

PROGRAMMA

Sabato 23 novembre



- 9.30 **Accoglienza dei partecipanti**
- 10.30 **Apertura del convegno, saluti e introduzione**
(Francesco Vacca)
- 10.45 **Fake news e ricerca**
(Ivano Eberini)
- 11.45 **Punti di vista sulla sclerosi multipla**
(Diego Centonze, Erika Pietrolongo)
- 13.00 *Pranzo*
- 14.30 **I turno di laboratori e gruppi di confronto**
- 16.00 *Coffee break*
- 16.30 **II turno di laboratori e gruppi di confronto**
- 20.30 *Cena*



RELATORI

- Battistini Luca**, neuroimmunologo, IRCCS Fondazione Santa Lucia, Roma
- Bergamaschi Valeria**, fisiatra, Servizio Riabilitazione AISM Liguria, Genova
- Berio Valeria**, assistente sociale, AISM Genova
- Borghi Martina**, psicologa - psicoterapeuta, SCDO Neurologia e Centro di Riferimento Regionale Sclerosi Multipla (CRESM) AOU San Luigi Gonzaga, Orbassano Torino
- Centonze Diego**, neurologo, IRCCS Neuromed, Pozzilli, Isernia
- Eberini Ivano**, ricercatore, Università degli Studi, La Statale, Milano
- Flamingo Giulia**, avvocato, AISM Genova
- Furlan Roberto**, neurologo, Unità ISPE, Istituto San Raffaele, Milano
- Gasperini Claudio**, neurologo, Dipartimento Neuroscienze, Ospedale S. Camillo-Forlanini, Roma
- Martorana Francesca**, psicologa - psicoterapeuta, Asp Vibo Valentia
- Milani Paola**, psicologa - psicoterapeuta, U.O. Neurologia Az. Ospedaliero-Universitaria S. Anna Ferrara
- Nocerino Lucia**, istruttrice, Il Centro J.H Pilates, Roma
- Pietrolongo Erika**, psicologa - psicoterapeuta, Centro SM Università d'Annunzio, Chieti
- Prosperini Luca**, neurologo, Azienda Ospedaliera San Camillo Forlanini, Roma
- Salvetti Marco**, neurologo, Centro Neurologico Terapie Sperimentali, Sapienza Università di Roma, Ospedale S. Andrea
- Uccelli Antonio**, Prof. Ordinario di Neurologia, Direttore Scientifico Ospedale Policlinico San Martino, Sistema Sanitario Regione Liguria Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico, Dipartimento di Neuroscienze, Riabilitazione, Oftalmologia, Genetica e Scienze Materno-infantili (DINOEMI) - Università di Genova
- Vacca Francesco**, Presidente Nazionale AISM Onlus
- Vitiello Silvia**, psicologa psicoterapeuta, Sezione Provinciale AISM Roma



Domenica 24 novembre



- 10.15 **III turno di laboratori e gruppi di confronto**
- 11.30 **IV turno di laboratori e gruppi di confronto**
- 12.45 **Conclusioni e saluti**
- 13.15 *Pranzo*



Segreteria Organizzativa
AISM ONLUS
tel 010 2713257-010 2713273
convegnogiovani@aism.it
www.aism.it

Informazioni utili

- Accoglienza e registrazione dei partecipanti:** a partire dalle ore 9.30 di sabato 23 novembre.
- Check-in:** a partire dalle 14.00 di sabato 23 novembre.
- Check-out:** entro le ore 10.00 di domenica 24 novembre.
- Consumazioni extra ed eventuali pernottamenti extra:** a carico del partecipante, da saldare al momento del check-out.

Laboratori in parallelo

- I gruppi e i laboratori iniziano all'orario indicato** una volta raggiunto il numero massimo di capienza della sala non è più possibile entrare.
- I laboratori esperienziali e i gruppi di confronto** una volta avviati non possono essere interrotti, quindi non è possibile entrare se si arriva in ritardo.
- Molti laboratori vengono ripetuti più volte** se trovi un'aula piena, rivedi il tuo programma e se hai bisogno chiedi allo staff.



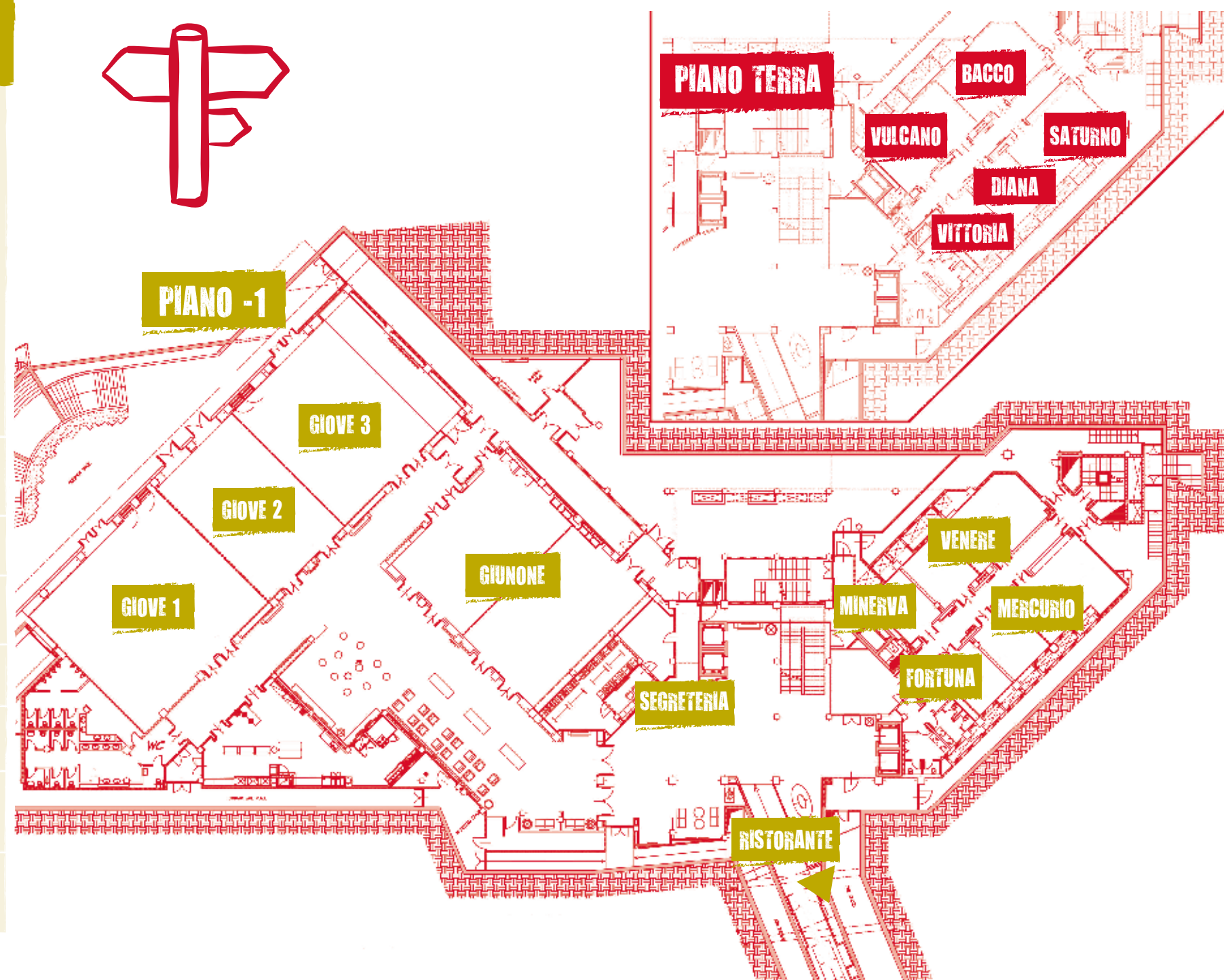
CONVEGNO GIOVANI
23/24 NOVEMBRE 2019

Hotel Lifestyle
Via Giorgio Zoega, 59 ROMA



SABATO 23/11	I TURNO 14.30 - 16.00	II TURNO 16.30 - 18.00
GIOVE 1	Terapie Base (C. Gasperini)	Terapie Base (C. Gasperini)
GIOVE 2	Terapie Avanzato (A. Uccelli)	Terapie Avanzato (A. Uccelli)
GIOVE 3	Fatica e SM (V. Bergamaschi)	Fatica e SM (V. Bergamaschi)
GIUNONE	Laboratorio di confronto Percorso libero	Laboratorio di confronto Percorso libero
MERCURIO	Gaming e riabilitazione (L. Prosperini)	Gaming e riabilitazione (L. Prosperini)
VENERE	Ricerca nella SM (R. Furlan)	Lavoro e SM (G. Flamingo)
MINERVA	Mindfulness (M. Borghi)	Mindfulness (M. Borghi)
FORTUNA	Come te la vivi Gruppo alla pari	Come te la vivi Gruppo alla pari
BACCO	Fattori di rischio (D. Centonze)	Fattori di rischio (R. Furlan)
VITTORIA	Lo dico o non lo dico (P. Milani)	Lo dico o non lo dico (P. Milani)
VULCANO	Consapevolezza corporea (F. Martorana)	Consapevolezza corporea (F. Martorana)
SATURNO	Pilates (L. Nocerino)	Pilates (L. Nocerino)

DOMENICA 24/11	III TURNO 10.15 - 11.15	IV TURNO 11.30 - 12.30
GIOVE	Alimentazione (L. Battistini)	Alimentazione (L. Battistini)
GIUNONE	Laboratorio di confronto Percorso libero	Laboratorio di confronto Percorso libero
MERCURIO	Agevolazioni e accertamenti (V. Berio)	Agevolazioni e accertamenti (V. Berio)
VENERE	Lavoro e SM (G. Flamingo)	Lavoro e SM (G. Flamingo)
MINERVA	Gruppo per famigliari (S. Vitiello)	Gruppo per famigliari (S. Vitiello)
FORTUNA	Come te la vivi Gruppo alla pari	Come te la vivi Gruppo alla pari
BACCO	Sport e falsi miti (V. Bergamaschi)	Sport e falsi miti (V. Bergamaschi)
VITTORIA	Coppie (M. Borghi)	Coppie (M. Borghi)
DIANA	Gestire lo stress (P. Milani)	Gestire lo stress (P. Milani)
VULCANO	Consapevolezza corporea (F. Martorana)	Under 25 Gruppo alla pari
SATURNO	Sintomi (M. Salvetti)	Sintomi (M. Salvetti)



PIANO -1

Agevolazioni e accertamenti

Insieme all'assistente sociale ci orientiamo tra agevolazioni e opportunità presenti, affrontiamo gli aspetti più burocratici per ottenerle e capiamo cosa sono invalidità civile e stato di handicap.

Alimentazione

Con l'esperto capiamo perché è importante una corretta ed equilibrata alimentazione, cosa è la flora batterica e affrontiamo i dubbi su diete e abitudini alimentari.

Come te la vivi

Un laboratorio di libero scambio e di confronto alla pari dove raccontare apertamente le proprie esperienze personali, ascoltare gli altri e condividere emozioni.

Fatica e SM

È uno dei sintomi più comuni, fastidiosi e al tempo stesso difficili da spiegare. Proviamo a capire meglio come affrontarla e gestirla insieme alla fisiatra.

Gaming e riabilitazione

Siete curiosi di scoprire un nuovo modo di intendere la riabilitazione? Insieme al neurologo vedremo come i videogiochi possono allenare la forza muscolare, l'equilibrio, la velocità del cammino ma anche la capacità di fare due cose insieme.

Gruppo per famigliari

La SM ha un impatto anche su chi vive a fianco di chi riceve la diagnosi. Questo è uno spazio riservato a partner e famigliari, per condividere esperienze e confrontarsi insieme alla psicologa.

Laboratorio di confronto

Luogo per raccontarsi e conoscersi, ma anche un punto di ritrovo dove reperire informazioni, leggere, rilassarsi e... giocare. Vieni a scoprire tutti gli angoli di questo percorso.

Lavoro e SM

La SM può incidere sulla vita lavorativa? Si deve comunicare la diagnosi al datore di lavoro? Quali sono le tutele e diritti in ambito lavorativo? L'avvocato, consulente del lavoro, è a disposizione per rispondere a dubbi e domande.

Mindfulness

È una tecnica molto conosciuta nell'ambito della SM che aiuta ad accrescere la consapevolezza di sé, delle proprie sensazioni e del momento presente. Grazie anche alla meditazione e al contatto con il proprio corpo, insieme alla psicoterapeuta specializzata sperimentiamo insieme le nostre percezioni.

Ricerca nella SM

Quali sono i progressi nella ricerca per la SM? Su quali ambiti si sta maggiormente lavorando? Un ricercatore esperto risponderà a dubbi e domande sui diversi argomenti legati alla ricerca scientifica, come cellule staminali, genetica, fattori ambientali etc.

Terapie base

L'ABC delle terapie. Se non hai molte informazioni sulle terapie disponibili per la SM o hai ancora qualche dubbio sui farmaci, puoi partecipare a questo laboratorio per confrontarti con il neurologo e con tutti quelli che hanno domande su questo importante argomento.

Terapie avanzato

Conosci già quali sono le terapie disponibili? Hai già avuto a che fare con qualche terapia? Hai sentito parlare di nuovi farmaci e vuoi saperne di più? Un neurologo è pronto a dare informazioni specifiche e a rispondere alle tue domande.

PIANO TERRA

Coppie

La SM può influenzare la vita di coppia o la scelta di creare una famiglia? Impatta sulle relazioni e sulle dinamiche con i famigliari? Diamo spazio a esperienze, storie e riflessioni con l'aiuto della psicologa.

Consapevolezza corporea

Il laboratorio esperienziale "Nessun corpo vale più del tuo: le carezze che non sappiamo di dare" è un percorso di ascolto del corpo. Si propone come uno spazio protetto in cui ritrovarsi, ascoltarsi, comprendere che il proprio corpo è un dono unico e speciale al di là delle sue limitazioni.

Fattori di rischio

Cosa può influire sull'andamento della SM? È vero che l'ambiente e gli stili di vita hanno un ruolo importante? Scopriamolo insieme agli esperti.

Gestire lo stress

Stress e ansia, così comuni nella SM, possono essere affrontati. Capiamo come, insieme alla psicologa.

Lo dico o non lo dico

Spesso parlare con gli altri della propria SM può mettere in crisi: "Mi capiranno? Mi giudicheranno? Cambierà qualcosa nelle mie relazioni o amicizie?" Tante paure ma anche tante esperienze positive. Parliamone insieme e confrontiamoci con la psicologa.

Pilates

Se hai bisogno di prenderti un po' cura del tuo corpo, ecco un'attività di benessere basata anche su evidenze scientifiche. Qui si impara ad assumere una corretta postura, la consapevolezza del proprio corpo e la respirazione corretta.

Sintomi

Visibili, invisibili, frequenti o meno comuni: quali sono i sintomi della SM? Questo spazio di confronto con il neurologo è pensato per tutti i dubbi e le domande su come riconoscere e gestire i sintomi.

Sport e falsi miti

Posso fare sport? L'attività fisica mi fa bene? Stancarmi molto può compromettere il mio stato di salute? Tutte domande che sicuramente chi ama lo sport si è posto almeno una volta e che possono trovare una risposta con la fisiatra.

Under 25

Gruppo di confronto pensato per chi ha meno di 25 anni e ha voglia di raccontare e condividere la propria esperienza con coetanei che si trovano ad affrontare le sfide della SM.

