

AMICI DEL CERVELLO

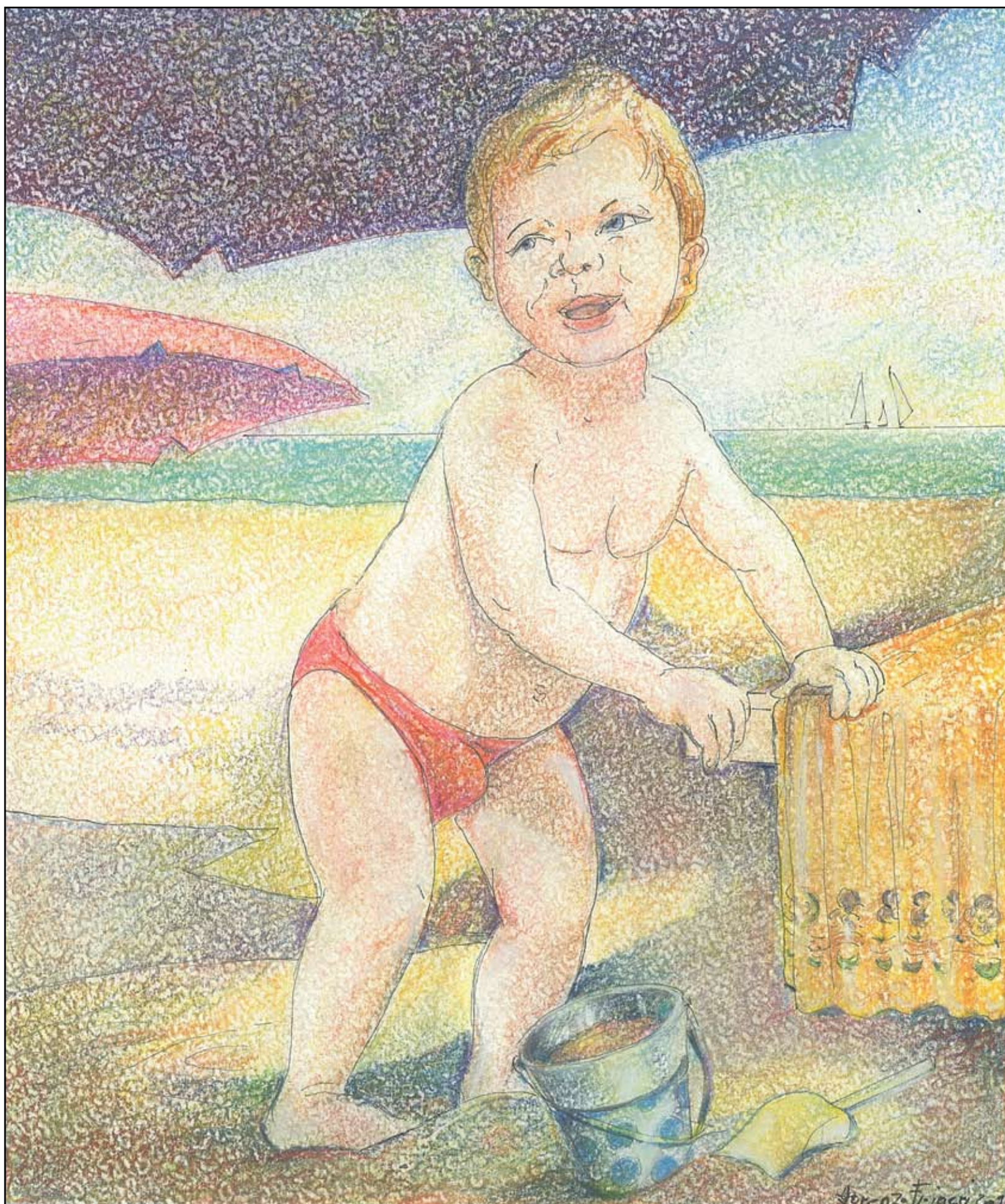
NEWS

Organo Ufficiale dell'ATORN Associazione Toscana Ricerca Neurologica - Periodico Trimestrale

2009 - Anno 1 - Numero 3

Direttore **Fabrizio Diolaiuti**

€5,00



Il periodico "Amici del Cervello" si nutre
(Disegno di **Lorenzo Frigeri**)

buone notizie

AMICI DEL CERVELLO COMINCIA A CAMMINARE CON LE PROPRIE GAMBE

AMICI DEL CERVELLO



Il periodico "Amici del Cervello" si ispira (Disegno di Leonora Frigoli)



Per noi questa è la più bella delle notizie. Dopo solo due numeri la quota degli abbonati ha superato il numero di 200, sono 212 per l'esattezza coloro che sono diventati soci dell'Atorn e che quindi riceveranno il periodico AMICI DEL CERVELLO. La redazione dice quindi 212 volte grazie per la fiducia che gli abbonati ci hanno concesso ricordando a tutti che AMICI DEL CERVELLO, oltre ad essere un giornale di informazione e di prevenzione sulle malattie cerebrali,

è aperto a tutti. Non abbiate quindi timore di telefonarci (0584-982279) o di inviarci della mail con articoli e suggerimenti. Inoltre il professor Ubaldo Bonuccelli è a vostra disposizione per rispondere alle domande che voi vorrete sottoporgli. Ma c'è di più, anche gli sponsor si stanno avvicinando al nostro periodico. Un grazie agli arredamenti Pellegrinetti,

Il giornale non vive di soli abbonati e può essere acquistato in singola copia donando un'offerta all'Atorn presso alcuni punti vendita: Libreria lungomare, Diffusione del Libro e Reparto di Neurologia dell'Ospedale Versilia.

AMICI DEL CERVELLO

Autorizzazione del tribunale di Lucca n. 897. Registro periodici del 7/7/09

Direttore editoriale
ATORN

Direttore responsabile
Fabrizio Diolaiuti

In redazione

Carlotta Biancalana

Francesca Pasquinucci

Segretario di redazione

Pietro Di Marco

Hanno collaborato a questo numero

Loredana Leonforte,

Wanda Lacorina,

Ciro Vestita,

Giorgio Marchetti,

Carlo Pasetti.

Impaginazione grafica e stampa
COLORÈ s.n.c.

Redazione P/O Ottovolante

Via IV Novembre 126, Camaiore

Tel. 0584 982279

E-mail info@atornweb.it

Sito Internet www.atornweb.org

INTERVISTA AL CERVELLO

UBALDO BONUCCELLI
FABRIZIO DIOLAIUTI

COME FUNZIONA,
COME
POTENZIARLO
E MANTENERLO
EFFICIENTE

con TEST
Per valutare
attitudini
e capacità

Sperling & Kupfer

BONUCCELLI-DIOLAIUTI,
INTERVISTA
AL CERVELLO VERSO
LA TERZA EDIZIONE

Continua il successo di "Intervista al cervello", il libro scritto dal direttore scientifico dell'Atorn Ubaldo Bonuccelli e dal nostro direttore Fabrizio Diolaiuti. Dopo aver scalato le classifiche ed essere stato decimo in quella del Corriere della Sera, ed aver esaurito in quaranta giorni la prima edizione, l'Intervista al cervello si appresta ad esaurire anche la seconda edizione.

L'interesse per l'argomento evidentemente non si placa e sono sempre di più le persone che vogliono sapere come funziona il cervello, come potenziarlo e mantenerlo efficiente. Il libro, scritto in maniera semplice chiara e comprensibile a tutti, offre risposte alle tante domande che la gente si pone sul cervello.



TORNA IL CALENDARIO
DELL'ATORN FIRMATO
DAL PITTORE
RICCARDO BENVENUTI

In questo mese il pittore Riccardo Benvenuti, insieme al grafico Salvatore Zappullo sono al lavoro per realizzare il calendario 2010 dell'Atorn. Dopo le "Donne di Puccini" (2008) e "Le stagioni dei sogni" (2009), quest'anno il calendario sarà ispirato a Ilaria del carretto.

contro la
stitichezza

Normacol

Pubblicità d'epoca - Sostituiscila diventando inserzionista



Ubaldo Bonuccelli

Il Direttore Scientifico risponde ai lettori



Il clima influisce sul nostro cervello?

In modo indiretto sicuramente, basta dire che durante una giornata piovosa e grigia le percezioni sono diverse, meno luce stimola il cervello e spesso anche l'umore si abbatte. Il contrario nelle giornate serene. La temperatura bassa è un potente stressor ed attiva i circuiti ipotalamici dello stress, con iperproduzione di cortisone da cui un senso di benessere ma se l'esposizione al freddo continua e diventa eccessiva si hanno le conseguenze tipiche dello stress cronico con affaticamento ed esaurimento psico-fisico; il caldo umido provoca vasodilatazione e calo di pressione con ridotta perfusione cerebrale, affaticamento, stanchezza ed egualmente stress persistente.

Come mai secondo alcuni medici la depressione si deve assolutamente curare con medicinali, mentre secondo altri il medicinale è solo un veleno e convincono il paziente che deve riuscirci da solo?

La cura delle malattie del cervello non è una sola?

No, le cure possono essere tante anche per una singola malattia. Dipende dal tipo di malattia; per qualcuna non esistono purtroppo terapie. Nel caso della depressione ci sono varie cure farmacologiche e non farmacologiche come le psicoterapie e l'elettroshock ai due estremi. Le terapie farmacologiche sono le più provate ed efficaci, le meno costose e dispendiose in termini di tempo e possono essere associate alle terapie non farmacologiche. I farmaci non sono veleni ma sono sostanze chimiche che nel caso degli antidepressivi modificano l'attività di certi neurotrasmettitori cerebrali come la serotonina, potenziandola, e riducono i sintomi spiacevoli della depressione come la tristezza e l'apatia. Naturalmente vanno usati quando necessario e per i periodi giusti: i farmaci antidepressivi hanno salvato molte vite a partire dalla loro nascita negli anni 60. I farmaci più moderni sono molto maneggevoli, con pochi e rari effetti collaterali e non danno dipendenza, e questo spiega perchè sono fra i farmaci globalmente più usati-quasi 700 milioni di euro per anno, pari a circa il 3% della spesa farmaceutica totale.

Personaggi come Albert Einstein, Galileo Galilei, Issac Newton, Dante, avevano davvero qualcosa in più di una persona normale?

Sicuramente sì; per Einstein è stata dimostrata una maggior estensione dei lobi parietali che governano le attività logico-matematiche ed il cervello dello scienziato è a disposizione per sua precisa volontà degli studiosi, per cui nuove tecniche d'indagine in futuro potranno aggiungere ulteriori informazioni. Per gli altri scienziati citati purtroppo non abbiamo materiale cerebrale conservato, ma sicuramente dalla loro produzione scientifica e letteraria si evince che tutti hanno delle capacità intellettive e del talento largamente superiori alla media, uniti a grande tenacia e volontà di ferro.

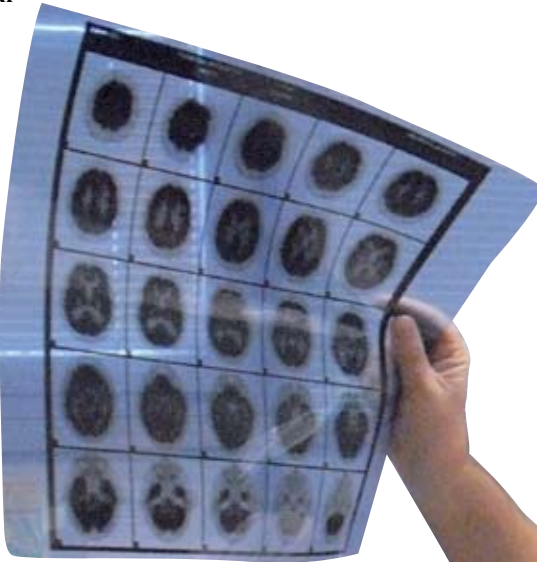
Gli esperti dicono che il panico e l'ansia sono una cosa normale, ma quand'è che superano il limite? Nel momento in cui lo superano è un errore del nostro cervello?

L'ansia è un'emozione comune come lo sono paura, rabbia e felicità, ma ha in più una funzione di sopravvivenza in quanto di fronte a rumori sconosciuti o incerti, o per l'avvicinarsi di persone o animali con intenzioni ignote, allerta il soggetto animale o uomo-preparandolo alla più drammatica reazione di lotta o di fuga.

La paura è una risposta ad uno stimolo immediato e presente, mentre l'ansia è la risposta a stimoli di natura ignota o incerta, insomma è una quasi-paura. L'ansia diventa patologica quando compare senza motivi apparenti e disturba le usuali attività dell'individuo: non va più in autostrada perchè troppo pericoloso, non passeggia nei giardini pubblici perchè ci sono le siringhe dei drogati...

Qual è l'attività sportiva migliore per il nostro cervello?

Camminare a passo svelto, per circa 5-6 Km al giorno o anche di più meglio in campagna: questo stimola i vari sensi come olfatto, vista, udito ed insieme attiva nella giusta maniera le funzioni cardio-vascolari. Alla fine i muscoli, i nervi, il cervello ed il resto dell'organismo sono coinvolti ed attivati nel migliore dei modi, e le eventuali calorie in eccesso sono bruciate lentamente senza scompensi, come si verifica invece con attività fisiche più intense. Durante questo tipo di attività si può pensare, ascoltare poesie con le cuffie, ripeterle per impararle a memoria, tenendo attivo al massimo il cervello insieme ai muscoli: in alternativa se c'è stanchezza mentale si può semplicemente non pensare a niente di particolare, e la coscienza navigherà nei riposanti meandri della mente e della memoria.

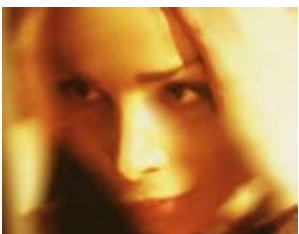
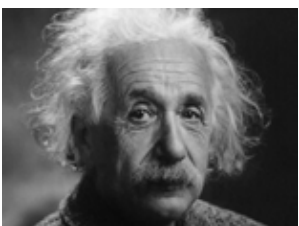


Per porre domande al Professor Bonuccelli, scrivere o telefonare alla redazione degli "Amici del Cervello" presso

*Ottovolante International
Via IV novembre, 126
Camaione - Lucca*

Tel. 0584 982279

E-mail: info@atornweb.it





EMOZIONI E CERVELLO

PILOTARE L'ASTRONAVE



Marvin Minsky

$24 \times 365 \times 85 + 21,25 = 744.621,25$
di quale calcolo si tratta, i fattori e
l'addendo cosa rappresentano?

Lo intuite benissimo da soli.

E come possiamo utilizzare al meglio, senza sperperi o cattivi investimenti, questo meraviglioso capitale? Se avessimo solo 744.621,25 euro da spendere in tutta la vita saremmo attenti ed oculati nelle nostre spese. Eviteremo di buttar via il denaro in oggetti inutili, peseremo l'importanza di ogni singolo acquisto, cercheremo di aggiustare gli oggetti un po' sciupati, faremo regali solo in presenza di occasioni davvero speciali, apprezzeremo

le cose semplici, forse avremmo ancora il primo cellulare acquistato, insomma daremo grande valore e grande peso ad ogni singolo euro. E per quello che riguarda il tempo della vita cosa facciamo? Di solito spendiamo ore in faticose razionalizzazioni per avere ragione ad ogni costo, rimuginiamo per anni su un torto subito mentre abbiamo già riparato il danno, investiamo tempo e adrenalina su una lite per un parcheggio, ci facciamo incendiare da una frase detta da uno sconosciuto, stiamo tre giorni col muso per una divergenza col partner, è una questione di principio, oh solo di principio naturalmente, e avanti così, tra ladri di tempo e vampiri di emozioni. Come segnalare al nostro amico cervello quando deve investire il suo potenziale e quando invece è più ecologico girare le spalle o indossare una cerata? Non possiamo farci installare un allarme che ci segnali questi malandrini. Come sempre è tutto dentro la nostra magia di esseri umani, anche questo sistema di sicurezza. Siamo un centro di volontà con possibilità di creare, interpretare e volere. Certo, dobbiamo pilotarci tra piogge di meteoriti che al nostro sistema limbico sembrano tutti ugualmente minacciosi e pericolosi, ma in realtà questi ostacoli sono di portata completamente diversa l'uno dall'altro. Il meteorite vicinodicasachesporcalescale ha la stessa potenza devastante di un bruttovotopresodamiofiglio? La contravvenzionemenoseipunti è in fondo così terribile quanto un incidente stradale? In un certo senso abbiamo abituato il nostro cervello ad attribuire al negativo peso 100 su 100 piuttosto che a valutare attentamente ogni situazione. Ci viene meglio drammatizzare, svalutare, negativizzare, e il sistema limbico è pronto a darci mano, dimostrandoci che può in trenta millesimi di secondo far battere il nostro cuore con maggiore velocità, farci diventare fisicamente più forti aumentando la pressione sanguigna, può farci sembrare delle tigri feroci, e tutto questo in un certo senso è esaltante. Il consueto, il quotidiano, il normale, possono risultare noiosi. Si fa prima a mettere in moto la grande centrale della suggestione negativa, a vedere nemici e aggressori, la giungla d'asfalto, il pericolo è il mio mestiere, piuttosto che chiedersi "Quanto è importante nella mia vita quello che sta accadendo?" "Di che cosa ho bisogno in questo momento?" "Di che cosa ho paura al punto tale da irritarmi e incendiarmi?"

Per riuscire a farmi queste domande devo coinvolgere la corteccia, devo frenare il galoppo controllando l'amigdala, devo fare la fatica del pensare, del riflettere e del decidere. "Nessuna mente può avere

abbastanza potere senza il potere di pensare se stessa." Scriveva Marvin Minsky. Allora cominciamo a pensare noi stessi. "Cosa vogliamo per la nostra vita? Quali sono i valori significativi per noi? Su cosa vogliamo investire la nostra bella energia? Cosa invece va lasciato cadere?". Decidere la nostra vita, accettare l'incontrollabile, pilotare l'astronave cerebrale in mezzo a tempeste magnetiche e vie lattee scegliendo il percorso più semplice e meno accidentato, può essere un metodo per evitare troppi dispiaceri. Abbiamo tutti gli strumenti per farlo, ansiometro, emozionometro, valutometro, piacerometro, scandaglio, altimetro, bussola. Come lo sanno bene i marinai che decidono la rotta, ma che sono pronti a mettersi alla cappa quando l'ambiente dice no! Come conoscono bene la differenza tra determinazione e ostinazione! Come conoscono bene i rapporti di forza e come li sanno rispettare! Allora misuriamo anche noi le nostre forze, decidiamo la rotta, e scegliamo il vento buono per arrivarci, ricordandoci che "Nessun vento è buono se non si sa dove andare".

Il primo passo quindi per una autosuggestione positiva è proprio il pensare se stessi, la propria esistenza, le proprie aspettative e desideri, le proprie forze e decidere il proprio piano di vita. Per affrontare le piogge di meteoriti abbiamo bisogno di acceleratore e freno, abbiamo bisogno di saper dosare il carburante e di saper sterzare quando è necessario. E quando è necessario dobbiamo anche darcela a gambe o detto meglio, lasciar perdere e farci scivolare sulla cerata le piogge acide, evitando di affrontarle a viso inerte. Il respiro si può controllare, ci possiamo abituare a farlo. Il dosaggio del carburante ci appartiene per grazia ricevuta. Possiamo decidere, controllando il nostro istinto, se andare a 20 o a 200 all'ora. Possiamo farci una domanda, in quell'attimo che precede l'acting, e scegliere come leggere l'evento, se negativo, neutro o positivo. Ci possiamo anche abituare a stare sereni e a riservare l'eccitazione per quei momenti in cui davvero ne vale la pena. "Quanto è importante questa situazione per me? Devo fare a braccio di ferro o è meglio aprire le braccia all'altro?". Possiamo convincerci che anche nelle riunioni di condominio si può discutere civilmente, che il vicino antipatico non ce l'ha con noi, ma è proprio così di natura, timido, introverso, distaccato e apparentemente ostile. E possiamo anche trattarlo gentilmente, spiazzandolo. Possiamo convincerci che nostro figlio prende brutti voti a scuola forse perché non è motivato a compiere quel tipo di studi, forse perché ha un'intelligenza più pratica che teorica, e che forse soffre anche lui per queste brutte figure, anche se non lo dimostra. Insomma possiamo convincerci che è nel nostro potere mentale reinterpretare il mondo in modo piacevole e investire il nostro tempo di vita in quello che abbiamo valutato come importante per noi. E' il potere straordinario del nostro cervello che ci permette di fare del Cielo un Inferno e dell'Inferno il Cielo, come scriveva Shakespeare. Cominciamo da qui e troviamo il tempo per farlo. Wanda Lacorina, psicologo e psicoterapeuta, analista didatta della Scuola di Psicoterapia Comparata di Firenze, libero professionista, consulente aziendale per le Risorse Umane dal 1989 per aziende di eccellenza nel proprio settore, vive e lavora a Viareggio, con studio in via XX Settembre 149.

Publicità d'epoca - Sostituisci la diventano inserzionista - Tel. 340 8745775

SENO
sviluppato e rassodato, bellissimo col
BALSAMO FATA
DORILE. Ha già reso moltissime donne
seducenti e felici. Darà un seno ideale anche
a voi. In ogni caso ed età effetto meraviglioso
con un solo tubetto. Si vende nelle Farmacie.



Gianfranco Antognoli

Il diario del Presidente

Il Professore risponde

Caro diario,
è con gioia che annoto
la sempre più stretta
collaborazione dei rapporti
con l'università di Tel
Aviv, che ci spinge ad essere
fiduciosi verso nuovi risultati.
Inoltre se pur a fatica, ma
con il sostegno di tanti Amici,
incominciamo a vedere i primi
risultati per l'acquisto di un
Ecodoppler, il macchinario in
grado di studiare la circolazione
cerebrale per prevenire l'Ictus,
con il quale potremo monitorare
tutti i versiliesi a rischio.
Sul territorio continua la
nostra azione di informazione e
divulgazione, e qui di fianco sono
lieto di annotare le principali
iniziative dei mesi scorsi.



Al Gran Caffè Margherita di Viareggio, è stato presentato il libro di Massimiliano Baroni, dal titolo "Taccuino della convalescenza". Alla presentazione è intervenuto il Professor Mario Di Fiorino. E' stato un successo di pubblico e di critica, ripreso anche dalle televisioni locali e da Log Tv, la Local Global Television, visibile attraverso il sito logtv.it.



Alla Croce Verde di Lido di Camaiore è stato presentato il libro "Introduzione alla malattia di Alzheimer e altre demenze. Dalla clinica alla bioetica", del Professor Carlo Pasetti. Il libro del professore è risultato davvero interessante, e il pubblico ha partecipato alla presentazione ponendo numerose domande. E' intervenuto il Dottor Umberto Quiriconi.



E' con vero piacere che l'Associazione ha conferito alla Dottoressa Chiara Logi, specialista in Neurologia, una borsa di studio, dal titolo "Valutazione clinica, elettroencefalografica e neuropsicologica della demenza nella malattia di Alzheimer e nella malattia di Parkinson". Alla Dottoressa un cordiale benvenuto a nome personale, e dell'intera Associazione, e un grande augurio di buon lavoro.

Gianfranco Antognoli





il comitato scientifico

EPILESSIA E SCLEROSI MULTIPLA

Da questo numero inizia un viaggio all'interno del nostro comitato scientifico per conoscere più da vicino coloro che ne fanno parte ed i diversi settori in cui operano.

All'interno del Comitato mi occupo di Epilettologia, che ha rappresentato il mio campo di interesse neurologico specifico, sin dai primi anni 90. Inoltre ho a cuore la messa in rete delle realtà neurologiche dell'Area Vasta Nord-Ovest (AASSLL 1,2,12,5,6, AOUP) ed a questo scopo ho collaborato alla realizzazione di un percorso per il paziente con Ictus che vede coinvolte in modo articolato tutte le UUOO di Neurologia dell'Area Vasta. Allo stesso scopo ho partecipato alla organizzazione di un Corso di Area Vasta teso a rendere maggiormente accessibili agli utenti le risorse diagnostiche e terapeutiche offerte dalle UUOO di Neurologia, in un'ottica di trasparenza e quindi di scelta consapevole dell'utenza. (Lo standard di prodotto-servizio per le UUOO di Neurologia dell'Area Vasta Nord-Ovest).

I principali risultati raggiunti dalla ricerca in ambito epilettologico riguardano sia la diagnosi che la terapia. In ambito diagnostico la mappatura genetica del deficit specifico in molte sindromi epilettiche generalizzate ma anche focali e lo sviluppo di tecniche di neuroimmagine sempre più raffinate (RMN encefalo con spettroscopia, RMN encefalo funzionale, integrazione multimodale ecc.) ha consentito il corretto inquadramento diagnostico di molte epilessie e, di conseguenza, il loro miglior trattamento. In ambito terapeutico la ricerca laboratoristica ha prodotto, a partire dagli anni 90, numerosi farmaci antiepilettici, più maneggevoli dei precedenti in commercio, seppur dotati di pare efficacia. Inoltre si sono meglio definite le indicazioni alla terapia chirurgica, da riservare a quei pazienti farmacoresistenti che, a tutt'oggi, costituiscono circa il 25% di tutti i soggetti con epilessia. E proprio per quei pazienti farmacoresistenti ma non candidati ad una terapia chirurgica

dell'epilessia, il connubio virtuoso tra ricerca di base e ricerca clinica ha prodotto svariate metodiche di stimolazione cerebrale, tra cui la Stimolazione Vagale, impiegata a partire dalla fine degli anni 90, e, per quanto riguarda l'Italia, per la prima volta nel 1995 proprio a Pisa, presso il Dipartimento di Neuroscienze. Il futuro della ricerca in epilettologia è orientato a ridurre la percentuale di pazienti farmacoresistenti, affinando le tecniche diagnostiche tese alla loro precoce identificazione.

Pertanto, la scoperta di un substrato genetico della farmacoresistenza (MDR, multi drugs resistance) e la possibilità di evidenziarlo precocemente in pazienti con epilessia, rappresenta a mio avviso il campo di maggiore interesse ed utilità clinica, in quanto consentirebbe l'identificazione precoce di pazienti comunque poco responsivi ai farmaci e pertanto da avviare ad uno studio prechirurgico prima dei decenni che attualmente trascorrono.

Reanto Galli



Reanto Galli

Laurea in Medicina e Chirurgia Università di Pisa 1984 con Lode Specializzazione in Neurologia Università di Pisa 1988 con Lode Specializzazione in Medicina Fisica e

Riabilitativa con indirizzo neurologico Università di Pisa 1996 con Lode Dottorato di Ricerca in Fisiopatologia delle Funzioni Nervose Università di Firenze 1994 (sedi consorziate Pisa e Siena)

Ha collaborato alla stesura di circa 150 lavori scientifici (sia sotto forma di abstracts che in extenso, questi ultimi su riviste indexate e non) inerenti le Malattie Extrapiramidali, l'Elettroencefalografia ma soprattutto l'Epilettologia.

Sin dal 1985 ha partecipato ai Convegni organizzati dalle principali Società Scientifiche Nazionali (SIN, LICE, LIMPE, SINFC) e dal 1994 a quelli internazionali organizzati dalla ILAE, spesso in qualità di relatore.

A partire dal 1992 è stato invitato in qualità di docente in svariati Corsi di Aggiornamento, Corsi di Perfezionamento e Tavole Rotonde, sia locali che nazionali, inerenti soprattutto il trattamento dell'Epilessia.

Sono all'interno della neurologia, ormai dal 1996, il mio impegno personale prevalente è nell'ambito della sclerosi multipla e delle altre malattie demielinizzanti del sistema nervoso centrale e periferico. Naturalmente è poi da citare l'impegno nella fibrinolisi sistemica per l'ictus ischemico: la U.O. di Neurologia di Lucca è stata la seconda (dopo l'U.O. Neurologia Universitaria dell'A.O.U.P.) struttura neurologica dell'Area Vasta Nord-Ovest ad attivare tale terapia (dal febbraio 2007).

La ricerca nel campo della sclerosi multipla ha raggiunto notevoli risultati negli ultimi anni, sia come strumenti per la diagnostica (basti pensare all'importanza della Risonanza Magnetica, che ha condotto anche alla formulazione di nuove linee diagnostiche che puntano proprio a "guadagnare tempo" nel formulare una diagnosi precoce e certa) sia per la terapia. Specie in ambito terapeutico, dal 1993 ad oggi la ricerca ha posto a disposizione del clinico un ventaglio di terapie (interferoni beta; glatiramer acetato; natalizumab; immunosoppressori endovenosi come mitoxantrone e ciclofosfamide; trapianto di cellule staminali ematiche e mesenchimali in casi selezionati; ricorso a immunoglobuline ad alte dosi o alla plasmaferesi in casi selezionati) che consentono, in molti casi, di controllare a lungo il decorso di una malattia neurologica importantissima, anche per la fascia di età (giovane-adulta) di esordio.

Per quanto riguarda i miei impegni futuri, a breve parteciperò ad un Convegno di aggiornamento proprio sulle nuove terapie per la sclerosi multipla, che si terrà a Lucca in data 8 ottobre: sarà fatto il punto sulle terapie già in atto, su caratteristiche dei farmaci che fra poco saranno disponibili e sulle problematiche gestionali-organizzative che derivano dall'uso di molecole a rischio di rari ma importanti effetti collaterali e ad alto costo.

Monica Mazzoni



Monica Mazzoni

Laurea in Medicina e Chirurgia presso Università degli Studi di Pisa (1981). Specializzazione in Neurologia (1986) e in Fisioterapia (1989) presso Università degli Studi di Pisa
Pubblicazioni n. 73. Numerosi convegni, negli ultimi anni quasi selettivamente in ambito di sclerosi multipla (ad esempio, annualmente a Gallarate dove ogni anno vi è un convegno monotematico che aggiorna su un particolare aspetto relativo alla malattia, con approfondimento di elevato livello).

MARCO BASSILICHI

Il Capo che non stacca mai la spina



C'era una volta il baratto. Poi è arrivata la moneta, la cambiale, l'assegno... adesso c'è Bassilichi, un'azienda leader nei sistemi di pagamento. Dai POS al pagamento dei ticket ospedalieri, dalle carte di credito al prelievo del contante presso gli sportelli self service: senza rendercene conto usufruiamo giornalmente dei servizi erogati da Bassilichi. La mente di chi è a capo di questa azienda fiorentina che controlla oltre 250.000 apparati e gestisce una fitta rete di transazioni ci affascina. Ecco perché abbiamo deciso d'incontrare l'Amministratore Delegato, Marco Bassilichi. Il capo ci accoglie con un gran sorriso regalandoci un'ora del suo prezioso tempo. Chiediamo a Bassilichi com'è arrivato al timone della sua azienda.

Ho iniziato a lavorare nel 1984, a soli 19 anni, in seguito alla morte di mia madre, Mara Bassilichi, che ha fondato con mio padre l'azienda. Giusto il tempo per orientarmi e capire. Poi, nel corso degli anni 90, ho progressivamente preso in mano le redini della società.

Come deve essere secondo lei il cervello del capo?

Deve essere estremamente versatile. Nel nostro settore non ci possiamo permettere di stare fermi. Dobbiamo essere sempre in movimento, cercando di anticipare il mercato. Non è una cosa semplice, ma fino ad oggi ci siamo riusciti.

E come avete fatto?

Il discorso è molto complesso, ma visto che lei parla di mente, credo che si possa semplificare dicendo che alla Bassilichi... il cervello del capo non stacca mai la spina! Ma lo sa che non riesco ad andare in vacanza? Quelle poche volte che ci sono andato, telefonavo in azienda almeno una volta al giorno. Sono capace di staccare un po' il venerdì sera, d'estate. In pratica la mia vita è al servizio dell'azienda.

D'accordo, ma la dedizione da sola non basta per passare da un'azienda di medie dimensioni che si occupava di macchinari come fotocopiatrici ad un gruppo con 840 dipendenti che è all'avanguardia nei complessi sistemi di pagamento telematici e ha chiuso nel 2008 con un fatturato di 185,8 milioni di euro. Cos'altro c'è, oltre alla dedizione, nella mente di questo giovane e brillante capo?

La velocità nel decidere e l'emotività. Insieme al mio team, ho preso delle decisioni importantissime sull'onda dell'emozione in tempi molto rapidi. Certo, si è sempre trattato di rischi più o meno calcolati, che comunque mi causano uno stress che io definisco positivo perché libera quell'adrenalina che mi aiuta ad andare avanti. Poi è anche fondamentale riuscire ad avere una visione d'insieme. Secondo me il cervello del capo deve essere molto articolato, deve cercare di analizzare e capire le varie sfaccettature di ogni problema, ma deve anche saper riconoscere i propri limiti.

Qual è la decisione più bella che ha preso?

Si tratta di una non decisione, nel senso che non ho mai licenziato nessuno. Negli anni della nostra crisi, che sono stati quelli dal '91 al '96, invece di licenziare ho aperto il capitale a terzi. Io vedo la mia azienda come una grande famiglia. Adesso è grandissima, ma per me sempre di famiglia si tratta.

Ogni lunedì ci riuniamo: si parla, ci si confronta e insieme si prendono le decisioni. Il direttore generale è mio fratello, Leonardo Bassilichi. Ci sono alcune persone che sono con noi da sempre, come Elena Di Pietro. E tutti mettiamo l'azienda davanti alla carriera e ai compensi. Il lavoro di squadra ci consente anche di essere veloci, nonostante la grande dimensione che ha raggiunto Bassilichi e questo è un punto a nostro favore.

Lei parla spesso di team, di squadra. Il cervello del capo è quindi anche un cervello da allenatore?

Sì! La motivazione, il rischio e le emozioni caratterizzano chi lavora in azienda, ma anche gli sportivi. Credo che un allenatore ed un imprenditore abbiano molte cose in comune.

Riepilogando il cervello del capo Marco Bassilichi è sempre concentrato sul lavoro, versatile, veloce nel decidere, emotivo, articolato, fedele alle proprie scelte ma pronto al cambiamento. Tutte queste caratteristiche si trovano anche nella sua azienda?

Credo proprio di sì e le confesso una cosa. Sa quando smetterò di pensare continuamente al lavoro? Quando capirò che la mia azienda è diventata adulta, capace di camminare con le proprie gambe. Quella sarà la mia grande vittoria perché, restando nel tema di questa intervista, oltre all'autonomia finanziaria, gestionale e operativa vorrà dire che avrò dotato la mia azienda di un cervello.

Bassilichi

L'azienda Bassilichi nasce a Firenze nel 1957. L'attività è dedicata alla commercializzazione e assistenza tecnica, prima di macchine da scrivere e calcolatrici, poi anche di apparecchiature microfilm, fotocopiatrici e strumentazioni specifiche destinate

alle banche.

A metà degli anni '70 l'attività di Bassilichi legata al mercato del microfilm e della gestione delle informazioni cresce.

Gli anni '80 vedono Bassilichi leader nella commercializzazione e assistenza di macchine fotocopiatrici. È un periodo di grande espansione anche dal punto di vista della struttura aziendale: vengono create più aziende alla guida delle quali c'è la holding "Fratelli Bassilichi S.p.A."

Nel 1985 nasce la "Fondazione Mara Bassilichi", a memoria della donna che ha contribuito anche in veste di Amministratore Delegato al raggiungimento di significativi e continui successi. La Fondazione ha lo scopo di approfondire tematiche sociali e culturali legate alle nuove tecnologie.

Nella seconda metà degli anni '80 inizia l'impegno dell'azienda nell'ambito dei Beni Culturali: risale al 1986 il progetto per il Ministero dei Beni Culturali e Ambientali denominato "Committenza e artisti nelle collezioni fiorentine", finalizzato alla catalogazione in archivi elettronici di circa 30mila opere d'arte.

Gli anni 1993-1997 rappresentano il culmine dell'esperienza nell'ambito dell'applicazione delle nuove tecnologie al patrimonio artistico/culturale con il progetto "Sistema informativo regionale dei Beni Culturali". Nasce una banca dati ed immagini di 110mila opere d'arte ed un archivio fotografico di 200mila fotogrammi digitalizzati, disponibili on-line. Parallelamente si espande l'attività rivolta al mondo bancario che, da solo, copre il 48% del fatturato totale del gruppo. Gli istituti trovano nell'azienda risposte a tutte le esigenze relative a formazione, fotocopiazione, microfilm, software, scanner e dischi ottici.

Il decennio 1996-2006 è caratterizzato da una ristrutturazione in seguito ad un periodo di forte crisi che porta l'azienda ad orientarsi e ad aprirsi verso altre aree di business. Nel 1998 Bassilichi diventa azienda

unica. Nel capitale sociale entrano nuovi investitori quali Monte dei Paschi di Siena e successivamente Fondo Sici Centro Invest e Finanziaria Senese di Sviluppo. Anche i dipendenti sottoscrivono una quota di partecipazione pari al 12% del nuovo capitale sociale: si tratta di una delle prime esperienze di questo tipo in Italia. Alla fine degli anni '90, Bassilichi inizia a elaborare progetti anche per l'Unione Europea: la prima commessa riguarda il progetto I.T.G.C. (Information Transfer on Cultural Goods). Nel 1999

arriva il riconoscimento da Microsoft quale Certified Partner e nel 2005 di Gold Certified Partner. Nel 2004 Bassilichi estende il presidio territoriale nell'Italia settentrionale e consolida il proprio ruolo di player di rilievo nella monetica con l'acquisizione della filiale italiana di De La Rue Cash Systems, gruppo leader nel campo delle soluzioni per la gestione del contante. Nel biennio successivo l'offerta aziendale si amplia ulteriormente con l'acquisizione delle partecipazioni di controllo di eBs SpA e Saped Servizi. Grazie a questi accordi il trasporto valori e la vigilanza entrano a far parte delle soluzioni in outsourcing per la gestione di ATM, sportelli self service e dispositivi cash in / cash out e la filiera dei servizi rivolta agli istituti di credito viene completata dalle attività di back-office bancario.

Nel 2007 l'azienda festeggia 50 anni di storia, consolidando ed ampliando il proprio posizionamento nella monetica, nel back office e nella sicurezza. Attraverso l'acquisizione dell'80% della società ISH Srl, Bassilichi estende la sua presenza sul territorio italiano con la creazione di un nuovo centro di eccellenza dedicato agli ATM a Bologna. La Banca Popolare dell'Emilia Romagna entra a far parte della compagine azionaria della società. Nel 2008 Bassilichi si rafforza nell'ambito dei sistemi di pagamento elettronico attraverso due operazioni strategiche: acquisisce il settore di erogazione servizi di DA Sistemi SpA ed entra nel capitale del Consorzio Triveneto.



LA GINNASTICA POCHE MOSSE AL GIORNO PER MAN

di Paul Dennison



PAUL DENNISON

Dr. Paul Dennison, pedagogista americano, sviluppò negli anni sessanta un programma basato su semplici movimenti corporei per l'integrazione emisferica chiamato Brain Gym. Lavorando con alunni con difficoltà di apprendimento scoprì che i suoi studenti, spesso bloccati in situazioni nuove di apprendimento, non lo erano più quando effettuavano specifici movimenti che stimolavano ambo gli emisferi. Nel corso degli anni e attraverso approfonditi studi neurologici Dr. Dennison insieme con la moglie Gail Dennison, allargò il suo sistema integrando anche programmi per la dominanza emisferica, e per il miglioramento della vista (Vision gym). Il programma della Kinesiologia educativa è in continuo evoluzione. Paul Dennison dirige la Facoltà di Kinesiologia educativa (Edu-K Foundation) a Ventura, California e scrive libri insieme con Gail Dennison.

Brain Gym®, letteralmente ginnastica cerebrale, consiste in una serie di esercizi semplici e divertenti utilizzati nella Kinesiologia educativa per mettere in comunicazione le diverse parti del cervello e stimolare l'apprendimento globale. Viene utilizzata nell'ambito della kinesiologia educativa (edu-K). Si tratta di una metodologia che, come dice il nome, sintetizza due importanti concetti: Educare ed educazione, infatti, derivano dal latino ex ducere (tirare fuori); kinesiologia deriva dal greco kinesis che significa movimento; la kinesiologia educativa è quindi un sistema potenziante che utilizza il movimento per "tirare fuori" le potenzialità nascoste in ciascuno di noi e per renderle immediatamente fruibili.

Nel 1991 la National Learning Foundation ha riconosciuto Brain Gym® come una delle migliori tecniche per migliorare l'apprendimento utile anche per affrontare blocchi come la dislessia, la disgrafia, discalculia e difficoltà di concentrazione.

Gli esercizi di Brain Gym® sono adatti a persone di qualsiasi età, dal bambino che li esegue come fossero un gioco, all'adulto o l'anziano che possono trovarli utili per svolgere tutte le attività lavorative che necessitano di concentrazione, lettura, creatività organizzazione o per superare impasse di carattere emotivo come ansia, panico, paura, senso di inadeguatezza, vergogna di parlare in pubblico etc.

Brain Gym® si muove da presupposti diversi dai metodi di insegnamento tradizionali; questi ultimi si basano sull'idea che per apprendere cose nuove dobbiamo essere motivati, e che i contenuti da apprendere debbano essere rinforzati attraverso la ripetizione e l'esecuzione di esercizi in modo da stampare i nuovi concetti in maniera chiara e presumibilmente indelebile, nella nostra mente;

Tuttavia sappiamo tutti che seguendo questo percorso alcuni imparano ed altri no!

E' come se alcune persone sia in età adulta che in età scolare, spengessero (Dennison usa il termine "switched off") i propri meccanismi di integrazione cerebrale che sono invece fondamentali per imparare.

La soluzione di questo problema è un apprendimento che coinvolga tutto il cervello attraverso movimenti specifici (esercizi di BRAIN GYM®) che permettono di accedere a parti del cervello fino a quel momento non facilmente accessibili; i risultati di questi movimenti sono sorprendenti ed immediati ed hanno un effetto duraturo nel tempo.

L'elaborazione di questi esercizi è il frutto dell'arguta valutazione da parte del Dr. Dennison della complessità della struttura del cervello, la funzione delle sue parti ed il loro interagire nel processo di apprendimento.

Il cervello infatti è un organo tridimensionale composto dalla corteccia cerebrale con i due emisferi destro e sinistro, il cervello medio con il sistema limbico – sede delle emozioni, e del tronco cerebrale – sede dei meccanismi di sopravvivenza. Ad ognuna di queste parti il Dr. Dennison attribuisce una "dimensione" che connette le varie parti, rispettivamente la dimensione della lateralità (connessione tra i due emisferi cerebrali); Dimensione della focalizzazione (connessione tra i lobi frontali e il tronco cerebrale e la dimensione della centratura (connessione tra i lobi frontali e il mesencefalo – sistema limbico).

La dimensione della lateralità permette di attraversare la linea mediana del corpo e lavorare in quella che Paul Dennison chiama campo mediano del corpo, dove il campo visivo destro e sinistro si sovrappongono in modo che gli occhi ed i muscoli ad essi connessi lavorano così bene insieme da sembrare uno; risultano così migliorate la visione, l'ascolto bilaterale e la parte destra e sinistra del corpo lavorano in sintonia.

Talvolta alcuni bambini risultano pronti per attività che richiedono il coordinamento di tutto il corpo, come ad esempio lo sport o il gioco mentre tutte le attività che richiedono un'attenzione più precisa degli occhi, le orecchie o le mani come leggere, ascoltare o scrivere creano loro grandi difficoltà. (o viceversa) Attraverso gli esercizi di bilateralità si migliora la comunicazione tra le due parti e si sviluppano entrambe queste sfere.

A CEREBRALE

NTENERE EFFICIENTE IL CERVELLO

esercizi

CROSS CRAWL



Come si esegue

In piedi eseguire una "marcia" sul posto toccando alternativamente con una mano il ginocchio opposto. Eseguire per 4-8 volte.

A cosa serve

Attiva contemporaneamente i due emisferi. Migliorando così le capacità di lettura, ascolto, scrittura e la memoria. Migliora la coordinazione destra/sinistra, genera una maggiore consapevolezza della coordinazione e dello spazio e migliora la vista.

DIMENSIONE DELLA FOCALIZZAZIONE

La dimensione della focalizzazione è l'abilità di attraversare la linea mediana della partecipazione che separa la parte anteriore dalla parte posteriore del corpo così come i lobi frontali dal tronco cerebrale. Se queste due parti non sono in comunicazione si hanno difficoltà di espressione, di partecipazione attiva al processo educativo, disattenzione, iperattività o viceversa, eccessivo sforzo.

Lo sblocco del focus si ottiene con esercizi che integrano il posteriore con l'anteriore.

THE OWL (La civetta)



Come si esegue

Con la mano sinistra stringere la parte superiore del muscolo della spalla destra, vicino al collo. Inspirare profondamente. Espirare lentamente ed allo stesso tempo girare lentamente la testa verso la spalla destra; ispirare mentre si porta la testa al centro. Espirare mentre si gira la testa verso la spalla sinistra. Inspirare nuovamente mentre si gira la testa nuovamente verso il centro. Espirare mentre si abbassa la testa verso il petto. Inspirare mentre la si rialza nuovamente. Ripetere tre volte per direzione.

Eseguire l'esercizio con la spalla destra..

A cosa serve

Migliora la capacità di esposizione orale, l'esecuzione di calcoli matematici, il lavoro al computer, la memoria a breve e lungo termine.

DIMENSIONE DELLA CENTRATURA

La dimensione della centratura è quella che permette di attraversare la linea di divisione tra la parte superiore e la parte inferiore del cervello e quindi tra la sfera emotiva (cervello libico) e quella del

pensiero astratto (lobi frontali).

L'incapacità di rimanere centrati provoca stati di ansia, panico, paura irrazionale e l'incapacità di esprimere le proprie emozioni.

Gli esercizi di centratura permettono di riequilibrare il flusso elettromagnetico del corpo rilassandolo e predisponendolo al processo di apprendimento.

PUNTI DEL CERVELLO



Come si esegue

Appoggiare una mano sull'ombelico. Con il pollice e l'indice e medio dell'altra mano, cercare le due cavità sotto la clavicola a circa 2 cm dal centro del petto, dove lo sterno e la clavicola si incontrano. Massaggiare vigorosamente questi due punti per circa un minuto facendo scorrere gli occhi lungo una linea orizzontale

A cosa serve

Migliora l'afflusso di sangue al cervello, migliora le capacità di lettura, aiuta a correggere la tendenza ad invertire lettere e numeri, migliora attività alla tastiera, incrementa i livelli di energia.

Postilla: Brain Gym è un marchio registrato della Educational Kinesiology Foundation, Ventura, California, USA



Publicità d'epoca - Sostituiscila diventando inserzionista

CIBO E CERVELLO



Bisato sull'ara

La vitamina A e' forse piu' importante della vitamina C, con una grossa differenza: e' piu' difficile da reperire negli alimenti, ne sono infatti provvisti alcuni ortaggi, ma, soprattutto, il fegato degli animali (manzo, vitella) che ormai mangiamo in pochi, terrorizzati come siamo da una discoltura sul colesterolo di cui, a mio avviso, e' piu' la gente che ci campa di quella che ci muore. Eppure basterebbe mangiarne una dose alla settimana per soddisfare il fabbisogno di questa vitamina cosi' importante, visto che essa si deposita nel nostro fegato. Ma la vitamina A e' presente anche in pesci poveri ormai relegati a cene natalizie: l'anguilla e il capitone.

Essi sono anche ricchissimi di grassi nobili del gruppo degli omega tre (acidi salvacuore). Se poi all'anguilla ci aggiungiamo delle foglie di alloro (ricche di principi attivi antiossidanti) possiamo ottenere dei piatti paradisiaci

Con lauro ed anguille i Veneziani di un tempo ottenevano un piatto celestiale che e' il "bisato sull'ara". Il "bisato" nella Laguna Veneta e' l'anguilla e "l'ara" e' la parte posteriore del forno delle vetrerie di Murano. Appoggiata a questa parete c'e' una lastra di pietra caldisima su cui si lascia a temperare il vetro dopo averlo formato o soffiato. Su "l'ara" il vetro si raffredda gradatamente e lentamente - da 640°C a circa 200 - acquisendo in elasticità, in durezza e evitando di rompersi formando pericolose punte. Già nel medioevo i maestri vetrai utilizzavano il calore residuo di questa pietra per cuocersi il pranzo a base di anguilla. Stendevano su "l'ara" un alto strato di foglie di alloro, vi adagiavano l'anguilla tagliata a roccchi e non spelata e ricoprivano il tutto con altro alloro. La funzione delle foglie era triplice: proteggevano il pesce dal calore intenso della pietra, lasciavano colare l'abbondante grasso che così abbandonava definitivamente il pesce e evitavano alle carni di asciugare per disidratazione. Quando la pietra si raffreddava completamente il "bisato" era pronto: magro, cotto a puntino, morbido e straordinariamente profumato. Oggi una cottura lenta dell'anguilla per cessione di calore, può essere realizzato nel forno di casa, avendo l'accortezza di predisporlo al massimo e mano a mano abbassare la temperatura, fino a spegnerlo. Il tempo di cottura e' di circa 2 ore. Cosa ci offre questo piatto? Tante sostanze aromatiche dell'alloro, tanti omega tre, proteine nobilissime e soprattutto un costo veramente basso. www.cirovestita.it



Il Dott. Ciro Vestita riceve nei suoi studi di Via Mazzini 73, Pisa, tel. 050 501937 Piazza della Stazione 2, Firenze, tel. 055 295112



LE RICETTE DEL CERVELLO

per 2 persone

POLPETTINE DI AGNELLO

400gr di macinato di agnello
1 cipolla di tropea fresca
curry in polvere
peperoncino in polvere
coriandolo in polvere
brodo vegetale
un pizzico di farina
olio extra vergine d'oliva

Mettere in una scondella il macinato di agnello e aggiungere la cipolla cruda grattugiata e tutte le spezie.

fare delle polpettine della grandezza di una ciliegia. Passarle nella farina mettere in una padella antiaderente l'olio aggiungere le polpettine sfumate con il brodo vegetale aromatizzato con un cucchiaino di curry cuocere per una 20 di minuti.

servire con cipolle stufate.



1KG DI CIPOLLE FRESCHE DI TROPEA (si possono usare anche quelle secche)
BRODO VEGETALE
OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA

Prendere una pentola di coccio tagliare finemente le cipolle stufare le cipolle facendoli perdere la loro acqua quando si sono ammorbidite non devono imbondire ricoprirle aggiungere un litro e mezzo di brodo vegetale a fine cottura frullare il tutto condire con l'olio

VARIAZIONI SULLA ZUPPA DI CIPOLLE N1

prendere delle piccole zuppe che possano andare nel forno elettrico o eventualmente nel microonde.
mettere la zuppa di cipolle nei contenitori e cospargerla di scamorza affumicata tagliata sottilissima lasciate che il formaggio si fonda e servire caldissima.

VARIAZIONI SULLA ZUPPA DI CIPOLLE N.2

tostate del pane toscano possibilmente cotto a legna e del giorno prima passatelo in una padella antiaderente con l'olio e del rosmarino cospargere la zuppa con i cubetti di pane e del parmigiano mettete in forno per qualche minuto e servite la zuppa caldissima

PEPOSO

GR 240 DI MUSCOLO DI MANZO
POMAROLA - CIPOLLA
SEDANO - PEPE A MULINELLO
SALE - OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA



tagliate a cubetti la carne prendere una casseruola e mettere tutti gli ingredienti a crudo coprirli con dell'acqua e cuocerli per un'ora e mezzo a fuoco lento di tanto in tanto cospargere la carne di pepe fresco trascorso il tempo lasciare riposare il tutto consiglio di gustare questo piatto il giorno dopo la sua preparazione.

SEPIE CON CARCIOFI

600GR DI SEPIE
8 CARCIOFI - AGLIO - PEPERONCINO
OLIO - BRODO DI PESCE
MEZZO BICCHIERE DI VINO BIANCO
2 POMODORI MATURI
BASILICO
OIO EXTRA VERGINE D'OLIVA



Mettere l'olio in una padella con aglio e peperoncino scaldare e mettere le sepie tagliate a listarelle quando diventano bianche sfumate con il vino mettete i carciofi tagliati a spicchi aggiungete il brodo di pesce e i pomodori a cubetti e cuocete per 45/60 minuti.

RISOTTO CON BROCCOLI

500GR DI BROCCOLI
140GR DI RISO
BRODO VEGETALE
PAPRICA
AGLIO SALE PEPE
OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA
PEPERONCINO



Lessare i broccoli per circa 10 minuti in acqua bollente salata. mettere in una casseruola olio, aglio, peperoncino, broccoli, fateli stufare per circa 5 minuti, aggiungete il riso e fatelo stufare in seguito aggiungete il brodo e portare a cottura mescolando spesso. Spegnete il fuoco e aromatizzate con la paprica. Questo procedimento potete utilizzarlo per tutte le verdure tipo carciofi, zucca, porri, zucchine.

Le ricette sono tratte dal libro "Dimagrire in Allegria" di Ciro Vestita e Silvia Carlotta Biancalana, edito da Maria Pacini Fazzi Editore

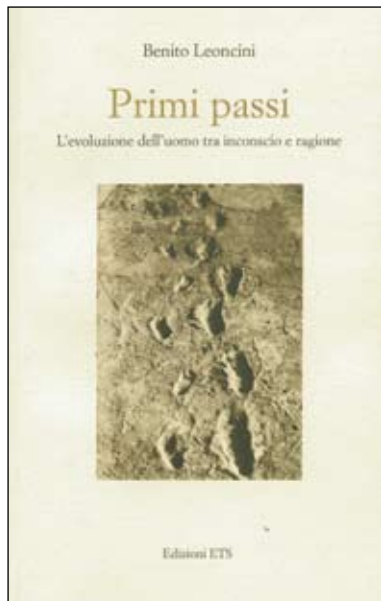
LIBRI E CERVELLO



ARDORE

profumo
colonia
brillantina

Publicità d'epoca - Sostituiscila diventando inserzionista



PRIMI PASSI
di Benito Leoncini

A distanza di un secolo e mezzo dall'originale teoria di Darwin e dopo le grandi conquiste scientifiche degli anni più recenti, tra cui specialmente quelle della genetica, nessuno ormai può negare l'evoluzione naturale, sebbene molti punti interrogativi restino ancora aperti, lasciando ampio spazio alla conflittualità tra fede e conoscenza ad alle diverse opinioni anche nell'ambito della scienza stessa. Come e perché la nostra specie è giunta ad un così alto grado di sviluppo? Che cosa resta nella mente dei più remoti passaggi evolutivi? Che cos'è l'inconscio e come interagisce con le funzioni cognitive superiori? Sono questi alcuni degli interrogativi che si affrontano in questo libro, valutando, sul piano della biologia evuzionistica, l'interazione delle funzioni fondamentali - comuni a tutto il regno animale - con quelle più elevate, proprie della specie umana, arrivando così a delineare un quadro meno astratto della nostra natura e degli aspetti più enigmatici del nostro agire. All'interno del libro c'è una interessantissima postfazione scritta da Roberto Caparvi, professore ordinario della facoltà di economia aziendale dell'Università di Pisa.



INVENTARE LA MENTE
Come il cervello crea
la nostra vita mentale

Di

Raffaello Cortina Editore 2009

Un tempo i filosofi potevano solo congetturare cosa succedesse nella testa degli altri. Oggi neurologi, neurofisiologi e psicologi dispongono di sofisticatissime tecniche per vedere quello che capita dentro la nostra scatola cranica. Questo libro di Chris Frith, neuroscienziato americano, mostra in modo abbastanza accessibile al pubblico come il cervello crei il nostro mondo mentale, cercando di stabilire le relazioni fra emozioni, vissuti, percezioni, sentimenti, personalità, carattere e temperamento con il cervello, la sua chimica e le sue strutture.



IL DISTURBO DI PANICO
Mario di Fiorino / Guido Jacopo Massei
Psichiatria & Territorio

L'attacco di panico ha una sintomatologia estremamente variabile e può simulare patologie cardiache, respiratorie, neurologiche o gastro-intestinali. La durata è generalmente breve, varia da pochi minuti ad un massimo di mezz'ora. I sintomi non sono controllabili né modulabili, non ci si può rilassare e frenare la crisi nonostante si abbia la consapevolezza che si tratta di un episodio d'ansia. Di solito viene provata una sensazione di forte malessere, paura di morire o di impazzire, accompagnata da tachicardia, palpitazione, senso di oppressione alla gola o al torace e difficoltà a respirare. Benché breve, vista l'intensità dei sintomi, la crisi sembra interminabile. La paura può essere così intensa che si arriva a provare un sentimento di morte imminente, ancor più che in molte malattie organiche. Il Disturbo di Panico è una condizione estremamente comune nella popolazione generale, ciò nonostante, spesso, i sintomi non vengono riconosciuti o curati. E' un vero peccato perché le moderne strategie terapeutiche, sia farmacologiche che psicoterapiche, consentono un notevole miglioramento fino anche alla remissione completa. Un aspetto problematico è la carenza di strumenti informativi per il grande pubblico. Il piccolo volume di Mario Di Fiorino e Jacopo Massei, del reparto di Psichiatria dell'Ospedale Versilia, fornisce una guida chiara e sufficientemente comprensibile al disturbo. Solo avendo consapevolezza della propria condizione il paziente potrà affrontare ed avere successo nel proprio percorso terapeutico.



IL CERVELLO DELLE DONNE
Di IOUANN BRIZENDINE
Rizzoli (2009)

Perché alcuni uomini tradirebbero la moglie persino con la vicina di casa ottantenne e altri sono talmente monogami da risultare appiccicosi? Studi condotti sul topo muschiato dimostrano che in loro la monogamia dipende dai recettori della vasopressina (un ormone rilasciato durante l'atto sessuale) presenti nel cervello. Il topo delle praterie memorizza odore e aspetto della compagna e da quel momento diventa un irreprensibile padre di famiglia; quello montano invece ha recettori diversi e rimane un indomabile playboy. Se le femmine della specie umana tuttavia vogliono sapere in anticipo il tasso di fedeltà del partner faranno meglio a informarsi sui precedenti del futuro suocero perché i geni dei recettori si trasmettono di padre in figlio. Con questi e altri esempi Louann Brizendine svela i misteri del cervello maschile spiegando alle donne come stimolare l'istinto paterno come interpretare l'apparente indifferenza emotiva come dialogare con un uomo e insomma come capirlo
> Prima - o invece - che lui capisca se stesso.

LA CONFRATERNITA DELLA SS. TRINITA', DI MARIA SS. ADDOLORATA E DI S. VINCENZO CONFESSORE

La confraternita della SS. Trinità, di Maria SS. Addolorata e di S. Vincenzo Confessore è una fra le confraternite laicali più antiche del castello di Camaiore. Dai capitoli della stessa compagnia risulta infatti che fu costituita in Camaiore il 10 maggio 1492, pochi anni dopo la canonizzazione di S. Vincenzo Ferreri, al tempo in cui era vescovo di Lucca Nicolao II Sandonnini. I confratelli erano chiamati a promuovere il culto religioso con maggiore diligenza, carità e pietà nel nome di Dio, impegnandosi nell'estirpazione dei vizi, nella pratica delle virtù cristiane e nel culto di Maria Addolorata.

La confraternita ha avuto sempre sede nella chiesa della SS. Trinità e di S. Vincenzo Confessore, comunemente detta dei Dolori.

In base agli statuti del 1492 periodicamente tutti i confratelli e le consorelle eleggano i responsabili della confraternita, e si ritrovavano per discutere dei problemi e delle iniziative da intraprendere. L'ultimo aggiornamento dello statuto è stato redatto il 20 Aprile 1947 in conformità al modificato Codice di Diritto Canonico e dei nuovi Sinodi Diocesani del 1936 e 1946. Fino alla fine degli anni '60, la confraternita dei Dolori era fortemente radicata sul territorio, con un gruppo affiatato di confratelli guidati dal Parroco e dai priori che si sono succeduti e un segno indelebile nella confraternita è stato il contributo dato dai numerosi consiglieri succeduti nel corso degli anni. Un particolare ruolo è svolto dal Capo degli Uffici, preposto all'organizzazione delle varie attività della Confraternita. Egli rappresenta una figura di rilievo all'interno della chiesa per la continuità della tradizione e per l'esercizio delle varie pratiche religiose. Oggi la difficile e laboriosa organizzazione delle manifestazioni presenti nella chiesa la si deve all'impegno di Alcide Gianneccchini, Ubaldo Gianneccchini Ubaldo, Pier Luigi Gianneccchini, Salvatore Pieraccini, Riccardo Zucconi, Mauro Pellegrini, Vincenzo Chicchi, Pierpaolo Dinelli, e Marco Da Prato, i quali, grazie anche al contributo dell'Ac-

cademia delle Mura, riescono a mantenere vive le nostre antiche tradizioni. Nel corso degli anni le opere della confraternita sono sempre state numerose, dimostrando un particolare impegno soprattutto nel mantenimento della chiesa, nella partecipazione a manifestazioni ecclesiastiche e di culto, nel suffragio per i defunti, nell'organizzazione delle solenni festività celebrate nella propria chiesa, tra le quali due in particolare la SS. Processione di Gesù morto che si svolge con cadenza triennale, e la ricorrenza della SS. Madonna Addolorata che si ripete ogni anno nel mese di Settembre. La confraternita è famosa soprattutto per il suo coro, legato alla già citata processione del Gesù Morto. Sono circa settanta i camaioresi di tutte le età che ne fanno parte, divisi in soprani, tenori e baritoni, provenienti da ogni frazione del comune, diretti dal Maestro Vincenzo Lucchesi. Il coro "Città di Camaiore Grandi Eventi e Triennale" ha realizzato un cd con i canti religiosi che esegue nelle più importanti manifestazioni locali, e non solo, in particolare nella triennale: in esso troviamo, tra gli altri, brani dei maestri Bernini, Petrucci, e Donati.

Tra pochi giorni inoltre, uscirà il Dvd ufficiale sulla Triennale Processione del Gesù Morto, un viaggio tra emozionanti immagini d'epoca e contributi di attuali organizzatori, coristi e autorità. Il ricavato delle vendite di cd e dvd sono destinati all'Associazione Onlus A.G.B.A.L.T. (Associazione Genitori Bambini Affetti da Leucemia e Tumore) di Pisa, Ospedale S. Chiara, Reparto Oncoematologico Pediatrico, a sostegno del progetto definito "L'ISOLA DEI GIRASOLI", che si prefigge di costruire una struttura ricettiva per accogliere bambini e famiglie, sia italiani che stranieri, che devono affrontare una terapia che può durare 2 anni ed oltre.

Per chi volesse avere maggiori informazioni su cd e dvd e sulle attività di solidarietà, ma anche sui cenni storici della Processione, e sul Coro "Città di Camaiore", la Confraternita è on line al sito www.chiesadeldolori.it.



IRONIA E CERVELLO



Publicità d'epoca - Sostituiscila diventando inserzionista



Ettore Borzacchini

La Cucina del *Borzacchini*

Basta eccendere la televisione e scarrellare un po'. A qualsiasi ora del giorno o della notte è quasi impossibile non imbattersi in qualcuno che spadella o agita un bicchiere di vino rosso trovandovi dentro di tutto: dai profumi fruttati alle puzze d'asfalto. Anche i giornali con le ricette non scherzano. Persino il nostro ha una pagina dedicata al Cibo e Cervello. Ebbene, la cucina del Borzacchini è un'altra cosa. Qui di seguito vi proponiamo due recensioni di piatti che sicuramente, durante l'estate appena finita, abbiamo mangiato almeno una volta.

Insalata di riso

Diciamo la verità: l'insalata di riso fa schifo. Aldilà del fatto che siamo obbligati ad accoglierla con acclamazioni di rito quali: "Oooh, stasera c'è una bella insalata di riso...!" e a decantarne pregi risibili come: "E' leggera e gustosa e poi è un pasto completo...", essa è unta, incoerente e stolido come un vicesindaco socialista, pastone da galline balcaniche, negazione totale del cibo cucinato ed ingiuria perenne all'intelligenza alimentare.

Quando il riso sia duro e malcotto, ma vigliaccamente gelato, esso fa mappazza all'epiglottide in grumi nodosi tetràgoni perfino all'acido muriatico; quando invece sia spampanato e colloso s'impasta su palato e gengive e si fa calcestruzzo inespugnabile nelle orride caverne delle carie, richiedendo l'ausilio dell'infame dito per rimuoverne i miserevoli resti; questo sarebbe nulla se nell'iniquo miscuglio non s'annidassero compàgini rutilanti di sottoli e sottaceti, farisaicamente allegri e colorati - olivette grinzose, peperoncelli scherzosi, cetriolame assortito - con il compito di anestetizzare le papille in vista delle delizie supreme: il rinvenimento d'un pezzetto di tonno tiglioso o di mezzo pomodoro moscio e bavoso o di un'acciuga salatissima e viperina.

Talora - in funzione di legante - s'aggiungono maionese a strizzo da quei tuboni formato caserma che entusiasmano la famigliole televisive e, come inerti, tòcchetti di groviere ingiallite da lunghi soggiorni in frigorifero ed ivi incuoitesi

come calcagni di frate cappuccino.

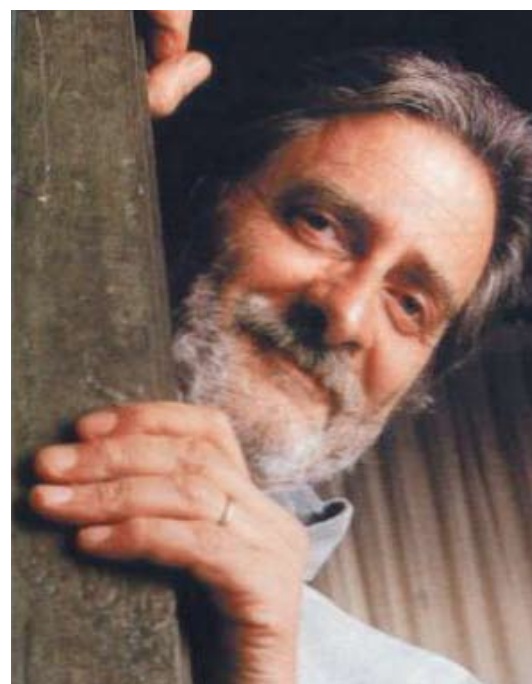
Ma anche questa è una risorsa dell'estate e ce ne cibiamo, tristi come beduini.

Pasta fredda

Ulteriore anatema merita e senza mezzi termini un'altra infamia delle mense estive: la pasta fredda, altrimenti detta insalata di pasta. Alle nequizie della già mentovata insalata di riso e della tapina panzanella, imperanti nei menù delle cimardose anfitrione che organizzano cene in piedi, in questo caso si aggiunge l'omicidio premeditato e consapevole dell'alimento per eccellenza, la pasta appunto.

Colei che, nella sua infinità bontà, una volta cucinata e condita a dovere e quandanche avanzata dalla sera prima, può essere resuscitata a bagno maria o risaltandola in padella (chi non ha a mente "e' maccarune scarfate" del grande Eduardo ?) viene invece definitivamente assassinata tramite bollitura e poscia mummificata in àlgida manipolazione con la complicità di alcuni imbelli pomodori dalle inette culone del pret a porter gastronomico, le quali hanno l'impudenza di battezzare "un primo piatto leggero, fresco e invitante" quella che ormai non è che una povera ed offesa salma da tumulare pietosamente.

E così il gentiluomo cui venga offerta una luttuosa ramaiolata di larvate farfalline o di defunti rigatoni in tal guisa seviziati, conviene che opponga con gesto gnomico della mano un virile rifiuto alla pur vispa e pimpante padrona di casa, pronunciando la fatidica frase: "Quelli li te li mangiate, trogolona..." e che si rivolga con maggior soddisfazione e profitto a un altrettanto freddo, ma onesto ed intemerato, ovo sodo.



Giorgio Marchetti



**pellegrinetti
arredamenti**

CAPEZZANO PIANORE, LU
0584.913137 VIA SARZANESE 189



GINNASTICA DEL CERVELLO

TEST DELLA DIPENDENZA DALLA TV

1 - Per quante ore al giorno rimane accesa la tua tv?

- Un'ora o meno |0|
 Un paio di ore |1|
 3-4 ore |2|
 5 ore o più |3|

2 - Ti capita di lasciare la tv accesa anche se non hai nulla di particolare da seguire?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

3 - Tieni la televisione accesa quando pranzi e ceni con altre persone? (es: con i familiari)

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

4 - Spegni la tv quando parli con altre persone?



- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

5 - Preferisci guardare la tv da solo o in compagnia?

- Da solo |2|
 In compagnia |1|
 È indifferente |0|

6 - Ti capita di provare una sensazione di benessere (relax) mentre guardi la tv?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

7 - Provi mai un forte desiderio di accendere la tv?

- Sempre |3|
 Spesso |2|
 A volte |1|
 Mai |0|

8 - Trovi che la televisione ti tenga compagnia?

- Sempre |3|

- Spesso |2|
 A volte |1|
 Mai |0|

9 - Preferisci rimanere in casa per seguire un programma o un film di tuo interesse in tv oppure uscire con gli amici?

- Rimanere in casa alla tv |1|
 Uscire con gli amici |0|

10 - Ti addormenti mai con la tv in sottofondo?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

11 - Ti succede mai di dimenticare la tv accesa mentre sei impegnato in altre attività e di ricordartene solo dopo ore?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

12 - Segui i programmi televisivi anche mentre svolgi attività impegnative dal punto di vista mentale? (calcoli, lettura, scrittura)

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

13 - Quando segui un programma di tuo interesse ti infastidisce che gli altri par-

lino o commentino?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

14 - Durante la pubblicità ti alzi e fai qualcos'altro?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

15 - La televisione rappresenta per te la principale fonte di informazioni?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

16 - Quando sei in vacanza in posti nuovi è importante per te avere la tv in camera?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

17 - Trovi che senza tv la vita sarebbe incompleta?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

18 - Trovi che i programmi di informazione offrano una



panoramica completa ed affidabile dei fatti del mondo?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

19 - Ritieni che sia sempre reale ciò che viene mostrato in televisione?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|

20 - Ritieni che la televisione possa essere pericolosa? (es: influenzare la mente, creare complessi o disagi)?

- Mai |0|
 A volte |1|
 Spesso |2|
 Sempre |3|



Se hai totalizzato da 0 a 56 punti

Nessuna dipendenza. Non mostri alcun segno di dipendenza dalla televisione, pertanto non hai di che preoccuparti da questo punto di vista. Potresti fare a meno della televisione se la situazione lo richiedesse e probabilmente non ne sentiresti la mancanza. Continua a goderti i tuoi programmi preferiti in tranquillità e tieni gli occhi sempre aperti: quello che viene mostrato nella scatola magica non sempre rispecchia la realtà, ma probabilmente questo già lo sai... Continua così!

Se hai totalizzato da 57 a 113 punti

Media dipendenza. Il tuo livello di dipendenza è nella media; non mostri dunque particolari segni di assuefazione alla tv, ma non ne sei nemmeno del tutto esente. Diciamo che l'idea di possedere una televisione e di poterla guardare quando vuoi ti mette una certa tranquillità, e se dovessi fare a meno della tv da un giorno all'altro ne sentiresti probabilmente la mancanza. Saresti comunque in grado di abituarti alla sua assenza abbastanza rapidamente. Fai sempre attenzione a non lasciarti coinvolgere troppo da ciò che vedi in televisione e mantieni sempre uno spirito critico verso tutto quello che ti viene mostrato. Buona visione!

Se hai totalizzato da 114 a 172 punti

Elevata dipendenza. Presenti un livello di dipendenza dalla televisione superiore alla media. Pare che per te la tv sia una buona amica della cui compagnia non potresti né vorresti fare a meno. Non c'è niente di male in questo, purché tale bisogno non diventi abbastanza forte da portarti all'allontanamento dalle persone che ti stanno accanto. In fin dei conti ciò che viene mostrato nella scatola magica non sempre rispecchia la realtà, e il suo fascino sta anche in questo; tuttavia il rischio è quello di considerare reale ciò che non lo è. Insomma, è vero che la televisione possiede una forte attrattiva, ma ricorda sempre che nasconde anche molte insidie.

DEL CERVELLO

MEMOS E ULTRA APRONO NUOVE FRONTIERE PER LA RIABILITAZIONE POST-ICTUS

Due macchinari, e un modo nuovo di intendere la riabilitazione post-ictus sono gli elementi innovativi che il gruppo Giomi ha recentemente immesso sul mercato.

Il primo dei due macchinari è "Memos", un robot che dialoga con un computer e che attraverso uno schermo aiuta il paziente colpito da ictus nella riabilitazione dell'arto superiore. Questo macchinario, che segna una rivoluzione nella terapia riabilitativa computer-assistita, è il frutto della collaborazione tra il Gruppo Giomi e la Scuola Superiore Sant'Anna. "Il paziente che deve fare riabilitazione dopo un ictus, grazie all'assistenza di questo dispositivo, esegue esercizi seguendo un compito motorio virtuale sullo schermo di un computer



- spiegano i dottori Federico Mayer e Alberto Baroni, del centro riabilitativo di Ulivella e Glicini - che in tempo reale registra le deviazioni dalla traiettoria dell'arto interessato e, applicando una forza esterna sullo strumento guida il paziente a "riapprendere" un percorso corretto". Nella Casa di Cura Ulivella e Glicini l'utilizzo



di questo tipo di macchinari sta dando grandi risultati. "Il grande vantaggio di Memos - spiega la dottoressa Giovanna Macri, coordinatrice del progetto per la Scuola Sant'Anna - è da una parte il basso costo, che lo rende competitivo. Dall'altra la leggerezza del sistema, che lo rende facilmente utilizzabile in ambiente clinico, e un domani anche in ambiente domestico". La collaborazione di Giomi con la Scuola Sant'Anna ha portato ad un grande vantaggio, che sottolineano all'unisono i dottori Macri, Mayer e Baroni: "La collaborazione diretta tra un centro clinico e un centro di ricerca che sviluppa robot è proficua perché c'è sempre la possibilità di tenersi in contatto per apportare eventuali modifiche e rendere la macchina più adeguata al paziente". In questo modo, si è consolidata la strada per un dialogo costruttivo tra il mondo della bioingegneria e della medicina.

Ultra è un dispositivo che permette l'immersione del paziente in un ambiente virtuale tridimensionale attraverso uno speciale manopola ergonomica, collegato ad un software ed impugnato dal paziente.



LA SINERGIA TRA PUBBLICO E PRIVATO FA BENE ALLA RICERCA

Non è un concetto astratto. La sinergia tra sanità pubblica e privata è una realtà concreta e sta dando ottimi risultati. Lo dimostra il modello di Giomi Firenze, che collaborando con realtà sanitarie pubbliche sta toccando traguardi di tutto rispetto. Ne è convinto il dottor Francesco Matera, amministratore delegato del Gruppo, che spiega: "La collaborazione che il nostro Gruppo ha avviato con la Scuola Superiore Sant'Anna di Pisa ha portato alla realizzazione di Memos affiancato dall'apparecchio Ultra, due macchinari assolutamente innovativi per la riabilitazione degli arti superiori. Giomi ha finanziato la ricerca, la Scuola ha realizzato questi dispositivi". Sulla stessa linea anche la collaborazione con Careggi, che a partire dal primo settembre ha trasferito alcuni dei suoi reparti nella Casa di Cura Ulivella e Glicini (una delle due strutture con cui Giomi è presente a Firenze). Si tratta del reparto di Ginecologia, di quello di Chirurgia Robotica e della Neuropsichiatria Infantile. "Il trasferimento di quest'ultima specialità - prosegue il dottor Matera - ha consentito di creare un posto letto di emergenza di Neuropsichiatria Infantile, che fino ad oggi mancava a Firenze". E questi sono i primi tasselli di un'esperienza che potrebbe fare da apripista per altre simili: "Il nostro potrebbe diventare il "modello toscano" - prosegue il dottor Matera - in cui si viene a creare un'unica sanità, con gestione mista degli Istituti di ricovero e cura siano essi pubblici o privati: il privato offre la sua flessibilità, la capacità di investire tempestivamente, e la parte pubblica invece offre il governo sanitario, l'indirizzo da seguire".

AMICI DEL CERVELLO

Mostra "Ilaria dei sogni" di Riccardo Benvenuti organizzata dalla Fondazione Banca del Monte di Lucca

Ultimi giorni per visitare "Ilaria dei sogni", un percorso di 15 opere pittoriche mai esposte prima con le quali il Maestro Riccardo Benvenuti racconta Ilaria del Carretto, un monumento estremamente simbolico per la città di Lucca. Chiude, infatti, domenica 4 ottobre la mostra del pittore lucchese che ha riscosso uno straordinario successo di pubblico fin dal suo primo giorno di apertura (il 12 settembre scorso). Le opere sono esposte nei nuovi locali della Fondazione Banca del Monte di Lucca che organizza l'evento, al numero 7 di piazza San Martino: una zona centrale e vivace anche per lo svolgimento delle feste e delle manifestazioni che in settembre animano il centro storico lucchese. L'esposizione è stata accolta fin da subito con grande interesse, registrando migliaia di presenze. Affollata è stata anche l'inaugurazione dell'esposizione, che si è svolta nella serata di venerdì 11 settembre, ed alla quale hanno preso parte moltissime persone. Oltre al presidente della Fondazione Banca del Monte di Lucca avvocato Alberto Del Carlo ed al Maestro Benvenuti, c'erano anche il presidente della Banca del Monte Roberto Dallari, il presidente del Consiglio Comunale Marco Agnitti, il Questore di Lucca Nicola Santoro e diversi esponenti del mondo dell'arte lucchese. "E' un piacere ospitare le opere che



un grande pittore ha dedicato alla donna più rappresentativa della storia della nostra città, il cui profilo è anche il simbolo della nostra Fondazione", ha dichiarato il presidente Alberto Del Carlo. Ilaria del Carretto era moglie di Paolo Guinigi, Signore di Lucca tra il 1400 e il 1430; morì giovanissima e per volere del marito venne raffigurata nel prezioso sarcofago in marmo realizzato da Jacopo della Quercia ed attualmente conservato nella sacrestia della cattedrale. Uno dei monumenti più rappresentativi di Lucca, l'inconfondibile profilo di Ilaria del Carretto così caro ai Lucchesi è da sempre fonte d'ispirazione e fascinazione anche per l'artista lucchese, che con questa mostra intende raccontare la magia e il mistero che circondano questa giovane sposa addormentata. "Racconto di lei come la immagino - spiega il Maestro Benvenuti -, ritraendola in diversi momenti della vita, a partire da quello in abito rosso e bianco del giorno delle nozze. Cerco di dare forma a quella Ilaria che tutti, vedendola, hanno in qualche modo intuito o immaginato. Disegnandone il profilo o i tre quarti, questa esile figura cambia completamente e diventa iriconoscibile facendo emergere tratti, sensazioni e particolari che normalmente non si osservano, persi nella vista d'insieme".



Usa il CERVELLO e ABBONATI

Il/La sottoscritto/a _____
nato/a a _____ il _____
Residente in _____ Provincia _____
Via _____ N° _____ CAP _____
Codice Fiscale _____ E-Mail _____ @ _____
Tel. Fisso _____ Tel. Cellulare _____

Chiede di essere ammesso/a quale **SOCIO** dell'ATORN - Associazione Toscana per la Ricerca Neurologica - dichiarando in caso di accoglimento di accettare ed uniformarsi allo Statuto Sociale (<http://atornweb.it/statuto.htm>). Ai sensi del codice sulla Privacy (Riservatezza) D.Lgs. n. 196 del 2003, presta il proprio consenso affinché possiate procedere al trattamento dei propri dati relativamente all'esame della presente domanda ed alla sua eventuale iscrizione alla Associazione. **Il sottoscritto si impegna a versare la somma di 30 euro per anno quale quota associativa. Avrà diritto a ricevere gratuitamente copia del giornale trimestrale "Amici del Cervello News" (4 numeri annui).** Distinti saluti.

Data _____ Firma _____

Desidero iscrivermi quale **SOCIO SOSTENITORE**. Il sottoscritto si impegna a versare la somma di 65 euro annui quale quota associativa. Avrà diritto a ricevere gratuitamente copia del giornale trimestrale "Amici del Cervello News" (4 numeri annui)

COMPILA QUESTO MODULO IN OGNI SUA PARTE E INVIALO IN BUSTA CHIUSA A:

Atorn c/o Studio Famesi, Via Cairoli 45, Viareggio (lu)

INSIEME ALLA RICEVUTA DI PAGAMENTO CHE PUO' AVVENIRE CON:
BOLLETTINO POSTALE C/C NUMERO 000010874550
BONIFICO BANCARIO C/C NUMERO IT45H 01030 24800 00000 1619535
INTESTATI ALL'ATORN

Dona il tuo 5 per mille
all' **Associazione Toscana Ricerca Neurologica**

Un gesto che a te non costa niente PER NOI HA UN VALORE GRANDISSIMO

PARKINSON - ALZHEIMER ICTUS - SCLEROSI MULTIPLA EPILESSIA - CEFALEE

Fra le attività dell'ATORN

- Borse di studio per giovani medici, biologi e psicologi per ricerche nel campo neurologico.
- Incontri e convegni sul cervello con ricercatori di grande fama.
- Premio ATORN per la ricerca e la solidarietà. 2006 **Andrea Bocelli e Oleh Hornykiewicz**, 2008 **Giorgio Panariello e Gian Luigi Gessa**.

Il Presidente **Gianfranco Antognoli** Il direttore Scientifico **Ubaldo Bonuccelli**

Come fare?
MODELLO 730
E' FACILE. Comunica al tuo commercialista il codice fiscale ATORN **93005860502** e firma nell'apposito riquadro del modello unico o del 730

CUD
A pagina 5 si trova la scheda, riempiila con il codice fiscale ATORN **93005860502** e firmala.

www.atornweb.it