

L'ictus ai tempi del Covid-19, fondamentali le nuove tecnologie per contrastare patologie e fake news



Rusty Watson
(Unsplash)

I sensori sempre più presenti nelle 'smart home', dove molti dispositivi sono connessi, possono rivelare se una persona sta mostrando i primi segni di demenza, monitorando i comportamenti. Lo ha dimostrato uno studio pubblicato dalla rivista **Journal of Biomedical and Health Informatics**, secondo cui lo stesso principio può essere usato per monitorare altri tipi di pazienti, come chi ha i postumi di un ictus.

Nello studio della **Gonzaga University** sono stati monitorati in continuo per un mese 14 volontari, sette dei quali già con una diagnosi di demenza, mentre gli altri soggetti erano sani ma con una età e un background simili ai primi.

I dati dei sensori sono stati usati per valutare, attraverso un algoritmo, i movimenti fatti in 16 tipi di attività, dalla cucina al lavoro al sonno. Il confronto fra i dati dei due gruppi, spiegano gli autori, ha rivelato diverse differenze. «Prima di tutto la velocità di camminata del gruppo con demenza era metà rispetto a quella dell'altro gruppo - sottolinea **Gina Sprint**, l'autrice principale -. Inoltre il primo

gruppo ha mostrato una maggiore variabilità nella durata e nell'orario di inizio delle attività. L'algoritmo è studiato per capire le variazioni nel tempo, quindi ha il potenziale per aiutare in qualsiasi condizione in cui al medico serve sapere se una persona sta migliorando o peggiorando».

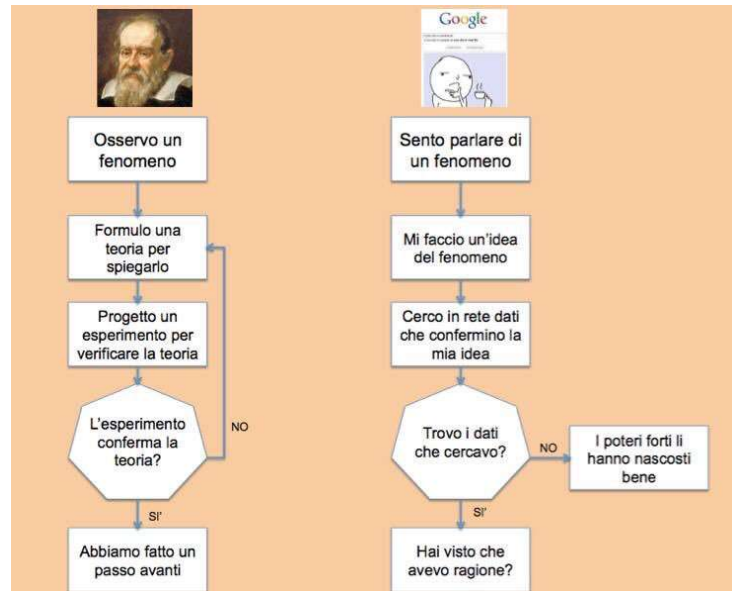
Insomma la tecnologia si sta rivelando un alleato sempre più prezioso nella cura di svariate patologie. Tra queste non fa certo eccezione l'ictus che continua a mietere molte vittime. Ogni anno si calcola, infatti, che in Italia si verifichino oltre 200 mila nuovi casi, di cui l'80 per cento sono i nuovi casi e la restante parte è costituita dalle recidive. I soggetti che hanno avuto un ictus e sono sopravvissuti, con esiti più o meno invalidanti (prevalenza) sono circa 930 mila.

Fondamentale per contrastare questa patologia - così come il Covid-19 (che occupa buona parte di questa edizione di "Aliceinforma") - la buona comunicazione. Anche per questo **Alice Fvg Trieste odv** ha dato vita a un sito internet nuovo di zecca che potete consultare on-line all'indirizzo **www.alicetrieste.it**

«Dottore, ma è proprio vero che...?»

Nuovo capitolo della nostra rubrica dedicata alle notizie che finiscono per generare convinzioni sbagliate nelle persone. Il tema questa volta non poteva che essere il Covid-19. L'obiettivo è quello di fornire risposte chiare e immediate a una domanda che i pazienti rivolgono spesso al medico: «dottore, ma è vero che?».

Fabio Chiodo Grandi
(neurologo - vicepresidente Alice Fvg Trieste odv)



I farmaci sperimentali possono essere usati subito per il Covid-19?

Anche in una situazione, come l'attuale, la sperimentazione clinica di medicinali deve osservare alcuni passaggi obbligati. Valutazione Aifa e passaggio all'esame del Comitato Etico dell'Ircss Lazzaro Spallanzani di Roma.

Le terapie del Covid-19 più studiate sono state quelle con cellule staminali, con l'associazione di due antivirali come il Lopinavir e Ritonavir, Cloroquina, Idrossicloroquina, Umifenovir, uso del plasma dei pazienti guariti, Favipiravir, Metilprednisolone e Remdesivir.

Tali terapie dovrebbero dare delle risposte a domande chiave quali: riducono la mortalità? Riducono il tempo di permanenza in ospedale? I malati hanno meno necessità di ventilazione o di terapia intensiva?

Fino a quando i vari studi impostati non avranno dato una risposta, l'uso di tali farmaci rimane "off-label".

Il virus si trasmette per via aerea?

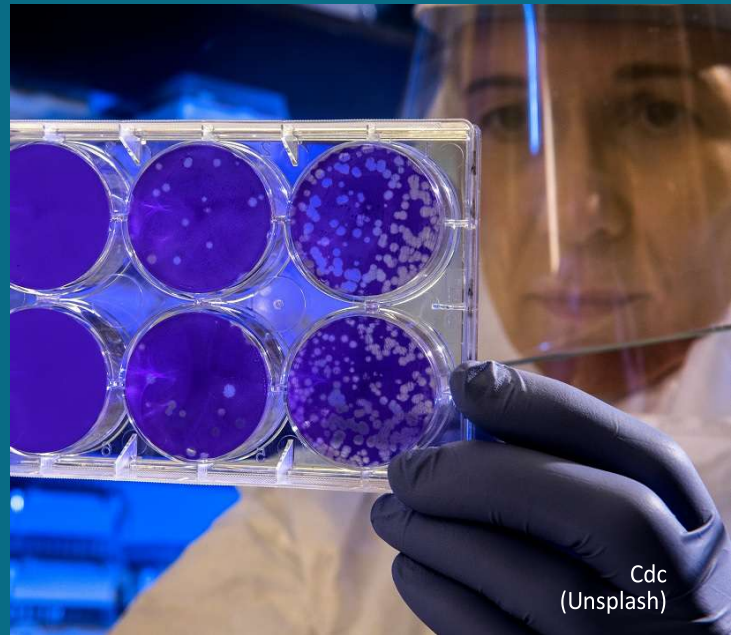
Per il momento le indicazioni confermano che la modalità di trasmissione è quella che avviene tramite contatto stretto con una persona contagiata.

La via primaria sono le goccioline del respiro delle persone infette, trasmesse tramite la saliva, la tosse o gli starnuti, oppure toccando con le mani contaminate e non lavate bocca, naso ed occhi.

Tale tipo di trasmissione avviene quando due o più persone sono a distanza inferiore ad un metro abbondante.

Esiste un farmaco miracoloso per il coronavirus?

Attualmente non esistono farmaci antivirali di comprovata efficacia né vaccini. Sfortunatamente la comunità scientifica ha ancora poche conoscenze dei dettagli molecolari dell'infezione da Sars-CoV-2.



Gli antinfiammatori non steroidei peggiorano il decorso del Covid-19?

Sono farmaci come l'Ibuprofene, il Naprossene Sodico, il Diclofenac ed altri per i quali era stata ipotizzata una azione aggravante dell'infezione.

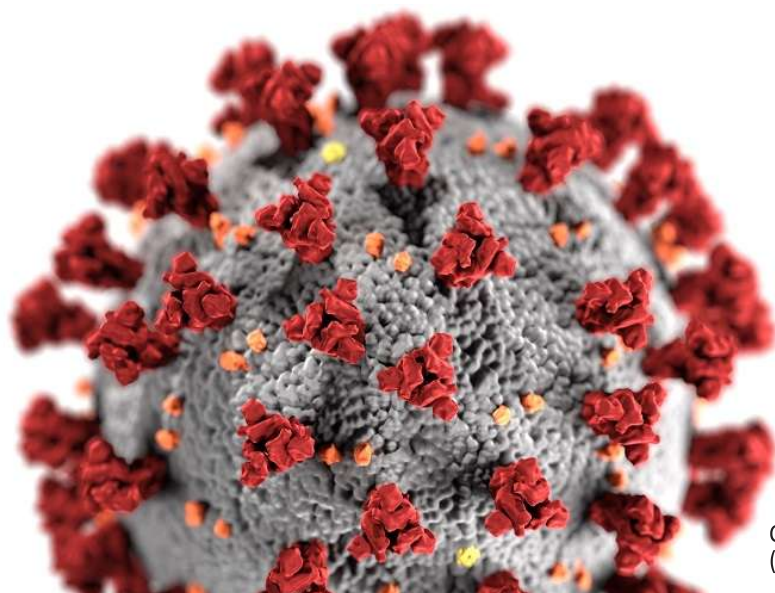
Tale correlazione non è stata confermata.

Si è consigliato, quindi, di far sempre riferimento al proprio medico, con la raccomandazione di usare, in prima istanza, del Paracetamolo, giacché non va scordato che i "Fans" sono farmaci che andrebbero utilizzati sempre con prudenza, alla minima dose efficace e per il periodo più breve possibile.





Codice QR (a matrice) che rimanda all'indirizzo www.alicefvg.com da utilizzare tramite apposito lettore (app reperibile su Google Play e App Store). Tale programma consente a chiunque di accedere alle informazioni di Alice via smartphone e/o tablet.



Cdc
(Unsplash)

Possiamo confondere il Covid-19 con una allergia stagionale?

I sintomi più comuni legati ai pollini sono congiuntivite, congestione nasale, starnuti, naso che cola ed eruzioni cutanee, tosse di tipo irritativo, con pizzicore alla gola. Nel caso di Covid la tosse è secca, la eventuale congiuntivite non è accompagnata da prurito, come nel caso di allergia, vi sono dolori muscolari, astenia e debolezza con febbre.

La vitamina D è efficace contro il virus?

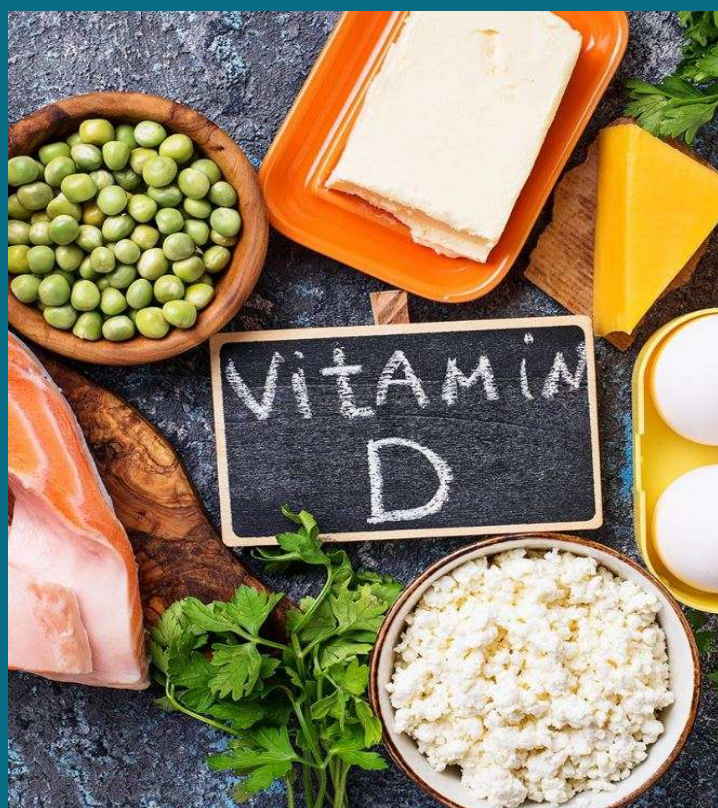
I risultati degli studi sono stati deludenti a proposito dei benefici extrascheletrici della vitamina D, ovvero degli effetti che ha al di fuori del tessuto osseo e muscolare. La conferma viene da Ministero della Salute sul cui sito si legge «Non vi sono evidenze scientifiche che la vitamina D protegga dalla infezione da Covid-19».

La diffusione della pandemia è legata a quella della rete 5G?

Con il termine 5G si intende lo standard di quinta generazione delle comunicazioni per i sistemi radiomobili cellulari. Questa innovazione ha le potenzialità per cambiare sensibilmente la vita quotidiana, migliorando la qualità della comunicazione, la velocità di trasmissione minimizzando la potenza utilizzata. Vi sono due teorie che alimentano il possibile legame tra 5G e Covid: la prima sostiene che le reti 5G possano indebolire il sistema immunitario rendendo le persone più esposte alle onde radio dei ripetitori. La seconda che tali reti possano facilitare la diffusione dei virus. Entrambe, a tutt'oggi, mancano di solidi evidenze scientifiche che le confermino.

Il Sars-CoV-2 sopravvive a lungo sulle superfici?

Ogni giorno tocchiamo superfici contaminate e respiriamo aria carica di particelle, entrando così in contatto con decine di migliaia di microrganismi. Di questi una percentuale attorno all'1% potrebbe darci qualche problema di salute, per fortuna il nostro organismo se ne è sempre occupato in maniera efficace e precisa. Quando però vi è una pandemia è bene prendere qualche precauzione in più: usare i guanti, pulire le superfici con alcool, lavarsi spesso le mani con il sapone. Tali accorgimenti ci permettono di ridurre il rischio di venire in contatto con microrganismi pericolosi. Questi metodi sono sicuramente più efficaci rispetto al valutare il rischio sulla base del semplice materiale, affidandoci a risultati scientifici sicuramente corretti ma poco predittivi nella vita quotidiana.



Bere bevande calde protegge dal Covid-19?

Raccomandazioni come questa possono sembrare del tutto innocue, non è così. In emergenza sono pochi i messaggi che si riescono a recepire e mettere in pratica, maggiore è la confusione informativa più cresce il rischio che si decida di mettere in pratica solo quelle che ci piacciono di più. Qualcuno potrebbe essere tentato dal non lavarsi bene le mani se ha appena bevuto un tè caldo o che può avvicinarsi in sicurezza ad una persona malata se poi fa un gargarismo con un collutorio.

La vitamina C previene il contagio?

Non vi è alcuna evidenza che la vitamina C o altre vitamine riducano il rischio di ammalarsi o di contrarre forme gravi di Covid 19. Le vitamine sono un composto organico e un nutriente essenziale che un organismo richiede in quantità limitate. Un composto chimico organico (o un gruppo correlato di composti) viene chiamato "vitamina" quando l'organismo non è in grado di sintetizzare quel composto in quantità sufficiente e pertanto deve ottenerlo attraverso l'alimentazione; in tal modo, il termine "vitamina" è condizionato dalle circostanze e dal particolare organismo.

Sul coronavirus ci stanno nascondendo qualcosa?

Nessuno vuole nascondere nulla. I punti di vista diversi sulla epidemia di Covid 19 sono la conferma della esistenza di una comunità scientifica che si confronta e discute sulle migliori strategie per affrontare l'emergenza sanitaria e, per tale motivo, dovrebbero rassicurare i cittadini. Al contrario «le teorie della cospirazione non fanno altro che creare paura, voci e pregiudizi che mettono a repentaglio la collaborazione globale nella lotta al virus».



Nathan Dumlao
(Unsplash)

Non lasciateci per terra, siamo serviti a proteggerci ma adesso possiamo diventare pericolosi.

Ripartiamo insieme con la app “Immuni”

Tornare a vivere normalmente è possibile e la app “Immuni” ci aiuta a farlo prima e senza rinunciare alla privacy. Ma cosa è Immuni? Si tratta di un’app creata per aiutarci a combattere le epidemie, a partire da quella del Covid-19, che si propone di avvertire gli utenti potenzialmente contagiati il prima possibile, anche quando sono asintomatici. Queste persone possono poi isolarsi per evitare di contagiare altri. Questo minimizza la diffusione del virus e, allo stesso tempo, velocizza il ritorno a una vita normale per la maggior parte della popolazione. Venendo informati tempestivamente, gli utenti possono anche contattare il proprio medico di medicina generale prima e ridurre così il rischio di complicanze. Il sistema di notifiche di esposizione di “Immuni” mira, infatti, ad avvertire gli utenti quando sono stati esposti a un utente potenzialmente contagioso. Il sistema è basato sulla tecnologia Bluetooth Low Energy e non utilizza dati di geolocalizzazione di alcun genere, inclusi quelli del GPS.

L’app non raccoglie e non è in grado di ottenere alcun dato identificativo dell’utente, quali nome, cognome, data di nascita, indirizzo, numero di telefono o indirizzo email. “Immuni” riesce quindi a determinare che un contatto fra due utenti è avvenuto, ma non chi siano effettivamente i due utenti o dove si siano incontrati.

Ecco una spiegazione semplificata di come funziona il sistema. Consideriamo l’esempio di Giulia e Marco, due ipotetici utenti. Una volta installata da Giulia, l’app fa sì che il suo smartphone emetta continuamente un segnale Bluetooth Low Energy che include un codice casuale. Lo stesso vale per Marco. Quando Giulia si avvicina a Marco, gli smartphone dei due utenti registrano nella propria memoria il codice casuale dell’altro, tenendo quindi traccia di quel contatto. Registrano anche quanto è durato il contatto e a che distanza erano i due smartphone approssimativamente. I codici sono generati del tutto casualmente, senza contenere alcuna informazione sul dispositivo o l’utente. Inoltre, sono modificati diverse volte ogni ora, in modo da proteggere



Kate Trifo (Unsplash)

ulteriormente la privacy degli utenti. Supponiamo che, successivamente, Marco risulti positivo al Sars-Cov-2. Con l’aiuto di un operatore sanitario, Marco potrà caricare su un server delle chiavi crittografiche dalle quali è possibile derivare i suoi codici casuali. Per ogni utente, l’app scarica periodicamente dal server le nuove chiavi crittografiche inviate dagli utenti che sono risultati positivi al virus. L’app usa queste chiavi per derivare i loro codici casuali e controlla se qualcuno di quei codici corrisponde a quelli registrati nella memoria dello smartphone nei giorni precedenti. In questo caso, l’app di Alice troverà il codice casuale di Marco, verificherà se la durata e la distanza del contatto siano state tali da aver potuto causare un contagio e, se sì, avvertirà Alice.

L’app traccia quindi i miei spostamenti?

No. Il sistema di notifiche di esposizione di “Immuni” si basa sulla tecnologia Bluetooth Low Energy e non raccoglie dati di geolocalizzazione di alcun genere, inclusi quelli del GPS. “Immuni” non è in grado di sapere dove vai o chi incontri.

Sul sito www.immuni.italia.it si può scaricare la app e trovare le risposte a ogni dubbio su “Immuni”.

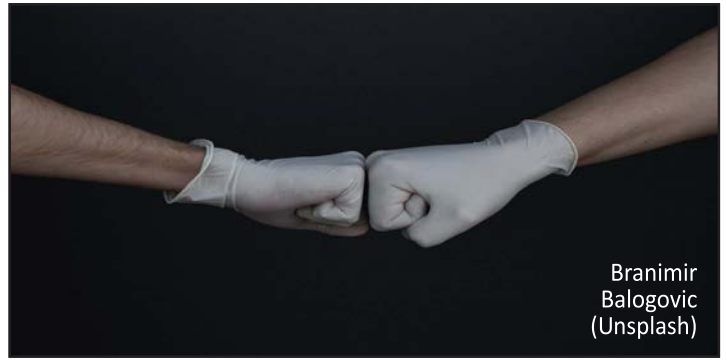
nuovo coronavirus

Dieci comportamenti da seguire

- 1 Lavati spesso le mani
- 2 Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
- 3 Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
- 4 Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci
- 5 Non prendere farmaci antivirali né antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico
- 6 Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
- 7 Usa la mascherina
- 8 I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi
- 9 Contatta il **numero verde 1500** se hai febbre o tosse e sei tornato dalla Cina da meno di 14 giorni
- 10 Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus

Covid, attenzione ai sintomi dell'ictus

L'Azienda Sanitaria Universitaria Giuliano Isontina invita a non sottovalutare i sintomi neurologici sospetti per l'ictus. È importante che tutti i pazienti con sintomi neurologici acuti si rivolgano al sistema dell'emergenza per la diagnosi e tempestiva terapia del caso che ha sempre continuato a funzionare con efficacia. Uno studio appena pubblicato dalla Clinica Neurologica dell'Università di Trieste, diretta dal prof. **Paolo Manganotti** e in collaborazione con Pronto Soccorso e 118 di Trieste, rileva come nella fase 1 della pandemia da Covid-19 vi sia stato un calo di circa il 50% dei ricoveri per ictus, nonostante la creazione di percorsi dedicati a pazienti con e senza infezione da Sars-Cov-2. Tale riduzione è imputabile al fatto che i pazienti con sintomi lievi o transitori, per quanto ad alto rischio di



Branimir Balogovic (Unsplash)

sviluppare disabilità future, hanno preferito restare a casa. È importante che tutti i pazienti con sintomi neurologici acuti si rivolgano al sistema dell'emergenza per la diagnosi e tempestiva terapia del caso che ha sempre continuato a funzionare con efficacia. I dati dello studio della Clinica Neurologica sono in linea con quanto rilevato a livello nazionale. Per ulteriori informazioni contattare il prof. Manganotti alla mail paolo.manganotti@asuits.sanita.fvg.it.

RICEVIAMO E PUBBLICHIAMO
VOLENTIERI TRE POESIE
DEL POETA DIALETTALE
TRIESTINO CLAUDIO SIBELIA

TRIESTE NELLA SUA EPOPEA

Trieste gaia, romantica, antica,
lungimirante, laboriosa città di vita,
già terra di industrie, commerci, cultura,
che ad artisti, letterati, poeti diede natura.

Unica, nella sua vena malinconica regale,
nella sua peculiarità e cultura tradizionale,
Trieste, nelle sue tensioni inconse e oscure,
persino di scontro politico, di lotte dure.

Eppure ti amo Trieste, così, come sei,
la terra dei ricordi, degli avi e degli affetti miei,
la nostalgia del porto, fabbriche e dei cantieri,
vanto degli operai con i rinomati mestieri.

Triestini, bisiacchi, friulani, istriani italiani e sloveni,
accomunati nella convivenza da simili problemi,
gente introversa, ma umile, sensibile, garbata e gentile,
integrazione di culture in un'atmosfera di vita civile.

Vorrei che tu ritornassi allegra e beffarda, Trieste,
in saggia armonia e una nobile interiore veste,
con canti e musica nelle osterie e contrade alla sera,
in allegria popolare, luoghi comuni tra gente sincera.

Solidarietà e calore umano di grande speranza
per il lavoro, diritti, giustizia e tolleranza,
utili per respingere il nazionalismo e solitudine,
evitare che le carenze istituzionali siano abitudine
Impegnarci di più nel sociale non è indifferente,
ma saremo socialmente utili, nel futuro e nel presente.



David Veksler (Unsplash)

EL VIRUS NO LAVA LE COSCIENZE

Anche la cultura, teatri, cine, musèi xe seràj,
fiòj, giovini e anziani, disocupàj, rassegnàj.
Xe scombussolada la società e pareva niente,
scancelàr idee e valori del passà e del presente.

No se pòl afrontàr sto cruzio in solitudine,
ma una reaziòn de tuti devi essèr abitudine.
I gà sempre sfrutà le risorse de la natura
e forsi la se gà ribelà pretendendo più cura.
Per ste competizioni, tanti gà rimesso la vita,
per chi dopra sta situaziòn con avidità infinida.

Solo on-line se pòl parlàr, vederse, confrontarse,
ma dovemo rivalutàr in noi le risorse perse,
come el lavòr e la dignità in tante dimensioni,
per salvàr i diritti de tuti senza false conclusioni.

I nostri valori interiori no se pòl cancelàr,
e nianche el corona-virus non ne riva fregàr,
se saremo responsabili con grinta e bòn umòr,
almeno con sta poesia, un fià de morbìn e ardòr

CORONA DE SPINI

Una tragedia rara, che pàr utopia,
porta zizagne e paura sta epidemia.
Stravolgi sistemi e condizionamenti
trascura le coscienze e i sentimenti.

Ghe vol lotàr con tanto coraggio
per evitàr magagne e contagio,
restàr a casa isolàj, in solitudine,
parlarse in distaco, diventa abitudine.
Un contato vizìn, sentimentàl de cuor,
no riva superàr el panico co l'amòr.

Trovàr l'antidoto de sto virus micidiàl,
saria una scoperta magica, de vita fatàl,
che riunissi anime e cuori in forma nova,
per vinzer sto màl con solidarietà in prova.
Xe bisogno de un novo modèl de società
con gente cosciente, in una leale realtà.

Va superà l'egoismo, l'avidità, la cativeria
per sgrezàr i carateri e per una società più seria.
Per sta corona, gavemo imparà una nova solidarietà,
socialità e finalità diverse, ma una futura valida umanità.
Tante persone volessi esser imuni, diverse o speciali,
ma col virus corona in fronte semo tuti uguali.

Un questionario per capire come siano cambiate le nostre vite ai tempi del Coronavirus

7

“Da quando sono in vigore le restrizioni governative, come si sono modificati i rapporti con le persone con cui vivi?”, “In questo periodo di emergenza Covid-19, con quale frequenza hai controllato la temperatura corporea?”. E ancora: “Quali sono i tuoi stati d’animo prevalenti in questo periodo di emergenza?”, “Come sono mutate le tue attività lavorative in questo periodo d’emergenza?”. Sono solo alcune delle domande del questionario “La vita ai tempi del Coronavirus” messo a punto da un gruppo di docenti del Dipartimento di Comunicazione e Ricerca Sociale della **Sapienza Università di Roma** per capire appunto come è cambiato il nostro quotidiano dall’inizio della pandemia.

Le restrizioni adottate dal governo, la quarantena, la solitudine, ma anche lo smart working, o la perdita del lavoro hanno scatenato una serie a cascata di effetti psicologici sui cittadini, costretti dall’oggi al domani ad un cambio totale del loro modo di vivere. Il coronavirus ha obbligato le persone di colpo all’isolamento, chiusi in casa, allo stare distanti, magari anche da una persona cara ricoverata o deceduta. Dolore si è aggiunto al dolore, e molti cittadini non erano e non sono preparati a fronteggiarlo. Tutto ciò ha lasciato un segno importante sulla salute mentale degli italiani: depressione, ansia, insonnia, stress. Ora, lo studio avviato dal Dipartimento di Comunicazione e Ricerca Sociale della Sapienza si propone di fotografare questa realtà. L’indagine sociale è aperta a tutte le fasce d’età della popolazione.

L’obiettivo è quello di rilevare le opinioni, gli stati d’animo e i mutamenti che questo difficile momento sta comportando sulla nostra quotidianità, dalle relazioni al lavoro, dallo studio alle norme sociali, dal rapporto con i figli con la propria famiglia alla fruizione dei mezzi di comunicazione. I risultati di questa ricerca, come si legge sul sito del CoRis, saranno utili per individuare soluzioni che possano aiutare a migliorare le condizioni di vita degli italiani in un momento drammatico, come quello che stiamo vivendo “ai tempi del Coronavirus”. Per partecipare alla ricerca è possibile compilare il questionario online che si può consultare all’indirizzo www.ce3s.eu/limesurvey/index.php/598764?lang=it



Lucrezia Carnelos (Unsplash)

Ictus, ecco il robot per la riabilitazione

La riabilitazione dell’arto superiore dei pazienti colpiti da Ictus si arricchisce di un nuovo strumento, che amplia le possibilità di utilizzo anche al di fuori delle palestre. Si chiama ICone ed è un dispositivo robotico molto manegge-



vole e compatto, attualmente in fase di studio e sperimentazione presso il **Centro “S. Maria della Provvidenza” di Roma**. La sua peculiarità, rispetto ad altri dispositivi già in uso presso le strutture di Fondazione e destinate alla riabilitazione dell’arto superiore, è quella, grazie alle sue dimensioni contenute e al peso non eccessivo, di poter essere impiegato persino a casa del paziente oppure, in struttura, nella stanza di degenza o in altri spazi. Un elemento questo non trascurabile in un periodo di emergenza e di isolamento, come quello da cui stiamo lentamente uscendo, nel quale, tra l’altro, molti pazienti hanno dovuto interrompere le terapie in corso proprio per l’impossibilità di accedere alle strutture. Il valore aggiunto di un dispositivo del genere si avverte soprattutto nei periodi “vuoti”, a volte prolungati, che passano tra un intervento riabilitativo e l’altro in palestra, con il vantaggio per il paziente di dare continuità al percorso di recupero, anche senza l’intervento diretto del terapeuta.

ASSISTENZA E SUPPORTO PSICOLOGICO

ALLA POPOLAZIONE PER

EMERGENZA COVID-19



RISPONDONO PSICOLOGI-PSICOTERAPEUTI DI ASUGI

DALLE 09.00 ALLE 13.00 DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ

Il Manifesto della comunicazione non ostile

1. Virtuale è reale

Dico o scrivo in rete solo cose che ho il coraggio di dire di persona.

2. Si è ciò che si comunica

Le parole che scelgo raccontano la persona che sono: mi rappresentano.

3. Le parole danno forma al pensiero

Mi prendo tutto il tempo necessario a esprimere al meglio quel che penso.

4. Prima di parlare bisogna ascoltare

Nessuno ha sempre ragione, neanche io. Ascolto con onestà e apertura.

5. Le parole sono un ponte

Scelgo le parole per comprendere, farmi capire, avvicinarmi agli altri.

6. Le parole hanno conseguenze

So che ogni mia parola può avere conseguenze, piccole o grandi.

7. Condividere è una responsabilità

Condivido testi e immagini solo dopo averli letti, valutati, compresi.

8. Le idee si possono discutere. Le persone si devono rispettare

Non trasformo chi sostiene opinioni che non condivido in un nemico da annientare.

9. Gli insulti non sono argomenti

Non accetto insulti e aggressività, nemmeno a favore della mia tesi.

10. Anche il silenzio comunica

Quando la scelta migliore è tacere, taccio.

Trattamento dell'ictus in emergenza, riconoscimento internazionale per la Stroke Unit di Asugi

Il progetto internazionale Angels è indirizzato a monitorare e migliorare le prestazioni nel trattamento dello stroke e al suo interno gli Eso Angels Awards sono progettati per dare un riconoscimento ai team e alle persone impegnate nel miglioramento della qualità nella gestione dell'ictus e per stabilire una cultura di monitoraggio continuo.

Il premio fa parte di un progetto nazionale e internazionale che monitora le prestazioni in urgenza nella gestione acuta dell'ictus in particolare la qualità degli interventi che a Trieste vanno dalla trombolisi alla trombectomia e soprattutto monitora la rapidità dell'esecuzione delle terapie di emergenza che devono essere realizzate nel più breve tempo possibile possibilmente entro i 60 minuti.

La Stroke Unit di Asugi, diretta dal professor **Paolo Manganotti** (nella foto), ha avuto il riconoscimento "platino" di Eso-Angels, unica struttura nel Friuli Venezia Giulia e tra le poche in Italia, relativamente al primo quadrimestre 2020 per le prestazioni in emergenza.

«È stato possibile ottenere questo riconoscimento grazie all'impegno di tutto il personale della Neurologia:

operatori socio sanitari, infermieri, tecnici, personale di segreteria, medici, che hanno mantenuto un livello di eccellenza anche durante il periodo di emergenza per la pandemia Covid-19» afferma il vicegovernatore del Friuli Venezia Giulia con delega alla Salute, **Riccardo Riccardi**.

«Facciamo le nostre le più sentite congratulazioni al prof. Manganotti - aggiunge il presidente di Alice Fvg Trieste odv **Dario Mosetti** -. I componenti il consiglio di amministrazione, i soci, i volontari e i professionisti esterni della nostra associazione rivolgono un caloroso ringraziamento a lui in prima persona e al suo staff».



“Luca”, la genetica e la volontà di cambiare la nostra vita

“**Last Universal Common Ancestor**”. Oggi, la maggior parte dei genetisti dà questo nome - “**Luca**” - al comune antenato da cui sarebbe derivata la vita sulla terra, dai batteri agli animali passando per le piante e per giungere agli uomini (per i virus la cosa ancora non è chiara, se rientrano o meno nel mucchio).

Che aspetto avesse, questo antenato, non lo sappiamo ancora, ma che sia esistito pare ormai certo. Dobbiamo dunque pensare che tutto sia determinato già all'origine, nel destino delle persone, da quello che è scritto all'origine nel nostro dna, punto e basta?

Per fortuna non è così: una cosa è il patrimonio genetico, un'altra è come tale patrimonio riesca ad esprimersi per tanti fattori ambientali e così via. Le capacità di adattamento del percorso di vita - e questo è certo - sono davvero enormi. Dipende dove esattamente ci collochiamo nel vasto ambito di potenzialità che i nostri geni definiscono. Vi sono cioè dei limiti genetici, ma il resto è circostanza di vita e scelta deliberata. Molto si può cambiare.

Ciò vale anche per la malattia e per il percorso di recupero, quel percorso così essenziale nel caso dei malati di ictus. La riabilitazione è possibile, lo si tenga sempre presente. Moltissimo in questo campo dipende dalla volontà.

Vincenzo Cerceo



Buon lavoro ai nuovi direttori Possamai e Conti

Eugenio Possamai e Maria Chiara Conti sono, rispettivamente, il nuovo direttore amministrativo e il nuovo direttore sociosanitario dell'Asugi. Ai neoministrati Alice Fvg Trieste odv augura un buon lavoro pieno di soddisfazioni che sicuramente non mancheranno.



Pandemia e dipendenze, torna Overnight per promuovere un divertimento sicuro fra i giovani sotto ai 25 anni

Ha preso il via a Trieste e provincia dal 10 luglio 2020 la quindicesima edizione di Overnight, progetto promosso dal Dipartimento delle Dipendenze dell'**Azienda Sanitaria Universitaria Giuliano Isontina (Asugi)**, in collaborazione con il Servizio 118, le cooperative sociali La Quercia Coop. Soc., DuemilaUno-Agenzia Sociale e l'Associazione di Volontariato ALT di Trieste, in sinergia con la Federazione Pubblici Esercenti FIPE e con la Questura di Trieste.

Questo progetto si rivolge ai cittadini under 25 per promuovere un divertimento sicuro, con azioni di ascolto, fornendo informazione e counselling sugli effetti a breve e lungo termine dell'uso di sostanze, sulle malattie sessualmente trasmissibili. Si eseguono anche etil-test, mettendo a disposizione materiali informativi, gadget e buoni taxi, in un gazebo allestito in centro città; vengono assicurati interventi sanitari in caso di bisogno, ma ci sarà anche un'indagine sui temi relativi alla pandemia da corona virus, anche per sensibilizzare i ragazzi sull'utilizzo dei mezzi protezione.

L'edizione del 2020 tiene conto dell'impatto che la pandemia ha avuto sul cambiamento dei costumi giovanili relativi al divertimento notturno: sono diminuite le offerte di divertimento e culturali più strutturate (concerti, serate a tema, cineforum, discoteche), pertanto i giovani si incontrano per le strade, nei pressi di locali pubblici, affollando in maniera ancora più significativa rispetto agli altri anni le zone della movida.

Overnight, com'è nella sua filosofia, sarà presente nei luoghi di incontro dei giovani nel rispetto di tutte le misure di prevenzione della diffusione del coronavirus.

Tutti i venerdì a partire dal 10 luglio fino all'11 settembre 2020 l'équipe, costituita da infermieri, educatori e giovani educatori alla pari (peer educators)

opportunamente formati, sarà presente nelle aree di aggregazione più significative: gli operatori, riconoscibili da una maglietta con il logo "Overnight", dalle 22:00 alle 2:00 circa saranno presenti con un gazebo nella zona tra via Torino e Piazza Venezia, luogo di ritrovo privilegiato da giovani e giovanissimi.

Inoltre, proprio per evitare assembramenti, l'équipe svolgerà alcune attività anche in maniera itinerante, con la collaborazione dei gestori dei locali. La presenza di Overnight sarà segnalata sui propri canali social (sia Facebook che Instagram).

Qualora venissero offerte occasioni di divertimento notturno (apertura di discoteche, feste, concerti) nel territorio della provincia di Trieste, Overnight garantirà anche la consueta presenza durante gli eventi.

Come sempre si lavorerà sulla mobilità sicura con etil-test, informazioni ad hoc e con la distribuzione di buoni taxi da 7 euro ai ragazzi di età compresa tra i 16 e i 25 anni.

In linea con le misure di prevenzione della diffusione del corona virus e quindi per evitare assembramenti, i buoni dovranno essere prenotati precedentemente tramite una piattaforma online attraverso il sito internet <https://overnight.b42.it/> e dovranno poi essere ritirati presso il gazebo di Overnight. I minorenni potranno ritirarli con delega dei genitori.

Anche quest'anno ci sarà un contributo importante da parte della cooperativa Radiotaxi, che è sensibile ai temi relativi agli usi /abusi di alcol e sostanze da parte dei giovani.

I ragazzi che ritirano i buoni taxi lasceranno un indirizzo mail; in tal modo l'équipe può tenere il rapporto costante con i giovani, sia per inviare informazioni utili alla promozione della salute sia per monitorare l'utilizzo dei buoni taxi.





Overnight in questi anni ha valorizzato il ruolo e il contributo dei giovani che vogliono sperimentarsi nella prevenzione; anche nel 2020 gli operatori saranno affiancati dai peer educators (educatori alla pari), ragazzi che hanno seguito un percorso strutturato di selezione e formazione che ha dato loro competenze per facilitare l'aggancio ed il contatto efficace con i destinatari del progetto.

Nell'anno 2018/2019 in collaborazione con l'**Università di Trieste** è stata condotta una ricerca sulla valutazione dei servizi offerti alla popolazione giovanile da Overnight. Dalla valutazione dei dati emersi dai questionari, somministrati a 450 ragazzi, è emerso un forte apprezzamento del progetto, che viene ritenuto utile, soddisfacente e ben organizzato. I ragazzi hanno espresso l'intenzione di continuare ad utilizzare le proposte di Overnight, come la distribuzione dei buoni taxi, e di consigliarne l'utilizzo agli amici. Sono stati oltre 7000 i

contatti con i ragazzi nelle serate del 2019.

Proprio per non tradire la fiducia raccolta in questi anni, l'équipe del progetto ha deciso, nonostante le difficoltà create dalla diffusione del coronavirus, di esserci anche quest'anno. Per parlare della pandemia e per capire meglio che impatto essa abbia avuto sulle vite dei giovani, Overnight, con la collaborazione dell'**Università di Trieste**, Dipartimento Scienze della Vita in particolare con la professoressa Lisa Di Blas, effettuerà un'indagine in presenza e online, attraverso interviste strutturate proposte ai giovani incontrati durante le serate.

Overnight ha attivo un proprio sistema di comunicazione tramite i social, per dare tutti gli aggiornamenti e le informazioni utili per un divertimento sicuro. È possibile contattare lo staff di Overnight tramite la mail: progettovernight@gmail.com. Per ulteriori informazioni si può contattare la dott.ssa **Antonina Contino** (tel. 040 3997325, cel. 348 4487009).

In caso di insonnia... una buona tazza di caffè

Quella della perdita del sonno è una esperienza che capita a molti e può capitare a tutti. Le conseguenze sono: irritabilità, difficoltà di memoria, incapacità di concentrarsi, cefalee e così via. La causa di tutto ciò è la presenza eccessiva di una sostanza chiamata adenosina che, accumulandosi in eccesso nelle cellule cerebrali quando non si dorme, ne altera la funzione. In particolare, questa sostanza viene ad agire su quella parte del nostro sistema nervoso centrale chiamata ippocampo che svolge un ruolo determinante in particolare nella funzione della memoria. I suoi recettori, sovraccarichi, procedono funzionando con difficoltà e provocando di conseguenza i disturbi di cui qui sopra.

Rimedi? Il ripristino della regolarità del sonno naturalmente, ma, quando per una notte si dorme male, un rimedio più immediato e certamente efficace è la bevuta della tradizionale tazza di caffè che ritualmente si prende al risveglio. È infatti proprio la caffeina che, costituendo un efficace contrasto all'accumulo di adenosina nelle cellule cerebrali, ripristina rapidamente la funzionalità delle stesse.

Vincenzo Cerceo



Alexandra Gorn
(Unsplash)

Controlla il peso e mantieniti sempre attivo

Mangia **più** cereali, legumi, ortaggi e frutta

Grassi: scegli la qualità e **limita** la quantità

Zuccheri, dolci, bevande zuccherate: nei **giusti limiti**

Bevi ogni giorno acqua in **abbondanza**

Il Sale? Meglio **poco**

Bevande alcoliche: se sì, solo in **quantità controllata**

Varia **spesso** le tue scelte a tavola

Per informazioni dettagliate potete consultare/scaricare http://nut.entecra.it/648/linee_guida.html

**Incrocia il valore dell'altezza
(sulla colonna verticale)
con quello del peso
(sulla riga orizzontale)
e potrai ottenere
l'Indice di Massa Corporea o BMI**

Monika
Grabkowska
(Unsplash)

TABELLA DEL BMI

ALTEZZA IN CM	PESO IN KG																							
	45.5	47.7	50.0	52.3	54.5	56.8	59.1	61.4	63.6	65.9	68.2	70.5	72.7	75.0	77.3	79.5	81.8	84.1	86.4	88.6	90.9	93.2	95.5	97.7
	SOTTOPESO					NORMOPESO					SOVRAPPESO					OBESITÀ				OBESITÀ ESTREMA				
152.4	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
154.9	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	36	37	38	39	40
157.4	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	38	39
160.0	17	18	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	31	32	32	33	34	35	36	37	38
162.5	17	18	18	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	36	37
165.1	16	17	18	19	20	20	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	35	35
167.6	16	17	17	18	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34
170.1	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33
172.7	15	16	16	17	18	19	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	32	32
175.2	14	15	16	17	17	18	19	20	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	31
177.8	14	15	15	16	17	18	18	19	20	20	21	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	30
180.3	14	14	15	16	16	17	18	18	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30
182.8	13	14	14	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	29
185.4	13	13	14	15	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28
187.9	12	13	14	14	15	16	16	17	18	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27
190.5	12	13	13	14	15	15	16	16	17	18	18	19	20	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	26
193.0	12	12	13	14	14	15	15	16	17	17	18	18	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	25	26

I leader mondiali dell'ictus lanciano una strategia radicale di prevenzione dell'ictus e della demenza

La **World Stroke Organization** (Wso) ha pubblicato un quadro strategico radicale che mira a trasformare la prevenzione dell'ictus e della demenza. Pubblicata nell'ultima edizione di **The Lancet Neurology**, la Dichiarazione Wso sulla prevenzione globale dell'ictus e della demenza, riconosce la comunanza e la reciprocità del rischio di ictus e demenza e chiede un'azione urgente da parte dei governi e degli organi delle politiche sanitarie per affrontare i limiti dell'attuale strategia di prevenzione. Negli ultimi dieci anni il rischio di ictus nell'età adulta è aumentato da 1 a 6, a 1 su 4.

Senza nuovi interventi basati sull'evidenza, la Wso proietta una traiettoria attuale di malattia che porterà a un bilancio annuale di 12 milioni di decessi per ictus e 5 milioni di decessi per demenza entro il 2050.

Sottolineando la necessità di agire nelle popolazioni a basso e medio rischio, che alla fine rappresenteranno l'80% dell'onere per ictus e malattie cardiovascolari, la Dichiarazione identifica quattro interventi interdipendenti che ridurranno significativamente l'incidenza e la prevalenza di ictus e demenza. La strategia tiene conto anche delle sfide specifiche affrontate dai governi e dalle comunità nei paesi a basso e medio reddito, mettendo in atto un'alternativa a basso costo agli attuali approcci di prevenzione.

Un altro cambiamento di approccio proposto è quello di cambiare il modo in cui i professionisti della salute comunicano il rischio ai pazienti. L'attuale categorizzazione in rischio a bassa, media e alta corsa può dare un falso senso di sicurezza a coloro a cui viene detto che sono a basso o medio rischio e potrebbero non tenere conto di tutti i fattori di rischio presenti. Il corpo globale dell'ictus richiede invece un approccio più olistico, che pone il rischio di ictus su un continuum e incoraggia un intervento precoce e un approccio a vita per la riduzione del rischio.

Il presidente della Wso, il prof. **Michael Brainin**, che sostiene lo sforzo di prevenzione dell'organizzazione, ha dichiarato che «Covid-19 ha stimolato livelli inconcepibili di intervento del governo e cambiamenti del comportamento individuale in tutto il mondo, ma da anni viviamo efficacemente con una pandemia di ictus e una strategia di prevenzione fallita. La necessità di un'azione radicale è chiara e i nostri principi di prevenzione forniscono approcci a basso costo e basati su prove che, se attuati a livello globale, non solo salverebbero milioni di vite, ma consentirebbero risparmi di centinaia di miliardi di dollari all'anno. Questo è il denaro che sarà disperatamente necessario per rafforzare i sistemi sanitari globali e alimentare la ripresa economica sulla scia del Covid-19».

PRINCIPI CHIAVE DELLA DICHIARAZIONE

1) Adozione di strategie a livello di popolazione che riducono l'esposizione a fattori di rischio di ictus come il tabacco, l'alcool e le politiche alimentari, nonché azioni per affrontare i fattori di rischio ambientale, incluso l'inquinamento atmosferico, per tutta la durata della vita dell'intera popolazione.

2) Implementare e promuovere l'adozione di tecnologie mobili motivazionali, ad esempio il **StrokeRiskometer** approvato da WSO per identificare i rischi individuali e supportare l'azione sui fattori di rischio dello stile di vita negli adulti.

3) Accesso a una combinazione a basso dosaggio di terapie generiche per la pressione arteriosa e ipolipemizzanti in una poli-pillola per la mezza età e gli adulti più anziani con almeno due fattori comportamentali o clinici di rischio di ictus.

4) Investimento, formazione e impiego degli operatori sanitari della comunità per facilitare l'attuazione.

La WSO presenta prove di ricerca combinate che dimostrano che una combinazione di questi interventi ridurrebbe l'incidenza e l'ictus del 50% e l'incidenza della demenza del 30%, contribuendo nel contempo a ridurre l'incidenza di altre malattie non trasmissibili che condividono fattori di rischio comuni.



Joe Hepburn
(Unsplash)

Gentile lettore,

ai sensi dell'Art. 13 del Regolamento (UE) n. 679/2016 (G.D.P.R. – General Data Protection Regulation, “Protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali”), norma che disciplina la tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali, trattamento che dovrà essere improntato ai principi di correttezza, liceità e trasparenza e di tutela della sua riservatezza e dei suoi diritti, in relazione ai dati personali di cui A.L.I.Ce. “Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale” Friuli Venezia Giulia – Trieste – odv, è in possesso, La informiamo di quanto segue:

1. FINALITÀ DEL TRATTAMENTO DEI DATI

Il trattamento è finalizzato unicamente per la realizzazione delle finalità istituzionali promosse dall'associazione stessa (tenuta libro soci, tenuta libro volontari, informative attività associative, invio periodico, ecc.) nei limiti delle disposizioni statutarie previste e in conformità a quanto stabilito dal Regolamento (UE) n. 679/2016.

2. MODALITÀ DEL TRATTAMENTO DEI DATI

- Il trattamento è realizzato per mezzo delle operazioni o complesso di operazioni indicate all'art. 12, comma 1 di suddetto Regolamento.
- Le operazioni possono essere svolte con o senza il supporto di strumenti elettronici o comunque automatizzati.
- Il trattamento è svolto dal titolare del trattamento.

3. CONFERIMENTO DEI DATI

Il conferimento di dati personali è strettamente necessario ai fini dello svolgimento delle attività di cui al punto 1.

4. RIFIUTO DI CONFERIMENTO DI DATI

L'eventuale rifiuto da parte dell'interessato di conferire dati personali nel caso di cui al punto 3 comporta l'impossibilità di adempiere alle attività di cui al punto 1.

5. COMUNICAZIONE DEI DATI

I dati personali saranno a conoscenza degli incaricati del trattamento e possono essere comunicati per le finalità di cui al punto 1 a quei soggetti cui la comunicazione si riveli strettamente necessaria per il corretto adempimento delle finalità indicate nel punto 1.

6. DIFFUSIONE DEI DATI

I dati personali non sono soggetti a diffusione.

7. DIRITTI DELL'INTERESSATO

Il CAPO III - Sezioni 1, 2, 3 e 4 conferisce all'interessato l'esercizio di specifici diritti, tra cui quello di ottenere dal titolare la conferma dell'esistenza o meno di propri dati personali e la loro messa a disposizione in forma intelligibile; l'interessato ha diritto di avere conoscenza dell'origine dei dati, delle finalità e delle modalità del trattamento, della logica applicata al trattamento, degli estremi identificativi del titolare e dei soggetti cui i dati possono essere comunicati; l'interessato ha inoltre diritto di ottenere l'aggiornamento, la rettificazione e l'integrazione dei dati, la cancellazione, la trasformazione in forma anonima o il blocco dei dati trattati in violazione della legge; l'interessato ha il diritto di opporsi, per motivi legittimi, al trattamento dei dati.

8. TITOLARE DEL TRATTAMENTO

Titolare del trattamento è A.L.I.Ce. “Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale” Friuli Venezia Giulia – Trieste – odv con sede in via Valmaura 59 – c/o III Distretto Sanitario – Trieste. Responsabile pro tempore del trattamento è Rosalba Molesi.

AGEVOLAZIONI E VANTAGGI FISCALI PER CHI SOSTIENE ALICE FVG TRIESTE ODV

Erogazioni liberali in denaro ad Alice Fvg Trieste odv (organizzazione non lucrativa di utilità sociale) iscritta al Registro regionale del volontariato al n. 299/2014 decreto 4907- 9/12/2014.

VERSAMENTI DA PARTE DI PRIVATI

Detrazione del 35% dell'imposta lorda, fino ad un importo massimo dell'erogazione stessa di € 30.000,00 annui. Art. 14 del D.L. N° 35 in vigore dal 17/03/2005 convertito nella L. 14/05/2005 N. 80.

Deduzione dal reddito complessivo del soggetto erogatore IRES ed IRPEF nel limite del 10% del reddito complessivo dichiarato senza limite massimo di contribuzione. Ai fini della deducibilità è indispensabile che il versamento sia eseguito per il tramite di istituti di credito, uffici postali, carte di credito e prepagate, assegni bancari, circolari, ecc. per garantire l'assoluta tracciabilità dell'operazione. Il contributo non è valido ai fini della deduzione o della detrazione se eseguito in contanti.

VERSAMENTI DA PARTE DI IMPRESE

I contributi versati a titolo di erogazione liberale sono deducibili per un importo non superiore al 10% del reddito dichiarato.

VERSAMENTI DA PARTE DI SOGGETTI IRES E PERSONE FISICHE SOGGETTI ALL'IRPEF

Deduzione dal reddito d'impresa per un importo non superiore a € 30.000,00 (dell'erogazione stessa) oppure

al 10% del reddito dichiarato oppure (art. 14 co. 1 del D.L. 35/2005) deduzione dal reddito complessivo del soggetto erogatore nel limite del 10% del reddito complessivo dichiarato.

È necessario, ai fini probatori, conservare sempre la ricevuta postale o bancaria della donazione effettuata.

**SCEGLI DI DESTINARE AD ALICE
FRIULI VENEZIA GIULIA
SEDE REGIONALE DI TRIESTE
IL CINQUE PER MILLE
DELL'IRPEF
ASSOCIAZIONE
ALICE
C.F. 90090570327**

Lo stretching muscolare passivo allontana le malattie cardiovascolari



Una recente ricerca pubblicata sul **Journal of Physiology** mostra che 12 settimane di stretching passivo, facilmente eseguibile anche a casa, aiutano a migliorare il flusso sanguigno facilitando la dilatazione delle arterie e diminuendone la rigidità. Lo stretching passivo differisce dallo stretching attivo in quanto il primo permette l'allungamento muscolare per mezzo di una forza esterna (operatore o forza di gravità).

I cambiamenti osservati nei vasi sanguigni potrebbero avere implicazioni per le malattie vascolari, incluso il killer numero uno al mondo, le malattie cardiovascolari. I ricercatori del dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute dell'**Università degli Studi di Milano** hanno assegnato 39 partecipanti sani di entrambi i sessi a due gruppi. Il gruppo di controllo non ha subito alcun allungamento. Il gruppo sperimentale ha svolto un programma di stretching passivo degli arti inferiori cinque volte a settimana per 12 settimane. I ricercatori hanno valutato l'effetto di questo protocollo sia sul flusso sanguigno locale (arti inferiori), sia in aree muscolari non direttamente coinvolte nello stretching (arti superiori). I risultati hanno dimostrato

che sia le arterie dei muscoli non direttamente coinvolti che quelle dei muscoli direttamente coinvolti nello stretching mostravano un aumento del flusso sanguigno e delle capacità dilatatorie, insieme a una ridotta rigidità vascolare, quando stimolate con dei test specifici. Questi cambiamenti potrebbero avere implicazioni non solo per le malattie vascolari ma anche, più in generale, per tutte le malattie cardiovascolari, che presentano spesso delle alterazioni nei meccanismi di controllo del flusso sanguigno.

Se i risultati di questo studio fossero replicati anche in pazienti con patologie cardiovascolari, questo metodo di allenamento potrebbe essere usato come un nuovo intervento non farmacologico per migliorare la salute vascolare e ridurre il rischio di insorgenza di patologie cardiovascolari, specialmente in persone con ridotta mobilità o allettate. In particolare, la facilità di applicazione dello stretching passivo permetterebbe di intervenire anche durante un ricovero ospedaliero o dopo interventi chirurgici, al fine di preservare la salute cardiovascolare in uno scenario di ridotta mobilità.



A settembre l'assemblea soci di Alice

Si informa che l'emergenza Covid-19 ha imposto il rinvio generalizzato delle assemblee societarie con conseguente slittamento, in deroga agli statuti e al Codice civile, di 180 giorni. Si comunica pertanto che l'assemblea soci 2020 di Alice Fvg Trieste odv si terrà, previa tempestiva comunicazione, nella prima quindicina di settembre.

Dario Mosetti
presidente Alice Fvg Trieste odv

Sempre tanti amici dell'associazione da ringraziare

• ASUITs n.1 • Distretti Sanitari n. 3 e 4 • CSV FVG e CSV Trieste • ALICe Italia Onlus • Assessorato Regionale al Volontariato della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia • USCI FVG e USCI Trieste • MOVI FVG • Assessore comunale alle Politiche Sociali Carlo Grilli • Alma Biscaro • Edgar H. Greenham & Co. SRL • B.B. Arti Grafiche • GAS Communication & Partners - Mara Cochetti • Il Piccolo • AVI Onlus • UIC Trieste Onlus - APS • Roberta Radini • Loredana Boito • Fabio Chiodo Grandi • Linda Rei • Lorella Zani • Regina Galleo • Nadia Koscica • Roberto Toffolutti • Maria Velari • Gabriella Lamprecht • Paolo Manganotti • Maria Pia Baldini • Rosalba Molesì • Michela Castagna • Emanuela Fragiaco • Giuliano Pagliari • Enrico Rachelli • Grazia Di Lorenzo • Cinzia Fontanot • Tutti i componenti del Coro degli Afasici • Tutti coloro che ci hanno sostenuto con elargizioni • Tutte le persone che hanno destinato il 5x1000 ad ALICe Trieste esprimendo la loro preferenza sui relativi modelli della dichiarazione dei redditi • I nostri collaboratori esterni impegnati nei progetti • I soci che hanno rinnovato la quota 2020 e i nuovi associati • Volontari, amici e accompagnatori • e...chi abbiamo colpevolmente dimenticato.

L'erogazione di tutti i nostri servizi è a titolo gratuito. A questo numero hanno collaborato: Linda Rei, Roberto Toffolutti, Vincenzo Cerceo, Claudio Sibelia, Fabio Chiodo Grandi, Dario Mosetti.

ALICE INFORMA - N°2 (luglio 2020 - anno 14)

Periodico di informazione finalizzato alla lotta all'ictus cerebrale, edito dall'Associazione Alice Fvg Trieste odv • Reg. Tribunale di Trieste del 19.03.2007 nr. 1154 - nr. 172/2018/V.G. - Registro informatico. Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 2 e 3, CNS TS. Tassa pagata Trieste Cpo • Direttore responsabile: Roberto Toffolutti • Redattore: Dario Mosetti • Comitato Tecnico-Scientifico: Fabio Chiodo Grandi e Nadia Koscica • Sede legale: via Valmaura, 59 34148 Trieste - cell. 3338351443 • Stampa: Pixartprinting via 1° maggio, 8 Quarto d'Altino (Ve) • distribuzione gratuita • La tiratura di questo numero è stata di 1000 copie • È consentita e auspicabile la riproduzione, divulgazione totale o parziale e l'utilizzazione dei testi ivi riportati purché venga citata la fonte • Chi non vuole più ricevere la rivista, può darne comunicazione via mail all'indirizzo alicefvg.ts@libero.it.

ALICE

ASSOCIAZIONE PER LA LOTTA ALL'ICTUS CEREBRALE
FRIULI VENEZIA GIULIA - TRIESTE ODV

Iscritta al Registro Regionale del Volontariato della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia al n. 299/2014 e pertanto è una odv di diritto ai sensi del D.L. 4.12.1997 n. 460

www.alicetrieste.it
alicefvg.ts@libero.it

www.facebook.com/IctusFVG
www.facebook.com/CoroAfasiciTrieste

via Valmaura n. 59
c/o III Distretto Sanitario
34148 Trieste
info. giovedì dalle 15 alle 18
cell. 3338351443



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

CORONAVIRUS

SE HAI:

- febbre (37,5 °C o più)
 - mal di gola
 - tosse
 - raffreddore

RIMANI A CASA E TELEFONA

- al 112
 - al tuo medico curante
 - al pediatra
 - al medico di guardia medica

PER ALTRE INFORMAZIONI: **800500300**