



MARTEDÌ 23 SETTEMBRE 2014

ATTUALITÀ

Il fatto

Invecchiamento mentale, anche a Barletta la settimana di prevenzione gratuita

A cura dello Sportello Alba con nuova sede presso il "Gos"

REDAZIONE

Dalla scorsa settimana lo Sportello Alba, Centro Ascolto per Alzheimer ed altre Demenze si è trasferito nella nuova sede di Viale Marconi, 47 presso il GOS Giovani Open Space.

Lo sportello, gestito da psicologhe formate sul tema, è a disposizione dei familiari per momenti di accoglienza, sostegno, orientamento e auto-aiuto, durante i quali si favorirà la possibilità di esternare le problematiche più inquietanti del decorso della malattia, nel tentativo di identificare soluzioni appropriate per il congiunto e la famiglia immediate e sul territorio e per progettare dei percorsi di assistenza individualizzati.

il centro sarà aperto tutti i martedì, i mercoledì e i giovedì mattina dalle ore 10.00 alle ore 12.00. in concomitanza del trasferimento della nuova sede le psicologhe del centro promuovono ed aderiscono all'iniziativa "Settimana di prevenzione dell'invecchiamento mentale".

infatti l'associazione non profit di neuropsicologi Assomensana organizza dal 22 al 27 Settembre 2014 l'appuntamento a livello nazionale che, per il settimo anno consecutivo, permetterà a tutti di controllare e migliorare gratuitamente le proprie performance cognitive. Gli specialisti che aderiscono alla settimana di prevenzione dell' invecchiamento mentale effettueranno, a titolo completamente gratuito, un check-up sullo stato di salute delle capacità intellettive a tutti i cittadini che ne faranno richiesta.

Nella città di Barletta, tale iniziativa è promossa dall'Associazione Alzheimer Bari e dalle psicologhe del Centro Alba in collaborazione col GOS Giovani Open Space. il check-up verrà svolto nella sede dello sportello in Viale Marconi, 47 Barletta in orari pomeridiani su prenotazione.

L'esame non prevede costi per l'utente e, al termine, lo specialista potrà fornire informazioni personalizzate sul funzionamento delle principali attività cognitive, quali memoria, attenzione, concentrazione e linguaggio e dare suggerimenti su come mantenerle in forma ed attive, anche con la ginnastica mentale.

L'evento prende spunto dalla considerazione che molte persone invecchiano bene fisicamente, ma presentano problematiche cognitive (smemoratezze, disattenzioni, disorientamento) che compromettono seriamente la qualità di vita del singolo e, oltre certi limiti, determinano anche elevati costi sociali. Le persone sono spesso rassegnate a questa perdita di lucidità, mentre l'evidenza scientifica suggerisce che, con opportuni accorgimenti (che riguardano la sfera degli esercizi mentali, dell'alimentazione, del movimento), è possibile mantenere ad un livello costante e ottimale l'abilità, la flessibilità e le prestazioni delle funzioni cognitive.

L'iniziativa è volta quindi a promuovere la salute pubblica e a veicolare il messaggio che è possibile prevenire e rallentare il deterioramento cognitivo a qualsiasi età, purché si adottino adeguati stili di vita.

Per informazioni e prenotazioni del check-up rivolgersi a Dott.ssa Liliana Grieco Referente su Barletta dell'Alzheimer italia Bari Tel. 334 5404031

