



gomitolrosa

SOLIDARIETA', BENESSERE, ATTENZIONE ALL'AMBIENTE

RASSEGNA STAMPA

RICERCA SCIENTIFICA GOMITOLOROSA e IRCSS NEUROLOGICO BESTA

novembre 2023 - gennaio 2024

Ricerca Gomitolorosa & IRCCS Istituto Neurologico Besta



Ricerca Gomitolorosa & IRCCS Istituto Neurologico Besta



Sabina Pignataro
Uffici Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org

Ricerca Gomitolrosa & IRCCS Istituto Neurologico Besta



Ricerca Gomitolorosa & IRCCS Istituto Neurologico Besta



Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org

CORRIERE DELLA SERA

Lavorare a maglia calma l'ansia e potenzia l'attenzione: i benefici di ferri e uncinetto simili a quelli della meditazione

di Vera Martinella

Gli esiti di uno studio commissionato all'Istituto Neurologico Besta da GomitoloRosa, associazione che promuove la lana-terapia per le pazienti oncologiche in 30 ospedali italiani. Lo faceva anche Einstein

Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org

la Repubblica



Salute

fare bene secondo la scienza

Ferri e uncinetto: il lavoro a maglia quasi come la meditazione

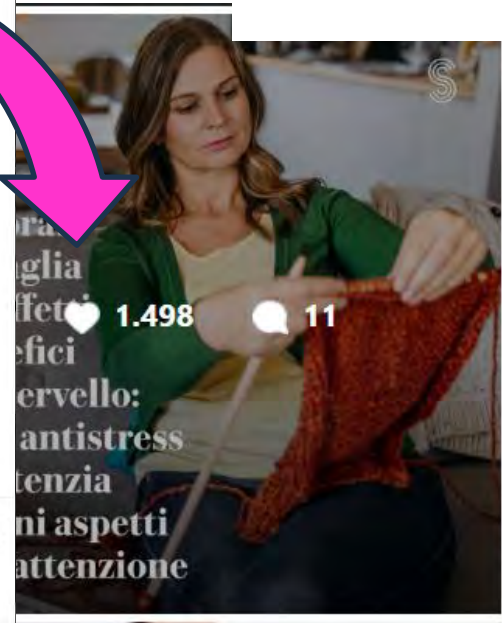
DI NICLA PANCIERA



Giusy Marelli durante la chemio

Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org





Lavorare a maglia fa bene al cervello, lo dimostra la scienza: lo studio



Ferri e uncinetto: il lavoro a maglia quasi come la meditazione

/ di Nicla Panciera



Giusy Marelli durante la chemio

Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org

23 NOVEMBRE 2023 05:00

Lavorare a maglia fa bene al cervello, lo dice anche la scienza

Un nuovo studio ha dimostrato che gomitoli, ferri e uncinetto contribuiscono alla concentrazione e al benessere della persona



Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org



Sferruzzare rilassa e migliora il ragionamento

Un dritto, due rovesci. Un dritto, due rovesci... Lavorare a maglia fa bene al cervello. Lo assicurano l'Istituto neurologico **Besta** di Milano e Gomitolrosa, un'associazione di volontariato impegnata anche con i malati di tumore. Misurando con strumenti scientifici l'attività cerebrale di 40 persone di età diverse e intente a sferruzzare, è

stato possibile notare una crescita della concentrazione e la conseguente diminuzione dei pensieri negativi, con un ottimo effetto calmante. Del resto sembra che addirittura il genio della fisica Albert Einstein amasse fare la calza, quando aveva bisogno di riposare la mente e di riflettere.

di Emma C. Gatti / Besta

Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org



ohga!

health wellness green ohga?

wellness

**Lavorare a maglia dà gli stessi
effetti della meditazione: meno
ansia e più concentrazione**

31



Ricerca Gomitolrosa & IRCCS Istituto Neurologico Besta



Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org

[Emozioni](#) > [Psicologia](#)

Lavorare a maglia fa bene alla psiche

Lo conferma la scienza e forse le nostre nonne l'hanno sempre saputo: lavorare a maglia fa bene al cervello e lo fa sotto tanti punti di vista

DI [LAURA SANDRONI](#)

PUBBLICATO: 08/01/2024

Perché lavorare a maglia fa bene al cervello

Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org

[VIVERE MEGLIO]

GUIDA PRATICA

PASSIONE TRICOT

Lavorare a maglia sta tornando a essere un'abitudine diffusa, soprattutto dopo gli "anta". Anche perché è un modo per stare in compagnia e fare quattro chiacchiere

Il metodo? Quello della nonna con i ferri sotto le ascelle. Ma anche con i ferri circolari appoggiati sulle gambe, o l'*arm knitting* (invece dei ferri per intrecciare la lana si usano le braccia) che piace da matti ai bambini. L'importante è divertirsi, rilassarsi e

lavoro aprendo a Desio (MB) *Nat ordinary knitter*, una bottega di filati dove oltre ai gomitoli si trovano consigli e corsi per tutti i livelli. «Ferri e lane possono essere acquistati anche online, oltre che al mercato, ma per iniziare col piede giusto è bene farsi



Intimità

Ricerca Gomitolorosa & IRCCS Istituto Neurologico Besta

Pazienti più attenti e coinvolti nelle decisioni grazie al lavoro a maglia

Di Redazione 05/12/2023

AngeliPress
il portale della cultura sociale



Sabina Pignataro
Ufficio Stampa
ampa@gomitolorosa.org

GAZZETTA DI PARMA

KNITTING

**Lavorare a maglia fa bene: aiuta la concentrazione
l'attenzione, allontana lo stress e migliora il tono
dell'umore**

Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org

Ricerca Gomitolorosa & IRCCS Istituto Neurologico Besta

TUTTO NEWS

Lavorare a maglia apporta benefici per la salute fisica e mentale

La ricerca ha studiato i benefici sull'attività cerebrale dei pazienti prima e dopo una sessione di lavoro a maglia di venti minuti



Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

iostampa@gomitolorosa.org



Lanaterapia per riabilitare i Pazienti e renderli più attenti e coinvolti nelle decisioni sulla salute

La scienza lo conferma: "l'attività di knitting (lavoro a maglia e all'uncinetto) fa bene al cervello e alla mente"



19 nov 2023

ROMA - Si dice che Albert Einstein si impegnasse in questa attività tra un progetto e l'altro per "calmare la sua mente e chiarirsi le idee". Chi l'ha già provato sa che lavorare a maglia fa bene alla salute e genera uno stato di profondo benessere. Oggi anche la scienza lo conferma: "l'attività di knitting (lavoro a maglia e all'uncinetto) fa bene al cervello e alla mente, ferma i pensieri intrusivi, aumenta il livello di attenzione verso un'attività specifica: nel caso delle pazienti oncologiche, le rende più concentrate, consapevoli e informate durante il colloquio con gli oncologi, nel momento in cui è necessario prendere decisioni cruciali riguardo alla propria cura e fare scelte dirimenti che incidono sulla propria salute".

Sabina Pignataro
Ufficio Stampa

ufficiostampa@gomitolorosa.org



gomitolrosa

SOLIDARIETA', BENESSERE, ATTENZIONE ALL'AMBIENTE