



ACeSM Onlus

AMICI DEL CENTRO PER LA SCLEROSI MULTIPLA

dell'Ospedale SAN RAFFAELE

www.acesm.org

Foglio d'informazione n° 64

dicembre 2019

PROSEGUE L'ARRUOLAMENTO PER IL "COGEX", UNO STUDIO INTERNAZIONALE PER VALUTARE I BENEFICI DELLA RIABILITAZIONE COGNITIVA E DELL'ESERCIZIO AEROBICO NEI PAZIENTI CON SCLEROSI MULTIPLA PROGRESSIVA

Grazie al finanziamento della Multiple Sclerosis Society del Canada, presso l'IRCCS Ospedale San Raffaele di Milano è iniziato da marzo 2019 uno studio internazionale denominato "Cogex" (<https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT03679468>) in collaborazione con istituzioni di elevato profilo scientifico internazionale in Canada, Stati Uniti, Gran Bretagna, Danimarca, Belgio e Italia che prevede di reclutare un ampio gruppo di pazienti con sclerosi multipla progressiva per valutare se la riabilitazione cognitiva e l'attività fisica aerobica siano trattamenti efficaci e se abbiano un effetto sinergico per migliorare i deficit cognitivi in questi pazienti.

Sempre più evidenze infatti dimostrano come la riabilitazione motoria, inclusa l'attività aerobica (esercitata, ad esempio, facendo camminate, utilizzando il tapis roulant, la cyclette o nuotando), sia in grado di indurre benefici non solo a livello fisico e motorio, ma anche cognitivo. Di conseguenza, soprattutto per i pazienti con forme di SM progressiva, che spesso presentano una molteplicità di sintomi e disturbi e per cui i trattamenti farmacologici sono limitati, la combinazione della riabilitazione motoria e cognitiva rappresenta una strategia terapeutica di enorme interesse.

All'IRCCS Ospedale San Raffaele di Milano, lo studio è coordinato dal Professor Massimo Filippi, Primario dell'Unità Operativa di Neurologia, e vede coinvolte innumerevoli figure professionali tra cui neurologi, neuropsicologi, fisioterapisti e cardiologi, afferenti a diversi reparti dell'Ospedale.

Lo studio prevede che tutti i pazienti inclusi siano sottoposti ad un ciclo di riabilitazione sia motoria (esercizio aerobico o fisioterapia convenzionale) che cognitiva (software

per training cognitivo o attività di apprendimento), con 2 sedute a settimana della durata massima di 2 ore ciascuna, per 12 settimane (3 mesi).

Al momento dell'arruolamento, al termine della riabilitazione e a distanza di 9 mesi, è prevista una valutazione funzionale, neuropsicologica e una risonanza magnetica. L'estrema varietà di competenze del team multidisciplinare e l'utilizzo di alcuni tra i più avanzati strumenti riabilitativi, permetteranno di fornire un beneficio diretto ai pazienti coinvolti nello studio e di ottenere preziose informazioni per lo sviluppo di strategie di interventi riabilitativi sempre più specifici ed efficaci per tutte le persone affette da SM.

Il trentacinquesimo congresso dello European Committee for Treatment and Research in Multiple Sclerosis (ECTRIMS) tenutosi a Stoccolma dall'11 al 13 settembre 2019 ha dato l'opportunità ai ricercatori dello studio CogEx, provenienti dai vari centri internazionali coinvolti, di incontrarsi per fare il punto sullo stato di avanzamento dei lavori dopo i primi sei mesi trascorsi dall'inizio dello studio.

Il reclutamento è attivo in tutti i centri internazionali coinvolti, al momento 44 pazienti hanno completato il programma riabilitativo, mentre altri 40 stanno prendendo parte alle sedute di riabilitazione.

Presso il nostro Istituto, ad oggi quattro pazienti hanno completato il training e altri cinque pazienti hanno iniziato in queste settimane le sedute di riabilitazione.

Prosegue quindi l'arruolamento di tutti i pazienti disponibili e che rispettino i criteri di inclusione nello studio.

Per ulteriori informazioni, domande e per comunicare l'interesse a partecipare, è possibile contattare:

- Dr. Paolo Preziosa:
tel. 02.2643.3944 - email: preziosa.paolo@hsr.it
- ACeSM Onlus:
tel 02.2643.2815 - email: acesm.onlus@hsr.it

Dott. Paolo Preziosa – *Neurologo*
Dott.ssa Maria A. Rocca – *Neurologa*
Dott. Claudio Cordani – *Fisioterapista*
Dott.ssa Carmen Vizzino – *Neuropsicologa*

PROGETTO PAVIMENTO PELVICO PER PAZIENTI DEL CENTRO SCLEROSI MULTIPLA – AMBULATORIO MULTISPECIALISTICO

Per andare incontro alle sempre più crescenti esigenze dei pazienti del nostro Centro SM, ACeSM Onlus ha deciso di collaborare con l'Ospedale e di agevolare quei pazienti affetti da SM che vengono indirizzati all'ambulatorio multidisciplinare del pavimento pelvico, rimborsando loro il costo della visita. Sono stati appositamente creati i seguenti codici in accettazione:

- **“Visita Multidisciplinare Pavimento Pelvico SM”**
€ 110,00

- **“Visita Multidisciplinare Pavimento Pelvico SM
Controllo” € 50,00**

Per avere informazioni sull'ambulatorio multidisciplinare è possibile rivolgersi al neurologo curante.

Per informazioni su come ottenere il rimborso e su quale procedura seguire per prenotare la visita, è possibile contattare la nostra segreteria al numero 02.2643.2815.

Si tratta di tariffe agevolate e dedicate esclusivamente ai pazienti del Centro Sclerosi Multipla dell'Ospedale San Raffaele, sono inferiori alla tariffa della solvenza. Il rimborso verrà erogato esclusivamente ai pazienti il cui nominativo verrà segnalato all'Associazione dal neurologo che lo ha indirizzato a questo ambulatorio multispecialistico e solo previa presentazione della fattura originale rilasciata all'atto dell'accettazione.

LA VITAMINA D E IL SOLE: CONSIDERAZIONI PER LA PREVENZIONE E IL TRATTAMENTO DELLA SCLEROSI MULTIPLA

Il ruolo protettivo della Vitamina D e dell'esposizione al sole rappresenta una delle scoperte recenti ormai da tutti accettata e con evidenze consolidate. Il sole viene comunemente considerato il promotore principale della sintesi di Vitamina D, ma dati scientifici documentano un effetto benefico del sole sul sistema immunitario indipendente dal suo effetto sulla stessa. Per anni è stato peraltro associato al sole un effetto negativo per i pazienti con SM, e pertanto era sconsigliata l'esposizione, in quanto associato all'accentuazione di alcuni sintomi, in particolare della fatica (effetto in realtà dovuto al calore associato all'esposizione al sole).

La Vitamina D viene sintetizzata nella nostra pelle a seguito della irradiazione solare (in assenza di creme solari), ma è anche contenuta, sebbene in limitata concentrazione, in cibi quali pesce, latte, olio di semi e formaggi. La forma di Vitamina D misurata nel sangue (precursore della Vitamina D attiva) viene generalmente misurata in Italia in nanogrammi/millilitro (ng/ml) e presenta valori di normalità generalmente compresi tra 30 e 100 ng/ml.

Valori bassi di Vitamina D durante la gravidanza, così come nei bambini, negli adolescenti e negli adulti, sono associati ad un aumentato rischio di sviluppare in futuro per quei soggetti la Sclerosi Multipla. I meccanismi attraverso i quali la Vitamina D può esplicare il suo effetto di modulazione antiinfiammatoria del sistema immunitario, e quindi protettivo per i pazienti con SM, sono molteplici e vanno da un'azione a livello intestinale, alla induzione

di cellule regolatorie del sistema immunitario, alla produzione di sostanze (citochine) ad azione antiinfiammatoria. La carenza di Vitamina D è stata ripetutamente associata ad effetti pro-infiammatori e quindi correlata ad un maggior rischio di esordio di malattia, alla comparsa di ricadute o di nuove lesioni e ad un peggioramento globale della malattia. Ad oggi non sono stati definiti con certezza scientifica i valori ottimali oltre i quali i possibili rischi potrebbero essere superiori ai benefici (effetti dannosi). Il grado di formazione di Vitamina D è variabile in ogni persona, in quanto può dipendere sia da fattori genetici sia da aspetti comportamentali (esposizione al sole, attività svolte all'aperto, cibi assunti abitualmente), estremamente diversi da soggetto a soggetto. Nei pazienti con SM sembra siano generalmente sintetizzate (in condizioni sperimentali simili) minori quantità di Vitamina D attiva rispetto ai soggetti normali. Inoltre è evidente la rilevanza del ciclo stagionale, con maggiore esposizione alla luce solare in estate e ridotta esposizione nel periodo invernale. Questo spiega le difficoltà incontrate nel definire il livello ottimale di Vitamina D per ogni persona e la dose necessaria da assumere quotidianamente, o periodicamente, per raggiungere e mantenere nel tempo livelli adeguati, favorenti un equilibrio “antiinfiammatorio” del sistema immunitario.

La quantità di Vitamina D assunta quotidianamente, ritenuta priva di rischi, può arrivare sino a 5000 Unità Internazionali; generalmente viene proposta ai pazienti con SM una dose di 1000-3000 UI die, dose superiore a quella raccomandata per la popolazione generale, ma che non è comunque associata ad effetti collaterali. In base al riscontro di valori ritenuti carenti o insufficienti tale dose può essere assunta ogni giorno in gocce (su un pezzo di pane o con un cucchiaino) o mediante assunzioni settimanali, o mensili di una corrispondente dose cumulativa, stabilita dal proprio neurologo. Va comunque ribadito che la esposizione moderata al sole, per brevi periodi e nelle ore di sole non intenso, possa rappresentare la scelta di vita più semplice, ecologica, utile ed economica per tutti!

Il range raccomandabile di Vitamina D a livello ematico è quello tra 40 e 60 ng/ml; la supplementazione di Vitamina D dovrà pertanto essere maggiore nei mesi invernali e molto più limitata nei mesi estivi, in base ai diversi stili di vita.

Deve in ogni caso essere evitata l'assunzione di mega-dosi di Vitamina D quotidianamente (superiore a 50.000 Unità Internazionali al giorno), suggerita da alcuni siti in rete, potenzialmente pericolose in quanto possono incrementare eccessivamente la concentrazione di calcio nel sangue, con possibili rischi soprattutto a livello renale e per le quali non vi è ad oggi alcuna dimostrazione scientifica di efficacia. Alcuni studi sono già in corso, altri saranno necessari per definire con maggiore certezza l'entità dei benefici e dei possibili rischi conseguenti al sovradosaggio di Vitamina D (5000 - caso 20000 Unità al giorno).

Infine deve essere ribadito che la supplementazione di vitamina D, così come una sana alimentazione, una adeguata attività motoria quotidiana e la abolizione del fumo rappresentano un importante contributo complementare ed integrativo al trattamento farmacologico con farmaci immunomodulanti o immunosoppressori in tutti i pazienti con sclerosi multipla.

...TO BE CONTINUED...!!

Nella precedente edizione del Notiziario di ACeSM Onlus era stato presentato l'interessantissimo percorso READY consistente in un'attività psicologica di gruppo, teorica ed esperienziale, finalizzata alla promozione della resilienza, ovvero della capacità di far fronte in maniera costruttiva ed efficace alle situazioni difficili che si presentano nella propria vita quotidiana, così come nel percorso esistenziale. Il percorso READY è nato dalla professionalità e competenza del Prof. K. Pakenham e coll. (University of Queensland, Australia) e successivamente grazie al coinvolgimento diretto della Dr.ssa A. Giovannetti (I. Neurologico C.Besta), di AISM (e M. Messmer Uccelli), e della Dr.ssa A. Solari (I. Neurologico C. Besta) è diventato un progetto di formazione nazionale: *The ACT and be READY for MS Training Program*, cui nel nostro Centro assieme a me hanno partecipato la Dr.ssa E. Minacapelli e la Dr.ssa M. Falautano. In merito a tale progetto era prevista la creazione di tre gruppi di persone con SM che desiderassero mettersi in gioco con il percorso "READY for MS". Ci tengo a ricordare che presso il nostro Centro tale attività è stata resa possibile grazie al supporto concreto di ACeSM Onlus, che ha preso in carico completamente i costi dell'intero percorso.

Ebbene... a Luglio e a Settembre 2019 si sono conclusi i lavori dei primi due gruppi (condotti rispettivamente da me e dalla Dr.ssa Falautano, con la collaborazione della Dr.ssa Celico). Inutile dire che per noi psicologhe è stata un'esperienza coinvolgente, peculiare e preziosissima; questo progetto in cui già credevamo fermamente è stato infatti ulteriormente arricchito e in misura superiore al previsto, dai partecipanti. Abbiamo lavorato insieme e fatto tesoro di tutti i preziosi commenti, osservazioni, dubbi e proposte che sono state espresse dai partecipanti, e anche dagli ulteriori suggerimenti e rimandi volti a rendere più fruibile il programma. Ma la domanda che forse qualcuno si pone è: Cosa ne pensano realmente le persone che hanno partecipato al progetto? Giusto, chi meglio di loro? Quindi, con piacere.... passo la parola!!!! E' stato infatti chiesto, a chi lo desiderasse, di esprimere un'opinione in forma strettamente anonima rispetto a questo programma. Di seguito le Vostre preziose parole, rispetto alle quali noi del Servizio di Psicologia del Centro SM ci sentiamo di ringraziare profondamente e nelle quali troviamo un'ulteriore motivazione per proseguire nel futuro il nostro lavoro insieme!

Dr.ssa M. Francesca Possa (possa.francesca@hsr.it)
Psicologa, Neuropsicologa, Psicoterapeuta

"Prima di scrivere un parere sulla frequentazione del corso Ready che si è svolto l'estate scorsa devo premettere che sono ammalata di sclerosi multipla da 30 anni. Ero piuttosto scettica all'idea di frequentare il corso perché durante questi anni avevo già elaborato un mio modo per affrontare le problematiche che derivano dalla malattia. A dire il vero

mi sono dovuta ricredere: il corso mi ha permesso di acquisire una visione del problema più costruttiva e di imparare delle strategie più efficaci e strutturate per elaborare i pensieri e le difficoltà derivate dalla malattia."

" Fresca di diagnosi, immersa in un presente doloroso e davanti ad un futuro pieno di incognite, il gruppo del Progetto Ready mi ha sostenuta con calore umano, consigli pratici e solida professionalità nel dare di nuovo un senso alla mia vita. Sono grata per questo percorso e penso sia un aiuto prezioso nella gestione di un evento dirompente come una malattia."

*"E' stato un percorso che mi ha aperto la mente, mi ha fatto vedere le cose così come non potevo vedere, avevo gli occhiali oscurati!! Lo consiglio vivamente perché ci insegna a veder bene senza occhiali! Grazie di tutto per averci trasmesso la passione che ci mettete!!
Un grande abbraccio"*

"Progetto Ready: immagina di entrare in una stanza dove scopri che persone che non conosci, vivono le tue stesse difficoltà, delusioni, sofferenze. Quelle che non riesci a esprimere perché difficili anche da comprendere e da spiegare. Già questo ti fa sentire meno solo e meno pesante perché puoi finalmente parlare liberamente, senza essere giudicato ma anzi, capito!! Ecco ora immagina che tra quelle persone (tutte meravigliose tra l'altro) ci sia anche chi ha la soluzione. Un manualino scritto ma soprattutto da scrivere e da vivere che ti permette di comprendere te stesso e alleggerire il peso che ti stai portando dietro! Immagina poi che tutto questo è reale!"

"Sono una ragazza che ha la SM da 35 anni e appena ho saputo della possibilità di un corso con la Dott.ssa Falautano relativo alla resilienza, ho subito richiesto la mia adesione. Già frequentando stavo bene, molto positiva, attivamente partecipe, insomma una bellissima esperienza. Tutti gli argomenti trattati mi hanno fatto molto riflettere, fermare con la mente ed apprendere metodi che erano ormai assopiti e sotterrati e quindi inefficienti. E' stato utilissimo per la mia personalità piena di ansie ed indecisioni. Ascoltare ed appendere i suggerimenti e gli esercizi proposti mi ha sbloccato e in più mi ha caricato di energia e grande consapevolezza. Sento di aver fatto, dopo questo corso, grandi passi di miglioramento nell'affrontare i problemi della vita quotidiana. Un ringraziamento forte anche alla Dott.ssa Claudia e alle splendide ragazze che ho avuto possibilità di conoscere.

Un abbraccio a tutti"

ATTACCA-BOTTONE: LA TERAPIA ARTISTICA PER LE PERSONE CON SCLEROSI MULTIPLA

Nacque l'uomo,
...plasmato dal figlio di Giapeto, a immagine di dei
che tutto reggono, impastando con acqua piovana
la terra recente che, appena separata dalle vette
dell'etere, ancora del cielo serbava il seme nativo...

(Ovidio, *Le metamorfosi* – libro I)

Attacca-Bottone è un progetto di tesi in Terapeutica Artistica rivolto ai pazienti affetti da sclerosi multipla, ricoverati presso il dipartimento di medicina riabilitativa (Dimer) dell'ospedale San Raffaele condotto dall'artista terapeuta Antonella Orlando. E' nato con il supporto di ACeSM Onlus, su iniziativa della Prof Letizia Leocani, Primario del reparto di Neuroriabilitazione dell'Ospedale San Raffaele, coordinato dalla professoressa Tiziana Tacconi, Direttrice del Biennio di secondo livello in Teoria e Pratica della Terapeutica Artistica – Accademia delle Belle Arti di Brera.

Il progetto consiste nell'attivazione di un Laboratorio di ricerca in Arte Terapeutica. Offrire uno spazio creativo che crei nuovi tempi rispetto a quelli del ricovero ospedaliero, stimolare la sensibilità delle mani attraverso la manipolazione dell'argilla, sollecitare la vista e il tatto sperimentando diversi modi di lasciare un'impronta.

Il laboratorio, che si svolge tutti i mercoledì presso il reparto di Neuroriabilitazione del DiMeR, offre un'attività aggiuntiva alla routine settimanale intervenendo sulla dimensione temporale e spaziale delle persone con sclerosi multipla che, lavorando insieme, "creano", condividono un progetto comune estraneo alla malattia. Attacca-Bottone, permette di ritempersi dopo le cure necessarie ma spesso faticose e di assaporare il piacere dello stare insieme per un fine bello e utile al contempo. Il laboratorio di Terapeutica artistica parte dal presupposto di instaurare una relazione, fisica e simbolica, fra chi crea e la materia utilizzata con l'intento di facilitare sensazioni di benessere e maggiore autoefficacia personale, oltre a esercitare al contempo la vista, la sensibilità e la manualità, spesso colpite simultaneamente nelle persone che affrontano un percorso riabilitativo.

Protagonista del laboratorio è l'argilla, il più antico fra i materiali dell'arte: plastica e facilmente plasmabile, l'argilla si adatta ad ogni forma di contatto, risponde ad ogni minima pressione e movimento e stimola il movimento anche quando questo è limitato.

Durante il laboratorio i partecipanti sperimentano quella capacità manipolatoria che a volte è messa in discussione dalla malattia. L'argilla è una materia speciale, generosa e gradevole al tatto, è in grado di accogliere ed essere accolta dalle mani, di restituire ogni gesto attraverso le sue forme.

Le mani dei pazienti trasformano con la loro energia e sensibilità la materia e, a loro volta, vengono trasformati dalla relazione con la materia; l'argilla manipolata conserverà la memoria delle mani che l'hanno modellata mentre chi la manipola può arricchirsi di sensazioni. L'obiettivo comune è quello di creare grandi bottoni di terracotta,

tasselli di un'opera corale e di "cuore". Bottoni come elementi che tengono insieme due parti separate, che riattivano connessioni, ma anche come uno stimolo prezioso per raccontarsi, per "attaccare bottone", con l'arte, con le parole...con l'ironia. Ogni bottone raccoglie un'impronta, ogni impronta comunica una presenza, un passaggio. Prima di congedarsi, i partecipanti prendono un pezzo dell'argilla che hanno manipolato e la portano con sé.

Il Biennio Specialistico in Teoria e Pratica della Terapeutica Artistica dell'Accademia di Belle Arti di Brera è nato nel 2004 da un'approfondita riflessione sul rapporto tra arte e psiche e dal desiderio dei docenti Tiziana Tacconi, Laura Tonani e Tommaso Trini Castelli di approfondire il significato della dimensione terapeutica dell'arte, sia dal punto di vista teorico che dei linguaggi artistici. Un percorso didattico interdisciplinare finalizzato alla formazione di Artisti Terapisti, figure professionali in grado di operare in ambiti terapeutici ed educativi e di dialogare con le equipe impegnate nei diversi contesti. L'Arte Terapeutica è un processo creativo, che coinvolge le persone ricoverate e il personale sanitario in un dialogo maieutico tra soggetto e materia in rapporto di reciproco scambio tra chi crea e lo spazio di creazione. Il nome Terapeutica Artistica si ispira al pensiero del filosofo Filone d'Alessandria, tra il 30 a.C. e il 50 d.C., che concepiva i terapeuti come dei visionari per i quali il corpo era una cavità che emette e trasmette il gioco delle creatività. Therapeutik, nel testo di Filone, viene tradotto dal greco come Avere cura di sé con piacere. Oggi gli artisti terapisti laureati nel corso dell'Accademia di Brera operano in ospedali e svariati luoghi di cura. La Terapeutica Artistica è la pratica di un'arte terapeutica, riabilitativa, rigenerativa, attraverso cui prendersi cura di se stessi, in modo creativo, profondo e unico.

Nel nostro Laboratorio artistico attuato nel Reparto di Neuroriabilitazione l'aspetto terapeutico dell'azione è dato, infatti, dal percorso stesso che il corpo svolge plasmando la materia ed entrando in relazione con essa. Dal fare pratico, dall'incontro con il mondo artistico, la persona può acquisire maggior conoscenza della propria identità, che vede riflessa nell'opera costituita dal suo stesso fare.

Nel mondo, la Terapia Artistica si è dimostrata utile in diverse condizioni neurologiche. In particolare, nella Sclerosi Multipla uno studio pilota statunitense ha riportato un miglioramento nell'autovalutazione dell'auto-stima, del supporto sociale e della speranza nel futuro. Saranno necessari studi scientifici mirati a verificare l'utilità della Terapia Artistica non solo nel vissuto esperienziale e nell'umore, ma anche in aspetti oggettivi come ad esempio la manualità fine o l'impatto nelle azioni della vita quotidiana.

Antonella Orlando,
*studentessa presso il Corso di Teoria e Pratica della
Terapeutica Artistica dell'Accademia di Belle Arti di Brera.*

Prof. Tiziana Tacconi,
*Direttrice del Corso di Teoria e Pratica della Terapeutica
Artistica dell'Accademia di Belle Arti di Brera.*

Prof. Letizia Leocani,
*Primario dell'Unità Operativa di Riabilitazione Specialistica
Neurologica, Ospedale San Raffaele, Milano.*



LE DOMANDE DEI PAZIENTI

D: Buongiorno dottore, sono una paziente affetta da SM da alcuni anni. Il mio neurologo mi ha consigliato di aumentare la mia attività sociale (vedere amici, partecipare ad incontri, frequentare cinema o teatri). C'è secondo lei un motivo per seguire questi consigli?

R: Gentile paziente, un recentissimo studio pubblicato da un gruppo svedese ha sottolineato come nei pazienti affetti da SM sia frequente verificare nel corso degli anni una limitazione nella partecipazione (intesa come interazione e presenza attiva ad attività sociali e comunitarie) in base alla presenza di maggiori difficoltà motorie. In realtà, la difficoltà nel prendere parte ad attività che richiedano iniziativa e programmazione (prenotare un posto a teatro ad esempio o dover uscire utilizzando mezzi), si evidenzia già in pazienti con disabilità minore. Tutto ciò si riflette sulla qualità di vita, che risulta ridotta proprio in misura della minor interazione socio-ambientale. Lo studio in oggetto ha permesso di capire come, osservando un gruppo di pazienti nell'arco di 10 anni, i fattori che potevano risultare predittivi per il mantenimento di una ottimale partecipazione sociale a lungo termine risultavano essere la miglior sicurezza nel cammino e l'assenza di disturbi cognitivi. I dati sostengono la necessità di favorire quindi un rafforzamento continuo dell'attività fisica e mentale, allo scopo di mantenere elevata (nel presente e nel futuro) la partecipazione e la socializzazione. Ciò deve comunque essere valorizzato anche in pazienti con maggiore disabilità, proprio perché questa fascia risulta essere quella a maggior rischio di chiusura sociale e di scarsa partecipazione. Il suo neurologo le ha quindi dato dei giusti consigli: condividere delle esperienze, uscire dal proprio isolamento, sperimentare nuove opportunità non può che migliorare la qualità di vita e l'umore anche nel lungo termine.

Dott. Bruno Colombo - *Neurologo*



NOTIZIE DALL'ASSOCIAZIONE COSA FACCIAMO E COME SOSTENERCI

A.Ce.S.M. Onlus, Amici del Centro per la Sclerosi Multipla dell'Ospedale San Raffaele, è una Associazione senza scopo di lucro, fondata nel 1986 grazie all'impegno del Lions Club Milano Madonnina che l'ha costantemente considerata un suo service privilegiato. L'Associazione che ha sede presso l'IRCCS Ospedale San Raffaele di Milano ha come obiettivo di sconfiggere la Sclerosi Multipla attraverso molteplici attività:

- Sostegno alle Attività Assistenziali del Centro SM dell'IRCCS Ospedale San Raffaele:
 - a) riabilitazione motoria;
 - b) riabilitazione cognitiva
 - c) supporto psicologico
 - d) gruppi di lavoro sulla resilienza
 - e) supporto al centro infusioneale
 - f) ambulatorio multispecialistico Pelvic Unit
- Tra le attività assistenziali alla cui realizzazione ACeSM Onlus ha fortemente contribuito rientra l'apertura nel weekend del Centro SM per i pazienti lavoratori mettendo a disposizione specialisti, infermieri e personale amministrativo
- Promozione della Ricerca mediante finanziamento di Borse di Studio per la Scuola di Specializzazione in Neurologia e per il Dottorato di Ricerca in Neurologia Sperimentale dell'Università Vita Salute San Raffaele. ACeSM Onlus contribuisce inoltre a finanziare apparecchiature di ricerca e personale organizzativo e segretariale impegnato nell'area di ricerca.
- Sensibilizzazione al tema della Sclerosi Multipla tramite l'organizzazione di eventi di confronto e aggregazione che vedono le persone colpite da sclerosi multipla e i loro familiari al centro.
- Promozione e Sostegno ad Attività Educative che consentano una corretta informazione sulle vaste tematiche variabilmente connesse alla malattia.

ACeSM persegue le proprie finalità grazie al sostegno di enti privati e singoli sostenitori con iniziative di sensibilizzazione e campagne di raccolta fondi.

Ci sono tante possibilità per sostenere la nostra Associazione e sposare la nostra causa:

TESSERA ASSOCIATIVA: Con 30.00 € annuali, riceverai la tessera per l'anno in corso e la qualifica di socio ti permetterà di avere diritto di voto durante le nostre Assemblee;

DONAZIONE SINGOLA: decidi tu l'importo della tua donazione, ti invieremo una lettera di ringraziamento personalizzata;

DONAZIONE MENSILE: Forse non tutti sanno che è possibile dare ordine alla propria banca per effettuare bonifici automatici a nostro favore;

LETTERE & PERGAMENE SOLIDALI: Pensate per chi vuole ringraziare gli ospiti o rendere unico un evento importante;

LASCITI TESTAMENTARI: Contatta la segreteria per avere maggiori informazioni.

“La ricerca fa passi da gigante, tu fanne pure uno piccolo, dona il tuo 5% ad ACeSM Onlus”

Codice Fiscale:

08510350153

MANIFESTAZIONI



**FESTA DI NATALE
A.Ce.S.M Onlus**

SABATO 14 DICEMBRE 2019



E' con piacere che A.Ce.S.M. Onlus invita tutti a partecipare alla festa che, come ogni anno, è occasione gradita per scambiarsi gli auguri in attesa del Natale.

Ore 15:00

Il Prof. Giancarlo Comi incontrerà i pazienti e tutti gli interessati per un aggiornamento sullo stato della ricerca

c/o

AULA LEONARDO
DIBIT - piano terra.

Ingresso DIMER - Via Olgettina, 48
IRCCS Ospedale San Raffaele

Ore 16:00

Intrattenimento a cura del Coro A.N.A. di Limbiate

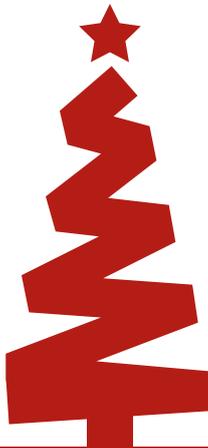
c/o

PIAZZETTA DEGLI AMICI
DIMER - piano terra





...e per finire, brindisi di Natale!



A.Ce.S.M. Onlus tel 02.2643.2815 - acesm.onlus@hsr.it



Rock History
Cinquant'anni di rock&blues
Musiche di
James Brown, Beatles, Doors, Santana,
Battisti, Pink Floyd, Deep Purple, King Crimson, Metallica,
Daniele, Ruggieri, Guns & Roses, Queen, e altri

F9 & Peristrophe

Incaso a favore di
ACeSM ONLUS
Amici Centro Sclerosi Multipla Ospedale San Raffaele

Venerdì 29 NOVEMBRE 2019
ORE 20.45

Cine teatro Peppino Impastato
Via Volta 11 - Cologno Monzese (MI)

Biglietto: 10 €
Prenotazioni: www.peristrophe.com

Ringraziamo i Peristrophe e gli F9 che anche quest'anno sostengono ACeSM Onlus con un concerto di beneficenza che si tiene il giorno 29/11/2019 alle ore 20.45 presso il teatro Peppino Impastato di Cologno Monzese. Ingresso 10,00 €.

Per informazioni rivolgersi alla segreteria dell'Associazione.

Combattete al nostro fianco la Sclerosi Multiplaa suon di Rock!!!!



RACCOLTA FONDI NATALE 2019
A.Ce.S.M. Onlus

Per questo Natale scegli un regalo di gran gusto.
Fai del bene, mangiando bene!

CONFEZIONE REGALO
1 KG DI GRANA PADANO RISERVA
STAGIONATURA OLTRE 20 MESI
CONSERVATO SOTTOVUOTO

OFFERTA A PARTIRE DA € 14,00

Info e prenotazioni:
A.Ce.S.M. Onlus tel. 02.2643.2815 mail acesm.onlus@hsr.it



Consorzio Tutela Grana Padano

Come ogni anno, il Consorzio Tutela Grana Padano rende più golosa la nostra raccolta fondi natalizia. Protagonista che non può mancare sulle tavole dei nostri sostenitori.

E come da tradizione, il nostro GRAZIE è sempre più sentito.



MANAGERITALIA

Ringraziamo ManagerItalia che anche quest'anno devolverà ad ACeSM Onlus parte del ricavato della serata di beneficenza che si terrà presso il Teatro Nazionale di Milano il giorno 12 Dicembre 2019

DONAZIONI

Per fare una donazione ad ACeSM Onlus è possibile utilizzare questi canali:

c.c. postale n. 56019201

Bonifico Bancario:

IT98V0503401724000000013780

Ricordiamo che i contributi erogati alla nostra associazione sono detraibili fiscalmente