

UNA, CENTO, MILLE BIOGRAFIE
Marco Fumagalli – Solo per un giorno®
Mercoledì 22 febbraio 2017
Lonate pozzolo





“ Non pensare male se non riesci a ricordare dove hai messo le chiavi; inizia invece a preoccuparti se non riesci a ricordare a cosa servono le chiavi”

Noi siamo la nostra storia



“Se camminiamo in una città, una delle città del nord Italia come Bergamo, Brescia, Cremona possiamo facilmente renderci in effetti conto di questo intreccio tra "io" e "tu" che costituisce il "noi": stili diversi, stratificati, sovrapposti, ramificati, connessi o sconnessi ma presenti, qui e ora, sotto il mio, sotto il suo sguardo. La memoria è simile a questo centro cittadino, strati profondi e strati più recenti convivono. La memoria ha radici profonde, ma queste radici affondano anche nel futuro che ci sta davanti.”

Siamo le date
Siamo i luoghi
Siamo le persone
Siamo le cose
Siamo le azioni, le abitudini e le passioni
Siamo il corpo
Siamo la Musica
Siamo le emozioni
Siamo il carattere





Μνήμων

**Colui che
ricorda....**

SPIEGAZIONI E CONSIGLI PER COMPILARE QUESTO SONO IO

Nome con cui mi piace essere chiamato: Scrivi il tuo nome e cognome sulla prima pagina e il nome con cui vorresti essere chiamato all'interno.

Dove abito: il luogo (non l'indirizzo esatto) di dove vivi e da quanto tempo.

Chi si occupa di me e mi conosce meglio: potrebbe essere tuo marito/moglie, un parente, un amico.

Vorrei che tu sapessi che...: include qualsiasi cosa tu ritenga importante e che possa aiutare chi ti starà vicino a prendersi cura di te (es. ho disturbi di memoria, non sono mai stato in ospedale, sono allergico a...).

Questa è la mia vita (famiglia, casa, la mia storia): include il luogo di nascita, l'educazione, lo stato civile, i figli, i nipoti, gli amici ed eventuali animali domestici.

Interessi presenti e passati, posti in cui ho vissuto: comprende il percorso lavorativo, gli interessi culturali, gli sport praticati e i luoghi che hanno fatto parte della tua vita.

Le seguenti abitudini per me sono molto importanti: a che ora ti alzi oppure vai a letto? Riposi durante il giorno? Ti piace fare uno spuntino oppure camminare in un momento preciso della giornata? Ti piace bere qualcosa di caldo prima di dormire, hai qualche attività che ti piace svolgere durante la giornata? A che ora preferisci fare colazione, pranzo e cena?

Cose che mi possono spaventare o mi fanno arrabbiare: comprende tutto ciò che ti sembra difficile e incomprensibile, l'essere lontano dalla tua famiglia, il sentire dolore, l'essere affamato o avere sete. Elenca i fattori ambientali che ti fanno sentire a disagio (es. volume della voce troppo alto, le porte aperte, un ambiente troppo buio).

Cosa mi fa sentire meglio quando sono ansioso o arrabbiato: comprende cose che ti possono aiutare quando sei in una situazione di stress esempio: parole di conforto, musica o televisione. Ti piace avere qualcuno accanto con cui parlare oppure preferisci stare da solo?

La mia vista e il mio udito: come è il tuo udito? Sentì bene o porti un apparecchio acustico? Porti

occhiali o hai bisogno di altri supporti per la vista?

Come possiamo comunicare: come, di solito, comunichi (es. con le parole, con i gesti oppure in entrambi i modi)? Sei in grado di leggere e scrivere e prendere appunti ti aiuta a ricordare le cose? In che modo comunichi il dolore, la sete o la fame? Includi qualsiasi cosa che possa aiutare chi si prende cura di te ad identificare i tuoi bisogni.

La mia mobilità: riesci a muoverti da solo o hai bisogno di aiuto? Hai bisogno di un ausilio per camminare? Sei in grado di salire e scendere le scale? Riesci ad alzarti da posizione seduta senza aiuto? Hai bisogno di corrimano? Hai necessità di avere una sedia speciale o un cuscino? Qual è la posizione più comoda? Che tipo di attività fisica svolgi?

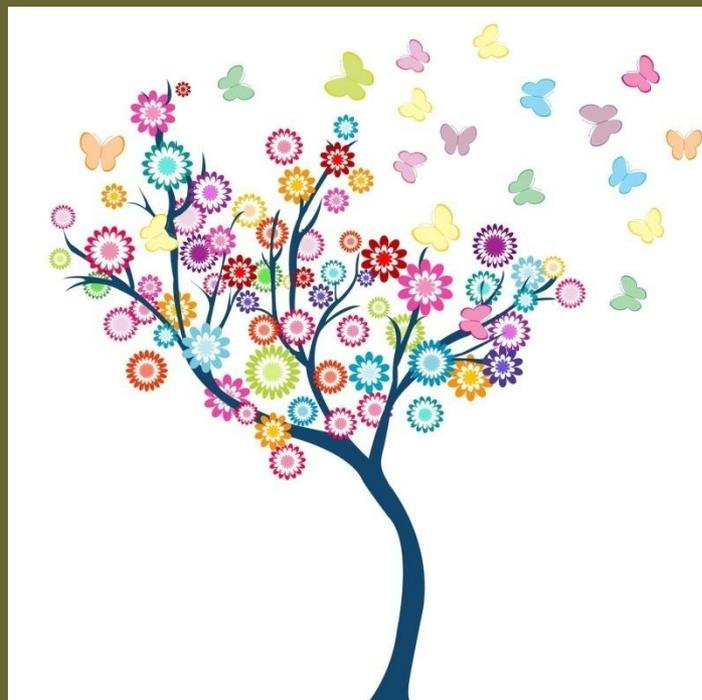
Il mio sonno: qui potrai inserire quanto attiene alle tue abitudini riguardo al sonno. Preferisci dormire con una luce accesa? Fai fatica a trovare il bagno di notte? Hai una posizione preferita a letto, un materasso o un cuscino speciali?

La mia igiene personale: indica le tue abitudini e preferenze riguardo il livello di assistenza nel bagno, nella doccia o in altre situazioni. Preferisci un assistente uomo o donna? Hai preferenze per marche di ausili per l'incontinenza (pannolini), saponi, dentifrici, spazzolini, adesivi per dentiere? Come preferisci che i tuoi capelli siano acconciati?

Come prendo le medicine: hai bisogno di aiuto per prendere le medicine? Preferisci medicine liquide?

Come mangio e come bevo: hai bisogno di aiuto per mangiare o bere? Riesci ad utilizzare le posate o preferisci mangiare con le mani? Vuoi che il cibo sia tagliato in pezzi piccoli? Porti una dentiera o hai difficoltà di deglutizione? Preferisci che il cibo sia frullato? Hai bisogno di addensanti per i liquidi? Indica qualsiasi necessità relativa alla dieta e alle tue preferenze: puoi anche specificare quali sono i tuoi piatti preferiti.

Altre informazioni che vorrei condividere con te: qui puoi specificare ulteriori dettagli riguardo tutto quello che non hai elencato sopra e che può essere utile per conoscerti meglio, esempio i tuoi programmi tv preferiti oppure degli eventi del tuo passato che vuoi condividere.



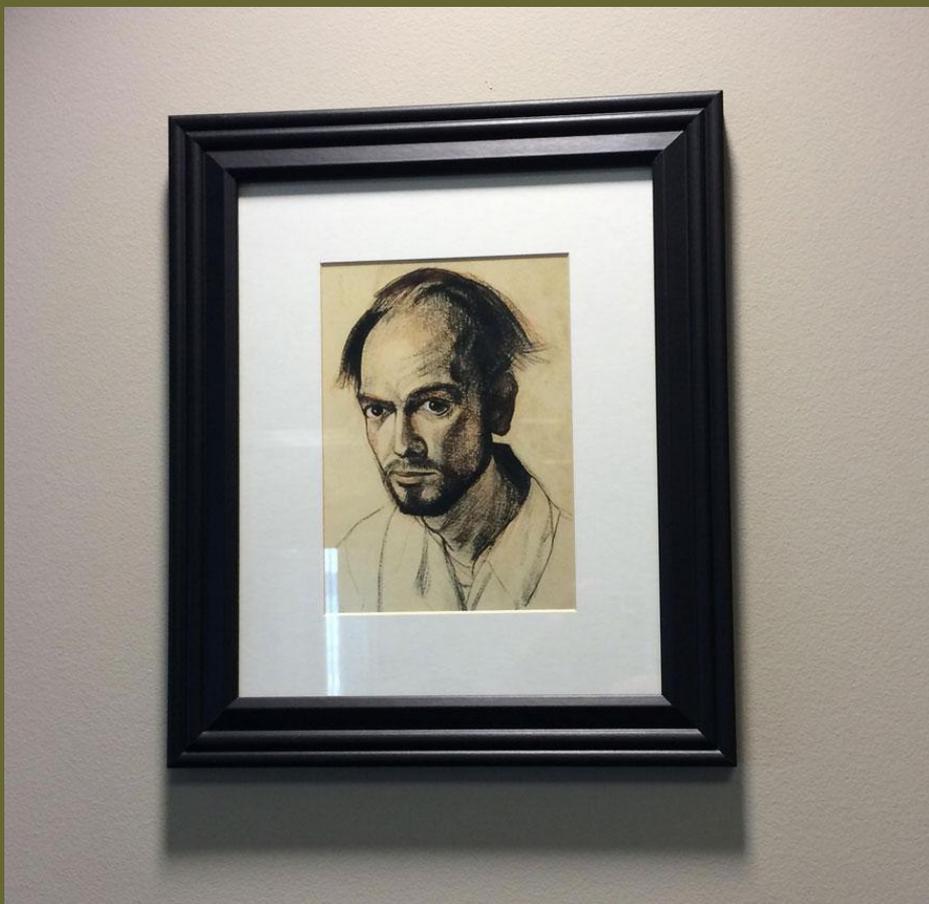
Se hai bisogno di supporto o di ulteriori informazioni, ti preghiamo di contattare "Pronto Alzheimer" allo 02/809767, scrivere a info@alzheimer.it oppure visitare il sito della Federazione Alzheimer Italia www.alzheimer.it.

Federazione Alzheimer Italia - Via Alberto da Giussano, 7 - 20145 Milano



PICCOLI ESERCIZI DI REMINISCENZA BIOGRAFICA



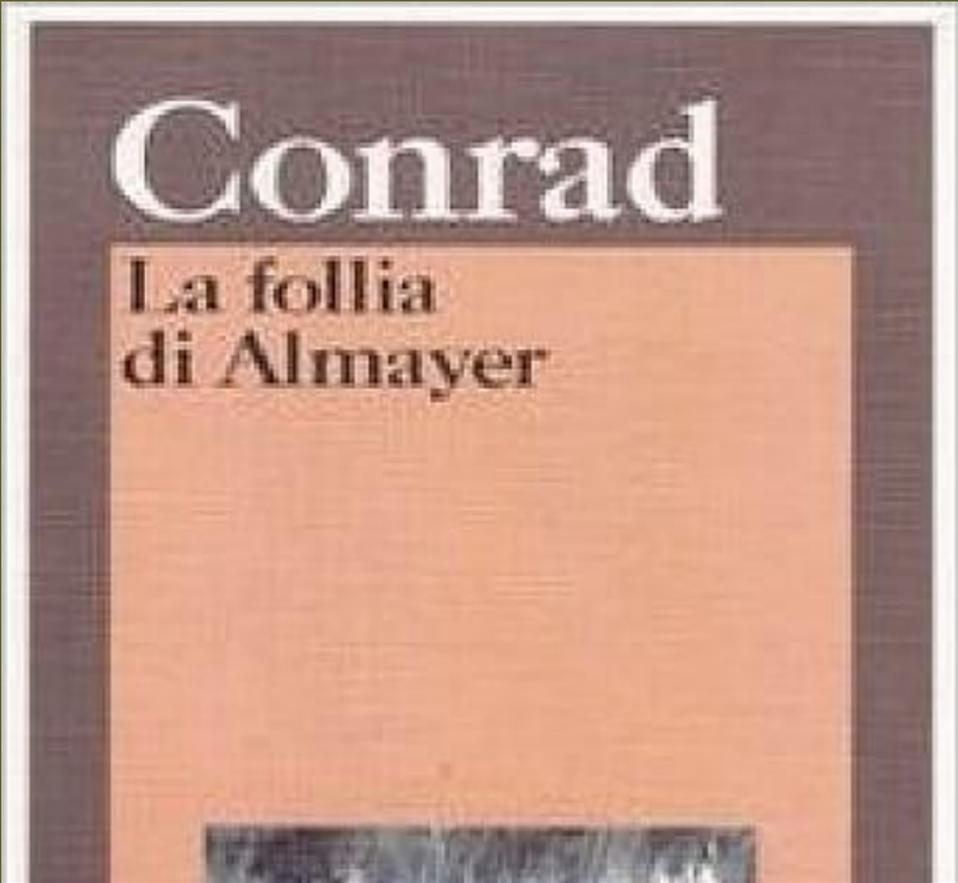


1967

William Utermohlen ha così preso la decisione di documentare la sua evoluzione con degli autoritratti. Un'azione che lo stesso pittore, stimato e ammirato da centinaia di persone, ha voluto intraprendere per capire meglio la sua malattia. Man mano che il **Morbo di Alzheimer** progrediva, William perdeva qualcosa e lo documentava, forse inconsapevolmente, attraverso i suoi autoritratti. Osservandoli è facile intuire una sorta di disgregazione mentale ed emotiva, una progressiva perdita della cognizione di sé. Ed è proprio questo che William ha voluto documentare, la perdita di se stesso causata dal **Morbo di Alzheimer**. Gli autoritratti coprono cinque anni, fino al 2000. Da quel momento in poi, **la sua malattia ha preso il controllo** e dipingere è diventato impossibile. William è deceduto pochi anni dopo, nel **2007**, lasciando in eredità i suoi autoritratti, forse il lato più oscuro e interessante di tutta la sua produzione artistica.

2000



The image shows the cover of a book. The top part of the cover is dark brown with the name 'Conrad' in large, white, serif font. Below this, the title 'La follia di Almayer' is written in a smaller, black, serif font on a light orange background. At the bottom of the cover, there is a small, dark, rectangular image that is partially obscured.

Conrad

La follia
di Almayer

***“Potro’ salvarmi solo
se dimenticherò”***

***“E decise di dimenticare
sistematicamente e con ordine”***

***“Ammonticchiò mucchetti di
sabbia lasciandosi dietro una
Lunga fila di tombe in miniatura”***