



Dammi tempo !



Notizie, giochi e ... per passare un po' il tempo

Anno 2012 – Padova – Volontari Veneti AITA onlus

Ottobre 2012- N.16

Nuovo autunno...più entusiasmo!

Si ricomincia... il gruppo è numeroso, affiatato e propositivo. Ognuno, di incontro in incontro, sta costruendo un percorso per sé stesso e per gli altri tra uscite, discussioni e divertimenti. Per cui cogliamo l'occasione, con il giornalino, di salutare tutti i nostri lettori e di ricordare l'importanza della nostra associazione. Portiamo la nostra voce anche alla 5° Giornata Nazionale dell'Afasia e soprattutto al **1° CONVEGNO SCIENTIFICO "L'afasia, la persona afasica, la riabilitazione"** che si terrà a Roma in 13 ottobre. Il convegno si propone di fornire alle persone afasiche e ai loro familiari una serie d'informazioni per loro difficilmente reperibili. Gli argomenti trattati tentano di dare una risposta ad aspetti diversi del problema dell'afasia, dalla prevenzione degli ictus ai diritti delle persone afasiche, dall'efficacia della riabilitazione al ruolo delle associazioni.

1° CONGRESSO SCIENTIFICO  A.I.T.A. Federazione (Associazioni Italiane Afasici) In collaborazione con il Centro Ricerche Consorzio Mario Negri Sud con l'adesione del Presidente della Repubblica		L'AFASIA LA PERSONA AFASICA LA RIABILITAZIONE Roma, 13 ottobre 2012 IRCCS Fondazione Santa Lucia Via Ardeatina, 354 - Roma
--	---	---

**L'afasia ti può lasciare
senza parola
A.I.T.A. non ti lascia solo.**

20 ottobre 2012
5ª Giornata Nazionale dell'Afasia

CON L'ADESIONE DEL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA
www.aitafederazione.it - numero verde 800 912 326

Appuntamenti dei prossimi mesi

Ottobre

19 ottobre Giornata Afasia : raccolta fondi con piantine di erica e distribuzione materiale informativo. Il 19 ottobre saremo presenti dalle 9.00 alle 13.00 nei seguenti ospedali:

- Ospedale di Piove di Sacco
- Monoblocco Az.Ospedaliera di Padova
- Ospedale S.Antonio
- Ospedale di Monselice

Chi vuole contribuire attivamente contatti Mariarosa o Giuliana per la distribuzione e il ritiro del materiale. Anche da casa potete collaborare...spergete la voce! Abbiamo bisogno di farci ascoltare!

N.B : giovedì **18 ottobre** le persone interessate vanno da Giuliana per il ritiro del materiale

20 ottobre : Banchetto a Emmezeta-Coforama : Franco + Bruna+Daniele e Rosanna

27 ottobre : attività in sede in Via Magenta

- relazione di Emma e Giuliana sul congresso nazionale di Roma del 13 ottobre
- relazione sulla giornata dell'afasia
- inizio attività

Novembre

6-novembre : incontro con la psicologa

17 novembre : pranzo autogestito a S.Stefano d'Ungheria (Brusegana)

24 novembre : incontri con la psicologa

Dicembre

1- dicembre : attività in sede

15- dicembre : Pranzo di Natale con lotteria per raccolta fondi

22 dicembre : attività in sede? (da CONFERMARE)

P.S. Abbiamo qualche problema con la nostra sede in via Magenta. Mariarosa si sta attivando per trovare una soluzione ma se qualcuno ha suggerimenti...fatecelo sapere!

Un nido dove ritrovarci insieme è fondamentale!

Notizie da A.I.T.A. Federazione



Andrea Moretti,
afasico ed ex-giornalista sportivo, ogni mese intervista...

Questo mese: **JEAN DO**

Afasico e Presidente della Federazione Francese Afasico

1 - Carissimo Jean Do, ti ho scoperto su Internet, tu che sei sempre estremamente ottimista e presidente della federazione francese afasici, tu che sei afasico da ben vent'anni. Tra l'altro sei stato promosso anche al grado di cavaliere dell'**Ordine nazionale della Legione d'onore**, però, complimenti! In ogni caso fai bene perché per noi afasici l'ottimismo non è proprio la prima cosa. E ti stimo intanto e la prima domanda -scontata, dopo aver visto il vostro sito- è sul film uscito ad aprile: il titolo è Je suis, il regista Emmanuel Finkiel e il protagonista è un afasico: parliamone, l'avete ideato voi o magari commissionato da altri?

Caro Andrea, innanzitutto mi ha fatto piacere conoscerti. E peccato che non parlo l'italiano: una volta parlavo molto inglese e tedesco, ma ho tutto dimenticato. [...]

Le tue domande allora: sul film Je suis ti allego la rassegna stampa francese. La prima cosa è che il regista **Emmanuel Finkiel** non è afasico. Ha preparato il film anni fa e ha conosciuto molti pazienti all'ospedale. Ha scelto **3 pazienti**: 2 con un accidente vascolare e 1 con un trauma cranico, con le loro famiglie, che ha seguito all'ospedale per far vedere la loro volontà, le speranze, la loro evoluzione con la rieducazione e quello che è seguito.

Ho conosciuto Emmanuel (e Martin, il distributore) nella primavera del 2012 e da subito **sono stato colpito dal film** (me ne avevano mandato una copia in DVD). Esattamente quello che ho vissuto all'ospedale, la stessa cosa! Per di più, Emmanuel l'anno scorso ha avuto un attacco ischemico transitorio, senza conseguenze!

Abbiamo lanciato **il film in tutta la Francia**, in diverse città, **con dibattiti sull'afasia**, organizzati dai Gruppi di Afasici. Continueremo durante la **Settimana Nazionale dell'Afasia** dal 15 al 21 ottobre.

2 - Comunque un bel colpo: come idea mi piacerebbe un film intitolato tipo "Mister Bean, fuga dall'afasia", un film che farebbe morire dal ridere anche se si parla dell'afasia, chissà, nel futuro tutto può essere. A proposito, cos'è il **Plan aphasie**, il vostro piano afasia? Dal programma leggo che ha preso parte anche un ex Ministro francese dell'apprendimento e della formazione professionale, Nadine Morano: l'obiettivo è sensibilizzare l'opinione pubblica sull'afasia, ma in pratica cos'è, tanti seminari formativi in tutta la Francia? E per chi?

Un film che farà ridere? Noi stiamo preparando una fiction, non da ridere, ma storie di afasici anche se il progetto è ancora in corso.

Intanto il nostro **Plan aphasie** è durato 2 anni (2010-2011) in ogni regione in due fasi:

- a. dapprima delle **riunioni di sensibilizzazione** con gli interventi di un ortofonista, uno psicologo, un medico di medicina fisica e riabilitazione o neurologo e una persona afasica membro della Federazione Nazionale degli Afasici di Francia (come pubblico, dei professionisti della salute);
- b. poi **riunioni di apprendimento = formazione** di aiutanti familiari e professionali, animati da ortofonisti ("comunicare meglio") o uno psicologo ("vivere meglio"), 2 giornate a distanza di 6 mesi. E con brochures e DVD ovviamente...

3 - Bene Jean Do, ti ho fatto stancare? Dai, hai appena superato la metà. Ho letto che su Internet c'era o c'è ancora un video sulla tua quotidianità da afasico: si può vedere e potrebbe aiutare altre persone afasiche piuttosto chiuse?

Sì, sul nostro sito (www.aphasie.fr) ci sono dei **video** su persone afasiche (anche su di me) e questo permette effettivamente di **contattare** queste persone isolate, perdute; di **stimolarle** e mostrar loro che **non bisogna restare isolati**, che bisogna abituarsi alla vita quotidiana.

4 - Prova ora a immaginare davanti a te un afasico italiano che ha sempre rabbia costante, che non ha più voglia di far niente: tu presidente che gli diresti? E in privato?

Sperare e battersi **tutti i giorni, rieducarsi senza sosta**, anche **accettare l'handicap** e trovare una **nuova vita** che diventerà la vita più bella (io sono più felice ora che prima del mio accidente vascolare cerebrale!!), capire l'importanza dell'associazione degli afasici per essere aiutati, sostenuti e ascoltati, per ritrovare **una famiglia nell'associazione**.

GRAZIE di questa testimonianza !

TG A.I.T.A

ITALIA



Fondi Pdl: gip, Fiorito resta in carcere

Franco Fiorito, ex capogruppo Pdl alla Regione Lazio, resta in carcere. Lo ha deciso il gip Stefano Aprile respingendo l'istanza di revoca dell'ordinanza di custodia cautelare emessa nei confronti di Fiorito. L'ex sindaco di Anagni e' detenuto a Regina Coeli dal 2 ottobre scorso con l'accusa di peculato.



ESTERI



Siria-Turchia: sale tensione

Nuovo colpo di mortaio nella provincia di Antiochia

Un nuovo colpo di mortaio siriano è caduto in territorio turco nella provincia di Antiochia (Hatay) senza provocare danni. Il colpo ha innescato però l'immediata risposta dell'artiglieria turca.

L'Egitto ha inviato in Turchia lungo il confine con la Siria un team medico di 20 persone con il materiale necessario per allestire un ospedale da campo per i profughi. Il team egiziano, che comprende medici, infermieri e tecnici, sarà operativo per un periodo di tre mesi. La Turchia accoglie circa 96mila profughi e disertori siriani.

CRONACA

Meningite su nave: profilassi per tutti

Quattro in ospedale a Livorno, uno in condizioni disperate

LIVORNO, 8 ottobre - Tutti i passeggeri a bordo della nave MSC Crociere, ripartita da Livorno e arrivata a Villefranche in Francia, hanno ricevuto un trattamento di profilassi antibiotica. Perché? Perché quattro membri dell'equipaggio sono stati ricoverati domenica all'ospedale di Livorno con meningite batterica. Uno sarebbe in condizioni disperate, e il secondo in condizioni gravi. Nessun altro membro dell'equipaggio e nessun passeggero ha manifestato sintomi della meningite. La nave sta continuando la crociera.

VENETO

Usuraio arrestato nel veronese da Gdf

45enne imponeva tassi fino al 1335%



(ANSA) - VERONA, 8 OTT - La Guardia di Finanza di Verona ha arrestato un imprenditore di Cavaion Veronese con l'accusa di usura.

L'uomo, S.G. di 45 anni, chiedeva tassi d'interesse fino al 1335%. A farlo scoprire un suo conoscente in difficoltà economiche che aveva chiesto un prestito iniziale di 3.500 euro e uno, successivo, di 4.000 euro. Di fronte alla moltiplicarsi esponenziale degli interessi la vittima si è rivolta ai finanziari.

SPORT

Bolt, a Rio voglio una terza tripletta

Ha già vinto 100, 200 e 4x100 a Pechino e Londra



A Wellington, il giamaicano Usain Bolt, campione olimpico nei 100, 200 e 4x100 metri a Pechino e a Londra, punta alla terza tripletta a Rio 2016, prendendo le distanze dal suo progetto di provare a cimentarsi anche nel salto in lungo. 'A Rio si tratterà di difendere i

miei titoli - ha detto Bolt - Io non voglio cimentarmi in nuove discipline a Rio perché voglio solo difendere i miei titoli e dimostrare al mondo intero che è possibile realizzare una nuova tripletta'.

SCIENZA & MEDICINA

Nobel della medicina a Gurdon e Yamanaka:

cellule staminali riprogrammate

Il Premio Nobel per la Medicina 2012 è stato assegnato a John Gurdon e Shinya Yamanaka per la ricerca sulla riprogrammazione delle cellule adulte in staminali e per avere aperto in questo modo la strada alla medicina rigenerativa.

Il britannico Gurdon, 78 anni, e' stato un pioniere della ricerca sulle cellule staminali. Nel 1962 ha infatti scoperto che una cellule adulta può "perdere la sua identità" ed essere riprogrammata per specializzarsi in un tipo di cellula completamente diverso.



A 40 anni di distanza dalle ricerche di Gurdon, nel 2006 il giapponese Yamanaka, 50 anni, ha messo a punto una tecnica che permette di riprogrammare le cellule adulte e già differenziate.

Due geni per il futuro della Medicina!

Due risate

Rossi, lo so che il suo stipendio non è sufficiente per potersi sposare.

Ma un giorno me ne sarà riconoscente.

Davanti ad una tomba un tale singhiozza:

- Non dovevi morire, non dovevi morire, perché sei morto...

Un passante, commosso, lo vede e domanda:

- Era vostro padre... vostra madre...

E il tale: - No, era il primo marito di mia moglie!



Due amiche organizzano un pic-nic all'aria aperta in una bella giornata estiva di sole. Consumano con gusto il loro pranzo fino alla fine.

- "Mamma mia, sto per scoppiare! Guarda qui che pancia! Certo che il cocomero è delizioso però guarda come gonfia!"

- "Eh, lo so! Basta saperne mangiare il giusto numero di fette!"

- "Fette?!"

Le vignette del sorriso



Uno di noi

VACANZE IN TRENINO

Mi sono svegliato una mattina con la voglia di fare un giro sulle Dolomiti del Brenta. Ho preso la macchina e sono partito. La prima fermata ha avuto luogo in un paese chiamato Andalo che un tempo si è formato da 14 masi (case tipiche di montagna in pietra e legno).

Andalo ha offerto ai miei occhi un bellissimo panorama sulle Dolomiti del Brenta dal Croz dell'Altissimo al Piz Galin fino alla Paganella con le sue generose piste adatte a tutti gli amanti dello sci. Sopra le piste passa la funivia che arriva in alto ai rifugi ristoro per turisti e sciatori. Ho parcheggiato l'auto e sono salito lungo



un sentiero tra i boschi. Passando tra abeti e larici e respirando il profumo di resina e di ciclamini mi sono incamminato verso il rifugio " la Montanara" alle pendici del Croz, che quiete!

Il cielo era terso, l'aria cristallina mi lambiva il volto, il sole era talmente luminoso che io, poco amante dell'abbronzatura, mi sono sdraiato sull'erba a godermi quei momenti con tutta la loro intensità. Intorno a me vedevo fiori e qualche animaletto che girovagava tra i fili d'erba, sentivo il fruscio delle foglie mosse dal vento. Dopo un po' di tempo immerso in questi momenti d'estasi ho raggiunto il rifugio. Mi sono seduto vicino ad un tavolo e ho ammirato il panorama mentre aspettavo il pranzo! Canederli al sugo di capriolo, stinco di maiale al forno con patate e Teroldego per annaffiare il tutto e, per finire, una ricca fetta di strudel di mele della Val di Non , il paradiso! A ritorno ho pensato bene di allungare il percorso. La giornata meritava questo e altro.....

Così tra un rifugio e un altro mi sono imbattuto in un paio di ferrate, il mio abbigliamento non era dei più adatti ma ho raggiunto lo stesso il mio

obiettivo. In montagna serve sì l'equipaggiamento ma soprattutto prudenza,, tanta prudenza...

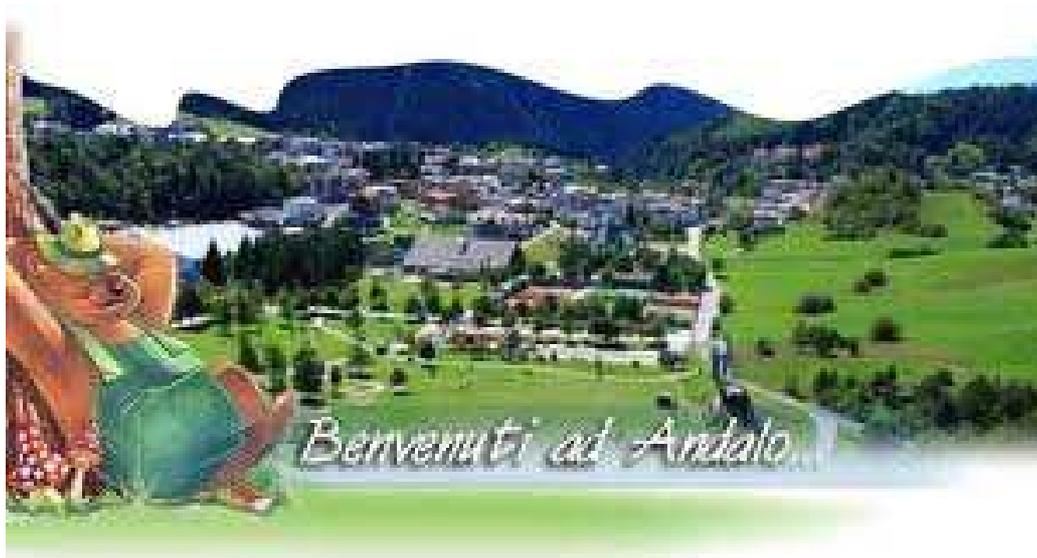
La montagna è bellissima, dà tanto ma non perdona l'errore, mai sottovalutarla !!

Arrivato al parcheggio sono salito in auto e ha ripreso il viaggio..... Tutto questo non è un sogno....

Quando stavo bene e mie gambe e le mie braccia funzionavano ho vissuto veramente l'esperienza che vi ho raccontato, sono passati parecchi anni e ancora torno in vacanza in quei luoghi. Andalo lo frequento lo stesso, c'è la pizzeria, il parco, le passeggiate in piano.....Il Croz, il Piz Galin, la Paganella le rivedo con emozione ogni volta, sono lì immobili che mi aspettano, che osservano i miei miglioramenti anno dopo anno..... Sono lì le persone che ho conosciuto, che mi stimano e mi accettano come sono, con i miei tempi più lunghi, con le mie difficoltà.

Sono combattuto perché a causa dell'ictus non posso più fare di queste esperienze così intense e questo mi dà malinconia ma ho un cuore grande per farci stare tutto il buono che la vita mi ha donato e che spero mi donerà ancora.

Antonio Bressan



QUESTA E' LA MIA STORIA di Giancarlo

Attualmente vivo solo, sono senza prole-figli, resto in attesa della sentenza di divorzio da parte del tribunale di Treviso prevista in questi giorni.

Io sono rimasto sposato per circa 15 anni, ... poi non sono riuscito a mantenere l'impegno. Ora, sono single ma nell'appartamento abita regolarmente assunta, in una stanza e bagno separati, da circa due anni una signora di origine Moldava ... si chiama Galina Visileac "Gaia".

Mi è molto utile in casa e mi accompagna ad eseguire tutte le terapie di riabilitazione, soprattutto Logopedia e Fisioterapia.

Ho una nipote di diciassette anni, ...il suo nome è Veronica, è la figlia di mia sorella, studia al Liceo Scientifico e suona la chitarra elettrica.

Ogni tanto, quando si presenta l'occasione, mi piace farle un regalo.

Non ho amici "speciali", ...ho molti amici e tante "conoscenze" che ho incontrato durante gli anni.

Con i miei ex-colleghi, ad esempio, mantengo degli ottimi rapporti ... con alcuni di loro esco al ristorante oppure scambio delle idee / vedute relative al lavoro. Alcune volte questi ex-colleghi vengono a farmi visita a casa e mi inviano delle mail al mio indirizzo di posta elettronica.

Ripeto, ho tanti "conoscenti" che ho avuto l'occasione d'incontrare / di conoscere bene nel corso del tempo, per cui non ho il desiderio di conoscere / incontrare / frequentare / nuove persone, ora cerco di capire chi soffre per la mia stessa patologia.

Giancarlo Conte

Continua.....

Settembre: tempo di vendemmia

Sabato 22 settembre 2012 il tempo è bello, c'è il sole e l'equinozio di settembre la notte al dì contende.

Domenica 23 settembre il tempo è incerto: autunno chiaro e giocondo, anno fecondo;

Domenica abbiamo vendemmiato, è stata una giornata bellissima, c'erano tanti amici e bambini.

Quando abbiamo finito, abbiamo pranzato tutti insieme, all'aperto. L'uva è stata spremuta e il mosto è stato messo in tre tini.

I bimbi si sono divertiti, salendo sul trattore che portava le casse di uva.

Io ho preparato "I sugoi" fatti col mosto, la farina e lo zucchero.

La vendemmia è un evento che fa stare insieme tante persone all'aria aperta.

Rosanna Baù

Amici di Vicenza

Lettere al giornalino

Il giorno 22 luglio 2012 è mancata una nostra amica carissima, **Cesarina**. Ci ha lasciato tanta malinconia e rimpianto perché Cesarina e suo marito Gianni erano molto attivi e presenti nel gruppo, fin dall'inizio dell'attività del gruppo vicentino.

Insieme a Lei abbiamo condiviso tante esperienze e momenti felici. Quello che ci rimane di Lei è un sorriso dolce, la sua riservatezza, la sua disponibilità ad ogni nuova proposta.

Ciao Cesarina.

Magnare pasticcio

L'ultima volta che abbiamo fatto festa con Cesarina a casa sua era il 25 aprile 2012. Il marito Gianni ha preparato lo spiedo e noi tutti abbiamo portato qualcosa. E' stata una bella giornata anche se Cesarina era visibilmente stanca. Mi dispiace tanto tanto di non vederla più. Ciao Cesarina da tutti noi.

Armando

Mi chiamo Erika, ho 34 anni ed ho avuto un ictus il 14 giugno 2011 e sono afasica; è un anno che frequento la logopedista, ora inizio a dire le prime frasi e leggere meglio.

Faccio la parrucchiera ed ho il negozio mio; dopo l'ictus sono andata al lavoro a distanza di 2 mesi e riesco a tagliare e fare tutto.

Animali

LO SCOIATTOLO

Lo scoiattolo è un **mammifero, roditore** appartenente alla famiglia degli **Sciuridi**. Gli

scoiattoli hanno una lunghezza compresa tra i 20 e i 50 cm, posseggono una appariscente coda lunga, piatta e ricoperta da un abbondante e folto pelo.

Lo scoiattolo ha due grandi occhi, zampe anteriori con 4 dita e quelle posteriori invece con 5 dita munite di unghiette acuminate che usa per arrampicarsi sulle cortecce degli alberi. Tra le specie più comuni troviamo lo **Scoiattolo comune** o **Scoiattolo europeo**.

Lo scoiattolo possiede un lieve dimorfismo stagionale, quindi in estate sarà possibile trovare nei boschi scoiattoli con colorazioni più rossastre, mentre in inverno il mantello dello scoiattolo assume una colorazione più scura che tende al bruno - nerastro.

Distribuzione

Lo scoiattolo vive in tutta l'Europa, predilige ambienti di collina e montagna fino ad un'altitudine di 2000 m s.l.m. Come **agile arrampicatore** lo scoiattolo preferisce le **foreste di conifere** dove trova i suoi cibi preferiti da sgranocchiare come le pigne, ma non disdegna anche i boschi di latifoglie. Lo



scoiattolo è un animale agilissimo, scende dagli alberi solo per cercare cibo o per spostarsi in un'altra zona. Lo scoiattolo è



diurno, costruisce il nido sugli alberi, spesso utilizza materiale di vecchi nidi di uccelli.

Alimentazione

Lo scoiattolo va ghiotto di **nocciole, ghiande, noci, cortecce, gemme, pinoli, germogli e gemme** e quando capita anche uova di uccelli, mentre mangia si aiuta con le zampette anteriori che trattengono il cibo.

Riproduzione

Lo scoiattolo comune si riproduce **2 - 3 volte l'anno**, la madre partorisce dopo **40 giorni di gestazione**, in genere vengono alla luce 3-4 scoiattolini, ma a volte sono possibili parti fino a sei fratellini.

Altre notizie

Lo scoiattolo **non va in letargo** durante l'inverno, si limita ad alternare periodi di sonno prolungato con periodi di modesta attività per la ricerca del cibo. Uno scoiattolo può vivere fino a **4-5 anni**



Rileggi o fatti rileggere il testo
e poi gira pagina per rispondere alle domande.

Rispondi a queste semplici domande in riferimento al testo.

A quale categoria appartengono gli scoiattoli? (2 risposte esatte)	
<input type="checkbox"/>	Ovini
<input type="checkbox"/>	Mammiferi
<input type="checkbox"/>	Roditori
Quante dita hanno le zampe anteriori dello scoiattolo?	
<input type="checkbox"/>	4 dita ciascuna
<input type="checkbox"/>	5 dita ciascuna
<input type="checkbox"/>	7 dita ciascuna
Qual è il suo ambiente preferito?	
<input type="checkbox"/>	Foreste e paludi
<input type="checkbox"/>	Foreste tropicali
<input type="checkbox"/>	Foreste di conifere
Dove si trovano la maggior parte dei camaleonti?	
<input type="checkbox"/>	Zone tropicali
<input type="checkbox"/>	Zone polari
<input type="checkbox"/>	Zone asiatiche
Quanti giorni di gestazione ha la femmina dello scoiattolo?	
<input type="checkbox"/>	9 mesi
<input type="checkbox"/>	40 giorni
<input type="checkbox"/>	60 giorni

Angolo degli esperti (da Diario di bordo)

QUALI SONO LE CONSEGUENZE DI UN DANNO CEREBRALE SUL MOVIMENTO?

Dopo un danno cerebrale, una persona può avere difficoltà motorie di vario tipo; a volte queste difficoltà si attenuano nel tempo e possono essere curate con programmi riabilitativi specifici, altre volte esse sono persistenti e comportano difficoltà nella vita quotidiana.



I disordini motori sono diversi a seconda delle zone del cervello che sono state danneggiate. Qualche volta è possibile individuare in una specifica zona del cervello un danno che è responsabile del disturbo motorio; altre volte, invece, i disturbi del movimento dipendono da danni diffusi, che colpiscono diverse parti del cervello.

Ci possono essere anche disturbi del movimento che non dipendono da un danno del cervello ma da danni dei nervi periferici.

QUALI SONO I PRINCIPALI DISORDINI DEL MOVIMENTO?

a) Difficoltà nel compiere movimenti volontari e perdita di forza

In seguito ad un danno cerebrale è possibile che si verifichi una perdita o una riduzione della capacità di muovere volontariamente alcune parti del corpo, a cui si associa la perdita della forza muscolare.

PARESI= Se la perdita è parziale e rimangono dei movimenti nelle parti del corpo colpite.

PLEGIA= se la perdita è totale si parla di plegia.

MONOPLEGIA/PARESI=I movimenti possono essere persi in un solo arto

EMIPLEGIA/EMIPARESI= i movimenti sono persi in una intera metà del corpo.

TETRAPLEGIA/PARESI= movimenti volontari persi in tutto il corpo.

b) Rallentamento motorio, mancanza di iniziativa motoria

La persona si muove con molta lentezza ed impaccio, tende a stare ferma se non è sollecitata, fa molta fatica a iniziare il movimento, pur non avendo una vera paralisi o perdita di forza.

Potete sentire parlare di:

ACINESIA o IPOCINESIA = significa assenza o marcata riduzione del movimento.

BRADICINESIA= lentezza del movimento. Se ad una persona con bradicinesia si chiede di compiere un movimento, ad esempio afferrare un oggetto, questa impiegherà molto tempo per iniziare ad allungare il braccio verso l'oggetto e anche per raggiungerlo.

RICORDA: questi disturbi non vanno confusi con pigrizia o mancanza di buona volontà; essi sono dovuti al danno di certe aree del cervello, deputate alla programmazione e al controllo del movimento.



c) Disordini della coordinazione motoria

La *coordinazione* è la capacità di riuscire a compiere un movimento secondo la traiettoria giusta e in maniera armonica e fluida.

Con la perdita di questa capacità il movimento diventa impreciso, "goffo", scoordinato, non sempre utile allo scopo.

Esempio: una persona vuole afferrare un oggetto, il suo cervello compie una serie di "misurazioni" automatiche per calcolare quanto è distante l'oggetto e quali sono i movimenti da fare per afferrarlo. Il movimento viene compiuto in modo preciso.

In una persona con problemi di coordinazione tutti questi calcoli interni sono difficoltosi e il movimento risulta sbagliato: l'oggetto non è raggiunto precisamente.

Il disturbo della coordinazione del movimento viene detto in genere **ATASSIA**.

La persona con atassia può avere particolare difficoltà in attività come la scrittura, l'abbottonarsi, il bere da un bicchiere...

d) Disordini dell'equilibrio

Alcune persone, soprattutto nei primi mesi dopo il trauma, perdono la capacità di mantenere o recuperare l'equilibrio in certe posizioni: ad esempio, non riescono a tenere dritta la testa, quando sono seduti senza schienale tendono a cadere di lato, non riescono a stare in piedi senza barcollare o a camminare senza sbandare, anche se la loro forza non è diminuita.

Questi disordini vanno sotto il nome **di alterazioni dell'equilibrio o del controllo posturale**.

E' importante sapere che il recupero dell'equilibrio avviene partendo dalla testa: se prima non viene recuperato il controllo della testa, non può venire recuperato neanche il controllo delle altre parti del corpo (tronco soprattutto).

Se ci pensiamo, accade come nei bambini piccoli: finchè non imparano a sostenere la testa, non riescono neanche a stare seduti da soli, a stare in piedi o camminare.



e) Alterazioni del tono muscolare (come la spasticità/rigidità, le distonie)

La spasticità e la rigidità sono condizioni in cui alcuni muscoli restano permanentemente in tensione perché il cervello è stato danneggiato e continua a mandare impulsi ai muscoli che li fanno contrarre. Questa contrazione anormale e continua impedisce alla persona di controllare la parte del corpo colpita in quanto manca la capacità di riuscire a rilassare i

muscoli. Se la spasticità o la rigidità sono particolarmente accentuate, il muscolo rischia di accorciarsi e di perdere permanentemente la sua elasticità.

La spasticità/rigidità possono provocare inoltre:

- blocco delle articolazioni;
- lesioni della pelle;
- difficoltà nei movimenti;
- dolore.

Tutti questi fattori costituiscono un problema per la persona, ma anche per chi la deve assistere.

f) Altri disturbi di movimenti

Oltre ai disturbi del movimento già descritti, ne esistono altri: alcuni riguardano la quantità e la velocità del movimento, altri si manifestano come movimenti involontari.

IPOMETRIA= È la diminuzione dell'ampiezza dei movimenti. Si manifesta con dei movimenti piccole brevi, più piccoli e brevi rispetto alla normalità.

TREMORE= È un movimento ritmico e involontario di un segmento corporeo.

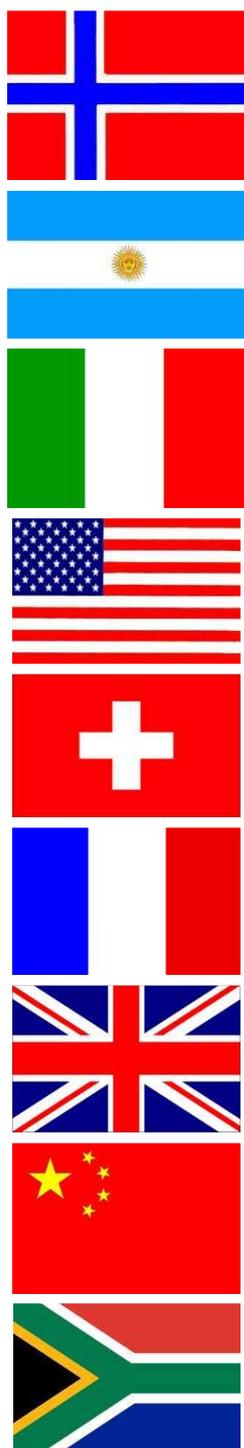
Il tremore si può manifestare a riposo (con l'arto appoggiato o completamente rilassato), quando si cerca di mantenere una certa posizione (ma l'arto non è appoggiato), quando si ha l'intenzione di compiere un movimento; in questo caso il tremore si verifica all'inizio o alla fine del movimento stesso (tremore intenzionale). In tutte le persone è presente normalmente un tremore ma questo è fisiologico e non se ne è coscienti; il tremore non è più fisiologico quando diventa evidente e disturba i movimenti.

MIOCLONO= Sono dei movimenti brevi ed esplosivi di un arto o segmento corporeo. Le scosse miocloniche possono manifestarsi spontaneamente o in seguito al movimento o possono essere attivate in via riflessa dalla luce, suoni, tatto o percussioni tendinee.

Giochi ed enigmistica

Paesi e bandiere!

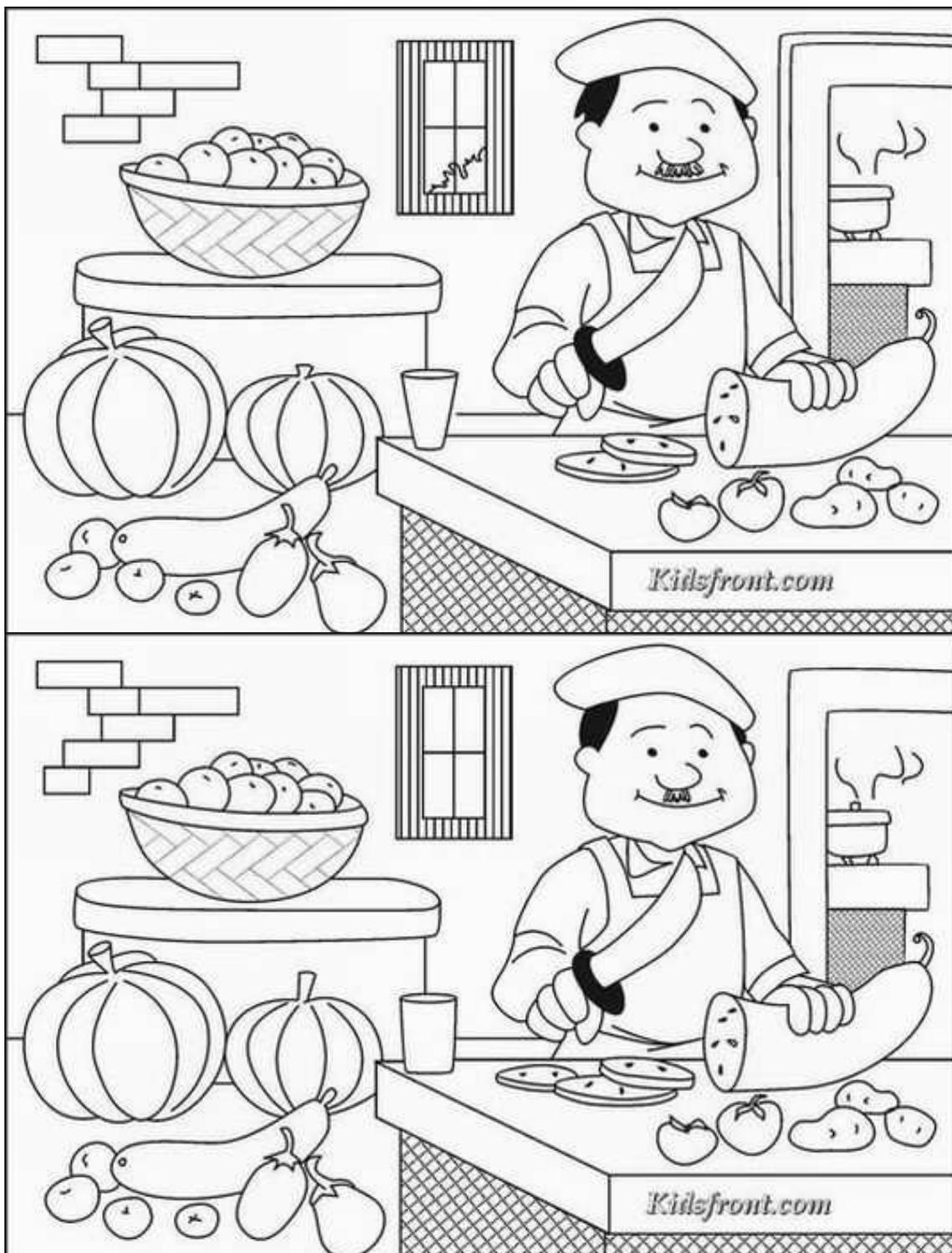
Per ogni nazione individua la bandiera corrispondente e a fianco scrivi il continente dove si trovano.



Argentina
Svizzera
Francia
Inghilterra
Cina
Norvegia
Sudafrica
Italia
Usa

Trova le differenze

Trova le 10 differenze confrontando la prima e la seconda immagine.



Dai un titolo all'immagine:

.....

Sposta l'attenzione !

Inizia segnando tutti questi simboli 

Ma fai attenzione perché ogni volta che incontri questo simbolo  devi cambiare e segnare tutti i  fino a quando non trovi di nuovo il pallino  che ti obbliga a ritornare con l'attenzione al simbolo  e così via...

Devi alternare questa sequenza e quindi cambiare ogni volta che incontri 

Se ti è utile usa colori diversi come indicato nella spiegazione. Può essere utile prima di cercare  e  evidenziare tutti i pallini che ti obbligano a cambiare.

→ → → l → → l → → → ° l l l l l l l → → → ° l →
° → → l l l → → → l → → → → → ° l → → l → →
→ → l → → ° → l ° → → → ° l l l l l ° l l → l
→ → l → → l ° → → l l l l → → l → → → → → l l l
° l l → l → → → → → → l ° → ° → l → → → ° l
→ → → → → l → → → → → ° → l l → ° l → → l ° → →
→ → ° → ° → l → → → → → → → ° l l l l l → → °
l → → l → → l → → → → l ° → → → l → → l →
→ l → l → l → l → → → → l → → → l → → l
l l l → ° → → → l l l l l ° → → ° → → → ° l →
→ l → l → → → → l → → l ° → → → l → → l →
→ → l → l → → l l l l l → → l → → l l l l →
→ l → → → → l l l l → → → l → → l → → → l l l
l → → l → → → → l → → → → l → → l l ° l → → l l
l → → → → → → → → l l l l l l → → → → → l →

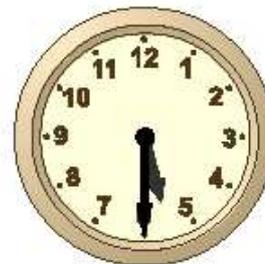
Gruppo di appartenenza

Prova a trovare la categoria di appartenenza di tutti gli elementi in ogni riga.

Indaco	Lilla	Ocra	sono tutti
Tv	Posta	Radio	sono tutti
Zucca	Cavoli	Fagioli	sono tutti
Giglio	Calla	Ciclamino	sono tutti
Succo	Coca	Limonata	sono tutti
Juventus	Inter	Milan	sono tutti

Che ora è?

Scrivi in numeri l'ora indicata in ogni orologio



Tutte le parole con ...

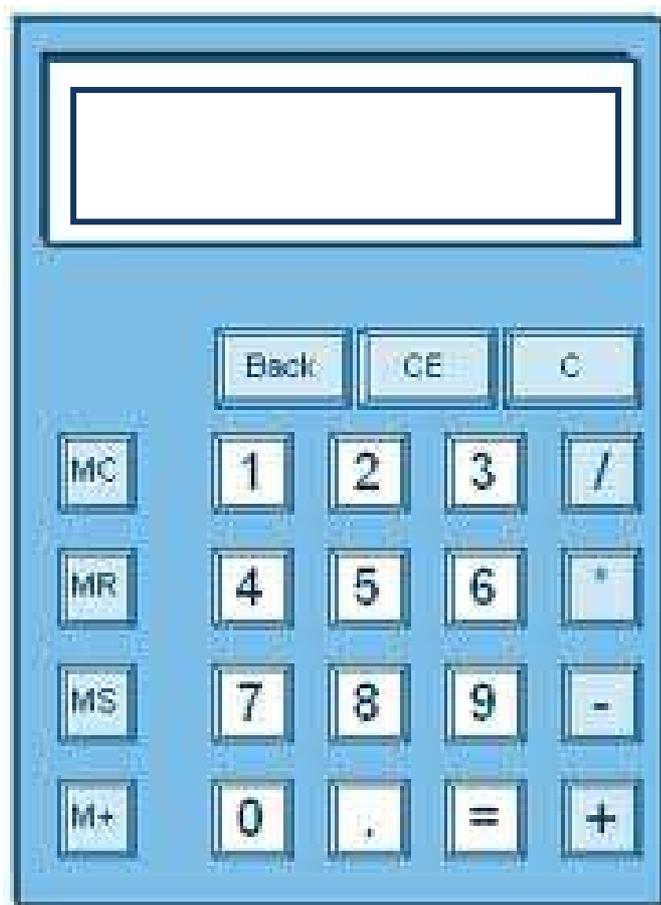
Sotto ad ogni colonna metti tutte le parole che ti vengono in mente con la lettera indicata.

L	O	N

Ricorda i numeri

Leggi i numeri. Tienili in memoria il tempo necessario per girare la pagina e far finta di digitarli nella calcolatrice. Può essere utile per i numeri più lunghi associare più cifre insieme. Puoi usare anche la calcolatrice vera se ce l'hai.

734	8347	14830	346782
602	0217	47521	256729
451	9073	86342	3705146



Riordinare la sequenza

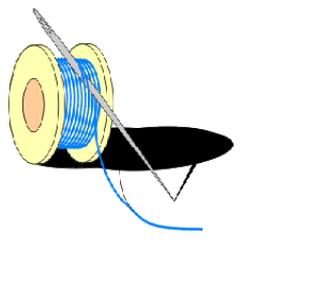
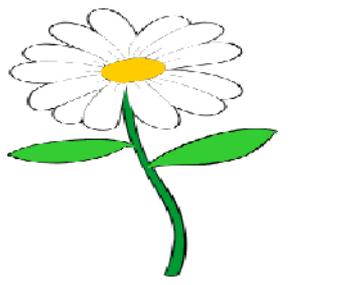
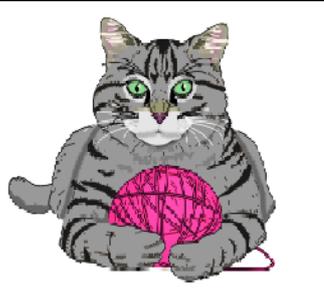
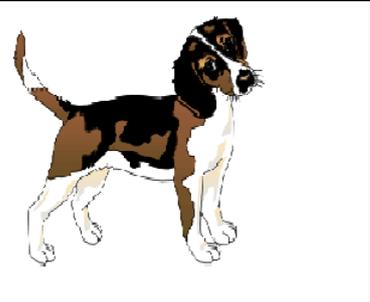
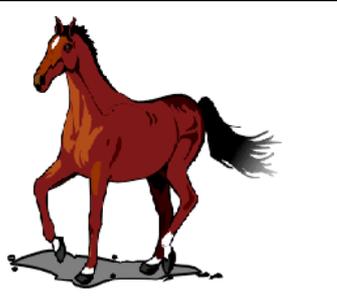
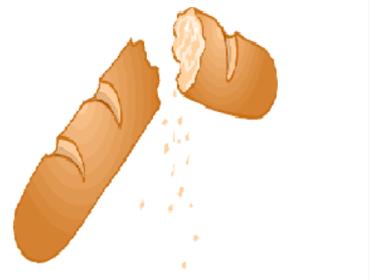
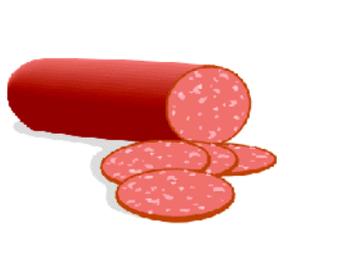
Cambiare una lampadina

	a) Sostituire con una lampadina nuova
	b) Togliere la corrente e prendere una scala
	c) Togliere la lampadina bruciata
	d) Verificare se la nuova lampadina funziona

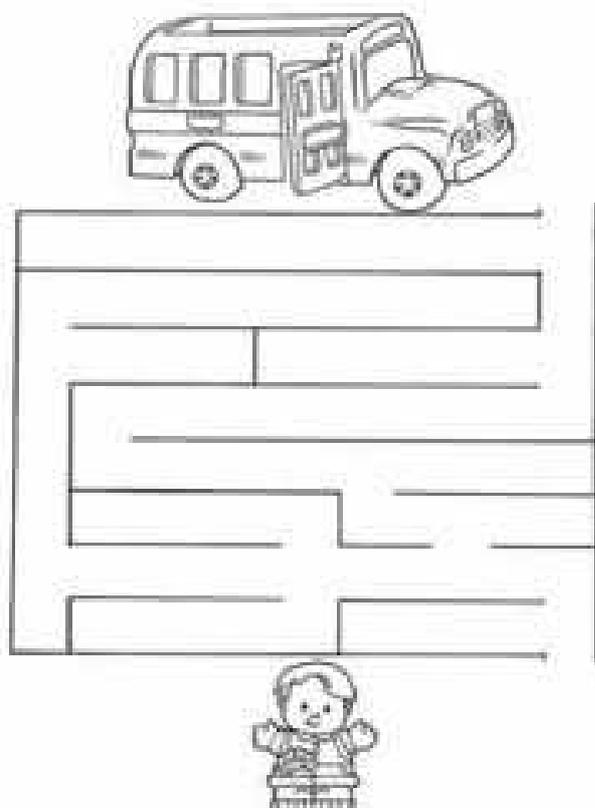
A ognuno il suo nome!

Collega ogni parola alla figura che la rappresenta.

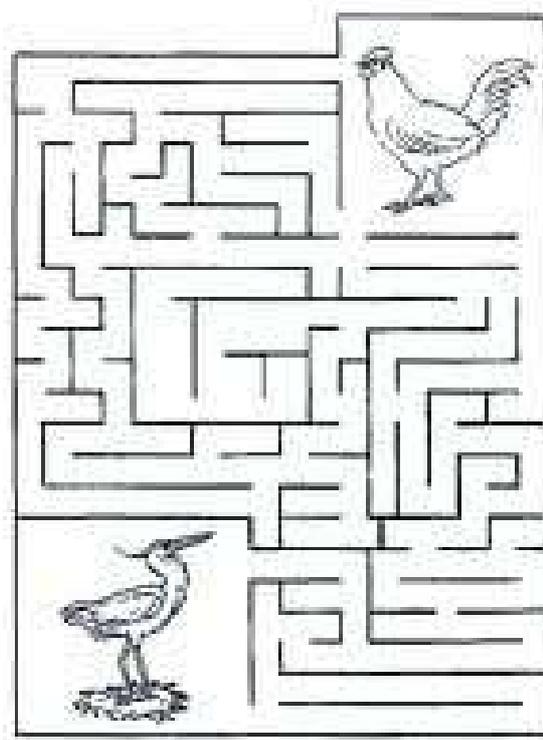
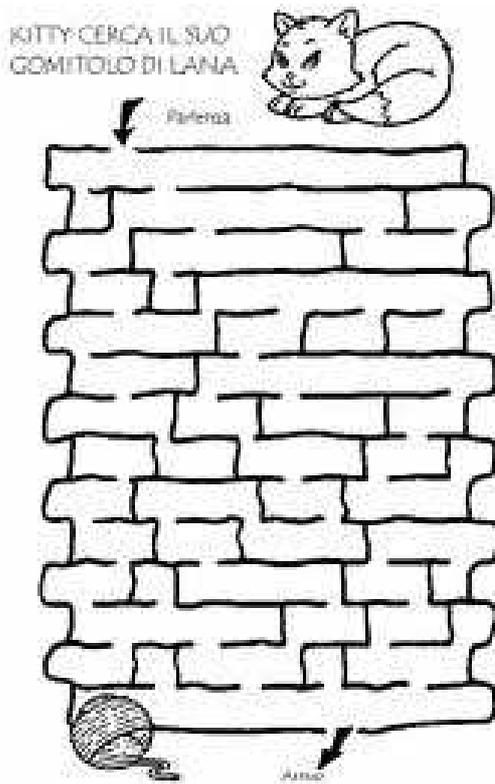
		
ALBERO		
		
AUTOMOBILE		
		
BAMBOLA		
		
TORTA		

		
FIORE		
		
GATTO		
		
CAMICIA		
		
PASTA		

I labirinti



Prima di usare la penna
prova a tracciare il percorso
con il dito o una matita.
Non puoi mai andare
sopra alle righe.



Abbinamenti

Leggi a mente la frase e abbinala alla figura giusta. Prima la scelta è tra 2 poi tra 4 immagini.



L'UOMO LEGGE IL GIORNALE.



LA DONNA LAVA I PIATTI.



LA DONNA SCOPA PER TERRA.



IL SIGNORE BEVE UN CAFFE'.



LA BAMBINA METTE LE SCARPE.

Burro	€						+
Torta	€						+
Pollo	€			6,	5	0	+
Frutta	€						+
Aglione	€						+
Forbici	€						+
Lana	€						+
Crema	€			3,	9	0	=
TOTALE	€				,		

Nel portafogli abbiamo solo banconote da 20. Quante ne diamo alla cassa? E quanto resto dobbiamo ottenere?

Totale moneta scelta	€						-
Totale spesa	€						=
Resto dovuto	€				,		

Le ricette di Settembre

CHEESE CAKE

con copertura di marmellata

PER LA BASE

300 gr biscotti
frollini
100 gr burro
1 uovo

Frullare molto bene i biscotti.

Sciogliere il burro in microonde e mescolarlo con biscotti in una terrina.

Amalgamare anche l'uovo intero.

Fare la base per la torta in una tortiera foderata di carta forno, aiutandosi con il cucchiaio per compattare il fondo e con le mani per fare dei bordi di circa 3 cm. Schiacciare tutto bene per rendere compatta la base.

PER CREMA

3 uova
100 gr zucchero
250 gr ricotta
250 gr mascarpone
1 bustina di vanillina
Scorza di limone
grattugiata

Separare le uova e montare gli albumi.

Sbattere i tuorli con lo zucchero ed un pizzico piccolissimo di sale.

Unire ai tuorli la vanillina ed il limone.

Sbattere ancora per unire i formaggi ed unire poi gli albumi, mescolando con cautela per non smontarli.

Versare il composto ottenuto nella base di biscotti e cuocere in forno preriscaldato a 180°.

Far raffreddare, conservare in frigo e decorare con marmellata a piacere un po' prima di servire.



Amica di Vicenza

MELANZANE IMBALSAMATE

INGREDIENTI

3 melanzane rotonde (1Kg)

4 uova

100gr. gorgonzola

Basilico o prezzemolo

100gr. prosciutto cotto o

mortadella

Abbondante grana

Sale q.b

Olio extravergine



Preparazione

Pelare le melanzane e tagliarle per lungo a fette grosse $\frac{1}{2}$ cm.

In una padella bella calda, dopo aver messo una spruzzatina di olio, passare le melanzane avendo cura di aggiungere tra una padellata e l'altra un po' d'olio.

Stendere le fettine sopra la carta cucina w cospargerle con un po' di sale.

Preparare in una ciotola le uova, sale, basilico o prezzemolo tritato e grana q.b

Sbattere bene.

Ungere il fondo di una pirofila con un po' d'olio e stendere per primo uno strato di melanzane poi il cotto sbriciolato, fiocchi di gorgonzola e grana.

Proseguire così e terminare con uno strato di melanzane.

Versare sopra il composto di uova e con una forchetta rimuovere un po' affinché il composto penetri bene.

Infornare a 180° per 30 minuti circa.

Da Nicla e Giuliano

Gnocchi di zucca (da Giallo Zafferano)

INGREDIENTI

350 gr Patate
350 polpa di Zucca
180 gr Farina 00
1 pizzico noce moscata
1 pizzico Cannella
Pepe, Sale
1 uovo



Preparazione



Accendete il forno a 180°.

Tagliate la polpa di zucca a fette piuttosto grossolane, e per ammorbidirle, infornatele per circa 20-25 minuti, ponendoli su di una placca (o in una teglia) rivestita con carta forno (2-3).



Quando la zucca sarà cotta, toglierla dal forno e lasciatela intiepidire, poi passatela al passaverdura (4-5). Mentre la zucca si cuoce lessate le patate con tutta la buccia in acqua salata, e quando saranno cotte, scolatele, lasciatele intiepidire e poi sbucciatele e passate anch'esse al passaverdure (6).



Alla purea di patate (7) unite quella di zucca in un'unica terrina, dove aggiungerete anche la farina, l'uovo, la cannella, la noce moscata, il sale e il pepe (8-9), e impastate bene gli ingredienti tra loro fino a che il composto risulti omogeneo, liscio ma non duro (10).



Ponete una capiente pentola, contenente dell'acqua, sul fuoco e portatela ad ebollizione. Quindi, su di una spianatoia, passate a formare dei lunghi bastoncini (11), che taglierete a pezzetti delle dimensioni di una grossa nocciola (12).



Una volta ottenuti gli gnocchi, passateli uno a uno sui rebbi di una forchetta o sull'apposito strumento per conferirgli la rigatura caratteristica.

Quando tutti gli gnocchi saranno pronti, gettatene una porzione per volta nell'acqua bollente (14), attendendo che risalgano in superficie: appena riaffioreranno,

prendeteli con una schiumarola (15), scolateli bene, e poi se volete potete condirli semplicemente con del burro fuso in cui avrete dorato delle foglie di salvia e servite immediatamente.

Conservazione: Porre gli gnocchi di zucca in un contenitore ermetico con dentro un canovaccio, e si possono conservare in frigorifero per massimo un giorno.

Gli gnocchi di zucca possono essere congelati: mettere gli gnocchi di zucca in congelatore, adagiati su un vassoio, e, dopo qualche ora, estrarli dal freezer e metteteli in un sacchetto gelo.

Curiosità sulla ZUCCA

La zucca, appartiene alla famiglia delle **Cucurbitacee**, ed è molto varia per forma, fusto, colore e dimensioni del frutto e del seme. E' originaria dell'**America Centrale** (Messico) come il pomodoro e la patata. La polpa della zucca è **poco calorica** in quanto contiene un'alta concentrazione di acqua e una bassissima concentrazione di zuccheri. E' inoltre ricca di **fibre**, di **vitamina A e C** e di **betacarotene**; contiene inoltre **minerali** come il potassio, il fosforo, il calcio.

La zucca è comunemente usata nella nostra cucina: oltre alla polpa di zucca, si mangiano i fiori, e anche i semi, opportunamente salati. La zucca si presta a **mille ricette**: si consuma cucinata al forno, al vapore, nel risotto o nelle minestre, frita nella pastella. Si accosta bene con il burro, gli spinaci, i formaggi, la salsiccia, la pasta all'uovo, i funghi e i tartufi.

Quando acquistate una zucca è importante che il prodotto sia **sodo** e ben maturo: il picciolo deve essere morbido e ben attaccato alla zucca. La buccia deve essere priva di ammaccature e deve emettere un **suono sordo** se le si danno dei leggeri colpetti. Se la prendete a pezzi assicuratevi che i semi siano umidi e non già secchi.

La zucca intera può essere **conservata in ambiente buio**, fresco e asciutto anche per tutto l'inverno; la zucca in pezzi invece, si conserva in frigorifero, avvolta nella pellicola trasparente e va consumata velocemente poiché tende a disidratarsi. La sua polpa può essere anche congelata, meglio se preventivamente sbollentata.

Volontari Veneti A.IT.A. - onlus

Via Magenta, 4 - 35138 Padova – Seg. Tel. 3490081700 - 3480314045
e-mail : mariarosa.zulato@gmail.com P.IVA 0334940288

Mandate le vostre idee per il giornalino a Mariarosa, Emma, Gesuino o Alice! Vi lascio la mail di Alice ed Emma: alice.ferra@hotmail.it
emma.martin.dyvz@alice.it

A.IT.A. Federazione
Associazioni Italiane Afasici



Hanno contribuito a questa uscita: E. Martin, Sig.i Zulato, A. Ferrarese, Sign.Conte, Sig.ra Rosanna, Nicla e Giuliano, Amici di Vicenza. Scusate se abbiamo dimenticato qualcuno. Redazione: log. Alice Ferrarese

Materiale parzialmente tratto da:

- www.ansa.it;
- www.senteacher.org
- www.giallozafferano.it
- www.google.com
- Diario di bordo, UMR e UGC, Ferrara, 2003

Le Soluzioni

Trova le differenze:

mattone in più, cespuglio oltre la finestra, bordo della porta, coperchio della pentola, ciuffo di capelli, baffi, fetta sul tavolo, forma del bicchiere, posizione di una patata sul pavimento, picciolo della zucca a destra sul pavimento.

Gruppo di appartenenza

Colori, Mezzi di comunicazione, Verdure/ortaggi, Fiori, Bibite/bevande, Squadre di calcio.

Tutte le parole con... (alcuni esempi)

L: lombrico, luce, libro, lento, labbra, latte, lusso

O: ombrello, orma, oca, orso, oggetto, orco...

N: nave, nuovo, nuvola, nespola, nido, nodulo...

Alla cassa

Totale: 33,85€ pago con 2 banconote da 20€ (=40€)

Resto dovuto: 6,15€

Riordina la sequenza: 1b, 2c, 3a, 4d

Paesi e bandiere:

- 1.Norvegia: Europa
- 2.Argentina: America Sud
- 3.Italia: Europa
4. Stati Uniti: America Nord
5. Svizzera: Europa
- 6.Francia: Europa
7. Inghilterra: Europa
- 8.Cina: Asia
- 9.Sudafrica: Africa

Che ora è?

00:15/12:15;

03:30/15:30;

05:30/17:30;

02: 00/14:00;

02:15/14:15;

07:00/19:00.