICO.

Ogni esperienza, vera o finta che sia, rappresenta un tesoro a cui attingere nei momenti di peggiore difficoltà.

Susanna Crescenzi

Corso: Allenamento alla memoria

Quanti di voi si sono vantati di avere una memoria ferrea ?

Ora è giunto il momento di mettervi alla prova.

Arad ha organizzato un corso di ALLENAMENTO ALLA MEMORIA che consta di dieci incontri di due ore ciascuno, allo scopo di imparare strategie utili ed esercizi idonei per attivare attenzione e memoria.

La richiesta di partecipazione è stata talmente ampia che il corso si è diviso in due edizioni: dal 24 febbraio al 28 aprile, ogni martedì pomeriggio dalle ore 17 alle ore 19 e dal 4 marzo al 6 maggio, ogni mercoledì mattina dalle ore 10 alle ore 12.

È stato ormai raggiunto il numero massimo di partecipanti a entrambe le edizioni, ma visto il successo ottenuto ci riserviamo di organizzarne altri. Tenetevi pronti e poi non potrete più dire: «Mi sono dimenticato!...».



Come aiutare ARAD

L'ARAD può operare grazie alla collaborazione di tanti Amici che credono nell'utilità del suo intervento a favore degli ammalati di Alzheimer.

Eventuali versamenti possono essere effettuati sul

c/c postale n. 18946400

o sul conto Bancario Carisbo (fil. Arno BO)

(IBAN: IT 19 E 063 8502 4210 7400 0191 09K)

Le erogazioni in denaro a favore di ARAD Onlus sono detraibili dalla dichiarazione IRPEF nella misura prevista dalle disposizioni ministeriali.

Fra amicizia e solidarietà?

L'uomo, a volte, per salvaguardare la propria identità nella lotta esasperata che contraddistingue i rapporti sociali, si affida ai cambiamenti, anche repentini, al fine di adeguarsi alle diverse situazioni che lo pongono in continua lotta con se stesso e con gli altri.

L'uomo ora è attore, ora è vittima, ora è feroce predatore, ora è trasformista. Per sopravvivere, esprime la complessità dell'individuo che cambia; in poche parole, nella moderna società, deve avere un cambiamento continuo, ma non si può dimenticare che, nonostante la sua complessità, ha diverse possibilità per semplificare il proprio essere e dare un senso lineare ed univoco alle proprie azioni. Questo avviene, anzitutto con comportamenti di solidarietà, che devono coniugarsi con una posizione di responsabilità: immedesimandosi nelle altrui debolezze e sofferenze, calandosi nelle difficoltà della vita, rinunciando a posizioni comode. È fondamentale declinare in modo corretto il termine "solidarietà", che non è l'atto di donare, non è liberarsi della propria coscienza, ma è una forma di responsabilità, che ha come conseguenza un comportamento scomodo da parte di chi, nella manifestazione di solidarietà, perde parte della propria libertà in favore di chi ne ha bisogno.

Il filosofo Norberto Bobbio paragona la vita umana ad un labirinto, nel quale ci addentriamo senza trovare agevolmente una via di uscita: urtiamo contro un muro e poi torniamo indietro, imbocchiamo un'altra strada tentando invano di percorrerla e poi - dopo innumerevoli tentativi - usciamo solo per caso dal labirinto, senza che abbia alcun effetto la nostra volontà di uscirne.

L'uomo può essere, come si suole dire, in continua caduta, può non avere certezze, se non quella di perseguire un ideale per continuare nel proprio cammino.

Paradossalmente è proprio lo stato di dolore che fa superare la condizione precaria. La sofferenza umanizza la persona atea. La sofferenza è un itinerario spirituale più forte della fede. Se noi scrutiamo con attenzione il nostro essere, constatiamo che spesso nella nostra esistenza si crea una dissociazione tra noi stessi e la nostra anima, tra i nostri comportamenti e la nostra spiritualità, c'è in tutti noi un vero e, allo stesso tempo, un falso, un apparire.

Dobbiamo sforzarci di armonizzare la nostra anima col nostro corpo. E una forma di armonia si ha con la solidarietà, con il rispetto della libertà degli altri; essa è una posizione di libertà, una condizione scomoda di responsabilità, che permette a ciascuno di noi di lottare, prima con noi stessi, per raggiungere la percezione di chi è egoista ed oppressore. La solidarietà è la semplicità del dare, del concedersi in atti di generoso altruismo; è una condizione umana, nella quale ciascuno semplifica la propria complessità e raggiunge uno stato di congiunzione tra l'essere e il comportarsi.

Ciascuno di noi ha dei momenti di attesa, cui talvolta corrisponde la supremazia di un'altra persona. Normalmente si scatenano sentimenti deplorabili, ma se si vuole avere un sentimento giusto, ci si deve porre nella posizione della notte che succede alla luce. Il nostro prossimo è la notte in scrutabile attesa del futuro operare bene. Ognuno di noi ha più occasioni per passare da una posizione di aspettativa ad una posizione di rilievo. Ma ciò non ha alcun valore se si considera che, in una società densa di ombre, la luce è un momento accecante, trasfigurante e non conoscitivo, un momento di operatività dove il pensiero è normalmente assente.

Nella notte, ogni tanto, si rischiera una stella che dà il giusto significato e spesso è più illuminante del sole: quella stella ti dà la migliore percezione di quanto possa valere l'azione dell'uomo.

Ciascuno di noi non può pensare che, compiendo atti di solidarietà, le diversità siano colmate. La società è purtroppo costituita da soggetti diseguali; in essa i forti prevalgono sistematicamente sui deboli e la solidarietà è solo un modo di essere, un modo di atteggiarsi nei confronti dei deboli.

Il passaggio dalla solidarietà all'amicizia è semplice. L'amicizia può costituire lo stato ideale dell'esistenza. Uno stato tranquillo. Un legame necessario e raro. L'amicizia non sopporta impurità alcuna. Che conforto è avere vicino persone che, solo vedendole, suscitano gioia! Questo sentimento è un privilegio in un mondo dominato dal potere e dalla sopraffazione. Quante volte abbiamo sentito: "Mi sento solo e allora mi riverso con tutto il peso delle mie ansie su un amico, sperando che questo sentimento sia corrisposto".

Bisogna diffidare di coloro che parlano di tolleranza, di amicizia, di solidarietà come "parole magiche" per procurarsi facili consensi e poi non fanno seguire alle parole atti corrispondenti e comportamenti effettivi.

Desidero chiudere questo mio pensiero con le parole di Cicerone: "Nessun uomo può vivere felice se bada solo a se stesso, se volge tutto al proprio utile; devi vivere con un altro se vuoi vivere per te".

