Insieme si può

BIMESTRALE DELLA SEDE ANMIC DI CAGLIARI ANNO XX - N.43 MAGGIO-GIUGNO 2026

ANMIC CAGLIARI

Un mare di emozioni 2026

Il mare accessibile firmato ANMIC

Con l'arrivo della bella stagione torna "Un mare di emozioni", il servizio estivo promosso dalla sede ANMIC di Cagliari che consente ai soci di usufruire gratuitamente di postazioni attrezzate in spiaggia nello stabilimento "Golfo 7" del litorale del Poetto di Cagliari.
Anche per l'estate 2026, l'iniziativa sarà attiva per tutta la durata della stagione, offrendo agli associati e ai loro accompagnatori la possibilità di vivere il mare in condizioni di sicurezza, comfort e piena accessibilità. Le postazioni allestite presso lo stabilimento Golfo 7 della Cooperativa Golfo degli Angeli comprendono ombrelloni e lettini (o sdrai/ sedie regista) e possono essere posizionate, in base alle esigenze, sia sulla sabbia sia sulla pedana.

La scelta del Golfo 7 non è casuale: è una struttura attrezzata per l'accoglienza di persone con mobilità ridotta, dotata di passerelle fino alla battigia, servizi accessibili, spogliatoi adeguati e ausili per facilitare l'accesso al mare. La presenza di parcheggi e la vicinanza ai mezzi pubblici rendono inoltre lo stabilimento facilmente raggiungibile.
Il servizio (riservato agli associati ANMIC e ad un massimo di due accompagnatori) rappresenta molto più di un semplice accesso alla spiaggia. È un'opportunità concreta per vivere momenti di benessere psicofisico, grazie ai benefici del mare, e per favorire occasioni di socialità e condivisione.
"Un mare di emozioni" è, infatti, anche un progetto culturale: promuove l'idea che il diritto al tempo libero, al relax e alla partecipazione debba essere garantito a tutti. Rendere accessibile la spiaggia significa abbattere barriere non solo fisiche, ma anche sociali.
Particolare attenzione sarà dedicata anche all'organizzazione del servizio, per garantire un'esperienza ordinata e accessibile al maggior numero possibile di associati. La gestione delle prenotazioni, che verrà comunicata nel dettaglio prima dell'avvio, sarà strutturata in modo da favorire la più ampia partecipazione durante l'intera stagione. Si tratta di un aspetto fondamentale per assicurare continuità e qualità al progetto. La collaborazione degli utenti, nel rispetto delle modalità indicate, sarà quindi essenziale per il buon funzionamento dell'iniziativa e per consentire a tutti di vivere il mare in modo sereno e organizzato.



Gli associati interessati al servizio dovranno contattare ANMIC inviando un messaggio WhatsApp al numero **370 1255189** oppure scrivendo alla mail **iniziative.anmic.cagliari@gmail.com**.
Successivamente ANMIC comunicherà la data di avvio, le condizioni del servizio e le modalità di prenotazione.

INDICE

Pagina 2 Il Report 2025 di ANMIC

Pagina 4 La storia di Giorgia

Pagina 5 Le prestazioni di invalidità al compimento dei 67 anni

Trasparenza e impegno: una comunità che cresce insieme

Presentato il Report 2025 della sede ANMIC di Cagliari: numeri in crescita e una mattinata di condivisione

Sabato 21 marzo, presso lo Spazio Michelangelo Pira di Quartu Sant'Elena, la sede provinciale dell'ANMIC di Cagliari ha presentato il Report sull'attività svolta nel corso del 2025, nell'ambito dell'incontro "Trasparenza e impegno". Un appuntamento che ha rappresentato non solo un momento di rendicontazione, ma anche un'occasione concreta di incontro e confronto con il territorio.

La mattinata si è svolta in un clima partecipato e attento, alla presenza di rappresentanti delle istituzioni, associazioni del territorio e numerosi soci, a testimonianza di un interesse crescente verso il lavoro portato avanti quotidianamente dall'associazione.



Al centro dell'incontro, infatti, i dati di un Report degno di nota, che restituiscono con chiarezza la portata dell'impegno: nel 2025 sono state registrate oltre 32.200 richieste di assistenza, con un incremento del 67% rispetto all'anno precedente. Un dato particolarmente significativo, che evidenzia come l'utenza dell'associazione vada ben oltre la base dei soci – pari a 6.722 – con un rapporto medio di circa cinque richieste per ogni iscritto.

Un aumento che trova conferma anche negli accessi agli sportelli (due a Cagliari, uno a Quartu Sant'Elena, uno a Selargius, uno a San Gavino e uno a Iglesias) che hanno raggiunto quota 14.026 (+89%), segno di una





presenza sempre più riconosciuta e di una capacità di risposta che si è progressivamente rafforzata.
Particolarmente rilevante è stato il contributo della sede di Quartu Sant'Elena, attiva dall'inizio del 2025, che in pochi mesi ha registrato 2.324 accessi, con una media mensile di 211 utenti. Un risultato che conferma quanto la capillarità territoriale rappresenti un elemento decisivo per intercettare i bisogni e avvicinare concretamente i servizi ai cittadini.
L'intensità dell'attività emerge anche da altri dati significativi: 18.235 telefonate gestite nel corso dell'anno (+52%) e 2.182 domande di disabilità e invalidità civile presentate (+38%). Numeri che raccontano un lavoro quotidiano fatto di ascolto, orientamento e accompagnamento, spesso svolto lontano dai riflettori ma essenziale per migliaia di persone.
Nel corso dell'incontro è stato inoltre ricordato il ruolo dell'associazione nella gestione di servizi specifici, come le agevolazioni tariffarie e il servizio Amico Bus, realizzati nell'ambito del Protocollo d'Intesa con l'Assessorato ai Trasporti della Regione Sardegna, che nel 2025 ha visto la gestione di 2.477 pratiche.
Accanto all'attività di assistenza, è stato dato spazio anche al valore delle iniziative socializzanti, che rappresentano una componente sempre più centrale dell'azione associativa. Nel 2025 ANMIC ha promosso 153 appuntamenti tra escursioni culturali, laboratori, cinema, teatro e incontri ludici, oltre a 300 ore di attività in palestra e 92 giornate in spiaggia, per un totale di quasi 9.000 adesioni.
Un impegno che risponde non solo a bisogni amministrativi, ma anche a esigenze più profonde, legate alla socialità, alla partecipazione e al benessere personale. Un aspetto emerso con particolare forza durante la mattinata, anche grazie alle testimonianze dirette dei soci.
La scelta dello Spazio Michelangelo Pira come sede dell'incontro ha assunto in questo senso un valore simbolico. Il centro ospita infatti in modo continuativo molte delle attività dell'associazione ed è parte di un percorso più ampio, realizzato nell'ambito dei Progetti di Coesione Sociale del Comune di Quartu Sant'Elena. Una collaborazione avviata nel 2025 e proseguita con risultati significativi, che rappresenta un esempio concreto di sinergia tra istituzioni e terzo settore.

AUGURI ANMIC!

**70 anni di impegno,
battaglie e conquiste per i diritti
delle persone con disabilità.
Una storia che continua ogni giorno,
con lo stesso obiettivo:
costruire una società
più giusta e inclusiva.**



Le nostre iniziative, fuori dalla routine

Escursioni, cinema, laboratori: tante occasioni per un tempo più ricco

Con l'inizio dell'anno, le attività socializzanti di ANMIC hanno ripreso il loro ritmo tra continuità e rinnovato entusiasmo. I primi mesi hanno già offerto occasioni preziose per scoprire il territorio con uno sguardo attento, ma anche per ritrovarsi negli appuntamenti settimanali, sperimentare nuovi linguaggi espressivi e costruire momenti di condivisione capaci di arricchire la quotidianità.

A febbraio, la tappa a Iglesias ha condotto i partecipanti all'interno del Museo dell'Istituto Minerario, dove macchinari, strumenti e reperti hanno restituito la complessità di un mondo che per decenni ha segnato profondamente la vita dell'isola. Non solo un racconto del lavoro, ma uno spaccato di quotidianità, ingegno e trasformazione, che ha permesso di avvicinarsi alla cultura mineraria con maggiore consapevolezza. A marzo, il Museo del Giocattolo Tradizionale della Sardegna di Zeppara ha offerto un'esperienza completamente diversa, più raccolta e suggestiva. I piccoli oggetti esposti, realizzati con materiali semplici e ingegnosi, hanno aperto uno spiraglio su un tempo in cui il gioco nasceva dall'inventiva e dalla manualità, evocando ricordi, sorrisi e riflessioni condivise. Un percorso capace di parlare a tutte le età.

Il calendario proseguirà nei prossimi mesi con nuove mete: ad aprile è prevista la visita al Menhir Museum di Laconi, dedicato alla statuaria preistorica, mentre a maggio ci sposteremo a Turri, per scoprire il Parco "Beranu Froriu", in un contesto naturale che unisce paesaggio e tradizione. Occasioni diverse tra loro, ma accomunate dal desiderio di continuare a esplorare e a lasciarsi sorprendere da angoli del nostro territorio spesso sconosciuti.

Parallelamente, proseguono con regolarità gli appuntamenti che accompagnano la vita associativa durante tutto l'anno. I Martedì al Cinema restano un punto fermo della settimana: un'abitudine semplice, ma significativa, che invita a ritagliarsi uno spazio fuori dalla routine, in un ambiente accessibile e amicale. Gli Incontri d'Arte, attivi a Cagliari e a Quartu Sant'Elena, continuano invece a offrire un tempo diverso, fatto di concentrazione, sperimentazione e soprattutto libertà espressiva, in cui il gesto creativo diventa sia un linguaggio personale che condiviso.

A queste attività si affianca il laboratorio di poesia "Sulle orme di Faber", avviato da quest'anno presso lo Spazio Michelangelo Pira di Quartu,



che ha rivelato fin dai primi incontri una forte capacità di coinvolgimento. Attraverso la lettura e la scrittura, i partecipanti si confrontano con parole che diventano strumento di riflessione e racconto, in un clima molto naturale, dove ciascuno trova il proprio modo di esprimersi e conoscere l'altro.

Nel loro insieme, queste iniziative delineano un percorso in continua evoluzione, in cui la dimensione culturale e quella relazionale si incontrano e si rafforzano reciprocamente.

SPAZIO Michelangelo PIRA

NOTORIOUS CINEMAS THE EXPERIENCE

Proseguono le iniziative ricreative e socializzanti organizzate dalla sede di ANMIC Cagliari

Per prenotare e conoscere le attività riservate ai soci mandare una mail a iniziative.anmic.cagliari@gmail.com o contattare il numero 3701255189. Il numero è attivo dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 13.

Quando la vita cambia all'improvviso: la storia di Giorgia e la forza di ricominciare

Ci sono momenti che dividono la vita in un prima e un dopo. Per Giorgia Paravagna, un incidente stradale ha rappresentato quel punto di frattura. Senza preavviso ne permesso, un evento che l'ha portata a dover ripensare completamente la propria vita, passando in pochi istanti da una quotidianità dinamica a un percorso fatto di ospedali, riabilitazione e nuove fragilità.

Dopo settimane tra coma farmacologico, ricoveri e complicazioni, il ritorno alla vita quotidiana non è stato immediato. Immobilità, dolore, perdita di autonomia: per mesi anche i gesti più semplici sono diventati ostacoli da superare. «La cosa più difficile - ha raccontato - è stata non riconoscermi più». Alla fatica fisica si è affiancata quella emotiva: la rabbia, il senso di ingiustizia, la paura di non riuscire a tornare quella di prima.

Poi, gradualmente, qualcosa cambia. Non in modo eclatante, ma attraverso piccoli segnali: un movimento recuperato, un passo in più, la capacità di rimettersi un obiettivo, anche minimo. «Se prima facevo una cosa al dieci, oggi magari riesco a farla al due. Ma almeno posso provarci, perchè sono viva». È in questa consapevolezza che si legge la sua forza: nella capacità di rimettersi in gioco, un passo alla volta, senza arrendersi.

Giorgia ha iniziato così a costruire un nuovo equilibrio, imparando a misurare i progressi non rispetto al passato, ma rispetto al presente. In questo percorso si inserisce l'incontro con ANMIC, arrivato quasi per caso, attraverso i social. Il primo approccio è stato accompagnato da esitazione: il timore era quello di entrare in un contesto in cui la disabilità fosse solo sofferenza condivisa. Invece, fin dal primo incontro, la percezione è stata diversa.

Le attività dell'associazione le hanno permesso di entrare in contatto con persone capaci di affrontare situazioni complesse senza rinunciare alla leggerezza.



Giorgia Paravagna

«Mi ha colpito vedere persone che, pur avendo difficoltà anche più grandi delle mie, riuscivano a sorridere», ha raccontato.

Non si è trattato solo di partecipare, ma di sentirsi parte di qualcosa. Un ambiente in cui poter condividere senza sentirsi osservata o definita dalla propria condizione, ma anzi iniziando a guardarla con uno sguardo nuovo. Non solo come limite, ma anche come punto di partenza per costruire nuove relazioni, nuove esperienze e una diversa consapevolezza.

Oggi il suo percorso continua tra riabilitazione e piccoli traguardi quotidiani. Sta recuperando autonomia, passo dopo passo, senza nascondere le difficoltà ma senza permettere che queste definiscano chi è.

La sua storia parla di fatica, certo, ma anche di ironia, determinazione, gratitudine e voglia di vivere. E racconta quanto sia importante poter contare su luoghi in cui non si è soli, in cui le persone vengono ascoltate e accompagnate davvero.

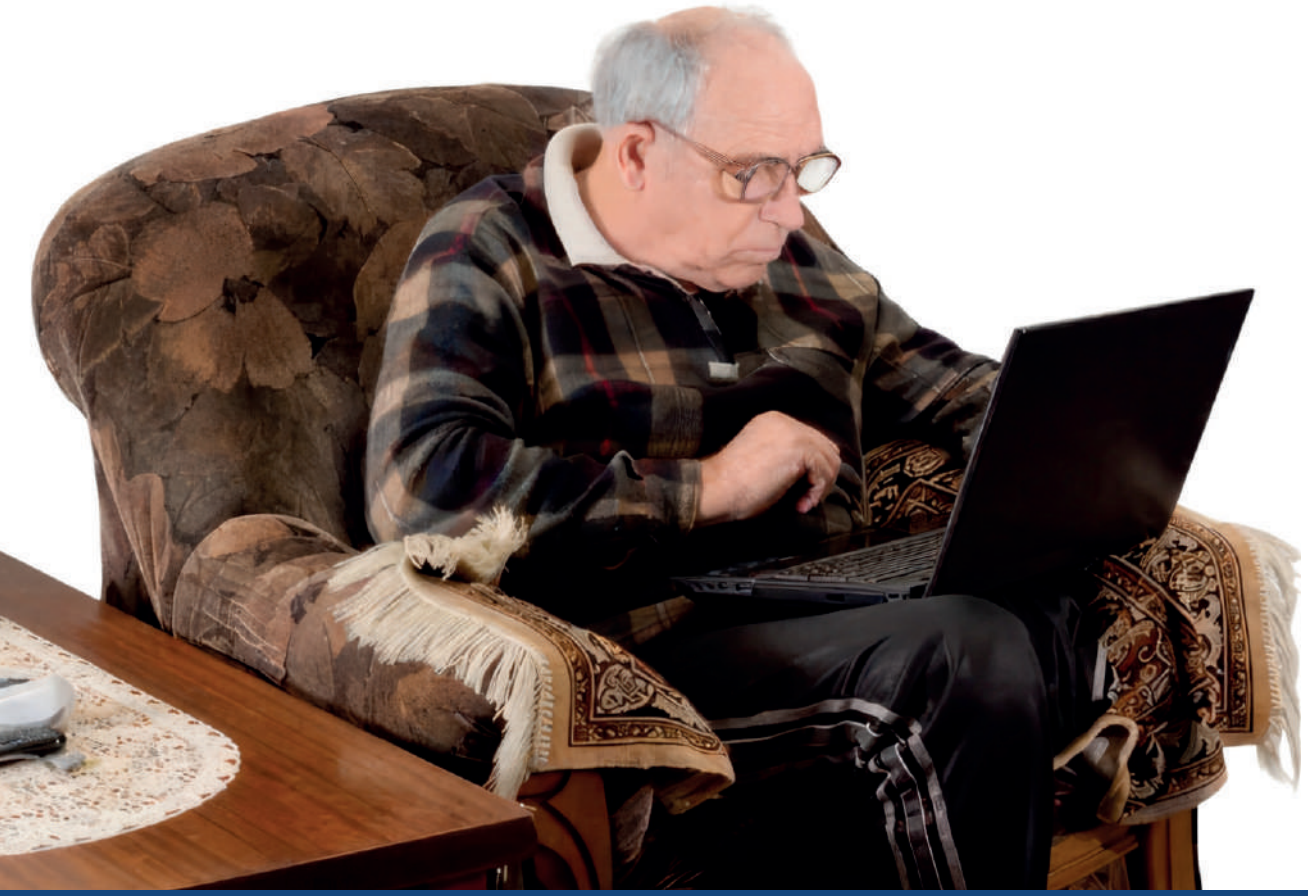
Perché, a volte, ricostruirsi non significa tornare a essere quelli di prima, ma scoprire - giorno dopo giorno - una nuova versione di sé.

Cosa succede alle prestazioni di invalidità al compimento dei 67 anni

Una delle domande più frequenti che arrivano agli sportelli della nostra associazione riguarda l'incertezza su quello che succede dopo il **compimento dei 67 anni di età**, considerato il vero e proprio spartiacque tra le prestazioni legate all'invalidità e quelle legate alla vecchiaia.
È importante chiarire fin da subito un aspetto fondamentale: **l'indennità di accompagnamento non è soggetta a limiti anagrafici**. Questo significa che continua a essere erogata anche oltre i 67 anni, senza alcuna modifica, purché permangano i requisiti sanitari.

Assegno ordinario di invalidità: la trasformazione in pensione di vecchiaia

Per chi è titolare di **assegno ordinario di invalidità (AOI)** , la cosiddetta invalidità ordinaria, al compimento dei 67 anni, la normativa prevede la **trasformazione dell'assegno in pensione di vecchiaia**.
Dal punto di vista economico, questa trasformazione **può comportare un adeguamento dell'importo** in base alla situazione contributiva della persona.
Infatti se, dopo il riconoscimento dell'assegno ordinario di invalidità, il titolare ha continuato a lavorare, ha versato nuovi contributi. Questi contributi incrementano il montante contributivo e vengono ricalcolati al momento della trasformazione in pensione di vecchiaia, con un possibile aumento dell'importo mensile.
Un ulteriore elemento da considerare riguarda le **trattenute per incumulabilità**. Durante il periodo di lavoro, in presenza di determinati limiti reddituali, l'assegno ordinario può subire delle decurtazioni. Al compimento dei 67 anni, cessando l'attività lavorativa, **queste trattenute non vengono più applicate**, con un possibile ulteriore aumento dell'importo pensionistico.



Invalidità civile e inabilità civile: il passaggio all'assegno sociale sostitutivo

Diverso è il caso dell'**invalidità civile** (74–99%) e dell'**inabilità civile al 100%.**
Queste prestazioni, al compimento dei 67 anni, **si trasformano in automatico in assegno sociale sostitutivo**, una misura di natura assistenziale, non legata ai contributi versati ma esclusivamente alla situazione economica del beneficiario.
Il diritto a percepire l'assegno sociale è subordinato al rispetto di **specifici limiti reddituali**, che variano a seconda che il soggetto sia coniugato o meno. In linea generale, l'INPS tiene conto del reddito personale per i non coniugati e del reddito coniugale per i soggetti sposati.
Tuttavia, per chi **era già titolare di una prestazione di invalidità civile prima dei 67 anni**, sono previste **due importanti agevolazioni.**
La prima è particolarmente rilevante: **viene considerato esclusivamente il reddito personale**, anche se la persona è coniugata. Il reddito del coniuge non incide quindi sul diritto all'assegno sociale, evitando situazioni in cui il beneficio verrebbe negato a causa del reddito dell'altro coniuge.
La seconda agevolazione riguarda **i limiti reddituali**, che non sono quelli (più bassi) previsti per l'assegno sociale ordinario, ma **gli stessi limiti della prestazione goduta prima dei 67 anni**.

In pratica:

- chi percepiva l'assegno di invalidità civile deve rispettare il relativo limite di reddito personale che per il 2026 è pari a € 5.852,21;
- chi percepiva l'inabilità civile al 100% deve rispettare il limite più elevato previsto per questa prestazione che per il 2026 è pari a € 20.029,55.

Grazie a queste agevolazioni, **chi già beneficiava dell'invalidità civile prima dei 67 anni ha altissime probabilità di continuare a percepire la prestazione anche dopo**, salvo variazioni reddituali significative.
Dal punto di vista economico, la trasformazione in assegno sociale può comportare un lieve aumento dell'importo: un incremento modesto, ma che non comporta mai una perdita rispetto alla prestazione precedente.

In conclusione

Al compimento dei 67 anni:

- **l'assegno ordinario di invalidità** si trasforma in **pensione di vecchiaia,** con possibile ricalcolo dei contributi e un eventuale aumento dell'importo;
- **l'invalidità civile e l'inabilità civile** si trasformano in **assegno sociale,** con regole più favorevoli per chi era già titolare della prestazione prima dei 67 anni;
- **l'indennità di accompagnamento** resta invariata, senza limiti di età.

In entrambi i casi, il passaggio ai 67 anni **non comporta una penalizzazione**, ma può determinare, seppur in misura contenuta, un miglioramento dell'importo percepito.
Diverso è il caso in cui il soggetto ottiene l'invalidità civile dopo il compimento dei 67 anni di età: in questo caso, infatti, l'unico riconoscimento che da diritto al beneficio economico è l'indennità di accompagnamento, mentre l'invalidità civile parziale (74-99%) e totale (100%) non da diritto ad alcuna prestazione economica.



Per destinare la quota del **5 x mille** ad ANMIC sede di Cagliari firma nel riquadro della dichiarazione e indica il nostro codice fiscale

80022300927

I NOSTRI SERVIZI

ASSISTENZA PRESENTAZIONE DOMANDE

- Invalidità civile, legge 104/92 e “collocamento mirato al lavoro” (nuove domande e aggravamenti)
- Assegno ordinario, pensione di inabilità, pensione di vecchiaia anticipata (L.222/84)
- Pensione invalidità civile, indennità di frequenza per minori, indennità di accompagnamento
- INAIL

SUPPORTO

- Piani personalizzati legge 162/98
- Nomina, revoca o sostituzione dell’amministratore di sostegno
- Esenzione ticket, protesi e ausili
- Infortuni sul lavoro e riconoscimento malattie professionali
- Programma Ritornare a casa PLUS
- Home Care Premium

ASSISTENZA FISCALE

- 730, UNICO, ISEE, RED, ICLAV

CONSULENZA LEGALE IN SEDE

MOBILITÀ

- Consulenza per agevolazioni acquisto veicoli ed esenzione bollo
- Consulenza per eliminazione barriere architettoniche
- Consulenza richiesta per contrassegno sosta e circolazione autoveicoli
- Richiesta agevolazioni tariffarie trasporti e servizio Amico Bus

MEDICO IN SEDE

- Certificati telematici
- Visite mediche specialistiche e relazioni
- Consulenza

CONSULENTE DEL LAVORO PER CONTRATTI E BUSTE PAGA COLF E BADANTI

Chiamaci al numero 070 653865

Le nostre sedi

Cagliari
Via Caprera 27 - Tel. 070 653865 - info@anmic-cagliari.it
dal lunedì al venerdì (8.15 - 18.00)

Iglesias
Via Repubblica 16 - Tel. 0781 252358 - anmic.iglesias@gmail.com
lunedì (17.00 - 19.00) mercoledì (9.00 - 12.00) venerdì (9.00 - 12.00)

San Gavino Monreale
Via Roma 268 - Tel. 070 653865 - E-mail: mediocampidano@anmic-cagliari.it
dal martedì al venerdì (8:30 - 12:30) martedì (14:30 - 17:30)

Quartu Sant'Elena
Via Eligio Porcu 79 - Tel.: 070 653865 - E-mail: quartu@anmic-cagliari.it
dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 14.00 lunedì 14:30 - 18:00

Se non vuoi più ricevere a casa il nostro bimestrale manda una mail a info@anmic-cagliari.it

Realizzato con il contributo della
REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA
ASSESSORATO DELL'IGIENE E SANITÀ E DELL'ASSISTENZA SOCIALE