

A photograph of a middle-aged man and woman smiling. The man has grey hair and a beard, wearing a grey t-shirt. The woman has blonde hair and is leaning her head against his shoulder, also wearing a grey top. They are indoors, with a painting visible in the background.

**la persona
al primo
posto**



**PROGAMMA DI RIABILITAZIONE
PER PERSONE CON PARKINSON**



Terapie riabilitative
interdisciplinari on-line
e in presenza



2021/22

IL METODO PROGOTAN

Il metodo Progotan nasce come terapia fisica di **riabilitazione complementare interdisciplinare**, allo scopo di dare una solida risposta alle più recenti scoperte nel campo della riabilitazione, in linea con la letteratura scientifica. Il fine è favorire il mantenimento di **un buon livello di qualità della vita nella persona con Parkinson**.

Il metodo Progotan è frutto della **fusione e integrazione** in un unico sistema riabilitativo delle terapie complementari più accreditate e coinvolge tutte le aree della persona.

Il metodo **Progotan** in modalità on-line prevede la presa in carico della persona con Parkinson per la durata di circa 10 mesi. Il primo passo è la **valutazione individuale** da parte della fisioterapista e della psicologa, che elaboreranno un programma **riabilitativo personalizzato**, scegliendo le discipline più idonee alla persona e alla sua condizione.

Le discipline terapeutiche utilizzate nel nostro metodo: **fisioterapia, logopedia, stimolazione cognitiva, scienza dell'alimentazione, allenamento funzionale, terapia occupazionale, tango, yoga, mantenimento della scrittura, arte terapia , tai chi e bodybit.**

Nella **modalità on-line**, il paziente segue le lezioni erogate in diretta tramite internet comodamente da casa propria. L'interazione tra paziente e operatore è costante tramite il contatto audio-visivo. È anche possibile usufruire delle singole discipline.

È prevista anche la possibilità di formare gruppi presso le sedi delle Associazioni, con l'assistenza un **nostro operatore in presenza e da uno da remoto**. Basta avere una televisione!

IL METODO PROGOTAN

Il piano riabilitativo on-line prevede:

- **12 settimane di lavoro intensivo**
(circa 8 sessioni settimanali)
- **28 settimane di lavoro di mantenimento**
(circa 4 sessioni settimanali)

per un totale di circa **220 sessioni** suddivise nelle varie discipline a dipendenza dell'esigenza della persona.

Abbiamo considerato i vari gradi di avanzamento della patologia ed elaborato **tre livelli di lavoro specifici**:

- **easy:** il programma viene svolto prettamente da seduti
- **medium:** 50% in piedi e 50% seduti
- **active:** programma intenso dedicato alle prime fasi della malattia

■ **dal 27 al 30 settembre 2021 - valutazioni** dei pazienti

■ **dal 4 ottobre al 31 dicembre 2021**

12 settimane **intensivo** con 8 incontri settimanali

■ **dal 10 gennaio al 29 luglio 2022**

28 settimane **mantenimento** con 4 incontri settimanali

■ **Il nostro team:**

Dott.ssa **Milena Guizzetti:** fisioterapista

Dott.ssa **Kristina Ilic:** terapista occupazionale

Dott.ssa **Arianna Lorenzi:** terapista occupazionale

Dott.ssa **Silvia Nezosi:** psicologa

Dott.ssa **Martina Panaccione:** scienze motorie

Dott.ssa **Maria Paola Zampella:** biologa nutrizionista

Dott. **Giacomo Spada:** logopedista

Viola Emanuelli: yoga e coordinatrice

Eliane Orselli: arteterapeuta e insegnante tai chi

Elvira Pezzotti: tango e O.S.S.

Teresa Rospetti: danza terapia

Giuseppe Sarcinella: tango e coordinatore

PREZZI

■ Programma metodo completo (on-line):

comprende **valutazione individuale** + sedute di gruppo per un totale di **circa 220 sessioni** in 10 mesi + **tappeto di lavoro: totale €1'190** (4 rate).

■ Singole discipline terapeutiche (on-line):

per un periodo di 10 mesi, a scelta in base ai posti disponibili e al calendario:

- **1 disciplina** settimanale, circa 36 sessioni: **€250**
- **2 discipline** settimanali, circa 72 sessioni: **€470** (2 rate).
- **4 discipline** settimanali, circa 144 sessioni: **€860** (3 rate).

■ Modalità mista (presenza e on-line):

per un preventivo relativo alle associazioni e gruppi, siete invitati a contattarci.

Sedute individuali:

potranno essere acquistate delle sedute personali con ognuno dei nostri terapisti al costo di **€50** cadauna.

I gruppi avranno un numero minimo di 6 e massimo di 25. All'inizio del corso verrà distribuito il calendario delle sedute

STORIA E CONTATTI

Quattro anni fa un project manager decide di trasformare una sua passione, il tango, in qualcosa di più e si iscrive ad un corso di tango terapia. Scopre che questa disciplina oltre ad essere utile per molte patologie è particolarmente appropriata alla terapia fisica complementare alla **malattia di Parkinson**. Analizzando e "smontando" il movimento del tango, adatta la didattica alle problematiche specifiche della persona del Parkinson: progettazione del movimento, equilibrio e relazione con il proprio corpo e quello del partner.

Vengono attivati i primi corsi in presenza, con degli ottimi riscontri e un anno dopo arriva il covid e il metodo si modifica per essere usato **anche on-line**.

Esplorando questa nuova modalità di contatto con il paziente nasce quasi da sé la necessità di integrare in un metodo interdisciplinare le **"terapie classiche"** come la fisioterapia e la logopedia con **approcci complementari**

quali la terapia occupazionale, la stimolazione cognitiva, la nutrizione, lo yoga, il tai chi e arte terapia.

Il lockdown e l'isolamento sociale mettono in luce la drammatica realtà per il malato di Parkinson del **peggioreamento dei sintomi** a fronte della mancanza di movimento e di relazioni interpersonali. Le lezioni in remoto diventano un'occasione per sentirsi meno soli, per creare relazioni amicali, per sollevare un po' il peso della cura e **dando tregua al caregiver**, del quale emerge anche il bisogno di cura e di sostegno. Nel metodo Progotan, il famigliare può essere presente e parte attiva oppure prendersi del tempo da dedicare a sé.

Associazione Progotan

Via alle fornaci 29
CH - 6533 LUMINO
T. Svizzera +41 78 201 67 66
contact@progotan.com

Associazione Progotan

c/o SÉ74
Via Annibale Rosa 44
I - 28921 VERBANIA / VB
T. Italia +39 375 510 69 81