

VADEMECUM DELL'ANZIANO

con informazioni per
la promozione della salute,
per invecchiare bene
e con i servizi dell'area anziano
di *Mantova, Cremona e Crema*



DOVE LO TROVO?

Il Vademecum è costantemente aggiornato,
per questo è consultabile sul web all'indirizzo:
<https://www.csvlombardia.it/mantova/post/vademecum-anziano-mantova/>

Non lo trovi? Inserisci la parola "Vademecum" nel
form di ricerca che trovi sulla home di
<https://www.csvlombardia.it/mantova>



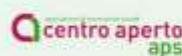
Ultimo aggiornamento: 14/05/2024

Il Vademecum
è promosso e
aggiornato da:



Università della Terza Età
Centro Studi per
il Benessere dell'Anziano

In collaborazione con:



Per informazioni: CSV Lombardia Sud ETS sede territoriale di Mantova
ref. Francesco Molesini 0376 367157 - 345 6049345 f.molesini@csvlombardia.it

SOMMARIO

1	SERVIZI E AGEVOLAZIONI TERRITORI DI CREMA, CREMONA E MANTOVA	3
1.1	PREMESSA	3
1.1.1	Guida per la promozione alla salute e per invecchiare bene e con i servizi dell'area anziano. Territori di Crema, Cremona e Mantova.	3
1.1.2	Agenzia di Tutela della Salute (ATS) della Val Padana	3
1.1.3	Aziende Socio Sanitarie Territoriali (ASST)	4
1.1.3.1	ASST CREMA	4
1.1.3.2	ASST CREMONA	4
1.1.3.3	ASST MANTOVA	4
1.1.4	INPS	4
1.1.5	REGIONE LOMBARDIA.....	4
1.1.6	ARERA-SGate	4
1.2	TUTELA, PREVENZIONE E PROMOZIONE DELLA SALUTE - INVECCHIARE BENE	5
1.2.1	Numeri utili	5
1.2.2	Informazioni e Indirizzi Utili	5
1.2.2.1	LISTA SERVIZI ASST	5
1.2.2.2	Portale Regione Lombardia – A portata di mano	6
1.2.2.3	ISEE.....	6
1.2.2.4	Regione Lombardia spazioRegione - Ufficio Relazioni con il Pubblico (URP)	6
1.2.2.5	Patronati	6
1.2.3	Servizio contro le dipendenze.....	6
1.2.4	Stili di vita favorevoli alla salute	6
1.3	ADULTO ATTIVO	6
1.3.1	Servizi on line	6
1.3.1.1	Farmacie	6
1.3.1.2	Farmaci, visite ed esami: prescrizione e prenotazione tramite SSR	7
1.3.1.3	Carta CRS e TS-CNS.....	7
1.3.1.4	Fascicolo Sanitario Elettronico e altri servizi sanitari online	7
1.3.1.5	Emergenza caldo.....	7
1.3.1.6	Medici di medicina generale.....	7
1.3.2	Servizio di continuità assistenziale (ex guardia medica).....	7
1.4	ADULTO IN SITUAZIONE DI DISAGIO ECONOMICO O DI SALUTE(in grado di usare questo strumento informatico o con necessità di assistenza).....	8
1.4.1	Contributo per Disabili gravissimi (Misura B1)	8
1.4.2	Esenzione Pagamento Canone Rai	8
1.4.3	Bonus e servizi di tutela per fornitura energia elettrica e gas	8
1.4.3.1	Fine tutela elettricità: https://www.arera.it/consumatori/fine-tutela-ele	10
1.4.3.2	Fine tutela gas: https://www.arera.it/consumatori/fine-tutela-gas-cosa-fare	10
1.4.3.3	Bonus Servizi Idrici e telecalore	10
1.4.4	Riduzione Abbonamento Telefonico	10
1.4.5	Social Card – programma “Carta Acquisti Ordinaria”	10
1.4.6	Invalità civile	10
1.4.7	Assegno di Inclusione/pensione di cittadinanza	10
1.4.8	Assegno sociale INPS	10
1.4.9	Prestazioni di lavoro occasionale: libretto famiglia	11
1.4.10	Abbonamenti agevolati trasporto pubblico regionale e locale – Lombardia.....	11
1.4.11	Misure e agevolazioni regionali per la casa	11
1.4.12	Interventi a favore delle persone con disabilità grave e anziani non autosufficienti.....	11
1.4.13	Gli ausili protesici	11
1.4.13.1	Assistenza protesica.....	11
1.4.14	Servizio assistenza domiciliare S.A.D.	11
1.4.15	Servizio assistenza domiciliare integrata(A.D.I.)	11
1.4.16	Centri Diurni Integrati (CDI)	12
1.4.17	Ricoveri in Residenza Sanitaria Assistenziale (R.S.A.).....	12
1.4.18	Servizio di telesoccorso	12
1.4.19	Protezione Giuridica (U.P.G.)	12
1.4.20	Interventi a sostegno della famiglia e dei suoi componenti fragili.....	12

1.4.20.1	Residenzialità Assistita: https://www.ats-valpadana.it/residenzialita-assistita	12
1.5	<i>IL NUOVO PERCORSO DI PRESA IN CARICO DEL PAZIENTE CRONICO IN LOMBARDIA</i>	12
1.5.1	Case della Comunità (CdC):	13
2	TICKET SANITARIO	13
3	SERVIZI TERRITORIALI	14
3.1	<i>TERRITORIO DI MANTOVA</i>	14
3.1.1	PROMOZIONE ALLA SALUTE E INVECCHIARE BENE	14
3.1.1.1	Corretti Stili di Vita.....	14
3.1.1.2	Gruppi di Cammino	14
3.1.2	ADULTO ATTIVO (in buona salute e/o in grado di usare questo strumento informatico). ..	14
3.1.2.1	Associazioni che svolgono attività di centro ricreativo e/o culturale.....	14
3.1.2.2	Principali canali di comunicazione provinciali INPS di Mantova.....	14
3.1.2.3	Punti di ascolto dei Comuni del Territorio Mantovano	14
3.1.2.4	Spazio di accoglienza sociale	15
3.1.2.5	Farmaci a domicilio.....	15
3.1.2.6	Trasporto protetto	15
3.1.2.7	Polizza di Assistenza per residenti vittime di furti, scippi e rapine	15
3.1.2.8	Soggiorni climatici	15
3.1.3	ADULTO IN SITUAZIONE DI DISAGIO O DI CRONICITÀ (con necessità di assistenza) ...	16
3.1.3.1	Associazioni che si occupano di promozione della salute.....	16
3.1.3.2	Servizio di telesoccorso.....	16
3.2	<i>TERRITORIO DI CREMONA</i>	16
3.2.1	PROMOZIONE ALLA SALUTE E INVECCHIARE BENE	16
3.2.1.1	Attività Fisica Adattata (AFA)	16
3.2.1.2	Gruppi di Cammino	16
3.3	<i>TERRITORIO DI CREMA</i>	16
3.3.1	PROMOZIONE ALLA SALUTE E INVECCHIARE BENE.....	16
3.3.1.1	Salute, alimentazione e stili di vita	16
3.3.1.2	Gruppi di Cammino	16
4	INDICE.....	17

NOVITÀ E ULTIME MODIFICHE IMPORTANTI:

L'unica ma importante modifica apportata al documento riguarda l'inserimento delle "Case di comunità" già previste dal PNRR e descritte nel D.M. 77 del 23 maggio 2022.

I servizi sono già attivi alle ASST di Mantova e Cremona e in fase di ampliamento all'ASST di Crema. L'accesso alle relative informazioni si trovano alle pagine 6 e 13 di questo documento.

VISITE E ACCESSI

Il presente vademecum è uno strumento importante e di grande utilità sia per gli addetti ai lavori che per comuni cittadini.

Dal primo gennaio 2024 ad oggi **14 maggio 2024** ha avuto **362** visite sul sito del **CSV**.

1 SERVIZI E AGEVOLAZIONI TERRITORI DI CREMA, CREMONA E MANTOVA

1.1 PREMESSA

1.1.1 Guida per la promozione alla salute e per invecchiare bene e con i servizi dell'area anziano. Territori di Crema, Cremona e Mantova.

Il Vademecum è stato pensato come una guida per conoscere le opportunità per le persone anziane. **La guida è stata ideata nel 2013 dal Centro per i Problemi dell'Anziano di Mantova a seguito del Secondo** Laboratorio Provinciale del Volontariato Mantovano organizzato dal CSVM(ora CSV Lombardia Sud). Negli anni lo strumento, che mira a orientare famiglie e anziani sulle opportunità offerte dai servizi sociali, sociosanitari e sanitari disponibili sul territorio, è stato *aggiornato* da una rete di associazioni e istituzioni mantovane. Con l'entrata in vigore della Legge Regionale n. 23/2015 "Evoluzione del sistema sociosanitario lombardo" modifiche al Titolo I e al Titolo II della legge regionale 30 dicembre 2009, n. 33 (Testo unico delle leggi regionali in materia di sanità), è stata istituita l'**ATS – Agenzia di Tutela della Salute** – con territorialità comprendente le ex ASL di Mantova e Cremona e con sede direzionale in via dei Toscani – Mantova (sede ex ASL Mantova). **Alla ATS Val Padana compete l'attuazione della programmazione definita dalla Regione**, relativamente al territorio di propria competenza ed assicura, con il concorso di tutti i soggetti erogatori, i **LEA – Livelli essenziali di assistenza** - ed eventuali livelli aggiuntivi definiti dalla Regione con risorse proprie, come dettagliato nell'art. 6 della legge a cui si rimanda." Link: [agenzie-tutela-salute](#).

A novembre 2017 la dirigenza della ATS Val Padana ha ritenuto utile estendere il campo di riferimento del Vademecum all'intera area dell'ATS che include le province di Cremona e Mantova, ed è comprensiva delle offerte in capo all'ATS, alla ASST di Crema, alla ASST di Cremona e alla ASST di Mantova. Il nuovo documento contiene:

- una sezione generale per i territori di Cremona e Mantova sugli aspetti sociosanitari;
- una sezione specifica sulla provincia di Mantova;
- in un prossimo futuro, una sezione specifica sulla provincia di Cremona.

Le sezioni sono suddivise in tre categorie a seconda dello stato di salute del cittadino:

- promozione alla salute e invecchiare bene;
- adulto attivo;
- adulto in situazione di cronicità.

Per quanto riguarda Servizi e Agevolazioni offerti da Enti Pubblici Locali e Privato Sociale di tipo socio assistenziale gli stessi sono raggruppati per provincia.

Il Vademecum è predisposto per:

- consentire un aggiornamento agevole e tempestivo delle informazioni destinate alla popolazione, allineate con quanto puntualmente revisionato nei siti web degli Enti ed Agenzie competenti nelle varie materie;
- offrire un ulteriore strumento di sviluppo e consolidamento della rete dei rapporti attivati sul territorio provinciale riguardante il settore anziani.

All'interno del documento è possibile trovare informazioni come numeri utili, servizi e informazioni di base; servizi sociali e prestazioni socio-sanitarie, agevolazioni sociali e benefici economici; servizi offerti dal Privato Sociale agli Anziani. Le informazioni sono estratte da pagine dei siti WEB di Enti, Agenzie e Associazioni consultate in prossimità della data di aggiornamento del documento. I siti più utilizzati sono ATS Val Padana e relative ASST, INPS, Regione Lombardia e altri identificabili leggendo o utilizzando i link del testo. Per evitare la circolazione di notizie che possono diventare rapidamente superate, si è preferito realizzare il documento in versione digitale, senza diffonderne copie cartacee. Consigliamo perciò di non salvare il documento senza consultare periodicamente la pagina web da cui si ha avuto accesso al documento stesso al link:

<https://www.csvlombardia.it/mantova/post/vademecum-anziano-mantova/>

Versione completa con descrizioni ridotte del documento, **aggiornato il 14 maggio 2024.**

Per informazioni:

Francesco Molesini del CSV Lombardia Sud E.T.S. --- e-mail f.molesini@csvlombardia.it

1.1.2 Agenzia di Tutela della Salute (ATS) della Val Padana

Tra le funzioni attribuite all'ATS della Val Padana, nell'ambito dell'attuazione della programmazione regionale, rientrano il governo e la promozione di programmi di prevenzione e promozione della salute, rivolti alla popolazione in generale e, nello specifico alla popolazione affetta da patologie croniche, anziane e non. In relazione a queste ultime, assumono particolare rilevanza le progettualità e le iniziative per promuovere l'invecchiamento attivo attraverso l'adozione di stili di vita salutari - che comprendano anche l'attività motoria – quali strumenti per prevenire l'insorgenza della patologia cronica e, in generale, migliorare il proprio stato di salute; su queste premesse è stata sviluppata la Rete dei [Gruppi di Cammino](#) quale contesto strutturato e qualificato di riferimento non solo per la

popolazione, ma anche per i professionisti del sistema sanitario e dei Medici di Medicina Generale che – nel nuovo modello di presa in carico del paziente cronico - hanno la possibilità di prescrivere l'attività fisica all'interno dei Piani Assistenziali Individuali (PAI) dell'assistito.

<http://www.ats-valpadana.it/>

1.1.3 Aziende Socio Sanitarie Territoriali (ASST)

Le Aziende Socio Sanitarie Territoriali (ASST) concorrono con gli altri soggetti erogatori del sistema, di diritto pubblico e di diritto privato, all'erogazione dei livelli essenziali di assistenza (LEA) e di eventuali livelli aggiuntivi definiti dalla Regione con risorse proprie, nella logica della presa in carico della persona.

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/servizi-e-informazioni/cittadini/salute-e-prevenzione/strutture-sanitarie-e-sociosanitarie>

1.1.3.1 ASST CREMA

<https://www.asst-crema.it/>

1.1.3.2 ASST CREMONA

<https://www.asst-cremona.it/azienda>

1.1.3.3 ASST MANTOVA

<http://www.asst-mantova.it/azienda>

1.1.4 INPS

L'**Istituto Nazionale della Previdenza Sociale (INPS)** è uno tra gli enti previdenziali europei più grandi e complessi, con un bilancio che è il secondo dopo quello dello Stato. L'INPS gestisce la quasi totalità della previdenza italiana, assicurando la maggior parte dei lavoratori autonomi e dei dipendenti del settore pubblico e privato. L'INPS nasce oltre cento anni fa allo scopo di garantire i lavoratori dai rischi di invalidità, vecchiaia e morte. Con il tempo l'Istituto ha assunto un ruolo di crescente importanza fino a diventare il pilastro del sistema nazionale del **welfare**.

L'attività: L'INPS gestisce la liquidazione e il pagamento delle **pensioni** e delle **indennità di natura previdenziale e assistenziale**. Le pensioni sono prestazioni previdenziali, determinate sulla base di rapporti assicurativi e finanziate con i contributi di lavoratori e aziende pubbliche e private. Invece, le prestazioni assistenziali o "**a sostegno del reddito**" tutelano i lavoratori che si trovano in particolari momenti di difficoltà della loro vita lavorativa e provvedono al pagamento di somme destinate a coloro che hanno redditi modesti e famiglie numerose. Per alcune di queste prestazioni l'INPS è coinvolto solo nella fase di erogazione, mentre per altre svolge tutto il procedimento di assegnazione.

Contact Center multicanale INPS : numero **803164** da telefono fisso o numero **06164164** da telefono cellulare.

<https://www.inps.it/it/it/l-istituto.html>

<https://www.inps.it/it/it.html>

1.1.5 REGIONE LOMBARDIA

Autonomia e competenze

Nell'assetto costituzionale vigente, conseguente alla l. cost. n. 3/2001, di riforma del Titolo V, Parte II della Costituzione, la Lombardia, come le altre regioni italiane a statuto ordinario, ha potestà legislativa concorrente nelle materie elencate all'art. 117, terzo comma, Costituzione, e competenza legislativa residuale ai sensi del quarto comma del medesimo articolo.

Lo Stato mantiene la competenza esclusiva nelle materie elencate al secondo comma dell'art. 117 e la potestà di determinare con legge i principi fondamentali cui le regioni dovranno attenersi nelle materie concorrenti. Tra le **materie di competenza concorrente**, sulle quali la regione esercita la potestà legislativa nel rispetto dei principi fondamentali statali, rientrano: i rapporti internazionali e con l'Unione europea delle regioni, il commercio con l'estero, la tutela e la sicurezza del lavoro, **la tutela della salute**, la protezione civile, il governo del territorio, i porti e gli aeroporti civili, le grandi reti di trasporto e navigazione, oltre alla produzione, al trasporto e alla distribuzione nazionale dell'energia, al coordinamento della finanzia pubblica e del sistema tributario.

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/istituzione/regione>

1.1.6 ARERA-SGAt

L'Autorità di Regolazione per Energia Reti e Ambiente (ARERA) è un organismo indipendente, istituito con la legge 14 novembre 1995, n. 481 con il compito di tutelare gli interessi dei consumatori e di promuovere la concorrenza, l'efficienza e la diffusione di servizi con adeguati livelli di qualità, attraverso l'attività di regolazione e di controllo. <https://www.arera.it/it/index.htm>

Portale offerte: <https://www.ilportaleofferte.it/portaleOfferte/>

1.2 TUTELA, PREVENZIONE E PROMOZIONE DELLA SALUTE - INVECCHIARE BENE

1.2.1 Numeri utili

- 112 numero unico emergenza
- (che sostituisce 118 Pronto Soccorso; 115 Vigili del fuoco; 113 Polizia)

- 118 Pronto Soccorso 115 Vigili del fuoco 113 Polizia

- Servizio di continuità assistenziale (ex GUARDIA MEDICA)
- Per l'area territoriale di Mantova e Cremona: NUMERO UNICO 116117

- 02-67070958 Assistenza Ferroviaria per non vedenti/ipovedenti o RFI nr verde 800906060: [RFI - Assistenza ferroviaria in stazione per disabili](#)

1.2.2 Informazioni e Indirizzi Utili

1.2.2.1 LISTA SERVIZI ASST

ASST MANTOVA

<http://www.asst-mantova.it/per-il-cittadino>

Scelta e revoca medico <http://www.asst-mantova.it/assistenza-sanitaria-primaria>

URP Ufficio relazione con il pubblico:

<http://www.asst-mantova.it/ufficio-relazioni-con-il-pubblico>

Consultorio: <https://www.asst-mantova.it/coordinamento-attivita-consultoriale>

Integrazione e Valutazione della Fragilità:

<https://www.asst-mantova.it/coordinamento-disabilita-e-fragilita>

Assistenza Domiciliare Integrata: <https://www.asst-mantova.it/assistenza-domiciliare-integrata>

Centri multiservizi: <https://www.asst-mantova.it/centro-multiservizi>

Medicina Legale Territoriale: <https://www.asst-mantova.it/medicina-legale>

Servizio Dipendenze: 1) - <https://www.asst-mantova.it/dipartimento-salute-mentale-e-dipendenze>

2) - <https://www.asst-mantova.it/serd-mantova>

Ufficio Protezione Giuridica: <http://www.asst-mantova.it/ufficio-di-protezione-giuridica>

Vaccinazioni: <http://www.asst-mantova.it/vaccinazioni>

Case della comunità: <https://www.asst-mantova.it/web/guest/case-della-comunita>

ASST CREMONA

<https://www.asst-cremona.it/punto-unico-di-accesso>

CREMONA

URP Ufficio relazione con il pubblico:

<https://www.asst-cremona.it/web/guest/ufficio-relazioni-con-il-pubblico>

Consultorio: <https://www.asst-cremona.it/consultorio-di-cremona>

Rete Integrata di Continuità Clinico Assistenziale - ADI (Assistenza Domiciliare Integrata)

<https://www.asst-cremona.it/continuita-assistenziale-ex-guardia-medica>

Medicina Legale Territoriale: <https://www.asst-cremona.it/medicina-legale-territoriale-cremona>

Servizio Dipendenze: <https://www.asst-cremona.it/servizio-dipendenze-cremona>

Ufficio Protezione Giuridica: <https://www.asst-cremona.it/ufficio-protezione-giuridica-cremona>

Vaccinazioni: <https://www.asst-cremona.it/vaccinazioni>

CASALMAGGIORE

<https://www.asst-cremona.it/punto-unico-di-accesso>

Consultorio: <https://www.asst-cremona.it/consultorio-casalmaggiore>

Rete Integrata di Continuità Assistenziale - ADI (Assistenza Domiciliare Integrata)

<https://www.asst-cremona.it/web/guest/servizi-per-la-domiciliarita-di-casalmaggiore>

Medicina Legale Territoriale: <https://www.asst-cremona.it/medicina-legale-territoriale-casalmaggiore>

Servizio Dipendenze: <https://www.asst-cremona.it/servizio-dipendenze-casalmaggiore>

Ufficio Protezione Giuridica: <https://www.asst-cremona.it/ufficio-protezione-giuridica-casalmaggiore>

Vaccinazioni: <https://www.asst-cremona.it/vaccinazioni-casalmaggiore>

Case di comunità: <https://www.asst-cremona.it/web/guest/case-di-comunita>

ASST CREMA

<https://www.asst-crema.it/polo-territoriale>

URP Ufficio relazione con il pubblico:

<https://www.asst-crema.it/ufficio-relazioni-con-il-pubblico>

Consultorio: <https://www.asst-crema.it/Consultorio/>

Gestione Cronicità: <https://www.asst-crema.it/presa-in-carico-paziente-cronico>

Valutazione Multidimensionale e A.D.I.: https://www.asst-crema.it/web/guest/contenuto-web/-/asset_publisher/EXTdn8PnFIax/content/unita-operativa-di-valutazione-multidimensionale-adi

ADI Crema: <https://www.asst-crema.it/adi>

Presenza in carico del paziente cronico: <https://www.asst-crema.it/presa-in-carico-paziente-cronico>

Medicina Legale Territoriale: <https://www.asst-crema.it/medicina-legale>

Servizio Dipendenze: 1- <https://www.asst-crema.it/web/guest/servizio-delle-dipendenze>

Ufficio Protezione Giuridica: <https://www.asst-crema.it/ufficio-protezione-giuridica1>

Vaccinazioni: <https://www.asst-crema.it/vaccinazioni-e-sorveglianza-malattie-infettive>

Case di comunità: <https://www.asst-crema.it/web/guest/casa-di-comunita>

1.2.2.2 Portale Regione Lombardia – A portata di mano

<http://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP>

1.2.2.3 ISEE

L'Indicatore della Situazione Economica Equivalente (ISEE) è un indicatore che serve a valutare e confrontare la situazione economica delle famiglie. <https://servizi2.inps.it/servizi/PortaleUnicoIsee>

1.2.2.4 Regione Lombardia spazioRegione - Ufficio Relazioni con il Pubblico (URP)

spazioRegione è l'Ufficio Relazioni con il Pubblico di Regione Lombardia nato per rendere più facile e amichevole il rapporto con i cittadini, per ridurre i tempi di risposta e per concentrare in un solo luogo tutte le informazioni di interesse collettivo. Alla voce "Sedi e orari" troverete l'ufficio più vicino.

[https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioRedazionale/istituzione/attivita-istituzionali/comunicazione-](https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioRedazionale/istituzione/attivita-istituzionali/comunicazione-istituzionale/spazioregione+ufficio+relazioni+con+il+pubblico+%28urp%29/spazio-regione)

[istituzionale/spazioregione+ufficio+relazioni+con+il+pubblico+%28urp%29/spazio-regione](https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioRedazionale/istituzione/attivita-istituzionali/comunicazione-istituzionale/spazioregione+ufficio+relazioni+con+il+pubblico+%28urp%29/spazio-regione)

1.2.2.5 Patronati

Il Patronato è un ente di diritto privato, senza scopo di lucro, riconosciuto dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. Può essere gestito da Confederazioni e Associazioni nazionali di lavoratori nel cui statuto siano previsti servizi assistenziali e di pubblica utilità.

Offrono informazione, consulenza e tutela.

[Portale Inps - Patronati e altri intermediari autorizzati](#)

1.2.3 Servizio contro le dipendenze

ATS Val Padana - <https://www.ats-valpadana.it/servizio-dipendenze>

Crema - <https://www.asst-crema.it/web/guest/servizio-delle-dipendenze>

Cremona - <https://www.asst-cremona.it/servizio-dipendenze-cremona>

Casalmaggiore - <https://www.asst-cremona.it/servizio-dipendenze-casalmaggiore>

Mantova - <https://www.asst-mantova.it/dipartimento-salute-mentale-e-dipendenze>

1.2.4 Stili di vita favorevoli alla salute

Alimentarsi in maniera corretta, fare attività fisica, non fumare, bere alcolici con moderazione, sono comportamenti che influiscono positivamente sulla salute e che consentono di vivere più sani e più a lungo. **REGIONE LOMBARDIA:**

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioServizio/servizi-e-informazioni/Cittadini/salute-e-prevenzione/Prevenzione-e-benessere/stili-vita-favorevoli-salute/stili-vita-favorevoli-salute>

ATS VAL PADANA

Progetto Gruppi di Cammino <https://www.ats-valpadana.it/gruppi-di-cammino>

1.3 ADULTO ATTIVO

1.3.1 Servizi on line

1.3.1.1 Farmacie

Le farmacie costituiscono un punto di riferimento per i cittadini, soprattutto per gli aspetti sanitari ma sempre più spesso anche come capillare punto di "informazione".

Sul sito dell'ASST del proprio territorio si può utilizzare il motore di ricerca per conoscere le farmacie di turno disponibili: <https://www.ats-valpadana.it/farmacie>

1.3.1.2 Farmaci, visite ed esami: prescrizione e prenotazione tramite SSR

È la ricetta medica il documento necessario al cittadino per ottenere prodotti farmaceutici soggetti a prescrizione e con cui è possibile effettuare le prenotazioni di visite ed esami anche ON LINE.

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/servizi-e-informazioni/cittadini/salute-e-prevenzione/prenotazioni-ticket-e-tempi-di-attesa>

1.3.1.3 Carta CRS e TS-CNS

La Tessera Sanitaria - Carta Nazionale dei Servizi (TS-CNS) e la Carta Regionale dei Servizi (CRS), sono tessere elettroniche dalle molteplici funzioni che consentono di accedere sia in modo tradizionale sia online ai servizi erogati dalla Pubblica Amministrazione

http://www.crs.lombardia.it/ds/Satellite?childpagename=CRS/Detail&c=Redazionale_P&p=1213346611964&pagename=CRSWrapper&cid=1213625910020

1.3.1.4 Fascicolo Sanitario Elettronico e altri servizi sanitari online

<https://www.fascicolosanitario.regione.lombardia.it/>

1.3.1.5 Emergenza caldo

ATS Val Padana: <https://www.ats-valpadana.it/estate-sicura>

1.3.1.6 Medici di medicina generale

https://www.ats-valpadana.it/web/guest/contenuto-web/-/asset_publisher/ODtvIvbG5Z49/content/medicina-generale-e-pediatria

Cambiare il medico e altri servizi sanitari online:

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioServizio/servizi-e-informazioni/Cittadini/salute-e-prevenzione/come-accedere-ai-servizi-sanitari-online/cambio-medico/cambio-medico>

1.3.2 Servizio di continuità assistenziale (ex guardia medica)

Il medico di medicina generale e il pediatra di famiglia svolgono la loro attività ambulatoriale nella fascia oraria dalle 8.00 alle 20.00 dal lunedì al venerdì. Negli altri orari l'assistenza sanitaria viene garantita dai **medici di continuità assistenziale (ex guardia medica)**, che si attiva chiamando il NUMERO UNICO. Il servizio di continuità assistenziale (ex guardia medica) è un servizio che garantisce l'assistenza medica di base quando il medico di famiglia è assente. Il servizio risponde per quelle situazioni considerate non differibili, ossia problemi sanitari per i quali non si può attendere fino all'apertura dell'ambulatorio del proprio medico curante.

Per l'area territoriale di Mantova e Cremona: NUMERO UNICO 116117

Il servizio è garantito:

- di notte dal lunedì alla domenica, dalle ore 20.00 alle ore 8.00
- di giorno il sabato e la domenica e negli altri giorni prefestivi e festivi dalle ore 8.00 alle ore 20.00.

NOTA IMPORTANTE: I servizi di Continuità Assistenziale - ex Guardia Medica, e di Emergenza Urgenza, sono nettamente distinti. Il numero **118 - Emergenza Urgenza** - resta attivo solo per le chiamate di emergenza, e gli operatori addetti al centralino sono impossibilitati a trasferire le chiamate al servizio di Continuità Assistenziale (ex Guardia Medica). **Il servizio di Continuità Assistenziale (ex Guardia Medica) può essere contattato solo ed esclusivamente con il numero verde.**

1.4 ADULTO IN SITUAZIONE DI DISAGIO ECONOMICO O DI SALUTE(in grado di usare questo strumento informatico o con necessità di assistenza)

Elenchiamo alcune agevolazioni importanti di nostra conoscenza risultanti attive alla data:

- **Carta risparmio spesa "dedicata a te"**(Carta Risparmio Spesa 2023, sarà ritirata dai beneficiari presso gli uffici postali appositi, **su comunicazione del Comune.**)
 - **Reddito alimentare** (Il Reddito Alimentare si può richiedere attraverso l'apposita applicazione per i dispositivi mobili e rivolgendosi ai Comuni capoluogo delle Città Metropolitane aderenti all'iniziativa oppure ci si può affidare agli enti del Terzo Settore aderenti al progetto.)
 - **Bonus occhiali 2023**(Il Bonus Occhiali 2023, chiamato anche Bonus Vista, è uno sconto di **50€** che viene applicato direttamente al momento del pagamento di **occhiali da vista o lenti a contatto correttive**. Il Bonus Occhiali è stato introdotto dal Ministero della Salute con una durata triennale, valido per gli acquisti effettuati dal 2021 al 2023. Per poter ottenere il Bonus Occhiali 2023, è necessario essere in possesso del **modello ISEE pari o inferiore a 10.000 €**. Link: "[Bonus vista](#)": [online la piattaforma per richiedere la nuova misura di sostegno \(salute.gov.it\)](#))
 - **Bonus trasporti** Il "Bonus Trasporti" fino a **60 euro** erogato nel 2023 non è più previsto per il 2024 per l'esaurimento della dotazione finanziaria. La stessa cifra, riservata alle le famiglie italiane con un **ISEE annuo sotto i 15.000 euro** e che non ricevono altri aiuti dallo Stato, verrà aggiunta alla **Carta Dedicata a te**, confermata anche per il **2024** dalla legge di Bilancio. Link: <https://www.poste.it/carta-dedicata-a-te.html>
 - **Bonus sociale bollette 2023**(Il bonus sociale Arera spetta quindi ai nuclei familiari con ISEE fino a 15.000€ (9.530 euro per il bonus acqua) o a quelli con ISEE non superiore a 30.000€, di cui facciano parte almeno quattro figli a carico. Link: https://www.arera.it/it/bonus_sociale.htm)
 - **Conto corrente di base**(Il Conto di Base ti offre, ad un canone onnicomprensivo, un pacchetto di strumenti e servizi essenziali: dalla carta di debito all'accredito dello **stipendio/pensione**, dal pagamento di bollette ai bonifici, alle informazioni su saldo e movimenti. Il Conto di Base è regolamentato ai sensi degli articoli 126-noviesdecies e seguenti del D.Lgs. n.385/1993 (Testo Unico Bancario) e del relativo decreto di attuazione (Decreto del Ministero dell'economia e delle finanze n. 70/2018). **Rivolgersi alle banche che lo offrono.**
- **Esenzione canone Rai**
 - **Assegno Unico universale**
 - **Bonus affitto 2023**
 - **Reddito di Cittadinanza (dal 2024 sostituito dall'Assegno di Inclusione sociale)**
 - **Pensione di Cittadinanza**
 - **Esenzione ticket sanitario**
 - **Bonus con ISEE sotto i 15.000 euro**
 - **Altri bonus e agevolazioni** (vedi seguito)

<https://www.agenziaentrate.gov.it/portale/web/guest/cittadini/agevolazioni>

1.4.1 Contributo per Disabili gravissimi (Misura B1)

Area Disabilità

ATS: <https://www.ats-valpadana.it/misura-b1-contributo-per-disabili-gravissimi>

REGIONE: <https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioServizio/servizi-e-informazioni/Cittadini/Persone-casa-famiglia/Disabilita/04-misura-B1-disabilita-gravissima/04-misura-B1-disabilita-gravissima>

1.4.2 Esenzione Pagamento Canone Rai

I cittadini che hanno compiuto 75 anni, con un reddito annuo proprio e del coniuge non superiore complessivamente a 8.000 euro e senza conviventi titolari di un reddito proprio (fatta eccezione per collaboratori domestici, colf e badanti), possono presentare una dichiarazione sostitutiva (sezione I dell'apposito modello) con cui attestano il possesso dei requisiti per essere esonerati dal pagamento del canone TV. [Schede - Canone TV - Casi di esonero - Agenzia delle Entrate \(agenziaentrate.gov.it\)](#)

1.4.3 Bonus e servizi di tutela per fornitura energia elettrica e gas

I servizi di tutela sono servizi di fornitura di energia elettrica a condizioni economiche e contrattuali stabilite dall'Autorità, destinati ai clienti domestici che non abbiano scelto un contratto dal mercato libero.

<https://www.arera.it/it/consumatori>

https://www.arera.it/it/bonus_sociale.htm

<http://www.sportelloperilconsumatore.it>

Servizio Conciliazione: <https://www.arera.it/consumatori/conciliazione>

1.4.3.1 Fine tutela elettricità: <https://www.arera.it/consumatori/fine-tutela-ele>

1.4.3.2 Fine tutela gas: <https://www.arera.it/consumatori/fine-tutela-gas-cosa-fare>

1.4.3.3 Bonus Servizi Idrici e telecalore

Acqua: <https://www.arera.it/per-il-consumatore/acqua>

Teleriscaldamento/raffreddamento: <https://www.arera.it/per-il-consumatore/teleriscaldamento>

1.4.4 Riduzione Abbonamento Telefonico

Per l'Autorità per le Garanzie nelle Telecomunicazioni la società Telecom Italia continua ad essere incaricata di fornire il servizio universale sull'intero territorio nazionale.

<https://www.agcom.it/prestazioni-di-servizio-universale>

<https://www.agcom.it/agevolazioni-per-il-servizio-universale>

Si consiglia di chiedere anche ad altre imprese o gruppi di imprese se applicano le agevolazioni

La delibera n. 290/21/CONS prevede l'estensione delle misure ad una nuova categoria di utenti con disabilità, con gravi limitazioni della capacità di deambulazione. L'agevolazione decorre per tutti i richiedenti dal 30 aprile 2022. La Delibera AGCom n. 258/18/CONS, prevede condizioni economiche agevolate per il servizio di accesso alla rete fissa.

Si consiglia di rivolgersi agli operatori di servizio telefonico presenti sul territorio.

1.4.5 Social Card – programma “Carta Acquisti Ordinaria”

La Carta acquisti ordinaria è una carta di pagamento elettronica concessa a cittadini che si trovano in condizioni di disagio economico. Link: <https://www.inps.it/it/it/dettaglio-approfondimento.schede-informative.cartacquistiordinaria.html>

1.4.6 Invalidità civile

L'assistenza sociale dei minorati civili si esprime con protezioni economiche (pensioni, assegni e indennità) e non economiche (agevolazioni fiscali, assistenza sanitaria, permessi ex legge 104/1992 o collocamento obbligatorio al lavoro):

<https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-servizi.domanda-invalidita-civile-e-accertamento-sanitario-50004.accertamento-sanitario.html>

DISABILITÀ-INABILITÀ:

<https://www.inps.it/it/it/sostegni-sussidi-indennita/per-disabili-invalidi-inabili.html>

- **CONTRIBUTO ECONOMICO per supporto e assistenza a pensionati non autosufficienti**
<https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-servizi.contributo-economico-per-supporto-e-ass--50045.contributo-economico-per-supporto-e-assistenza-a-pensionati-non-autosufficienti-gestione-assistenza-magistrale-.html>
- **ACCERTAMENTO:** <https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-servizi.domanda-invalidita-civile-e-accertamento-sanitario-50004.accertamento-sanitario.html>
- **Assegno ordinario di invalidità per persone con capacità lavorativa ridotta**
<https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-servizi.assegno-ordinario-di-invalidit-per-persone-con-capacit-lavorativa-ridotta-50294.assegno-ordinario-di-invalidit-per-persone-con-capacit-lavorativa-ridotta.html>

1.4.7 Assegno di Inclusione/pensione di cittadinanza

Attivo dal 1° gennaio 2024, prevede un'integrazione al reddito per le famiglie con componenti minorenni, con almeno 60 anni di età o con disabilità (come definita ai sensi del regolamento di cui al decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri del 5 dicembre 2013, n. 159) e per le persone in condizione di svantaggio inserite in un programma di cura e assistenza dei servizi socio-sanitari territoriali.

<https://www.inps.it/it/it/inps-comunica/notizie/dettaglio-news-page.news.2023.07.nuove-misure-di-inclusione-sociale-e-lavorativa.html>

1.4.8 Assegno sociale INPS

<https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-servizi.assegno-sociale-50184.assegno-sociale.html>

1.4.9 Prestazioni di lavoro occasionale: libretto famiglia

La disciplina delle prestazioni di lavoro occasionale è stata introdotta dall'art. 54 bis, legge 21 giugno 2017, n. 96 di conversione del decreto-legge 24 aprile 2017, n. 50.

Le prestazioni di lavoro occasionale sono strumenti che possono essere utilizzati dai soggetti che vogliono intraprendere attività lavorative in modo sporadico e saltuario.

<https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-aree-tematiche.prestazioni-di-lavoro-occasionale-libretto-famiglia-51098.prestazioni-di-lavoro-occasionale-libretto-famiglia.html>

1.4.10 Abbonamenti agevolati trasporto pubblico regionale e locale – Lombardia

'Io viaggio ovunque in Lombardia Agevolata' (IVOL Agevolata) è un abbonamento annuale a tariffa agevolata che consente di viaggiare sui servizi di trasporto pubblico della Lombardia (autobus urbani e interurbani, tram, metropolitana, treni suburbani e regionali in seconda classe, funivie, funicolari, servizi di navigazione del lago d'Iseo) e di accedere ai varchi metropolitani e ferroviari.

In abbinamento alla CartaPlus Lombardia annuale, (in vendita presso le biglietterie ferroviarie) è possibile viaggiare anche in 2a classe sui treni di tipo FrecciaBianca, InterCity, EuroCity, InterCityNight, EuroCityNight, alcuni Malpensa Express oppure in 1a classe sui treni regionali della Lombardia. Per i dettagli utilizzare il link: [Io-viaggio-Agevolata/richiesta-IVOL-Agevolata/richiesta-ivol-agevolata](https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-aree-tematiche.prestazioni-di-lavoro-occasionale-libretto-famiglia-51098.prestazioni-di-lavoro-occasionale-libretto-famiglia.html)

1.4.11 Misure e agevolazioni regionali per la casa

Regione Lombardia attiva annualmente il Fondo per l'emergenza abitativa da destinare ai Comuni per l'attivazione di misure e iniziative a sostegno delle famiglie in affitto che vivono una situazione di fragilità economica ed in particolare ai nuclei familiari in situazione di morosità incolpevole.

Per il completamento dell'informazione cliccare il seguente link:

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/servizi-e-informazioni/cittadini/persone-casa-famiglia/agevolazioni-per-la-casa>

1.4.12 Interventi a favore delle persone con disabilità grave e anziani non autosufficienti

I Cittadini devono rivolgersi ai Servizi Sociali dei Comuni. Per saperne di più cliccare i link:

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioRedazionale/servizi-e-informazioni/Enti-e-Operatori/sistema-sociale-regionale/determinazioni-Misura-B1-disabilita-gravissima/determinazioni-Misura-B1-disabilita-gravissima>

Voucher: la domanda è a bando ed esce una volta all'anno – generalmente nei mesi marzo/aprile.

Per Mantova il bando è consultabile sul sito di Coprosol e sui siti istituzionali dei singoli Comuni.

1.4.13 Gli ausili protesici

Il Sistema Sanitario Nazionale eroga prestazioni di assistenza protesica a favore di persone che, a giudizio del medico prescrittore, necessitano di dispositivi, protesi e ausili e che hanno lo status di avente diritto, in connessione a loro menomazioni e disabilità invalidanti.

Per ulteriori informazioni rivolgersi alle ASST della propria residenza:

ASST DI CREMA - <https://www.asst-crema.it/web/guest/protesi-e-ausili>

ASST DI CREMONA (Cremona – Casalmaggiore)

<https://www.asst-cremona.it/assistenza-sanitaria-e-protetica-cremona>

ASST DI MANTOVA - <http://www.asst-mantova.it/ufficio-protetica>

1.4.13.1 Assistenza protesica

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioRedazionale/servizi-e-informazioni/cittadini/salute-e-prevenzione/farmaci-protetica-e-assistenza-integrata/ass-protetica/ass-protetica>

1.4.14 Servizio assistenza domiciliare S.A.D.

Si tratta di un servizio erogato alle persone anziane, disabili o comunque in una situazione di fragilità per offrire loro prestazioni di assistenza domiciliare che possono variare in ogni Comune:

- Bagno - Igiene personale - Mobilizzazioni - Governo casa - Accompagnamento
- Commissioni - Pasti a domicilio - Servizio sollevatori - Amministratore di Sostegno.

Le domande devono essere presentate presso l'Ufficio preposto del Settore Servizi Sociali del Comune di residenza. (vedi PAC della provincia **capitolo 3 (SERVIZI TERRITORIALI)**)

1.4.15 Servizio assistenza domiciliare integrata(A.D.I.)

<https://www.ats-valpadana.it/assistenza-domiciliare-integrata>

(vedere anche **LISTA SERVIZI ASST**)

1.4.16 Centri Diurni Integrati (CDI)

<https://www.ats-valpadana.it/centri-diurni-integrati>

1.4.17 Ricoveri in Residenza Sanitaria Assistenziale (R.S.A.)

<https://www.ats-valpadana.it/residenza-sanitaria-assistenziale>

1.4.18 Servizio di telesoccorso

Il servizio garantisce agli anziani e alle persone con gravi malattie o invalidità che ne fanno richiesta, il collegamento in tempo reale a un centralino specializzato attivo 24 ore su 24 che permette di chiedere aiuto o soccorso immediato in caso di necessità. L'utente viene dotato di un'apparecchiatura portatile collegata all'apparecchio telefonico. Il segnale trasmesso dal telecomando viene ricevuto dalla centrale di gestione del servizio che è in possesso dei dati necessari per identificare chi chiama e per avvisare un familiare in possesso delle chiavi e, se necessario, attivare il 118 per l'ambulanza.

Vedere il capitolo 3 SERVIZI TERRITORIALI.

1.4.19 Protezione Giuridica (U.P.G.)

L'Ufficio, affiancandosi a tutte le istituzioni pubbliche e private che già si occupano di questi temi, ha l'obiettivo di promuovere il benessere e l'inclusione sociale della persona, della famiglia e della comunità, e, ispirandosi ai principi del rispetto della persona e della valorizzazione della famiglia, promuove e favorisce i procedimenti per il riconoscimento degli strumenti di tutela delle persone incapaci e dell'**amministrazione di sostegno**.

Normativa di riferimento >> **Legge 9 gennaio 2004, n.6**|**Circ.r. 27 giugno 2008 – n.9**|**DGR 4696/2013**.

L'Ufficio di Protezione Giuridica, attraverso i referenti degli Sportelli Unici Socio sanitari Distrettuali, offre un servizio gratuito informativo e di raccordo con le altre Pubbliche Amministrazioni e con il Terzo Settore che si occupano delle situazioni di incapacità e di tutela.

Per saperne di più contattare o visitare il Sito WEB dell'ASST del proprio territorio.

MANTOVA: <http://www.asst-mantova.it/ufficio-di-protezione-giuridica>

CREMONA: <https://www.asst-cremona.it/ufficio-protezione-giuridica-cremona>

CASALMAGGIORE: <https://www.asst-cremona.it/ufficio-protezione-giuridica-casalmaggiore>

CREMA: <https://www.asst-crema.it/ufficio-protezione-giuridica1>

1.4.20 Interventi a sostegno della famiglia e dei suoi componenti fragili

1.4.20.1 Residenzialità Assistita: <https://www.ats-valpadana.it/residenzialita-assistita>

1.5 IL NUOVO PERCORSO DI PRESA IN CARICO DEL PAZIENTE CRONICO IN LOMBARDIA

La Regione Lombardia, anche in applicazione del Piano Nazionale della Cronicità vigente, ha definito nuove modalità di presa in carico dei pazienti cronici e/o fragili. Da gennaio 2018, i cittadini lombardi affetti da patologie croniche - ad oggi ne sono state individuate 62 - hanno la possibilità di aderire al nuovo percorso di cura individuale che rimette al centro la persona, destinando agli ospedali il compito di occuparsi delle urgenze e dell'alta specializzazione. Il sistema permette al cittadino di essere seguito personalmente da un Gestore, individuabile nella figura di un Medico di Medicina Generale (MMG) / Pediatra di Libera Scelta (PLS) o in una struttura sanitaria/sociosanitaria pubblica o privata accreditata.

Perché scegliere il nuovo modello di presa in carico?

Prendere in carico significa letteralmente "farsi carico dei problemi dell'altro". Con il nuovo modello, Regione Lombardia garantisce al cittadino affetto da patologie croniche un migliore accesso alle cure, un'assistenza sanitaria e sociosanitaria continuativa per fornire in questo modo una risposta semplice ad una complessa domanda di cure integrate. Nel nuovo modello, un medico gestore organizza tutti i servizi sanitari per rispondere ai bisogni del singolo paziente, programmando prestazioni ed interventi di cura specifici, prescrivendo le cure farmacologiche più appropriate, alleggerendo così il paziente dalla responsabilità di prenotare visite ed esami. I pazienti cronici che lo desiderano, potranno aderire e godere di tutti questi benefici.

Chi è il paziente cronico: Il cronico è un paziente che si trova nella condizione di dover convivere nel tempo con una o più patologie che, se ben controllate, permettono una buona qualità della vita. Le malattie croniche ad oggi più diffuse sono quelle cardio-cerebrovascolari, respiratorie, oncologiche, i disturbi neurologici e il diabete. Per una presa in carico efficace queste patologie richiedono un approccio clinico diverso dai tradizionali percorsi di cura.

Arruolamento: Ai pazienti identificati come cronici è stata recapitata una lettera nella quale sono stati illustrati gli aspetti generali del piano di presa in carico e i riferimenti del proprio medico, del gestore o

del Centro di contatto telefonico Regionale. Rivolgendosi a questi il cittadino può esprimere la volontà di aderire al percorso indicando il Gestore prescelto. Nel nuovo modello è il cittadino che sceglie il medico al quale affidare la cura della propria patologia, l'organizzazione e la gestione del relativo percorso terapeutico. Il medico gestore garantisce il coordinamento e l'integrazione tra i differenti livelli di cura e i vari attori del sistema sanitario lombardo (medici di Medicina Generale/Pediatri di Libera Scelta, medici specialisti, strutture sanitarie e sociosanitarie pubbliche e private, Farmacie, etc). Il paziente ufficializza la scelta del proprio medico gestore, dichiarando la sua formale adesione al nuovo percorso di accompagnamento e stringendo un patto di cura. In seguito il medico programma annualmente, insieme al paziente, tutti gli interventi sanitari e sociosanitari necessari per un miglior controllo della sua patologia, garantendo così cure più appropriate, controlli puntuali e periodici.

Patto di cura e PAI (Piano Assistenziale Individuale)

Dopo aver valutato l'idoneità del paziente, il Gestore provvede alla stipula del Patto di Cura (nel quale vengono esplicitati gli impegni del gestore e la volontà di ingaggio del paziente) cui fa seguito la redazione del PAI (Piano Assistenziale Individuale). Il PAI è lo strumento per la programmazione e pianificazione del percorso di cura, all'interno del quale sono elencate tutte le prescrizioni farmacologiche e specialistiche ambulatoriali relative alla patologia che il paziente dovrà effettuare nel corso dell'anno. Il PAI viene redatto annualmente.

Da questo momento il Gestore accompagna il paziente nel percorso di cura, programmando visite, esami ed altre necessità di cura, affiancandolo nell'attuazione dell'intero piano terapeutico. Il PAI può essere pubblicato sul Fascicolo Sanitario Elettronico (FSE) del cittadino, agevolando così la condivisione e lo scambio di dati tra medici e operatori di strutture diverse, previo consenso dell'interessato. Sia il Gestore che il paziente hanno la possibilità di consultare il PAI accedendo direttamente al portale di riferimento, al link:

(<https://www.fascicolosanitario.regione.lombardia.it>), oppure da mobile tramite le App Salutile.

Il valore dell'accompagnamento

Grazie alla presa in carico, il paziente è accompagnato nella gestione di tutti gli adempimenti burocratici collegati alla patologia. Il cittadino in questo modo viene sollevato, lungo l'intero percorso di cura, da stress e preoccupazioni legati alla gestione della propria cronicità, guadagnando così tempo e qualità di vita per se e per i propri familiari.

Se vuoi saperne di più consulta la pagina dedicata sul sito di ATS Val Padana:

<https://www.ats-valpadana.it/per-il-cittadino>

in cui si potrà visualizzare:

- » Soggetti idonei per il ruolo di Gestore per la presa in carico dei pazienti cronici e/o fragili
 - » Soggetti idonei per il ruolo di Erogatore a supporto della presa in carico dei pazienti cronici e/o fragili
 - » Medici aderenti alla presa in carico del paziente cronico e/o fragile
- e di [Regione Lombardia](#) o chiama Numero Verde Regionale **800-638638**.

Aderire al percorso di presa in carico

Cosa è utile sapere:

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioRedazionale/servizi-e-informazioni/Enti-e-Operatori/sistema-welfare/attuazione-della-riforma-sociosanitaria-lombarda/avvio-presa-carico-pazienti-cronici-fragili/dgr2017-6164-avvio-presa-carico-pazienti-cronici-fragili>

1.5.1 Case della Comunità (CdC):

Le Case della Comunità (CdC) sono le nuove strutture socio-sanitarie ad accesso gratuito che sono entrate a far parte del SSN per potenziare e sviluppare l'assistenza sanitaria territoriale, implementando nuovi modelli organizzativi e ridefinendo le funzioni e il coordinamento delle realtà già presenti nel territorio.

Regione Lombardia:

<https://lombardiainforma.regione.lombardia.it/it/regione-lombardia-case-di-comunita>

ATS Valpadana: <https://www.ats-valpadana.it/web/guest/le-case-di-comunita>

MANTOVA: <https://www.asst-mantova.it/web/guest/case-della-comunita>

CREMONA: <https://www.asst-cremona.it/web/guest/case-di-comunita>

CREMA: <https://www.asst-crema.it/web/guest/casa-di-comunita>

2 TICKET SANITARIO

Link per visualizzare Ticket ed Esenzioni sotto elencate:

<http://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP/DettaglioRedazionale/servizi-e-informazioni/cittadini/salute-e-prevenzione/prenotazioni-ticket-e-tempi-di-attesa/ticket-ed-esenzioni1/ticket-ed-esenzioni1>

- Esenzione per motivi di reddito
- Esenzione per patologia
- Cure termali e terme
- Prestazioni di pronto soccorso
- Esenzione per invalidità

<https://www.inps.it/it/it/sostegni-sussidi-indennita/per-spese-sanitarie.html>

3 SERVIZI TERRITORIALI

3.1 **TERRITORIO DI MANTOVA**

3.1.1 **PROMOZIONE ALLA SALUTE E INVECCHIARE BENE**

3.1.1.1 **Corretti Stili di Vita**

<http://www.asst-mantova.it/corretti-stili-di-vita/>

3.1.1.2 **Gruppi di Cammino**

<https://www.ats-valpadana.it/gruppi-di-cammino>

3.1.2 **ADULTO ATTIVO** (in buona salute e/o in grado di usare questo strumento informatico)

3.1.2.1 **Associazioni che svolgono attività di centro ricreativo e/o culturale**

Numerose associazioni creano momenti culturali: visite guidate, incontri, conferenze, ecc., vedere al link: <https://www.csvlombardia.it/wp-content/uploads/2022/02/vademecum-anziano-mn-tabelle-servizi-per-comune-15022022-def.pdf>

3.1.2.2 **Principali canali di comunicazione provinciali INPS di Mantova**

MANTOVA	
Servizio "SCRIVI ALLA SEDE " accessibile da www.inps.it – trova la sede - o utilizzando il link https://www.inps.it/it/it/dettaglio-scheda.schede-servizio-strumento.schede-strumenti.INPS-Risponde.html# - Il servizio consente di inviare richieste di informazioni alle quali verrà fornita risposta via mail o mediante contatto telefonico.	
PEC DIREZIONE PROVINCIALE	direzione.provinciale.mantova@postacert.inps.gov.it
AREA SANITARIA E MEDICO LEGALE	medicolegale.mantova@inps.it
RELAZIONI CON IL PUBBLICO	urp.mantova@inps.it
PRENOTAZIONE APPUNTAMENTI	prenotazioni.mantova@inps.it
OSTIGLIA	
PEC AGENZIA	direzione.agenzia.ostiglia@postacert.inps.gov.it
INDIRIZZO MAIL	agenzia.ostiglia@inps.it
PRENOTAZIONE APPUNTAMENTI	prenotazioni.ostiglia@inps.it
SUZZARA	
PEC AGENZIA	direzione.agenzia.suzzara@postacert.inps.gov.it
INDIRIZZO MAIL	agenzia.suzzara@inps.it
PRENOTAZIONE APPUNTAMENTI	prenotazioni.suzzara@inps.it
CASTIGLIONE DELLE STIVIERE	
PEC AGENZIA	direzione.agenzia.castiglionedellestiviere@postacert.inps.gov.it
INDIRIZZO MAIL	agenzia.castiglionedellestiviere@inps.it
PRENOTAZIONE APPUNTAMENTI	prenotazioni.castiglionedellestiviere@inps.it

3.1.2.3 **Punti di ascolto dei Comuni del Territorio Mantovano**

Alcuni Comuni dispongono di sportelli di segretariato sociale ai quali i cittadini si possono rivolgere per risolvere i propri problemi o almeno ricevere indicazioni sul come affrontarli, quindi ci potremmo limitare a indirizzarvi ai servizi sociali del vostro paese di residenza direttamente o tramite ricerca WEB. Nel tentativo di facilitarvi le ricerche informiamo che alcuni Comuni affidano i loro servizi a AZIENDE SERVIZI ALLA PERSONA, CONSORZI e UNIONI DI COMUNI:

- **AZIENDA SOCIALIS** gestisce tutti i servizi sociali conferiti dai comuni dell'Ambito: (**Suzzara, Motteggiana, Moglia, Pegognaga, Gonzaga San Benedetto Po**) www.aziendasocialis.it
- **AZIENDA SPECIALE CONSORTILE OGLIO PO** gestisce tutti i servizi sociali conferiti dai comuni dell'Ambito: (**Viadana, Pomponesco, Sabbioneta, Bozzolo, Commessaggio, Dosolo, Marcaria, Gazzuolo, Rivarolo Mn, San Martino dell'Argine**) <https://consociale.it/>
- **AZIENDA ASPA ASOLA** gestisce alcuni servizi sociali dell'ambito: (**Asola, Castel Goffredo, Casalmoro, Casaloldo, Casalromano, Canneto sull'Oglio, Ceresara, Acquanegra, Gazoldo Degli Ippoliti, Piubega, Redondesco, Mariana Mantovana**) <https://www.aspa-asola.it/>
- **AZIENDA SOCIALE DESTRA SECCHIA** Comuni Soci: (**Borgocarbonara, Borgo Mantovano, Magnacavallo, Ostiglia, Poggio Rusco, Quingentole, Quistello, San Giacomo delle Segnate, San Giovanni del Dosso, Schivenoglia, Sermide e Felonica, Unione dei Comuni Lombarda Mincio Po**). <https://aspdestrasecchia.it/home>
- **DISTRETTO PIANO DI ZONA DI GUIDIZZOLO** Per i servizi sociali offerti dai Comuni: (**Castiglione Delle Stiviere, Cavriana, Goito, Guidizzolo, Medole, Monzambano, Ponti Sul Mincio, Solferino, Volta Mantovana**) rivolgersi ai servizi sociali del comune di residenza.
- **COPROSOL** (Distretto Piano di zona di Mantova) Comuni: (**Bagnolo San Vito, Borgo Virgilio, Castel d'Ario, Castelbelforte, Castellucchio, Curtatone, Mantova, Marmirolo, Porto Mantovano, Rodigo, Roncoferraro, Roverbella, San Giorgio Bigarello, Villimpenta**) le persone possono chiedere informazioni presso i servizi sociali di residenza oppure presso i punti di informazione.

3.1.2.4 Spazio di accoglienza sociale

Lo Spazio di Accoglienza Sociale è un servizio gestito da una rete di associazioni presenti nella struttura dell'**Azienda Ospedaliera C. Poma**, coordinato dal CSV Lombardia Sud. I volontari sono a disposizione per aiutare gli utenti dell'ospedale, con attenzione particolare per le persone anziane e quelle in stato di disagio, ad orientarsi e a raggiungere i reparti ospedalieri.

Il servizio, attivo nei giorni **dal Lunedì al Venerdì (Festivi esclusi) dalle ore 8,30 alle 12,00**, è collocato **presso il Pronto Soccorso dell'Azienda Ospedaliera di Mantova "Carlo Poma"**. Per informazioni: info@spazioaccoglienzasociale.it **Tel. 0376 464812 Cell. 340-3544924.**

3.1.2.5 Farmaci a domicilio

Attivato nel Comune di Mantova

In cosa consiste?

Le farmacie di ASPEF (2 Pini e Gramsci) effettuano consegna gratuita di farmaci al domicilio e il numero da chiamare è il diretto della farmacia scelta. Per le altre farmacie della città occorre verificare con ognuna se mantengono il servizio della consegna al domicilio.

3.1.2.6 Trasporto protetto

È attivo in quasi tutti i Comuni il servizio di trasporto destinato ad anziani in stato di bisogno essendo nato per accompagnare gli utenti da casa ai luoghi di cura.

Clickare il link sottostante per visualizzare le Associazioni che svolgono attività di trasporto anziani (in ordine di Comune): <https://www.csvlombardia.it/wp-content/uploads/2022/02/vademecum-anziano-mn-tabelle-servizi-per-comune-15022022-def.pdf>

3.1.2.7 Polizza di Assistenza per residenti vittime di furti, scippi e rapine

Assistenza alla Persona - Assistenza all'Abitazione - Altri casi

Anche in qualche Comune del territorio mantovano (sinora individuato solo uno) nel WEB risulta presente una forma di assicurazione gratuita a favore dei residenti contro furti, scippi e rapine.

La polizza di assistenza svolge due tipi di servizi: consulenza sanitaria e polizza assicurativa. La consulenza sanitaria è telefonica, attiva e gratuita tutto l'anno.

3.1.2.8 Soggiorni climatici

Costituisce l'opportunità che alcuni Comuni, anche in collaborazione con Associazioni, offrono agli anziani di trascorrere brevi periodi di permanenza in località climatiche favorevoli al mantenimento della salute. Rivolgersi ai servizi sociali dei propri Comuni.

Comuni che alla data risulta forniscano il servizio:

COMUNE di VIADANA: <https://comune.viadana.mn.it/notizie/1336455/soggiorni-estivi-over-60>

COMUNE di CURTATONE: <http://www.curtatone.it/index.php/uffici/13-servizi-sociali>

3.1.3 ADULTO IN SITUAZIONE DI DISAGIO O DI CRONICITÀ (con necessità di assistenza)

3.1.3.1 Associazioni che si occupano di promozione della salute

Vedere al link sottostante: <https://www.csvlombardia.it/wp-content/uploads/2022/02/vademecum-anziano-mn-tabelle-servizi-per-comune-15022022-def.pdf>

3.1.3.2 Servizio di telesoccorso

Come fare per ricevere il servizio in provincia di Mantova?

Ci limitiamo ad inserire, su richiesta di pubblicazione della stessa, una sola organizzazione che offre tale servizio in convenzione con alcuni Comuni:

- **Pubblica Assistenza Volontaria CROCE VERDE MANTOVA Organizzazione di Volontariato.**
<https://www.croceverdemanova.it/it-ww/telesoccorso.aspx>

L'Associazione gestisce il servizio di Telesoccorso in tutta la Provincia in convenzione con le Amministrazioni Comunali e direttamente con i privati. La Croce Verde Mantova si occupa altresì di trasporto sanitario e di trasporto protetto.

Sede: Via Giulio Romano, 20, 46100 Mantova MN Telefono:0376 366666

Email: telesoccorso@croceverdemanova.it Sito: <http://www.croceverdemanova.it/>

COMUNI IN CUI OPERA LA CROCE VERDE MANTOVA:

le sottostanti informazioni sono state fornite dall'associazione in data 31/01/2022:

Elenco convenzioni coi Comuni:

AZIENDA ASPA ASOLA (Asola, Castel Goffredo, Casalmoro, Casaloldo, Casalromano, Canneto sull'Oglio, Ceresara, Acquanebra, Gazoldo Degli Ippoliti, Piubega, Redondesco, Mariana Mantovana)

BORGO MANTOVANO (Revere, Villa Poma, Pieve di Coriano)

BAGNOLO S. VITO	CAVRIANA	POGGIO RUSCO	SAN BENEDETTO PO
BORGOVIRGILIO	CURTATONE	PORTO MANTOVANO	SAN GIACOMO D/S
CASTEL D'ARIO	GOITO	QUISTELLO	SERMIDE E
CASTELBELFORTE	GUIDIZZOLO	RODIGO	FELONICA
CASTELLUCCHIO	MANTOVA (uff. casa)	RONCOFERRARO	SPINEDA
CASTIGLIONE D/S	MARMIROLO	ROVERBELLA	SUZZARA

UNIONE DEI CASTELLI MORENICI (Medole, Ponti Sul Mincio, Solferino)

UNIONE DEI COLLI MANTOVANI (Monzambano e Volta Mantovana)

AZIENDA SOCIALIS (Suzzara, Motteggiana, Moglia, Pegognaga, Gonzaga San Benedetto Po)

UNIONE LOMBARDA DEI COMUNI DI PIADENA E DRIZZONA

UNIONE LOMBARDA DEI COMUNI DI SAN GIORGIO E BIGARELLO

AZIENDA SPECIALE CONSORTILE OGLIO PO (Viadana, Pomponesco, Sabbioneta, Bozzolo, Commessaggio, Dosolo, Marcaria, Gazzuolo, Rivarolo Mn, San Martino dell'Argine)

VILLIMPENTA.

Su esibizione di adeguata documentazione siamo disponibili ad inserire ulteriori richieste di pubblicazione.

3.2 TERRITORIO DI CREMONA

3.2.1 PROMOZIONE ALLA SALUTE E INVECCHIARE BENE

3.2.1.1 Attività Fisica Adattata (AFA)

[Attività Fisica Adattata \(AFA\) - ASST Cremona \(asst-cremona.it\)](https://www.asst-cremona.it/)

3.2.1.2 Gruppi di Cammino

<https://www.ats-valpadana.it/gruppi-di-cammino>

3.3 TERRITORIO DI CREMA

3.3.1 PROMOZIONE ALLA SALUTE E INVECCHIARE BENE

3.3.1.1 Salute, alimentazione e stili di vita

[Salute, alimentazione e stili di vita - asstcrema \(asst-crema.it\)](https://www.asstcrema.it/)

3.3.1.2 Gruppi di Cammino

[Gruppi di Cammino | Comune di Crema](https://www.comune.crema.it/)

4 INDICE

accompagnamento	13	Farmacie	6; 13
AGEVOLAZIONI	3	Fascicolo	7; 13
ARERA	4	INPS	4
Assistenza	5; 11; 15; 16	Invalità	10
ASST	3; 4; 5; 6; 11; 12	PRESA IN CARICO	12
ATS	3; 6; 7; 8; 13	protezione	4; 5; 6; 12
Bonus	8; 10	REGIONE	4; 6; 8
Canone	8	servizi	3; 4; 7; 8; 11; 12; 14; 15
cronicità	3; 13	Servizio	5; 6; 7; 11; 12; 16
disabilità	11	Tessera Sanitaria	7
DISAGIO	8; 16	TICKET	13
Esenzione	8	Trasporto	15