

NOTE

ANAP
Confartigianato
VICENZA

Prendi
nota e
vieni
con noi!

INFO

SPORTELLO ANAP
Apertura al pubblico:
da lunedì a venerdì ore 8 - 13
pomeriggio solo su
appuntamento

Per qualsiasi informazione
siamo a tua disposizione.

ANAP
Confartigianato
VICENZA

**ASSOCIAZIONE NAZIONALE
ANZIANI E PENSIONATI**
Via E. Fermi, 134 Vicenza / Tel. 0444 168314
angolopensionato@confartigianatovicenza.it

ASPETTIAMO I TUOI CONTRIBUTI

per la rubrica
"SPAZIO SOCI",
uno spazio tutto vostro
per condividere: racconti di
viaggio o gite, poesie, fotografie,
informazioni, segnalazioni.

COME FARE?
INVIA il tuo contributo a:
angolopensionato@confartigianatovicenza.it
entro il 10 del mese.

Scrivi il tuo nome completo
e un recapito.
Grazie!

IN EVIDENZA: UTILE SAPERE

DICHIARAZIONI RED E NON SOLO...

Da novembre e fino al 28 febbraio 2020 vanno presentate le dichiarazioni all'Inps per conservare le prestazioni sociali condizionate al reddito o a particolari condizioni.

Presso gli uffici del patronato Inapa delle sedi di Confartigianato si potranno quindi compilare le seguenti dichiarazioni:

RED - dichiarazione della situazione reddituale:

Per chi gode dell'integrazione al minimo di pensione, la maggiorazione sociale, l'assegno o la pensione sociale, la quattordicesima, la pensione di invalidità o l'assegno ordinario di invalidità, la pensione ai superstiti o altre forme di prestazioni sociali legate al reddito.

ICRIC (Invalidità Civile Ricovero):

per chi percepisce l'indennità di accompagnamento o l'indennità di frequenza e deve quindi dichiarare i ricoveri per riabilitazione in una struttura pubblica con la retta a carico a carico del Servizio Sanitario Nazionale.

ICLAV (Invalidità Civile Lavoro):

per i titolari di assegno mensile di invalidità civile parziale che devono dichiarare l'attività lavorativa e l'importo dei compensi percepiti.

ACCAS/PS (Accertamento Assegno Sociale / Pensione Sociale):

per i titolari di pensione sociale o di assegno sociale che devono dichiarare la dimora stabile ed effettiva in Italia o all'estero. I titolari di assegno sociale devono dichiarare anche l'eventuale stato di ricovero in una struttura pubblica con retta a carico del Servizio Sanitario Nazionale.



CONTRO IL DOLORE, È LOTTA DURA!

Il dolore è un'esperienza che tutti nella vita abbiamo sperimentato. È purtroppo molto comune: a parte l'occasionale dolore acuto (per esempio un mal di denti o una contusione), se il dolore diventa continuo, riuscire a controllarlo può aiutarci ad avere una vita vivibile e serena. Si calcola che in Italia siano circa 15 milioni le persone colpite da dolore cronico. Siamo di fronte quindi a un problema che è diventato così importante da essere riconosciuto anche con una legge del 2010: la legge 38 introduce il **diritto a non soffrire, ad avere tutte le cure adeguate e garantisce l'accesso alla terapia del dolore.**

A Vicenza è presente uno dei presidi storici della Terapia del dolore; istituito già dai primi anni 70, era stato uno fra i primissimi centri di terapia antalgica in Italia, divenuto poi un reparto dedicato alla terapia del dolore. È un esempio di eccellenza della sanità pubblica, quella che funziona e che vogliamo continui ad essere garantita a tutti, così come prevede la nostra carta costituzionale.

Il Direttore di Terapia del Dolore dell'Ospedale di Vicenza, Attilio Terrevoli, che sarà nostro ospite il 19 novembre, ci conferma che "nella maggior parte dei casi si riesce a controllare il dolore ma, nonostante l'impegno ed il costante aggiornamento delle conoscenze e delle terapie, esso rimane un problema talvolta difficile se non impossibile da dominare. Tuttavia le terapie e il supporto psicologico possono comunque contribuire a renderlo tollerabile e a imitarne l'impatto, nell'attesa che sempre nuovi strumenti ci consentano di sconfiggerlo definitivamente."

La lotta contro il dolore continua!



Il presidente
Severino Pellizzari

Prendi nota e vieni con noi!

EDITORIALE

ATTILIO TERREVOLI

Direttore Unità Operativa
Terapia del Dolore
Ospedale di Vicenza



1. Mal di schiena, artrosi, cefalee persistenti: a volte accompagnano il nostro invecchiamento.

Cosa consiglia per gestire il dolore?
Il dolore cronico è comune con l'avanzare degli anni. Per affrontarlo è necessario anzitutto identificarne e trattarne la causa, per limitare il ricorso a cure che attenuano il sintomo, ma che devono essere continuative se la causa persiste.

Quando però il dolore è cronico va trattato con progressività ed appropriatezza, dalle terapie più semplici alle più complesse.

La prima opzione è ovviamente quella della terapia farmacologica, che deve essere pratica e tollerabile nel tempo: è da preferire sempre l'assunzione dei farmaci per bocca e ad orario fisso piuttosto che al bisogno; sarà comunque sempre il Medico Curante a indicarli.

È da evitare l'abuso di farmaci antiinfiammatori (FANS), per possibili danni renali e cardiovascolari; risulta prefe-

ribile il paracetamolo; meno dannosi, ma comunque sempre da usare con attenzione, sono gli analgesici oppioidi (minori e maggiori) sul cui utilizzo gravano ancora pregiudizi ingiustificati.

2. E se il dolore non passa? A chi dobbiamo rivolgerci?

Il primo referente è ovviamente il medico di medicina generale, che saprà gestire direttamente il problema nella maggior parte dei casi e, se necessario saprà indirizzare il paziente allo specialista più adatto.

3. Cosa offre l'Unità di Terapia del Dolore?

L'Unità operativa di terapia del dolore si occupa di tutte le situazioni dolorose resistenti ai comuni trattamenti, mettendo in atto le procedure diagnostiche e terapeutiche più appropriate ed avanzate, in qualsiasi ambito clinico; il dolore infatti è presente in tutte le patologie e la terapia antalgica è per sua natura una disciplina trasversale, che incrocia tutte le specialità mediche e chirurgiche.



INTERVISTA DEL MESE

5 CONSIGLI PER CONTROLLARE IL DOLORE

Il Tribunale per i Diritti del Malato di Cittadinanza Attiva ha pubblicato una guida ai diritti per non soffrire inutilmente, che contiene la Carta dei Diritti sul Dolore inutile. Riportiamo qui i cinque consigli per controllare il dolore:

1. NON VERGOGNARTI: soffrire non è una questione di cui vergognarsi. Anzi, spiegare il dolore che provi, la sua intensità, frequenza e durata, è il primo passo per sconfiggerlo.

2. NON ESITARE A CHIEDERE SPIEGAZIONI: devi parlare del tuo dolore con il medico di famiglia e con gli operatori sanitari che ti assistono, chiedere loro spiegazioni in merito a ciò che puoi fare per alleviare le tue sofferenze.

3. FAI VALUTARE E MISURARE IL TUO DOLORE: pretendi che il dolore che provi sia valutato e misurato con gli appositi strumenti dai medici che ti curano. Se sei in ospedale o una struttura sanitaria, verifica che nella cartella clinica sia riportato il dolore provato, come è stato curato e l'andamento nel tempo.

4. FIDATI: dubbi e paure anche nella scelta della terapia più adeguata sono legittimi, ma esprimerli è fondamentale. Medici e infermieri sono tuoi alleati nella lotta al dolore. Occorre condividere con loro quello che stai provando e fidarsi della loro competenza.

5. SCEGLI E COLLABORA ALLA CURA: solo tu puoi scegliere cosa è meglio per te, dopo aver acquisito consapevolezza e dopo aver fugato ogni dubbio. Partecipa attivamente alla cura del tuo dolore, chiedendo cosa puoi fare per controllarlo, imparando a gestire le terapie, riconoscendo sintomi e segnali di dolore più intensi (es. regole alimentari da seguire, attività fisica, movimenti, ecc.).



RIMANERE INFORMATI

Prendi nota
e vieni con
noi!

9
Sabato

Cavalleria Rusticana. Cronaca di una morte annunciata

Ore 21 - Schio - Teatro Civico - Via Pietro Maraschin, 19
Classica opera lirica di Pietro Mascagni in un originale format teatrale di sintesi e dialogo tra opera lirica e letteratura. Attraverso le pagine di Giovanni Verga e la musica di Pietro Mascagni, il racconto di un clamoroso successo teatrale che aprì una stagione di rinnovamento per l'opera lirica italiana.

QUOTA: € 15 platea, € 10 over 65
Informazioni: Fondazione Teatro Civico - tel. 0445/525577

Eredità e successioni: cosa, come, quando

Ore 17 - Cornedo Vicentino - Sala Civica "Vecia Filanda" - via Cavour
Incontro organizzato dal gruppo ANAP di Valdagno
Incontro con il dott. Fabrizio Noto, notaio e il dott. Domenico Farano, responsabile del Servizio Successioni del CAAF di Confartigianato Imprese Vicenza.

In collaborazione con il Comune di Cornedo Vicentino, Anni d'Argento e l'Università Adulti Anziani di Cornedo.

Partecipazione libera.
Informazioni: Giovanni Feriotti - tel. 349/1794561, Luigino Vigolo - tel. 335/7183686, Davide Lovato - tel. 338/1271690

Contro il dolore

Ore 16.30 - Vicenza - Centro Congressi Confartigianato - via Fermi 201
A cura del gruppo ANAP del Mandamento di Vicenza.
Mal di schiena, artrosi, cefalee persistenti sono comuni con l'avanzare degli anni. Cosa fare per gestire il dolore? E se il dolore non passa? Cosa offre l'Unità di Terapia del Dolore?
Incontro con il dott. Attilio Terrevoli, Direttore Unità Terapia del Dolore dell'Ospedale San Bortolo di Vicenza.

Ingresso libero e aperto a tutti.
Informazioni: Alessandro Stella - tel. 347/2718441, Maria Pia Melison - tel. 348/8948788, Giuliano Nicoli - tel. 335/6817400, Sergio Cisco - tel. 348/6725247

ANTEPRIMA DICEMBRE

6
Venerdì

Festa del socio ANAP

SCADENZA ISCRIZIONI: 29 novembre
ore 11 messa al Santuario di Monte Berico
ore 12.45 pranzo al Ristorante Dai Gelosi - via Aldo Moro 75 - Valproto di Quinto Vicentino.

Quota: € 25 (da versare al ristorante)
Servizio di trasporto con pullman a richiesta: contributo di € 5 a persona; **partenze a richiesta e con minimo 40 persone per pullman** da:
PULLMAN 1 - Arsiero ore 8.15 / Cogollo del Cengio 8.30 / Thiene 8.45 / Santo 9
PULLMAN 2 - Recoaro Terme ore 8.30 / Valdagno 8.45 / Cornedo 9 / Trissino 9.15 / Montecchio Maggiore 9.30
PULLMAN 3 - Bassano del Grappa ore 8.30 / Marostica 9.15 / Schiavon 9.30

Informazioni e iscrizioni: Sportello ANAP 0444/168314 ore 8-13 da lunedì a venerdì.



OCCHIO ALLE SCADENZE!

30
Sabato

Soggiorno marino per "svernare" a Tenerife - Canarie

Dal 18 febbraio al 3 marzo 2020
Vacanza all'Hotel Sol (4 stelle) presso Playa de las Americas.

Ultimi posti disponibili.

Quota (a persona in camera doppia): SOCI € 1.520, NON SOCI € 1.550, comprende viaggio in aereo da Milano Malpensa con trasferimenti in bus Gran Turismo, pensione completa a buffet con 1/2 acqua e 1/4 vino ai pasti, assicurazione medico bagaglio e annullamento viaggio.

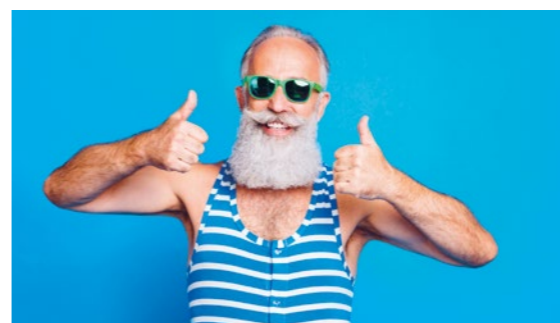
Supplemento camera singola: € 419 (disponibilità limitata).

Pagamento e iscrizioni: acconto € 400 all'iscrizione - Agenzia Viaggi Caliba - tel. 0444/927534
Informazioni: Alessandro Stella - tel. 347/2718441; Agnese Gastaldi - tel. 349/4737756

NON HO L'ETÀ?

Alcune riflessioni su noi Anziani. La vita media si sta allungando sempre più, però le norme mantengono obblighi di tutte le scadenze come prima. Credo che sia opportuno adeguare le scadenze con il miglioramento della vita: per esempio, le assicurazioni dopo gli 80 anni non fanno più polizze per infortuni. La patente di guida viene rinnovata fino a 50 anni, ogni 10 anni; da 50 a 70 anni ogni 5 anni, da 70 a 80 ogni 3 anni e dopo gli 80 ogni 2 anni. Credo sia possibile allungare di qualche anno la scadenza senza compromettere nulla. Gli anziani sono sempre più penalizzati: guarda le pensioni, invece di rivalutarle lo Stato fa cassa su di noi, per risolvere qualche problema di finanza pubblica.

Antonio Marcon, Marostica



AUGURI ALDO E MADDALENA: 70 ANNI INSIEME!!!



Il 18 settembre il nostro Presidente Onorario Aldo Tosetto ha festeggiato 70 anni di matrimonio insieme alla moglie Maddalena. Auguri da tutta la nostra Associazione!

Severino Pellizzari, Presidente



A MONTORSO UNA SERATA INTERESSANTE

L'incontro a Villa Da Porto per me è stato molto interessante! Grazie all'Associazione dei Pensionati Artigiani che l'ha organizzato. Io ho compiuto 80 anni, ma per fortuna ancora non mi confronto con questa realtà (l'Alzheimer) non proprio positiva. Il Dott. Moro e la Dott.ssa Fenzo ci hanno spiegato molto bene come tenere allenato il nostro cervello con la lettura, l'esercizio fisico e la vita sociale. Grazie anche alla conduttrice che ha saputo formulare tante domande ai medici creando interesse da parte del pubblico, che era molto numeroso.

Daniilo Farinon, Chiampo



È doveroso ringraziare l'associazione ANAP per la serata organizzata alla villa Da Porto di Montorso sull'Alzheimer.

La serata è stata interessante, seguita con molta attenzione da un pubblico numeroso di artigiani e non, che hanno apprezzato sia la qualità che la bontà degli interventi che si sono succeduti, in particolare il dott. Moro e la psicologa dott.ssa Fenzo.

Miranda Gonella, Trissino



FESTA NAZIONALE DEL SOCIO: NOI C'ERAVAMO

Grazie al nostro capogruppo Armando, abbiamo trascorso dei bellissimi giorni in serenità e condivisione a Sibari...

Daniela Mascarello

