

نشرة ميكفاد

مركز ميشيفان للعوامل السياقية لمرض الزهايمر (MCCFAD)

قابلية الضعف المالي بقلم بيتر ليشتانبرغ، دكتوراه



هل تعلم أن كبار السن الذين تتعدى أعمارهم الـ 50 سنة هم الأكثر عرضة للإحتيال المالي؟ هنا تتعدد الأسباب. نشأ كبار السن في المراحل التي كان البريد والإتصالات الهاتفية تصل من أشخاص أهل للثقة. أيضا، كان عدد كبار السن الذين يعيشون بمفردهم آنذاك أقل بكثير مما هو عليه الآن. على مدى الـ 15 سنة الماضية، شهدنا زيادة كبيرة في عدد الإحتيالات من قبل الغرباء - العديد من هذه الحالات تبدأ بتظاهر الشخص كصديق. ما الذي يمكنك القيام به لحماية نفسك ومالك؟

أولا، يمكنك أن تتعرف على مستوى قابلية الضعف لديك. إن أبحاثنا التي أُجريت على المئات من كبار السن قادتنا لإنشاء إستطلاع عن قابلية الضعف المالي.

بإمكانك زيارة موقعنا (olderadulynestegg.com) والمشاركة في الإستطلاع - هو عبارة عن 17 سؤال من السهل الإجابة عليهم. سوف تكون مجهول الهوية - لا يمكن لأحد أن يعلم بأنك زرت الموقع وقمت بتعبئة الإستطلاع. سوف يتم تسجيل إجابتك تلقائياً وستحصل على التقييم الخاص بمستوى قابلية الضعف لديك.

ثانيا، يمكنك أن تتعرف على التقنيات التي يستخدمها المحتالون للحصول على الحسابات الخاصة بك وسرقة أموالك. لقد أنشأنا بعض أدوات التذكير - قمنا بتسمية ورقة النصيحة، إجهاد، لانه هذا هو الاحساس الذي يريد المحتالون إنشائه.

إحتفظ بهذه الإرشادات على الهاتف

التقنيات التي يستخدمها المحتالون:

1. الهاتف أو جهة إتصال غير مرغوب بها عبر البريد، البريد الإلكتروني أو نص لبدء عملية الإحتيال. الإتصالات الهاتفية هي الأكثر شيوعا.
2. الطلب منك بأن ترسل المال عبر بطاقة هدية أو عبر التحويلات البرقية.
3. إستخراج المعلومات الشخصية منك، مثل أرقام الضمان الإجتماعي أو أرقام الحسابات المصرفية تحت ذريعة الحاجة لتأكيد هويتك.
4. السرية: إصرار المحتالين على تواصلك معهم بسرية.
5. الرسائل الإلكترونية العشوائية: العديد من الرسائل الإلكترونية أو النصوص لإيجاد ما ينطبق عليك.
6. الإلحاح: يريد المحتالون منك أن تتصرف بسرعة قبل أن تبدأ بالشك.
7. الطلبات المتكررة للتزويد بالمال أو المعلومات.
8. المشاعر: يحاول المحتالون إستغلال مشاعرك ليجعلوك تصاب بالذعر (إن حفيدك في السجن!) أو لتشعر بالحماسة (لقد ربحت الجائزة الكبرى!) والتصرف من دون تفكير.

تذكر، تحقق مع شخص تثق به قبل أن ترسل أموالك!

التخطيط العقاري بقلم حميد دكروب



التخطيط العقاري هو عملية التعامل في الأصول وإدارتها والتمنيات المتعلقة بالرعاية الصحية في حالة العجز أو الوفاة. يوجد ثلاث أنواع عامة من التخطيط العقاري:
(١) الوصية
(٢) الصندوق الإئتماني
(٣) نقل الملكية الى شخص آخر مع حفظ الاستخدام (ليدي بيرد ديد)

إن الوصية هي الشكل الاساسي للتخطيط العقاري، وضع وثيقة في مكانها الصحيح يمنع ولاية ميشيغان من إختيار الوريث، أي الشخص الذي يملك الحق في توزيع ممتلكاتك أو لديه الحق في رعاية أطفالك القاصرين.

الصندوق الإئتماني هو اكثر قوة من الوصية لأنه يعطيك مرونة اكثر فيما يتعلق بالتحكم بالأصول وإمكانية حماية المستفيدين من أي دائن محتمل. يتم وضع الأصول في صندوق إئتماني حيث تبقى لديك الحرية المطلقة للتحكم بها خلال حياتك. يجب الصندوق الإئتماني الأصول من محكمة الوصايا بعد الوفاة لكي لا تتعرض عائلتك لرقابة المحكمة

Lady bird deed هي خيار قوي للتخطيط العقاري إذا كان المنزل هو أحد الأصول الأساسية وجميع أولادك تخطوا سن الثمانية عشر. ميشيغان هي أحد الولايات القليلة في الولايات المتحدة التي توفر هذا الخيار. حيث تحافظ على السيطرة الكاملة على منزلك خلال حياتك ويتحول الملك تلقائياً للمستفيدين منك بعد وفاتك، لتفادي محكمة الوصايا. تساعد هذه الطريقة أيضا على تجنب التعامل مع ميديكأيد لاسترداد الممتلكات لمن هم في سن ال 00 أو أكثر ويحصلون على فوائد ميديكأيد للرعاية الصحية على المدى الطويل خلال حياتهم. Lady bird deed تمنع الحكومة من أن تكون لديها القدرة على رهن منزلك بعد وفاتك.

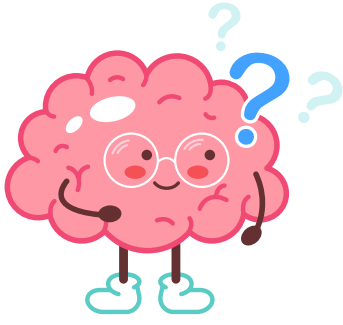
أخيرا، خلال التخطيط للمستقبل، لا تنسى تحضير وإعداد التوكيلات المالية والرعاية الصحية. إن التوكيلات تأخذ حيز التنفيذ خلال حياتك عندما لا تكون لديك القدرة على إتخاذ قراراتك الخاصة وتنتهي عند وفاتك. عند الوفاة تأخذ الوصية أو الصندوق الإئتماني أو ال lady bird deed حيز التنفيذ. الأهم، أن التوكيلات تمنع تعيين شخص ما من قبل محكمة الوصايا ليكون ولي أمرك أو الوصي عليك.

التخطيط العقاري السليم يجنبك التكاليف الغير ضرورية، المتاعب و يحمي ما عملت بجد لتحقيقه.

إذا كان لديك أي أسئلة حول التخطيط العقاري، فلا تتردد في التواصل مع حميد دكروب من مجموعة دكروب على الرقم 313-401-8844. دكروب جروب هي شركة محاماة متخصصة في التخطيط العقاري وتوثيق الوصايا. موقعنا الالكتروني، WWW.DAKROUBLAW.COM يحتوي أيضاً على الكثير من المعلومات المهمة المتعلقة بالتخطيط العقاري والتوثيق.



[HTTPS://DAKROUBLAW.COM/](https://dakroublaw.com/)



تمرين صحة الدماغ قم بحل ألعاب التفكير الثلاث التالية

١. والد ميغال بالتبني لديه إبنة واحدة. الأم بالتبني للإبنة لديها ولد اسمه اسايا الذي لديه ولد اسمه دايفد. ماذا يكون دايفيد بالنسبة لميغال؟
أب.) E. ابن D.) عم/خال C.) ابن أخ/أخت B.) ابن عم/خال A.)

٢. عشرة زملاء دراسة سابقين إتقوا على العشاء وكل شخص تصافح باليد مع الآخرين مرة واحدة. كم هو مجموع تصافح الأيدي الذي سوف يحصل بين الاصدقاء العشرة؟
A.) ١٠٠ B.) ٥٠ C.) ٤٥ D.) ٢٣ E.) ١١

٣. ما هو الرقم الذي يأتي أولا في السلسلة التالية؟
_ ١ ٨ ٦ ١٣ ١١ ١٨ ١٦ ٢٣ ٢١ ٢٨

٤. عمي عمره ثلاثة أضعاف عمر أختي، التي هي عمرها ضعفي عمر أخي، الذي عمره ضعفي عمر ابن عمي/خالي. مجموع أعمارنا جميعا قابل للقسمة على ٥ وأقل من ١٠٠ ما هو عمر ابن عمي/خالي؟

الجواب: _____

مفتاح الجواب:

ب) ١٠٥

١) B

٢) C

٣) A

انضم إلى دليل المتطوعين
للأبحاث للمشاركة في مساعي
مقاومة مرض الزهايمر
وأعراض الخرف المرتبطة به.

الرجاء مسح الرمز للبدء:





تسليط الضوء على الشريك في المجتمع إعادة التفكير في الصحة العامة: طريقة جديدة للمضي قدماً

علي أبازيد

المدير المؤسس للصحة العامة
الرئيس التنفيذي للصحة العامة، مدينة ديربورن



تم إنشاء قسم الصحة العامة في مدينة ديربورن في نيسان ٢٠٢٢. أصبحت هذه المدينة تحتل المرتبة الثانية في ميشيغان بوجود قسم رسمي خاص بالصحة، والأولى من حيث إنشائه طوعياً. يقوم قسم الصحة العامة بشق طريق جديد للحكومة لإعطاء الأولوية لرفاهية جميع السكان. خلال أقل من سنة، قام قسم الصحة العامة ب: (١) إنشاء برنامج المنح الجامعية لتدريب المهارات المستقبلية في الصحة العامة؛ (٢) تزويد المدينة بمعرفة إنعكاس المواد الأفيونية المنقذة للحياة؛ (٣) تجهيز منتجات الدورة الشهرية بحيث تكون متاحة لتلاميذ المدارس الثانوية مجاناً؛ (٤) تزويد ٥٠٠ عائلة بحليب الأطفال مجاناً خلال أزمة النقص الحاد لحليب الأطفال. عبر إعطاء الأولوية للصحة والرفاهية، يقوم قسم الصحة العامة بخلق نموذج جديد للحكومة المحلية يساعد على تغيير طريقة تعاملنا مع الصحة العامة، وخلق مجتمع صحي أكثر للجميع.



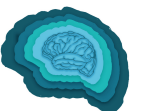
إعادة التفكير بالصحة العامة: طريقة جديدة للمضي قدماً

مؤسسة هوبلبنك

غراند رايبذ، ميشيغان



هوب لينك هو برنامج قائم على أسس الإيمان يسعى جاهداً لتقوية تمكين الأسر أكثر من خلال التعليم، التوجيه والدعم. يقوم بتقديم صفوف مختلفة للبالغين مدتها ١٠ أسابيع في المدارس المحلية المبنية على احتياجات عائلات المجتمع، على سبيل المثال برمجة (إي أس أل) للبالغين، برمجة الكمبيوتر الأساسية، ديناميكية العائلة، وأمثلة كثيرة أخرى. خلال فصل الربيع هذا، تمكنا من الانضمام الى هوب لينك من غرب ميشيغان في أكاديمية ساوث وست الثنائية اللغة لتأمين التعليم للأهل عن صحة الدماغ. قدمنا عشاء لذيذ من مطعم محلي، سابور لاتينو لجميع المشتركين. كما أحضرت د. فيغا معها دماغ إنسان لتظهر الوظائف المختلفة للدماغ وكيفية تأثرها بمرض الخرف. كما كان لدى الأهل الفرصة لحمل الدماغ أيضاً! كانت ورشة عمل جيدة جداً مع طرح الكثير من الأسئلة من قبل الأهل عن عوامل الخطر. نحن شاكرين لهوب لينك من غرب ميشيغان لإعطائنا الفرصة للانضمام إلى برمجة التعليم الخاص بهم في هذا الفصل.



ركن مركز ميشيغان للعوامل السياقية لمرض الزهايمر لقاء الباحثين

د. دارلينغتنا ايسياكا

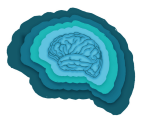


د. دارلينغتنا ايسياكا باحثة في كلية روبرت وود جونسون الطبية، جامعة روتغرز. في سنة ٢٠١٩، حصلت على دكتوراه في علم النفس الاجتماعي وعلم الشيخوخة من جامعة كانسس، لاورنس، كانسس. يركز بحث د. ايسياكا على التشخيص المبكر لمرض الزهايمر وأمراض الخرف المرتبطة به لدى الرجال ذوي الأصول الأفريقية. تدرس د. ايسياكا كيفية كشف تقدم وتحول أمراض الخرف قبل ظهور العوارض السلوكية. هي المؤسسة لـ black in Gerontology & Geriatrics ، منصة للعدالة الاجتماعية تهدف إلى تكبير ودعم الباحثين، الأطباء، الأساتذة، والطلاب ذوي الأصول الأفريقية في مجال الشيخوخة. يركز المشروع البحثي لد. ايسياكا مع مركز ميشيغان للعوامل السياقية لمرض الزهايمر على المسارات لمرض الزهايمر لدى كبار السن من الرجال.

د. ايرين بولدين



د. ايرين بولدين هي أستاذ مساعد في قسم الطب الداخلي في جامعة يوتاه ومحقة أبحاث الخدمات الصحية و تطوير المعلوماتية في مركز تعزيز القرارات والعلوم التحليلية في نظام الرعاية الصحية في مدينة سالت ليك. حصلت ايرين على ماجستير في الصحة العامة في علم الأوبئة من جامعة فلوريدا ودكتوراه في علم الأوبئة من جامعة واشنطن. يركز بحث د. بولدين على تحديد العوامل التي تؤثر على الإعاقة والوظائف الحيوية والتدخلات لتقليل الإعاقات وتحسين صحة الأشخاص. إن عمل د. بولدين يركز على خبرات وإحتياجات الخدمة للناس ذوي الإحتياجات الخاصة كالإعاقات، الإصابات، او الظروف الصحية المزمنة وعلى مقدمي الرعاية من عائلاتهم. إن المشروع البحثي لد. بولدين مع مركز ميشيغان للعوامل السياقية لمرض الزهايمر سيقوم بدراسة تأثير خدمات المنزل والمجتمع على الوظائف الحيوية، وجودة الحياة، وإضفاء الطابع المؤسسي الطويل المدى عند كبار السن المصابين بمرض الخرف والعبء المترتب على مقدمي الرعاية الصحية من العائلة.



صوت الوعي العالمي



ولتر بروس ويليس هو ممثل أمريكي متقاعد مولود في ١٩ آذار، ١٩٥٥ في إيدار-أويرشتاين، ألمانيا. ويليس متزوج من إيما هيمينغ ويليس منذ ٢٠٠٩ حيث يشارك معها إبتنتين، مايل وايفيلين. ويليس كان متزوج من ديمي موور ١٩٨٧-٢٠٠٠. مع موور، هو والد لثلاث بنات: رومر، سكاوت وتلولة. تم تشخيص ويليس، الذي ظهر في أكثر من ١٠٠ فيلم سينمائي بنوع من أنواع الخرف يسمى الخرف الجبهي الصدغي.

أفادت عائلة ويليس أنه بينما هذا التشخيص "مؤلم، إلا أنه أمر مريح الحصول أخيراً على تشخيص". (المصدر: سي آن آن) مرض الخرف الجبهي الصدغي هو خامس أمراض الخرف الأكثر شيوعاً. يظهر في سن مبكر (٦٠ سنة) مقارنة بأحد أمراض الخرف الأكثر شيوعاً: الزهايمر (٦٥-٧٥). يؤثر هذا المرض على منطقتين من الدماغ: الفلقة الأمامية خلف الجبهة والفلقة الصدغية خلف الأذنين. سبب مرض الخرف الجبهي الصدغي هو بروتين غير طبيعي في الدماغ. ينشأ هذا البروتين في خلايا الدماغ و يسبب تقلص الفلقات. هذا بدوره يؤثر على سلوك الإنسان ولغته وحركاته. تختلف علامات المرض أو العوارض على حسب مدى تأثير المرض على الفلقة الأمامية أو الصدغية بشكل أكبر. مثلاً، من المحتمل أن يعاني من مشاكل في تشكيل الجمل، بينما يعاني آخرون من مشاكل في التحكم في إندفاعه. مرض الخرف الجبهي الصدغي يزيد خطر الإصابة بالتهاب الرئوي لاحقاً أو التهابات أخرى، مشاكل في البلع، أو إصابات جراء السقوط. أحد أسباب الموت الأكثر شيوعاً هو الإلتهاب الرئوي.

في الوقت الحالي، لا يوجد حالات شفاء أو علاج معروف يبطئ تطور المرض. تستخدم الأدوية لمعالجة الأعراض مثل مضادات الإكتئاب عند الإحساس بالقلق. أفضل إستراتيجيات التأقلم للعائلات هو الحصول على معلومات حول المرض، التخطيط للمستقبل وتشكيل فريق داعم. مهم أيضاً اختيار مقدم الرعاية المختص الصحيح الذي لديه المعلومات الكافية عن مرض الخرف الجبهي الصدغي. يوجد مقدمي رعاية مهنيين آخرين يلعبون دوراً أساسياً في التعامل مع هذا المرض. من ضمنهم ممرضي الرعاية المنزلية، أخصائيي علم النفس العصبي، مستشارو علم الوراثة، معالجو النطق واللغة، كذلك المعالجين الفيزيائيين والمهنيين. بإمكان الأخصائيين الإجتماعيين المساعدة على إيجاد موارد مجتمعية، مثل الإمدادات الطبية، المعدات، الرعاية التمريضية، مجموعات الدعم، الرعاية المؤقتة والمساعدة المالية. كما بإمكان المحامين مساعدة العائلات على التحضير للمراحل القادمة للمرض (جونز هوبكينز).

(<https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/dementia/frontotemporal-dementia>).

" كان بروس دائماً يثق بإيصال صوته لمساعدة الآخرين، ورفع مستوى التوعية بما يخص الأمور الهامة علناً وسراً، كما ذكر في بيان العائلة. " نحن نعلم أنه - لو كان بإمكانه اليوم - كان ليرغب بالرد عبر لفت الإنتباه العالمي والترابط مع أولئك الذين يعانون أيضاً من هذا المرض المنهك وكيف يؤثر على الكثير من الأشخاص وعلى عائلاتهم " سي آن آن.

فيلم وثائقي رائع عن الخرف الجبهي الصدغي على موقع يوتيوب.

<https://www.youtube.com/watch?v=w6vejeqobQE>

