Edizione n° 4 | 2025

FORTE

La rivista della Società svizzera sclerosi multipla

RITRATTO

Speranzosi nonostante tutto

Claudia Tschannen

FOCUS

Mantenere la qualità della vita

per conviverci meglio

Società svizzera sclerosi multipla

Sommario

4 **Ritratto**
Claudia Tschannen

8 **Articolo specialistico**
Momenti di felicità

10 **Intervista professionale**
La sclerosi multipla non conosce età

13 **Offerte di sollievo**
Soggiorni di gruppo e Settimane d'incontro 2026

14 **Registro svizzero SM**
La qualità della vita come indicatore del decorso della SM

16 **Agenda/eventi**

17 **September Walk**
Ognuno intraprende il suo percorso, ma mai da solo

18 **Novità dalla Società svizzera SM**

20 **Intervista**
Una strada diversa, ma ancora mia

22 **A tu per tu**
Antonia Nessi

04

Speranzosi nonostante tutto

Claudia Tschannen

08

Momenti di felicità

La Prof.ssa Iris-Katharina Penner sulla resilienza e l'accettazione nei confronti della SM

10

La sclerosi multipla non conosce età

Intervista professionale con il Prof. Thomas Berger sulla SM in età avanzata

22

La passione per l'arte e la museologia

Intervista a Antonia Nessi

Rimanete informati attraverso i nostri canali social media

Patricia Monin
Direttrice della Società svizzera SM

Editoriale

Una caratteristica della sclerosi multipla è che la qualità della vita delle persone colpite può cambiare continuamente. Queste persone devono dimostrare grande forza d'animo per gestire la propria vita quotidiana in modo autonomo e conservare i momenti preziosi.

Scoprite il ritratto di Claudia Tschannen, che nonostante la SM in fase avanzata gestisce una fattoria insieme alla sua famiglia. La donna dimostra come, anche di fronte a grandi sfide, sia possibile trovare il modo di mantenere viva la speranza.

L'articolo specialistico della Prof.ssa Iris-Katharina Penner tratta l'importanza dei momenti di felicità e il ruolo che l'atteggiamento personale verso la SM può avere sulla soddisfazione di vita.

Il Prof. Thomas Berger spiega in un'intervista professionale il ruolo che l'interazione tra SM e cambiamenti legati all'età svolge nella diagnosi, nella terapia e nella qualità della vita.

Vi auguro una lettura stimolante.

Cordiali saluti

Patricia Monin
Direttrice

Impressum

FORTE è la rivista ufficiale della Società svizzera SM.
La riproduzione è autorizzata solo previa autorizzazione formale.

Editore:
Società svizzera SM
via S. Gottardo 50
CH-6900 Lugano-Massagno
Telefono 091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch
Editore responsabile:
Melanie Weber
Redazione per l'edizione italiana:
Milo Prada
Contributi per questa edizione:
Univ. Prof. Dr. MSc. Thomas Berger
Prof.ssa Dr.ssa phil. Dipl.-Psych. Iris-Katharina Penner
Stefania Iaquinto
Dr.ssa Nina Steinemann
Prof. Dr. Viktor von Wyl
Linda Zaugg
Grafica:
Neonrot, Zurigo
Immagini:
Società svizzera SM, Neonrot, Samuel Schalch, altri
Stampa:
Baumer AG, Islikon
Pubblicazione: 4 volte all'anno
Tiratura autenticata:
9'620 copie in italiano
53'660 copie in tedesco
17'150 copie in francese

Conto per le donazioni:
IBAN CH85 0900 0000 6513 1956 9

Ogni singolo franco è importante.
Supportate le persone con SM e i loro familiari con la vostra donazione. Grazie!

Speranzosi nonostante tutto

La sclerosi multipla la sta privando poco a poco della mobilità e della libertà. Claudia Tschannen vive con la sua famiglia in una fattoria e affronta con determinazione le sfide quotidiane poste dalla malattia giunta in fase avanzata, dimostrando che la speranza può nascere anche dove si perde molto.

Un idilliaco paesino nel Canton Turgovia con una splendida vista sul Lago di Costanza: è qui che vive Claudia Tschannen. Con grande abilità guida la sua sedia a rotelle con dispositivo di trazione elettrico attraverso il cortile. La 45enne gestisce insieme alla sua famiglia una fattoria con diversi animali, terreni coltivati e agriturismo. Tra la stalla e la casa degli ospiti c'è un brusio di vita e un profumo di fieno appena falciato. Si percepisce immediatamente che qui non ci si ferma mai, qui si vive, si crea con tanto cuore e tanta energia.

Da 27 anni Claudia Tschannen convive con la sclerosi multipla e ogni giorno dimostra che la speranza e la voglia di fare possono essere più forti di qualsiasi diagnosi. Ripete spesso le parole «gratitudine» e «dono». «Amo lo scambio con le persone e mi piace ascoltare le loro storie», afferma.

Nella vita quotidiana ricopre diversi ruoli. «Sono un po' come una manager. Sono io che coordino tutto, dall'accoglienza degli ospiti all'organizzazione della vita familiare. E poi sono moglie e madre.» Anche il ruolo di persona affetta da SM fa parte della sua vita. «Anche dopo tanti anni continuo a pensare che la SM non mi appartiene. Ma non posso liberarmene. Sono estremamente grata che la mia mente sia in grado di pensare e che questo mi permetta di realizzare cose che vanno oltre le mie capacità fisiche», spiega Claudia Tschannen.

Dove c'è ombra, c'è anche luce

Nella primavera del 1998 Claudia Tschannen ha ricevuto la diagnosi di SM. In precedenza aveva sofferto di un'infiammazione del nervo ottico, poi di disturbi sensoriali alla mano, formicolio alle gambe e intorpidimento di metà viso. È stato subito chiaro che si trattava di SM. «Non sapevo nulla di questa malattia. Non avendo un computer a casa, ho consultato alcuni libri di medicina nella biblioteca comunale e ho visto solo immagini di sedie a rotelle associate alla SM. Mi sono chiesta se avesse senso prendere la patente.»

Per la figlia di un contadino, arrendersi era fuori discussione: «Ho fatto molto sport e andavo a cavallo, la mia più grande passione. Tramite il mio neurologo sono venuta a conoscenza della Società SM e ho capito che non ero sola. C'è speranza e si può fare qualcosa», così Claudia Tschannen descrive i primi tempi della malattia. Anche sul fronte professionale le cose andavano bene e ha completato con successo un apprendistato come cuoca con specializzazione in cucina dietetica.

Quella primavera, però, ha segnato anche un momento positivo: l'allora diciottenne ha conosciuto il suo futuro marito. «Daniel è un dono immenso. Siamo sposati ormai da vent'anni ed è un sostegno enorme. Cerco di sostenerlo allo stesso modo, nei limiti delle mie possibilità.» Dopo poche settimane Claudia Tschannen gli ha raccontato della sua SM. Sapeva che lui aveva una fattoria che avrebbe voluto gestire insieme a una donna al suo fianco. «Ma Daniel mi ha detto: Insieme ce la faremo.» Questa promessa è valida ancora oggi. Claudia Tschannen aggiunge: «Insieme troviamo sempre una soluzione. Forse non sarà sempre piacevole, ma si va sempre avanti.»

Avvicinarsi ai mezzi ausiliari necessari

Già durante la costruzione della casa, la coppia

«Anche se al mattino non riesco ad alzarmi dal letto da sola, la speranza rimane.»

Claudia Tschannen

ha prestato particolare attenzione all'accessibilità, in considerazione dell'evoluzione imprevedibile della sclerosi multipla. «Sono molto grata che l'appartamento sia su un unico piano. Come si può vedere, non riesco più a salire le scale. Per questo motivo, a destra dell'ampliamento è stata realizzata una rampa che mi permette di salire con la sedia a rotelle», racconta Claudia Tschannen.

La spasticità alle gambe e, sempre più anche al braccio sinistro, limita la 45enne nella vita quotidiana. «Sono in sedia a rotelle solo da cinque anni. È come una salsiccia a cui viene tagliata via una fetta alla volta», così descrive in modo impressionante la sua SM secondaria progressiva. Attualmente la cosa che le dà più fastidio è la perdita di forza nelle mani e la limitata motricità fine. «Da un anno e mezzo le condizioni delle mie mani sono peggiorate notevolmente. Questo mi costringe ora a prendere in considerazione l'uso di una sedia a rotelle elettrica.»

Il rapporto con i mezzi ausiliari non è stato per lei un processo semplice: «In realtà ero sempre in ritardo. Iniziavo a familiarizzare con un ausilio solo quando ormai era diventato indispensabile.» Oggi utilizza un sistema di dettatura per il lavoro d'ufficio. «Mi permette di dettare e-mail e documenti, il che mi semplifica molto la vita.» Un tavolo alto la aiuta ad alzarsi ogni tanto. «Questo favorisce la circolazione sanguigna e allevia la pressione sui glutei.» E il movimento rimane molto importante. Claudia Tschannen fa regolarmente fisioterapia ed ergoterapia e fa ippoterapia sul suo cavallo.

Tre generazioni, tante mani che aiutano

In passato Claudia Tschannen serviva personalmente la colazione agli ospiti, preparava con

1///

grande passione il pane e la marmellata secondo una ricetta tutta sua. «Ora sono gli ospiti a venire da me, invece che il contrario. Posso dare loro un caloroso benvenuto alla porta di casa, fornire loro informazioni e salutarli alla partenza. Funziona alla perfezione.»

Per molte attività quotidiane, tuttavia, è necessario un sostegno importante, ad esempio per vestirsi o trasferirsi sulla sedia a rotelle. «Mio marito svolge un ruolo fondamentale in questo senso. È un grande dono che lui possa lavorare qui e starmi sempre vicino. Non è una cosa scontata», sottolinea Claudia Tschannen. Oltre ai genitori di suo marito, nella fattoria vivono anche Jonas e Timo. Jonas è il loro figlio biologico, mentre Timo vive con loro in affido fin da quando aveva appena cinque mesi. Inoltre, alcuni collaboratori danno un contributo attivo nella vita quotidiana. «Senza tutto questo aiuto, il nostro progetto non funzionerebbe», spiega Claudia Tschannen.

2///

E poi c'è la Società svizzera SM, che accompagna Claudia Tschannen sin dalla diagnosi. «È come una porta che si può aprire quando si ha bisogno di aiuto. Ci sono persone che ti ascoltano e ti aiutano.» Oggi utilizza soprattutto i servizi online: «Ho perso la mia mobilità, quindi sono perfetti per me.» Apprezza particolarmente lo scambio di esperienze in due Gruppi regionali della Società svizzera SM. «Ci incoraggiamo a vicenda; trovo bello poter partecipare senza dover organizzare nulla.»

Fonti di forza e sogni realistici
Claudia Tschannen trae forza dalla sua famiglia, dalla natura, dalla musica e dalla fede. «La fede mi dà sostegno e speranza. Anche leggere la Bibbia. Per farlo utilizzo un'app, perché non riesco più a tenere bene in mano un libro.»

Alla domanda sul significato della qualità della vita, Claudia Tschannen risponde pensierosa: «Qualità della vita? Per me è soprattutto libertà. Prima salivo semplicemente in macchina e andavo dove volevo. Oggi ho bisogno di aiuto. Ma qualità della vita per me significa anche avere intorno persone che ci sono per me. Sentire che, nonostante tutto, sono necessaria. E che posso trasmettere qualcosa ai miei figli per la loro vita.»

«Non so cosa mi riserva il futuro in termini di salute. Negli ultimi 27 anni ho imparato che non posso cambiare certe cose. Ma posso continuare a trarne il meglio. Anche se al mattino non riesco ad alzarmi dal letto da sola, la speranza rimane.»

///Testo: Melanie Weber
///Immagini: Samuel Schalch

1/// Scrivere e-mail o creare documenti: un sistema di dettatura semplifica il lavoro d'ufficio di Claudia Tschannen.

2/// Il marito di Claudia Tschannen la sostiene attivamente nella vita quotidiana, ad esempio aiutandola nei trasferimenti.

3/// La famiglia rappresenta per Claudia Tschannen il sostegno più importante e la sua principale fonte di energia.

3///

Scansionate il codice e con la vostra donazione aiutate persone con SM come Claudia Tschannen. Grazie di cuore!

Dona ora con TWINT!
Scansiona il codice QR con l'app TWINT
Conferma importo e donazione

Conto per le donazioni:
IBAN CH85 0900 0000 6513 1956 9

Momenti di felicità

Affrontare una malattia cronica come la sclerosi multipla è fondamentale per la propria soddisfazione e per vivere momenti di felicità. Un atteggiamento positivo nei confronti della vita con tutte le sue sfaccettature aiuta a superare anche i momenti difficili. «Resilienza» e «accettazione» sono le parole chiave che consentono di mantenere uno sguardo positivo sulla vita.

Nel linguaggio quotidiano, per felicità si intende un sentimento molto positivo, fortemente legato alla soddisfazione, al benessere e alla realizzazione personale. In ambito filosofico, la felicità è considerata il bene supremo e si raggiunge attraverso una vita virtuosa e la realizzazione personale. In psicologia, la felicità è intesa come il benessere soggettivo di una persona, che si determina dalla presenza frequente di emozioni positive, più rare di quelle negative, e dal livello complessivo di soddisfazione per la propria vita. Da un punto di vista neurobiologico, la felicità è il risultato di processi neurochimici in cui svolgono un ruolo decisivo i cosiddetti neurotrasmettitori, come la dopamina, la serotonina, l'ossitocina e le endorfine.

Non esiste un «unico fattore scatenante della felicità». Esistono piuttosto fattori individuali che possono scatenare un momento di felicità personale. Può trattarsi semplicemente del fatto di avere tempo e di poter vivere la giornata, godersi la natura, incontrare gli amici, leggere un libro avvincente o ascoltare musica che emoziona.

La felicità è limitata nel tempo?
Molto spesso la sensazione di felicità è qualcosa di momentaneo, si parla ad esempio anche di «felicità di un secondo». Il fattore limitante che impedisce di provare felicità all'infinito risiede nei neurotrasmettitori presenti nel nostro cervello, che sono disponibili solo in quantità limitata. Una volta distribuiti, è necessario un nuovo stimolo per distribuirli nuovamente e provocare la successiva sensazione di felicità.

La capacità di provare felicità è in parte ereditaria, ma anche l'ambiente ha un'influenza notevole. I geni e l'ambiente modellano la nostra personalità, che a sua volta influisce sul nostro grado di felicità nella vita. Le persone che riescono a gestire bene lo stress o che sono ottimiste, ad esempio, tendono ad essere più felici delle altre. Tuttavia, queste caratteristiche possono essere allenate fino a un certo punto.

Resilienza e accettazione
In caso di malattie croniche come la SM, il benessere psichico può essere influenzato negativamente a molti livelli, ad esempio da limitazioni fisiche, affaticamento, dolori o disturbi della vescica. Allo stesso tempo, la ricerca dimostra che chi prova ripetutamente emozioni positive rafforza la propria resistenza psicologica (resilienza). Si tratta di una forma di forza mentale che possiamo acquisire adattandoci nel modo più flessibile possibile alle circostanze mutevoli. Ciò include anche riconoscere ciò che possiamo cambiare e ciò che non possiamo cambiare. Ad esempio, non possiamo decidere in quale famiglia nascere o se avere una malattia cronica. Non vale la pena lottare contro queste cose, dobbiamo accettarle. Dobbiamo invece concentrarci su ciò che possiamo cambiare. Questo ci dà un senso di efficacia personale, che a sua volta ha un effetto positivo sulla nostra felicità. I momenti di felicità non solo favoriscono la salute mentale, ma possono anche influire positivamente sul sistema immunitario e sulla gestione dello stress in generale.

Una chiave fondamentale risiede nella regolazione emotiva, ovvero nella capacità di gestire in modo costruttivo sentimenti come paura, tristezza o frustrazione. Le persone che hanno

«Non esiste un unico fattore scatenante della felicità. Esistono piuttosto fattori individuali che determinano momenti di felicità personale.»

Prof.ssa Dr.ssa phil. Dipl.-Psych. Iris-Katharina Penner

imparato a percepire e controllare consapevolmente le proprie emozioni provano complessivamente maggiore soddisfazione. La consapevolezza, gli esercizi di respirazione o il lasciar fluire consapevolmente le emozioni possono aiutare a mantenere l'equilibrio interiore.

Strategie utili possono essere:

- Meditazione basata sulla consapevolezza: in questo caso ci si concentra completamente su se stessi e si impara a non giudicare sempre tutto. Nella vita quotidiana giudichiamo costantemente e questo spesso genera energia negativa.
- Tenere un diario della gratitudine: chi ogni giorno prende coscienza di ciò per cui è grato, concentra la propria attenzione sugli aspetti positivi.
- Coltivare le relazioni sociali: la vicinanza, lo scambio e il sostegno da parte degli altri favoriscono il benessere.
- Ridurre lo stress: metodi di rilassamento come il rilassamento muscolare progressivo, lo yoga o le passeggiate nella natura aiutano a ritrovare la calma interiore.

Vedere l'uomo nella sua totalità

La ricerca si sta concentrando sempre più sulla ricerca di nuovi modi per promuovere il benessere nelle malattie croniche. I corsi di consapevolezza, la psicologia positiva o i programmi supportati dal digitale mostrano approcci promettenti. Anche nella consulenza e nella terapia, la domanda «Cosa mi fa bene?» sta assumendo un ruolo sempre più centrale.

In qualità di neuropsicologa cerco sempre di mostrare ai miei pazienti ciò che sono ancora in grado di fare, anziché ciò che non riescono più a fare. Chiedo loro cosa li interessa. Magari mi rispondono che hanno sempre desiderato imparare il giapponese. Li incoraggio quindi a frequentare un corso di giapponese. E all'improvviso hanno un obiettivo verso cui tendere. Si mettono all'opera e si sentono efficaci. E così i pazienti ritrovano anche momenti di felicità.

/// Testo: Prof.ssa Dr.ssa phil. Dipl.-Psych. Iris-Katharina Penner, Direttrice del Dipartimento di Neuropsicologia dell'Inselspital di Berna, neuropsicologa riconosciuta a livello federale (EAN), membro del Consiglio medico-scientifico della Società svizzera SM

/// Immagine: Peter Weihs

La sclerosi multipla non conosce età

Sempre più persone anziane convivono con la sclerosi multipla e alcune ricevono la diagnosi addirittura nella seconda metà della vita. Quali sono le implicazioni dell'interazione tra SM e cambiamenti legati all'età per la diagnosi, la terapia e la qualità della vita? Il Prof. Thomas Berger fornisce alcune risposte.

©ÖGN

Professore Berger, cosa dovremmo sapere sulla sclerosi multipla in età avanzata?
Esistono fondamentalmente due gruppi: il gruppo più numeroso comprende persone che invecchiano con una diagnosi di SM già esistente. Il gruppo più piccolo, invece, riceve la diagnosi solo in età avanzata, circa dopo i 55 anni. Si tratta della cosiddetta SM a esordio tardivo (late onset MS) o a esordio molto tardivo (very late onset MS). L'età di insorgenza della malattia non è cambiata in modo significativo. Rimane per lo più compresa tra i 20 e i 30 anni. Piuttosto, oggi si presta maggiore attenzione anche alle persone più anziane.

In passato, una persona di 60 anni con sintomi corrispondenti non sarebbe stata considerata affetta da SM, ma si sarebbe pensato piuttosto ad altre cause, come un ictus o disturbi circolatori. Grazie alla maggiore disponibilità, in particolare degli esami RM, e a una maggiore attenzione generale nei confronti della SM, l'insorgenza della malattia viene diagnosticata più frequentemente anche negli anziani.

Quali sfide comporta l'età avanzata per il trattamento?
Negli anziani affetti da SM si pone la questione della terapia più adeguata. A mio avviso esiste un approccio pragmatico. La terapia dovrebbe basarsi sull'attività della malattia, non sull'età. Se una persona di 50 anni presenta un decorso recidivante, dovrebbe essere trattata allo stesso modo di una persona più giovane. C'è però una nota importante: negli anziani è necessario prestare maggiore attenzione, poiché le comorbilità e i rischi aggiuntivi sono più frequenti. È quindi necessario valutare individualmente se la terapia è adeguata in relazione alle diagnosi esistenti e ai fattori di rischio, nonché effettuare un monitoraggio più attento. Non va inoltre trascurata la terapia sintomatica, spesso sottovalutata.

Perché la terapia sintomatica è così importante?
La terapia sintomatica non mira a influenzare il decorso della malattia, ma ad alleviare i disturbi concreti. Non appena compaiono i sintomi, è necessario agire. Un esempio è la spasticità, che spesso all'inizio non viene quasi percepita dai pazienti ed è rilevabile solo in modo discreto durante un esame clinico. È proprio questo il momento giusto per intervenire. Spesso un aumento dell'attività fisica, lo sport o la fisioterapia aiutano a ridurre al minimo i disturbi, talvolta anche con l'ausilio di farmaci.

Se si perde il momento giusto, non è più possibile tornare indietro. Per questo motivo è importante ricorrere tempestivamente a terapie sintomatiche, sia farmacologiche che non farmacologiche. È importante un accompagnamento stretto e continuo. Spesso i pazienti riferiscono cambiamenti che noi medici non siamo ancora in grado di dimostrare clinicamente. È proprio questo mix di esperienza medica e percezione dei pazienti stessi che consente un'assistenza ottimale per molti anni.

/// Univ. Prof. Dr. MSc. Thomas Berger è professore di neurologia e capo della Clinica Universitaria di Neurologia presso l'Università di Medicina di Vienna, Austria.

Come si può distinguere se i nuovi disturbi sono dovuti alla SM, all'età o ad altre malattie? Soprattutto nelle persone colpite più anziane, c'è il rischio di attribuire prematuramente nuovi sintomi alla SM. Con l'avanzare dell'età aumenta tuttavia il rischio di altre malattie come ictus cerebrale, malattie cardiovascolari o anche tumori, e le persone affette da SM non ne sono esenti. Se queste non vengono diagnosticate tempestivamente, si può perdere tempo prezioso. È quindi importante chiarire in modo sistematico i nuovi disturbi che non sono di natura neurologica e non sono spiegabili con la SM.

Come operatori sanitari, dobbiamo mantenere questa prospettiva per garantire alle persone colpite la migliore assistenza possibile anche in età avanzata. Allo stesso tempo, è importante tenere conto dei cambiamenti legati all'età e indipendenti dalla SM. Molte persone anziane hanno difficoltà a camminare perché vedono male o perché il terreno è scivoloso. Se già esiste un punto debole nella deambula-

zione, la SM può aggravare la situazione. Ciò non significa però che la malattia diventi più attiva. Questi cambiamenti devono essere considerati in modo differenziato e non devono portare a modificare automaticamente la terapia.

Che cosa possono fare le persone anziane con SM per migliorare la qualità della loro vita?
È importante che le persone affette da SM contribuiscano attivamente alla loro qualità di vita. Le terapie e i consigli sono un valido supporto, ma non sostituiscono l'iniziativa personale. Oltre a uno stile di vita sano, anche l'integrazione sociale e la curiosità intellettuale giocano un ruolo importante. Imparare cose nuove ed essere aperti a nuove situazioni stimola il cervello e mantiene le capacità cognitive. Al contrario, l'isolamento e la mancanza di contatti sociali spesso accelerano il declino delle risorse mentali.

Cosa desidera personalmente per il futuro?
Desidero fortemente una società in cui tutte le persone, anche quelle che convivono con una malattia, siano integrate e accettate in modo naturale. Molte persone con SM sono in grado di lavorare nonostante le limitazioni e sarebbe importante che questo fosse riconosciuto ancora di più.

In questo ambito sono già stati fatti passi importanti: oggi la SM non è più associata esclusivamente all'immagine di una persona su una sedia a rotelle, ma anche a persone affette dalla malattia che non la manifestano esteriormente. Un'ulteriore destigmatizzazione, l'integrazione sociale e una maggiore attenzione alle esigenze che vanno oltre la medicina sono un'aspirazione che ritengo assolutamente realizzabile.

Leggete qui l'intervista completa al Prof. Thomas Berger.

///**Intervista:** Melanie Weber

Soggiorni di gruppo e Settimane d'incontro 2026

Una pausa rigenerante, incontri arricchenti, condividere escursioni, stringere nuovi legami e concedersi momenti di riposo. Tutto questo viene offerto dai Soggiorni di gruppo e dalle Settimane d'incontro della Società svizzera SM.

I Soggiorni di gruppo sono rivolti a persone con SM che necessitano di cure e assistenza. Per un periodo di due o tre settimane, i professionisti del settore infermieristico e volontari motivati offrono una varietà di esperienze. Le Settimane d'incontro, invece, sono rivolte a persone con SM indipendenti che non necessitano di assistenza. Anche loro potranno godersi del tempo libero, socializzare e vivere esperienze indimenticabili. Al momento i Soggiorni di gruppo prevedono 6 gruppi in tedesco (TE) e 1 in francese (FR). Le Settimane d'incontro prevedono 3 gruppi in tedesco e 1 in francese. La conoscenza della lingua è un requisito dettato dall'integrazione nel gruppo.

Soggiorni di gruppo 2026

Dom. 15.03. – Sab. 28.03.2026
Magliaso A – Centro Magliaso (TE)

Dom. 29.03. – Sab. 18.04.2026
Magliaso B – Centro Magliaso (TE)

Sab. 30.05. – Ven. 12.06.2026
Einsiedeln – Hotel Allegro (TE)*

Dom. 07.06. – Sab. 20.06.2026
Sarnen – Kurhaus Sarnersee (FR)

Dom. 14.06. – Sab. 04.07.2026
Walchwil – Zentrum Elisabeth (TE)

Dom. 30.08. – Sab. 12.09.2026
Sarnen A – Kurhaus Sarnersee (TE)

Dom. 13.09. – Sab. 03.10.2026
Sarnen B – Kurhaus Sarnersee (TE)

Settimane d'incontro 2026

Sab. 09.05. – Sab. 16.05.2026
Interlaken – Hotel Artos (TE)

Sab. 15.08. – Sab. 22.08.2026
Davos – Hotel Seebüel (TE)

Dom. 28.06. – Sab. 04.07.2026
Sportwoche Saignelégier (FR)

Dom. 04.10. – Dom. 11.10.2026
Sarnen – Kurhaus Sarnersee (TE)

* *Soggiorno di gruppo con molte attività ed escursioni. I partecipanti devono essere in grado di trascorrere almeno sei ore alla volta sulla sedia a rotelle.*

Avete la SM e siete interessate/i ai Soggiorni di gruppo o alle Settimane d'incontro? Per maggiori informazioni e per iscriversi, chiamare l'Infoline SM al numero 091 922 61 10 o inviare un'e-mail a manifestazioni@sclerosi-multipla.ch.
Il termine ultimo per la presentazione delle domande è l'8 dicembre 2025.

La qualità della vita come indicatore del decorso della SM

Il reale stato di salute delle persone affette da SM non sempre è quantificabile in cifre. La scala EDSS, comunemente utilizzata, rileva soprattutto le limitazioni fisiche. Un recente studio a lungo termine del Registro svizzero SM mostra invece che i cambiamenti nella qualità di vita percepita possono offrire indicazioni preziose sul peggioramento del decorso della malattia.

Nella sclerosi multipla (SM), il decorso della malattia viene regolarmente valutato nella pratica medica con il cosiddetto valore EDSS. L'acronimo sta per «Expanded Disability Status Scale». Questa scala va da 0 a 10 e valuta il grado di limitazione delle funzioni fisiche di una persona affetta da SM, in particolare nella deambulazione. Maggiore è la limitazione, più alto è il valore EDSS.

Sebbene la scala EDSS sia uno strumento fondamentale nella diagnosi della SM, è stato dimostrato che i risultati non sono sufficientemente completi, poiché si limitano principalmente alle funzioni fisiche. I sintomi invisibili come il dolore, la stanchezza (fatigue) o gli stati depressivi non vengono presi sufficientemente in considerazione, nonostante possano influenzare notevolmente la vita quotidiana di molte persone affette da SM. Per questo motivo, il Registro svizzero SM ha sviluppato un metodo complementare per individuare gli indizi relativi al decorso della malattia.

Sondaggio sulla qualità della vita correlata alla salute

Nell'ambito di uno studio a lungo termine, la qualità della vita correlata alla salute è stata valutata utilizzando il questionario standardizzato EQ-5D. In parole semplici, si intende la valutazione personale del benessere nella vita quotidiana, ovvero quanto una persona riesce a convivere con la propria malattia. Ciò include aspetti fisici, psicologici e sociali.
Il questionario è composto da cinque semplici domande relative alla capacità di deambulazione, all'autosufficienza, alle attività quotidiane, al dolore e al benessere psichico (vedi immagine accanto). Ciò consente di ottenere un quadro più completo dello stato di salute effettivo della persona con SM. L'obiettivo dello studio era quello di monitorare i cambiamenti nella qualità della vita nel tempo e di esaminare la loro correlazione con la comparsa dei sintomi della SM. Alla base di ciò vi è la domanda se l'EQ-5D, con la sua attenzione alla qualità della vita personale, possa rendere visibili i cambiamenti nel decorso della malattia che la scala EDSS potrebbe trascurare.

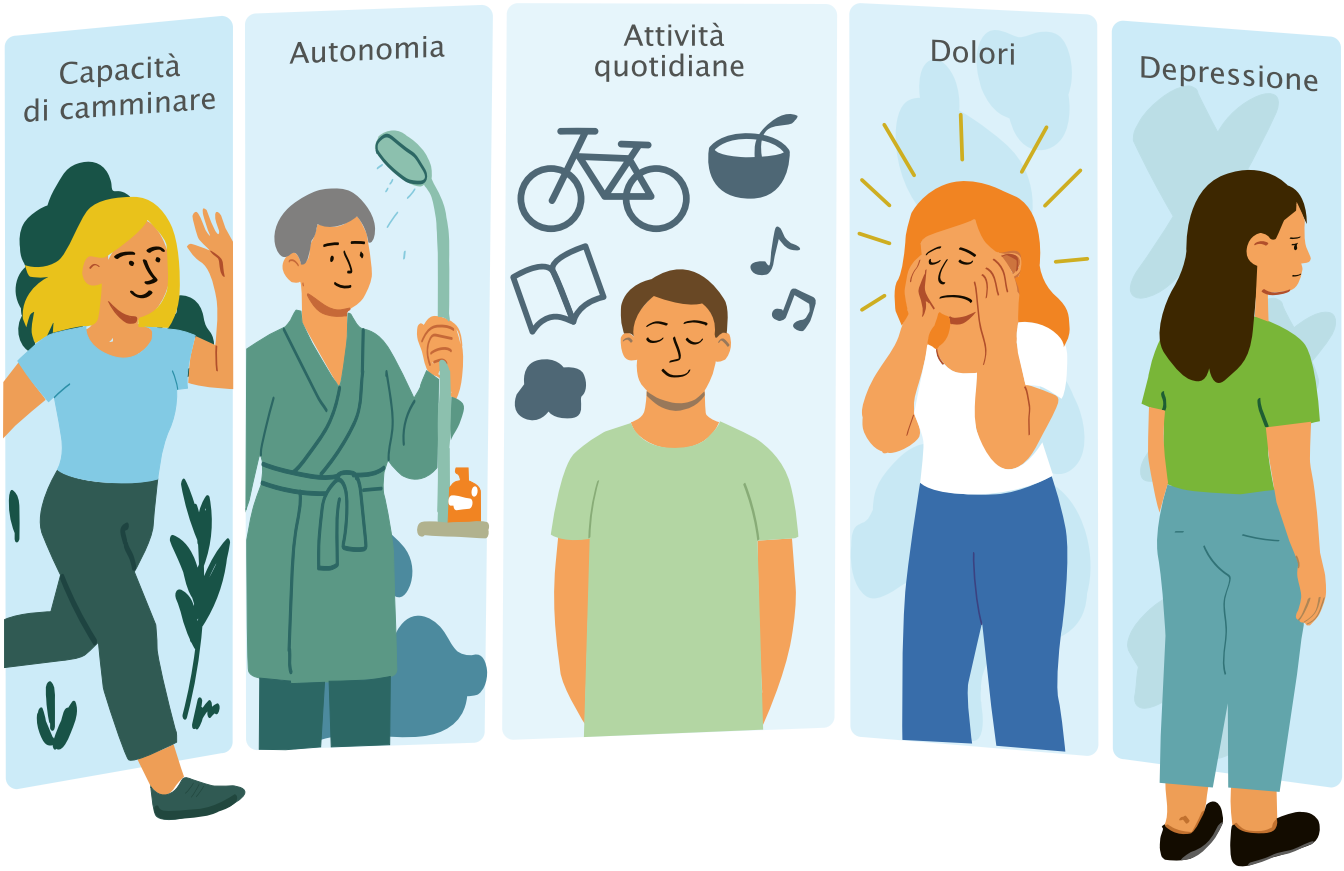
Chi ha partecipato?

Per l'analisi sono stati presi in considerazione i dati di 862 partecipanti al registro che hanno compilato almeno tre questionari sulla qualità della vita nel corso di diversi anni. A titolo integrativo sono state valutate anche le informazioni fornite dagli stessi partecipanti sui sintomi e sul decorso della malattia, sull'età, sul sesso e altri dati personali.

Risultati in sintesi

I cambiamenti significativi nella qualità della vita si manifestano più tardi rispetto ai cambiamenti nell'EDSS: ci vuole più tempo prima che la qualità della vita peggiori in modo quantificabile, molto più tardi rispetto alle limitazioni fisiche rilevate, ad esempio, dall'EDSS.

Il dolore e la depressione sono fattori importanti per il peggioramento della qualità della vita: le persone con una qualità della vita in peggiora-



/// I cinque temi dell'indagine sulla qualità della vita in relazione alla salute.

mento hanno riferito molto più spesso di soffrire di dolore e/o sintomi di depressione.

Fattori di rischio per il peggioramento della qualità della vita: l'uso di ausili per la deambulazione all'inizio dello studio - indice di un decorso più rapido della SM - aumenta la probabilità di un peggioramento della qualità della vita. Allo stesso modo, un peso corporeo più elevato era associato a una maggiore probabilità di peggioramento della qualità della vita.

Vale la pena valutare la qualità della vita
Lo studio dimostra che i cambiamenti nella qualità della vita possono rivelare ulteriori aspetti del decorso della malattia, in particolare quelli associati a sintomi invisibili. Sebbene la qualità della vita non sia (ancora) un indicatore unico del decorso della malattia, fornisce tuttavia preziose informazioni aggiuntive, soprattutto in caso di aumento del dolore o dello stress psicologico. In futuro, la valutazione regolare della qualità della vita dovrebbe quindi essere presa maggiormente in considerazione nell'assistenza alle persone con SM, a integrazione delle scale consolidate come l'EDSS.

Creare insieme più conoscenza

Voi o una persona a voi vicina è affetta da SM e desidera entrare a far parte della comunità di ricerca? Il team del Registro SM sarà lieto di ricevere una vostra e-mail all'indirizzo: registro-sm@ebpi.uzh.ch.

Qui trovate ulteriori informazioni.

///**Testo:** Linda Zaugg, Dr.ssa Nina Steinemann, Stefania Iaquinto e Prof. Dr. Viktor von Wyl del Registro svizzero SM

EVENTI RICORRENTI

Atelier della Società SM: Pilates, yoga, ginnastica dolce e ballo (SM, P)

Data: ogni settimana
Luogo: Mendrisio, Lugano, Bellinzona e Losone

Il Centro d'incontro (SM)

Data: ogni giovedì con il GR Sottoceneri
Luogo: Lugano (Viganello)

Diagnosi di SM, confrontiamoci (SM)

Data: 1° dicembre, 18.15 - 19.45
Luogo: online

Fitness Plus (SM)

Data: ogni lunedì, dalle 17:30 alle 19:00
Luogo: Clinica Hildebrand, Lugano

Il programma delle manifestazioni è sempre in aggiornamento, seguiteci sul nostro sito web per maggiori informazioni e iscrizioni.

SM= persona con SM, **P**= parente, **V**= volontari, **S**= Specialisti, **I**= Interessati

PROSSIMI EVENTI

Novità terapeutiche (SM, P, I, V, S)

Data: 16 novembre, ore 10.00
Luogo: Ospedale Civico Lugano e online

SM Youth Forum (SM U45, P)

Data: 22 novembre
Luogo: LAC Lugano Arte e Cultura

Webinari

La Società SM offre anche interessanti Webinari su varie tematiche. Il prossimo si terrà il 21 ottobre 2025, dalle 18.15 alle 19.30 e tratterà il tema «Assicurazione invalidità (AI)». Per scoprire e partecipare ai nostri Webinari andate sul nostro sito web.

GRUPPI REGIONALI

Nei nostri Gruppi regionali potrete conoscere altre persone con SM, confrontarvi e riunirvi per gite e uscite insieme.

Per maggiori informazioni sull'offerta di ciascun gruppo regionale potete andare sul nostro sito web alla rubrica «Cosa Offriamo/Gruppi regionali», oppure scansionare il codice QR.

SepteMber Walk 2025

SepteMber Walk 2025 – Ognuno intraprende il suo percorso, ma mai da solo

Il SepteMber Walk è tornato anche quest'anno e ha confermato, con la sua sesta edizione, di essere ormai un appuntamento atteso e condiviso in tutta la Svizzera. Dal 1° al 30 settembre, migliaia di persone hanno indossato una maglietta rossa e si sono messe in cammino.

Chi correndo, chi passeggiando, chi servendosi di un ausilio, ma tutti mossi dallo stesso obiettivo: sostenere le 18'000 persone che convivono con la sclerosi multipla in Svizzera. Il motto «Ognuno intraprende il suo percorso – ma mai da solo!» continua a rappresentare lo spirito dell'iniziativa. Famiglie, gruppi di amici, colleghi di lavoro o persone singole hanno scelto il proprio percorso e, passo dopo passo, hanno dato vita a un'azione di solidarietà.

Anche quest'anno sui pettorali personalizzati abbiamo potuto leggere storie di vicinanza: nomi delle persone, delle cause o un pensiero che li accompagnava lungo il cammino. Grazie al QR code stampato sul pettorale, inoltre, tanti curiosi hanno potuto informarsi meglio sulla SM e scoprire come sostenere le persone con sclerosi multipla e la Società svizzera SM.

Un ruolo importante lo hanno avuto anche i social: per tutto il mese di settembre le bacheche digitali si sono riempite di foto e video, trasformandosi in un grande mosaico di sorrisi, energia e impegno condiviso. Le immagini hanno raccontato non solo la gioia di chi ha partecipato, ma anche la forza del messaggio: le persone con sclerosi multipla e le loro famiglie non sono sole.

La Società svizzera SM desidera ringraziare di cuore tutti coloro che hanno reso possibile questa nuova edizione, dimostrando ancora una volta quanto sia forte la rete di solidarietà in tutta la Svizzera. Un ringraziamento speciale va anche agli sponsor e ai supporter che hanno sostenuto il SepteMber Walk: #inSiemesiaMopiùforti!

Chi vuole rivivere i momenti più belli del SepteMber Walk può scansionare il codice QR o andare sul sito www.septemberwalk.ch e scoprire la galleria fotografica.

Con il gentile sostegno dell'Organizzazione turistica Lago Maggiore e Valli e la Società Editrice del Corriere del Ticino SA.

Novità dalla Società svizzera SM

Torna l'SM Youth Forum!

Il 22 novembre 2025 torna l'SM Youth Forum, l'appuntamento della Società svizzera SM dedicato alle persone con sclerosi multipla sotto i 45 anni. L'edizione di quest'anno dialogherà con l'arte, la cultura e l'architettura, esplorando la reciproca influenza tra «interiore» ed «esteriore» in una visione più ampia, fatta di colori e paesaggi. Sarà un'occasione in cui i partecipanti e l'architettura del LAC Lugano Arte e Cultura si incontreranno per osservare, riflettere e meravigliarsi insieme.

Ulteriori informazioni, compresa la registrazione, saranno disponibili a breve scansionando il codice QR.

Briumvi® ora approvato per il trattamento della SM

L'autorità svizzera di omologazione Swissmedic ha approvato Briumvi® (ublituximab) come terapia di deplezione delle cellule B per il trattamento degli adulti affetti da sclerosi multipla recidivante-remittente. I costi sono coperti dall'assicurazione di base obbligatoria delle casse malati.

Giornata dei familiari curanti – una pizza per dire GRAZIE!

In occasione della Giornata dei familiari curanti, il 26 ottobre 2025, dalle 11.30 alle 15.30, la Società svizzera SM invita tutti i familiari che quotidianamente dedicano tempo, energia e cuore all'assistenza di una persona con SM a un pranzo conviviale per ringraziarli.
Sarà un'occasione per mangiare una pizza in un'atmosfera rilassata, scambiare domande e confrontarsi con altri familiari che vivono situazioni simili e non sentirsi soli.
L'evento sarà accompagnato da un consulente della Società svizzera SM. Siete tutti i benvenuti: vi aspettiamo!

Scansionare il codice QR per maggiori informazioni e iscrizioni.

Torna la conferenza sulle novità terapeutiche nella SM

La Società svizzera SM, in collaborazione con l'équipe del Prof. Dr. med. Claudio Gobbi, Primario di Neurologia e Responsabile del Centro Sclerosi Multipla del Neurocentro della Svizzera italiana, vi invita alla conferenza annuale dedicata alle novità terapeutiche nel campo della sclerosi multipla, in programma il 16 novembre 2025.

Come di consueto, l'incontro sarà l'occasione per approfondire i risultati più recenti degli studi e delle terapie presentati all'ultimo ECTRIMS (European Committee for Treatment and Research in Multiple Sclerosis), il più importante congresso europeo sul trattamento della SM.

L'evento si terrà presso l'Ospedale Civico di Lugano e online a partire dalle ore 10.00.

Partecipazione in loco presso l'Ospedale Civico di Lugano.

Partecipazione online.

MS State of the Art Symposium 2026

Sabato 24 gennaio 2026, il KKL Luzern diventerà il punto d'incontro degli esperti e delle esperte di sclerosi multipla. Il 28° «MS State of the Art Symposium» sarà incentrato sulla sclerosi multipla progressiva, dalla diagnosi precoce ai nuovi approcci terapeutici. Esperti ed esperte nazionali e internazionali presenteranno le ultime scoperte in materia di diagnosi e trattamento, forniranno approfondimenti su ricerche promettenti e discuteranno le prospettive future. Conferenze, workshop interattivi e presentazioni di poster promettono un programma ricco di conoscenze, scambi e ispirazione.

Maggiori informazioni sono disponibili sul sito web.

Ulteriori notizie, aggiornamenti sulla ricerca e informazioni sugli eventi sono disponibili sul nostro sito web.

Una strada diversa, ma ancora mia

Antonella è una donna solare, capace di trovare bellezza e significato anche in ciò che la vita ha provato a toglierle. La sua determinazione è il simbolo della sua forza: vivere con la SM cambiando ritmo, percorso, strumenti… ma sempre con lo sguardo rivolto avanti.

Un silenzio lungo tredici anni

Antonella aveva solo 14 anni quando la sua vista si è improvvisamente offuscata. «I colori e gli oggetti erano 'tumefatti'», racconta ricordando l'inizio del suo cammino con la sclerosi multipla. Dopo quell'episodio, la situazione migliora, ma senza risposte certe: continua a vivere la sua giovinezza con l'inconsapevolezza di chi convive con una compagna invisibile.

La verità arriva a 27 anni, poco dopo la luna di miele. È ormai una donna e la sua vita da adulta non è che agli inizi. I problemi alla vista tornano, così si reca in ospedale per degli accertamenti e poi quelle parole sospese nella stanza d'ospedale: «Antonella, hai la sclerosi multipla.» In un attimo la vita cambia direzione e la donna si trova con domande che le echeggiano nella testa. «Proprio mentre muovevo i primi passi in quel futuro, ho dovuto cambiare strada, che non sentivo mia.»

Una nuova consapevolezza

Qualcosa dentro di lei si accende: «Mi sono detta che o piangevo o facevo mia questa nuova strada. E così ho fatto.» È un percorso emotivo e profondo, fatto anche di incomprensioni: amici e parenti cercano di comportarsi come se nulla fosse, ma il cambiamento c'è, inevitabilmente. Suo marito, però, la sprona a non negare la malattia, ad affrontarla. La spinge a esorcizzare il dolore e a cercare un nuovo equilibrio: «Ho iniziato a modellare dentro di me questa nuova condizione. Ho capito che la malattia può farmi crescere, e che questa è comunque una strada che va avanti.»

La maternità come fonte di forza

«Quando mi hanno comunicato la diagnosi e ho iniziato la terapia a base di cortisone, ho capito che la SM non mi avrebbe portato via il mio sogno di diventare madre e che non avrei aspettato.» Solo pochi mesi dopo, Antonella scopre di aspettare il primo figlio. Oggi è madre di Riccardo e Sabrina, che lei descrive come i suoi angeli custodi: «Con amore e premura mi stanno accanto supportandomi.» La maternità diventa così una spinta nuova e oggi, che i suoi figli sono cresciuti, continuano a trasmetterle un'energia profonda. «La forza di una mamma è incredibile», racconta, soprattutto quando la SM ti fa vacillare.

Le sfide della quotidianità

Con il tempo, la SM si è fatta sentire sempre di più, in particolare con l'aggravarsi dei problemi motori e alla vista. «Non vedo le sfumature che gli altri vedono. Il tramonto che vedo io non è lo stesso. Ma non mi faccio abbattere. Penso a quello che posso fare, non a quello che non posso.» Inoltre, Antonella si muove grazie a un ausilio elettrico che ha soprannominato affettuosamente «Discovery»: «È il mio modo per continuare a muovermi, per essere autonoma e scoprire il mondo.» Nonostante ciò, si scontra con il pregiudizio dell'invisibilità: «La gente pensa che se non sei in un letto d'ospedale o su una sedia a rotelle, tu non abbia nulla.» E spesso sente il giudizio pesare su di lei: «Mi chiedono: perché usi un ausilio elettrico malgrado tu sia in grado di camminare? Purtroppo, c'è ancora ignoranza e poca conoscenza», ammette un po' delusa.

Imparare a fermarsi per ripartire

Il lavoro è sempre stato molto importante per Antonella: «Ho lavorato a lungo come custode e venditrice, era un modo per mettermi alla prova, capire quanto potevo fare.» Ma quando il suo corpo ha iniziato a stancarsi troppo, ha scelto di fermarsi. «Se avessi continuato, ne avrei pagato le conseguenze. Prima non mi fermavo mai, oggi ho imparato a rimandare, a meditare e a orga-

«Non ho mai cancellato i miei piani di vita a causa della SM, forse li ho modificati… ma mai annullati.»

Antonella

nizzarmi in modo diverso.» Una consapevolezza che sembra una conquista: «Non ho mai cancellato i miei piani di vita a causa della SM, forse li ho modificati… ma mai annullati.» E poi c'è la terapia, che svolge un ruolo centrale nel suo equilibrio. Oltre a quella farmacologica, Antonella ne ha iniziata una a base di cannabis, per gestire spasmi e crampi alle gambe, che le impedivano di dormire. «Ora riesco a dormire e affronto la giornata con più energia. La mia qualità di vita è migliorata.»

La forza della rete e il valore dei sogni

La SM è una malattia cronica, imprevedibile, e spesso porta con sé una domanda difficile: come sarà il futuro? «C'è questo grande punto interrogativo sulla mia salute, così mi faccio domande.» Ci sono giorni in cui l'incertezza pesa e in cui il confronto con ciò che era prima diventa inevitabile. Poi per fortuna Antonella trova conforto e nuova forza nel presente, nei suoi figli, in suo marito Marco, nel supporto concreto che da anni riceve dalla Società svizzera SM, e nel Gruppo regionale SMile, dove sorrisi e condivisione diventano parte della cura. «Per me la Società SM e il GR SMile sono stati una sicurezza, un punto di riferimento.» E anche nei momenti di difficoltà, c'è sempre qualcosa che la spinge ad andare avanti. «Ho un sogno che mi piacerebbe realizzare: fare un viaggio spirituale in India.»

///**Intervista e immagine:** Milo Prada

Intervista ad Antonia Nessi

Alla guida del Museo Vincenzo Vela dal 2023, in questa intervista Antonia Nessi rievoca il suo percorso — dalle prime passioni per l'arte e la museologia alla visione del museo come casa viva, aperta e inclusiva — condividendo ricordi personali, progetti futuri e momenti di intensa emozione.

Signora Nessi, quando ha capito che l'arte e la museologia sarebbero state la sua strada?
Questa scelta non è nata da un obiettivo pianificato, ma da una forte curiosità e dal desiderio di conoscere. È stato un intreccio di esperienze, viaggi e incontri: dagli studi all'Università di Neuchâtel, ai soggiorni di ricerca a Parigi, Venezia e Roma, fino al ricco dialogo con il mio relatore di tesi. Importante è stato anche l'ambiente familiare in cui sono cresciuta: fin da bambina ho respirato un clima pieno di cultura. I miei genitori, in particolare mio padre, mi portavano spesso a visitare musei e chiese, e in casa erano di passaggio artisti vari. Ho sviluppato così una sensibilità per il linguaggio dell'immagine, che ho sempre percepito più forte di quello delle parole. L'interesse per la filosofia, l'antropologia, la storia dell'arte come chiave di lettura del mondo hanno fatto il resto. Lo studio dell'arte, per me, è uno straordinario esercizio di apertura mentale.

Dal 2023 è direttrice del Museo Vincenzo Vela. Ricorda il momento in cui ha saputo di essere stata scelta per questo ruolo?
Lo ricordo con grande emozione. Ero a Neuchâtel e stavo allestendo una mostra per il Musée d'art et d'histoire. Quando è arrivata la notizia ho provato una forte gioia, ma anche un po' di apprensione per ciò che il cambiamento avrebbe comportato: un nuovo ruolo, una nuova vita, sia privata sia professionale.

C'è un aspetto del museo che la colpisce in modo particolare?
Il Museo Vela è un luogo unico: è stato il primo museo creato in Ticino nel 1898 ed è una vera e propria opera d'arte totale. Non è solo un luogo espositivo, ma una casa-museo tra le più interessanti d'Europa. L'ambiente che mi colpisce di più è il grande salone centrale, un ottagono che costituisce il cuore del museo. Ai tempi di Vela era chiamato il «Pantheon del Risorgimento», per via dei gessi monumentali dedicati ai protagonisti di quell'epoca. La sua teatralità, la monumentalità, la visione di eternità che trasmette: tutto in quello spazio racconta l'ambizione e

l'impegno civile di Vincenzo Vela. La ristrutturazione di Mario Botta, nel 2001, ha saputo valorizzare ulteriormente questa eredità.

Tra sculture, fotografie storiche e mostre temporanee, c'è un'opera a cui è particolarmente legata, magari per motivi personali?
Sì, lo Spartaco di Vincenzo Vela. Tra le sue opere giovanili più emblematiche, raffigura il gladiatore che guidò un'imponente rivolta degli schiavi contro il potere romano. Mi colpisce ogni volta per la sua potenza espressiva, per l'intensità emotiva e per il valore simbolico. Ai tempi di Vela rappresentava lo spirito di ribellione dei patrioti lombardi contro l'occupazione austriaca. Ancora oggi incarna la lotta all'oppressione e l'aspirazione verso la libertà.

Se potesse incontrare di persona Vincenzo Vela, cosa gli chiederebbe?
Qui al museo si percepisce ancora la sua presenza, come se ci accompagnasse nel nostro lavoro quotidiano. Se potessi incontrarlo, gli chiederei se si riconosce in questa casa-museo, se sente che abbiamo onorato la sua eredità. Gli domanderei anche quale sarebbe il suo sguardo sull'evoluzione politica internazionale e sulla situazione attuale della Svizzera. E sarei molto curiosa di conoscere la sua opinione sull'arte contemporanea.

«Lo studio dell'arte, per me, è uno straordinario esercizio di apertura mentale.»

Antonia Nessi

Ha mai assistito a un momento particolarmente toccante da parte di un visitatore?
Sì, durante una visita con un gruppo di persone affette dal morbo di Alzheimer, una signora si è fermata davanti alla scultura della contessina Leopoldina d'Adda, ritratta da bambina intenta a giocare con il suo cagnolino. Improvvisamente, ha iniziato a rievocare la propria infanzia. È stato un momento delicato e commovente. Ho pensato di aver assistito a un piccolo miracolo: l'arte che riesce ad attraversare i confini della malattia.

Il museo è anche un luogo accogliente per il pubblico con bisogni speciali. Le persone con sclerosi multipla dei nostri gruppi regionali lo hanno visitato più volte. Come vede il ruolo del museo in termini di accessibilità e inclusione?
Il Museo Vincenzo Vela è stato tra i primi in Svizzera a impegnarsi in questo ambito. Ha sviluppato, nel tempo, un programma di mediazione volto a rendere lo spazio museale davvero condivisibile, anche da persone con bisogni speciali. Questo ruolo di apertura è stato riconosciuto nel 2019 con il marchio «cultura inclusiva» di Pro Infirmis. Recentemente, abbiamo lanciato il programma «Arte e benessere», che pone al centro il benessere psico-fisico delle visitatrici e dei visitatori nel loro incontro con l'arte.

C'è un sogno che vorrebbe realizzare per il museo nei prossimi anni?
Mi piacerebbe ideare una mostra collettiva d'arte contemporanea che parta proprio dal senso di questo luogo: una riflessione sul tema della casa e dell'abitare. Un tema universale, che parla del bisogno di radici ma anche di libertà.

/// **Testo:** Milo Prada
/// **Immagine:** © Ti-Press/P. Gianinazzi

Lasciti e legati

Tutto ciò che occorre sapere in tema di successione

Desidera fare del bene oltre la sua vita? Facendo una donazione alla Società svizzera SM nel suo testamento, può fornire un importante sostegno alle persone con SM e ai loro familiari. Allo stesso tempo, sostiene la ricerca – per una vita migliore oggi e un mondo senza SM domani.

Sul sito sclerosi-multipla.ch troverà informazioni utili sul tema dei lasciti:

Maggiori informazioni sul testamento
Informazioni fondate e l'opportunità di redigere un testamento che realizzi i suoi desideri e soddisfi i requisiti legali.

Webinari
L'organizzazione partner DeinAdieu organizza regolarmente webinari informativi sul tema della redazione di testamenti, ai quali è possibile partecipare gratuitamente.

In caso di domande
Ha domande o desidera includere la Società svizzera SM nella sua successione? Marianna Monti sarà lieta di assisterla per qualsiasi richiesta: mmonti@sclerose-en-plaques.ch.

Ordini la guida gratuita «Lasciti e legati».

SM Società svizzera sclerosi multipla