"E non forse il tempo, cos come l'amore, indiviso e incontrollabile? Ma se col pensiero volete misurare il tempo in stagioni, fate che ogni stagione racchiuda tutte le altre".

Khalil Gibran

Una vita da donare

Lega Svizzera contro l'Epilessia
Ligue Suisse contre l'Epilepsie
Schweizerische Liga gegen Epilepsie
Swiss League Against Epilepsy

Impressum

1_Editoriale | Impressum

2_Primavera – tempo di sognare

3_Come si redige un testamento?

4_Estate – tempo di pienezza

5_Cos'è un legato?

6_Autunno – tempo di raccolto

7_Quali tracce voglio lasciare di me?

8_Inverno - Tempo di appagamento

9_Le attività della Lega contro l'Epilessia

10_Indirizzo

Editore
Lega Svizzera contro l'Epilessia
Casella postale 1084 | Seefeldstrasse 84
CH 8034 Zurigo
T 0041 43 488 67 77
F 0041 43 488 67 78
info@epi.ch | www.epi.ch

Redazione
Margret Becker, lic. phil. I
becker@epi.ch

Realizzazione
screenblue mediendesign | Birgit Depping
bd@screenblue.de | www.screenblue.de

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

da persone responsabili quali siete, avrete sicuramente a cuore i vostri affari personali e la loro accurata sistemazione. Ci auguriamo che, a tale riguardo, questo opuscolo sui lega ti possa esser vi d'aiuto. La cura e la consapevolezza delle responsabilità contraddistinguono anche il la voro che s volgiamo in seno alla Lega Svizzera contro l'Epilessia. L'epilessia è un disturbo che da sempre suscita inquietudine e paura. Oggi sappiamo che gli a ttacchi epilettici sono un disturbo funzionale tr ansitorio causa to da ripetute scariche di cellule nervose nel cervello.

In Svizzera sono circa 70'000 le persone affette da epilessia. In ragione del progressivo aumento dell'aspettativa di vita, l'epilessia c olpisce un numer o crescente di persone anziane, ma anche i bambini e i giovani possono esser e colpiti da a ttacchi epilettici. Le cause sono molteplici, ad esempio tr aumi alla nascita, un incident e o un tumor e al cervello. Tuttavia, nel caso di alcune pa tologie epilettiche la causa rimane sconosciuta.

La vita quotidiana delle persone affette da epilessia è talvolta difficile. La Lega Svizzera contro l'Epilessia ha c ome obiettiv o quello di miglior are in modo duraturo la vita delle persone epilettiche . E ssa sostiene la ricerca e divulga informazioni specialistiche su tutti gli ambiti dell'epilettologia al fine di aumentare le possibilità di tr attamento e c omprendere in modo più approfondito le cause della malattia.

Le persone af fette da epilessia meritano tutto il nostro impegno.

Dr. Med. Günter Krämer
Presidente
Lega Svizzera contro l'Epilessia

Primavera – tempo

"Le miti brezze si sono risvegliate", recitava Ludwig Uhland descrivendo la primavera, una stagione che rispecchia così bene il periodo della giovinezza. Tutto è nuovo, l'aria è carica di magia, l'occhio non è mai sazio di guardare il fresco verde dei prati e i primi fiori corteggiati dalle api. Non è solo nel bel mese di maggio o negli anni della giovinezza che la primavera ci riempie di entusiasmo. Non siamo colti da sentimenti primaverili anche quando ci apprestiamo a intraprendere un viaggio o quando cambiamo l'arredamento di casa? E con quale forza scoppia la primavera nel nostro cuore quando guardiamo il nostro primo nipotino nella culla! Sono momenti, questi, in cui ci fermiamo e ci chiediamo cosa sia davvero importante.

Per chi soffre di epilessia, forse la primavera sboccia quando, dopo lunghe ricerche, si arriva a quella combinazione di farmaci che agisce perfettamente ed evita nuovi attacchi. Oppure quando, dopo alcuni tentativi falliti, si trova un posto di lavoro compatibile con la malattia. Oppure ancora semplicemente quando le rondini fanno ritorno dopo l'inverno e volano in cerchio sopra i tetti, come per qualunque altra persona.

La primavera ritorna sempre. Anche nella vostra vita. Forse, come ci auguriamo, avete già potuto realizzare tutti i vostri sogni e state pensando di aiutare altre persone a raggiungere i loro obiettivi. In primo luogo, naturalmente, starete pensando ai vostri cari, ma anche ad altre persone per voi molto importanti, o a un'organizzazione di pubblica utilità che si è meritata la vostra fiducia. Non è mai troppo presto per mettere nero su bianco questi vostri propositi.

Come si redige un testamento?

In linea generale, qualunque persona maggiorenne ha il diritto di formulare autonomamente le proprie ultime volontà. Per chi non fa uso di questo diritto si applica esclusivamente la successione legittima. Questa può interessare, a seconda della situazione familiare, il coniuge, i figli, i genitori o altri parenti stretti. Affinché la disposizione delle ultime volontà abbia validità giuridica, è necessario osservare le seguenti regole:

- Il testamento deve essere interamente scritto a mano
- Deve riportare la data esatta con giorno, mese e anno, nonché il luogo.
- Deve indicare il nome e l'indirizzo completi degli eredi istituiti e dei legatari.
- Deve essere sottoscritto dall'autore.

di sognare

La nomina di un esecutor e testamentario all'interno del testamento è facoltativa. L'esecutore testamentario si occupa delle incombenze amministrative e si accer ta che le v olontà espresse nel testamen to vengano rispettate.

La legge prevede per i parenti più stretti delle cosiddette porzioni legittime che devono essere obbligatoriamente rispettate. Si tratta, ad esempio, delle porzioni legittime per il coniuge e i figli, oppur e, nel caso di persone sole e senza figli, delle porzioni legittime per i genitori. Le porzioni legittime costituiscono sempre solo una par te del patrimonio. Del patrimonio rimanente, la cosiddetta porzione disponibile, il testatore può disporre liberamente.

Suggerimento

Fate controllare il v ostro testamen to scritto a mano da un esper to. Successivamente, depositatelo pr esso un uf ficio amministr ativo del vostro comune di residenza, ad esempio pr esso un notaio o una banca. In questo modo potr ete evitare incomprensioni e litigi.

Se desider ate suddivider e il v ostro pa trimonio fra diverse persone e/o organizzazioni di pubblica utilità, potr este sceglier e, ad esempio, la seguente formula:

(scritto a mano, per favore)

Testamento

Io, Giovanni Mattei, nato il 7 luglio 1945, domiciliato in Via Stazione 10 a Vira, dispongo come mie ultime volont quanto segue:

Quali eredi del mio patrimonio istituisco in parti uguali:

Il mio amico Diego Gaggini, nato il 5 novembre 1946, domiciliato a Someo

La Lega Svizzera contro l'Epilessia, Seefeldstrasse 84, Zurigo.

.....

.....

Vira, 16 ottobre 2006
Giovanni Mattei

Estate – tempo di

La luce estiva fa risplendere ancora di più i colori dell'acqua e dei fiori. Le tiepide serate a lungo attese sono finalmente arrivate, il tepore dell'aria fa bene, la calura ci spinge a cercare refrigerio all'ombra. La luce dell'estate ci ricorda anche la parte centrale della nostra vita, quando siamo pieni di energia e abbiamo la sensazione di avere tutto sotto controllo. Non più giovani ma non ancora vecchi, siamo al culmine delle nostre potenzialità, a meno che un incidente o una malattia imprevisti non faccia crollare tutte le nostre certezze.

L'epilessia può colpire chiunque. Proprio nella fase più attiva della vita è particolarmente difficile dover improvvisamente fare i conti con delle limitazioni. Un camionista, dopo un incidente, deve cambiare lavoro perché i suoi attacchi epilettici non gli consentono più di stare al volante. Una madre ha bisogno di aiuto nella cura dei suoi figli, perché le brevi assenze mentali provocate dalla malattia la rendono insicura nella vita quotidiana, mentre l'archeologa posticipa il suo incarico all'estero a causa di un improvviso attacco epilettico.

Chi si ammala pensa a cosa potrà accadere se, una volta o l'altra, non riuscirà più a mantenere il controllo su di sé. In questi momenti potrebbe essere sfiorato dal pensiero di scrivere le sue ultime volontà. La possibilità di assumere il controllo della situazione e decidere autonomamente chi dovrà ricevere cosa, fa bene allo spirito. È un pezzetto di libertà che ci prendiamo anche se forse non siamo più in grado di fare tutto da soli.

Cos'è un legato?

Il legato viene anche detto lascito. Un lascito riguarda sempre un determinato oggetto, che può essere costituito da una somma di denaro, un immobile, un'auto, un gioiello o un'altra proprietà. Il lascito può essere definito come la volontà del testatore di sostenere una determinata persona o una determinata istituzione di pubblica utilità con un contributo ben specificato. Forse appartenete già al gruppo dei donatori e siete impegnati nelle attività della Lega contro l'Epilessia? Come ultimo saluto di ringraziamento, il testatore sostiene con un legato anche questa persona o quest'istituzione.

Per le persone che non hanno parenti prossimi, spesso l'esatta definizione testamentaria degli eredi e delle porzioni d'eredità spettanti a ciascuno di essi rappresenta una vera e propria necessità. Forse, al momento della stipula di un'assicurazione sulla vita,

pienezza

avete già pensato a un caro amico o a un'istituzione di pubblica utilità a cui lasciare i vostri averi in caso di decesso. Se non l'avete ancora fatto, potrete farlo in qualunque momento mediante una dichiarazione scritta.

Se scegliete di definire un lascito nel vostro testamento, è consigliabile stabilire un termine esatto in corrispondenza del quale questo lascito entrerà in vigore, ad esempio "tre mesi dopo la mia morte". Questo contribuisce a fare chiarezza ed evitare lunghe discussioni fra gli eredi.

Suggerimento

Se il testamento non viene redatto, il patrimonio viene distribuito fra i parenti più stretti in base alle prescrizioni di legge. Il patrimonio delle persone che non hanno parenti prossimi viene automaticamente ceduto allo stato. Chi non desidera che questo avvenga, deve disporre per iscritto le sue ultime volontà.

(scritto a mano, per favore)

Le mie ultime volont

Io, Angela Santi, nata il 10 ottobre 1954, originaria di Locarno, dispongo con il presente documento la ripartizione del mio patrimonio come segue:

I miei gioielli dovranno andare alla mia figlioccia Claudia Briatore, Via di Bola, Cevio.

.....

Dal mio patrimonio, entro tre mesi dalla mia morte, dovr essere disposto il seguente lascito:

CHF ... .. a lla L ega S vizzera c ontro l'Epilessia, Seefeldstrasse 84, 8034 Zurigo.

Brissago, 16 luglio 2006
Angela Santi

Autunno – tempo

Nel bosco, l'odore delle foglie sembra sussurrare: è arrivato l'autunno. Al mattino, le prime nebbie indugiano sul fiume e le montagne si vedono nitidamente come in nessun'altra stagione. Molti vengono presi dalla voglia di passeggiare, altri si attardano nei mercati o ringraziano per il raccolto con allegre feste. I frutti del lavoro vengono esibiti con orgoglio, la pienezza della vita è satura di magnificenza, l'allegria della gente nei vigneti è contagiosa.

L'autunno è la gioia per le conquiste raggiunte e il rimpianto per le cose perdute, per le occasioni mancate. Un sentimento che i malati di epilessia conoscono bene. Questo perché spesso la loro vita si snoda in un moto ondoso di alti e bassi. Ci sono periodi in cui tutto va a meraviglia, ma improvvisamente compaiono delle difficoltà che possono essere superate solo con il coraggio.

Anche la vostra vita è sicuramente scandita da periodo belli e da periodi più difficili. Nella stagione autunnale vediamo con chiarezza cosa siamo riusciti a fare e abbiamo ancora tanta energia per progredire, per cambiare laddove ci sembra necessario. Tirare le somme significa sempre anche guardare avanti. Dove posso ancora arrivare, cosa del mio bagaglio d'esperienze posso trasmettere agli altri, quali obiettivi posso contribuire a raggiungere anche se un giorno non ci sarò più?

oo di raccolto

Quali tracce voglio lasciare di me?

In assenza di parenti a cui spetta una porzione legittima, il cosiddetto testatore, ossia colui che dispone del proprio patrimonio mediante un testamento, ha completa libertà di decidere a chi lasciare cosa dei suoi averi. Il testatore può riflettere in tutta calma sulle cose che ritiene importanti, sui valori in cui ha creduto nell'arco della sua vita, sugli aspetti che ritiene giusto sostenere.

Un'istituzione di pubblica utilità può essere istituita erede di somme di denaro, immobili, prestazioni assicurative o oggetti d'arte proprio come una o più persone. Lasciate un segno donando agli altri ciò a cui avete tenuto.

Avete già scritto il vostro testamento e vorreste modificarlo? Potete farlo in qualunque momento, a condizione di rispettare la giusta forma. Ecco un esempio

(scritto a mano, per favore)

Disposizione testamentaria:

Io, Fabio Righetti, nato il 3 gennaio 1935, domiciliato in Piazza vecchia a Melide, dispongo quanto segue:

1. Il presente testamento sostituisce tutti i testamenti precedenti.

2. Istituisco la Lega Svizzera contro l'Epilessia, Seefeldstrasse 84, 8034 Zurigo, come erede universale.

Melide, 16 luglio 2006
Fabio Righetti

Suggerimento

Avete domande sulla scrittura di un testamento o desiderate maggiori informazioni sull'attività della Lega Svizzera contro l'Epilessia? Allora chiamateci: tel. 043 488 67 79. Siamo a vostra completa disposizione.

Inverno – Tempo d appa

D'accordo: in in verno è fr eddo, talvolta umido e grigio e gli alberi sono spogli.Tuttavia, a uno sguardo più attento, essi sembrano stagliarsi nel cielo come figure ben disegnate. I cigni si raccolgono vicino alla riva, e quando i r aggi del sole c olpiscono la ne ve luccicante non c'è motivo di rimpiangere l'estate. Chi impara a lasciarsi coinvolgere da questa stagione, ne scopre le stupende peculiarità. Il fuoco scoppietta nel camino, la candela rischiara il tavolo della colazione, una coperta morbida riscalda le gambe.

Le persone affette da epilessia conoscono l'inverno della vita meglio di chiunque altro. Sono, questi, i periodi di a ttesa, in cui tutto sembr a immobile, ma durante i quali in realtà si raccolgono le forze per un nuovo inizio pieno di sper anza. Talvolta aiutano anche i ricordi di situazioni simili, in cui a un periodo di pausa è seguito un improvviso risveglio.

I ric ordi c ostituiscono un mondo a par te. L e faccende della vita sono ormai sbrigate, gli af fari personali sistemati, e ci si può rilassare. Ora ci si può fermare a osservare il mondo e godersi il lusso di non doversi assumer e r esponsabilità. Spesso sono le piccole gioie la vera felicità. Con la vostra donazione potrete far sì che per malati di epilessia la primavera ritorni presto.

Le attività della Lega contro l'Epilessia

La Lega Svizzera contro l'Epilessia svolge attività di ric erca, c onsulenza e inf ormazione su questa malattia dal 1931. Il suo C onsiglio direttivo è c omposto da specialisti competenti che applicano immediatamente nel loro lavoro le più recenti scoperte.

Ricerca

La L ega S vizzera c ontro l'Epilessia pr omuove lo sviluppo del sapere in tutti i campi legati all'epilessia:

- Con la sua rivista specialistica trilingue “Epileptologie” (Epilettologia) stimola il progresso scientifico.
- Con la promozione della ricerca sostiene lo sviluppo di nuove terapie in Svizzera.
- Con l'informazione sulle nuove conoscenze scientifiche contribuisce al progresso in questo campo.
- Con il premio promozionale stimola i giovani medici e gli altri specialisti a studiare in modo più approfondito i vari aspetti dell'epilessia.
- Con l'organizzazione di c onvegni ed e venti di aggiornamento professionale per i professionisti del

gamento

settore diffonde le ultime conoscenze.
- Con la pubblicazione dell'"Epilepsie-Bericht Schweiz" (Rapporto svizzero sull'epilessia) aiuta a coordinare le attività delle singole organizzazioni.

Consulenza

Le Lega Svizzera contro l'Epilessia ha un orecchio sempre pronto ad ascoltare:

- Per gli specialisti e altr e persone in teressate: su richiesta la Lega prepara documenti individuali, riferisce i nomina tivi di esper ti o mette in c ontatto con specialisti.
- Per i malati: la Lega risponde alle domande mediche e, in caso di richieste speciali di qualunque tipo , indirizza i malati verso le sedi più idonee.
- Per i parenti: la Lega li incoraggia e li sostiene con informazioni competenti, sia a ttraverso colloqui sia mediante l'invio di materiale informativo e video.
- Per i dona tori: la L ega c ontro l'Epilessia divulga regolarmente informazioni sulle pr oprie attività e ritiene importante creare un r apporto con i pr opri donatori fondato sulla fiducia e sulla trasparenza.

Informazione

La Lega Svizzera contro l'Epilessia informa e sensibilizza l'opinione pubblica e promuove così l'integrazione delle persone colpite da epilessia, in particolare attraverso:

- la divulgazione di informazioni sull'epilessia,
- incontri informativi rivolti al grande pubblico,
- il contatto con le autorità, i media e le or ganizzazioni sanitarie,
- la campagna "Giornata dell'Epilessia" che si svolge ogni anno il 5 ottobre con manifestazioni informative in tutta la Svizzera,
- la newsletter "Epilepsie" per donatrici e donatori.

Dal 1964 la Lega Svizzera contro l'Epilessia è membro della "In ternational L eague A gainst Epilepsy" (ILAE) di cui è la sezione nazionale in Svizzera.

Casella postale 1084 | Seefeldstrasse 84
CH 8034 Zurigo
T +41 43 488 67 77
F +41 43 488 67 78
info@epi.ch | www.epi.ch

La ZEWO ha insignito la Lega Svizzera contro l'Epilessia del marchio di qualità certificante una gestione coscienziosa e parsimoniosa delle donazioni che gli vengono affidate.

Lega Svizzera contro l'Epilessia
Ligue Suisse contre l'Epilepsie
Schweizerische Liga gegen Epilepsie
Swiss League Against Epilepsy