

In questo numero:

- Pag. 2 - FESTA DELLA BEFANA 2012  
LA PROMOZIONE VIDEO DELL'ASSOCIAZIONE ACISTOM
- Pag. 3 - CORSO (EX BORGO) CAVOUR
- Pag. 4 - COLORI E SAPORI DI STAGIONE IN TAVOLA
- Pag. 5 - TUTTE LE ASTUZIE DI UNA SPESA INTELLIGENTE  
RUBRICA DELLA SALUTE: PROPRIETÀ DEGLI ALIMENTI  
IL PIACERE PER RIMANERE IN FORMA
- Pag. 6 - TOSSE: ATTENZIONE AL RIFLUSSO ESOFAGEO  
UN'EQUIPE DELL'IRCC GUIDA LO STUDIO SUL CANCRO AL COLON  
L'IMPORTANZA DI CONTROLLARE LA PRESSIONE ARTERIOSA
- Pag. 7 - GREAT COMEBACKS: E LA VITA CONTINUA - EDIZIONE 2011  
LA POSTA DEI NOSTRI LETTORI
- Pag. 8 - PROSSIME USCITE  
AVVISI



Notiziario trimestrale A.C.I.STOM. • Iscrizione Tribunale di Forlì n. 20/98 del 13 Ott. 1998.

Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 - art. 1, comma 2, DCB Forlì.

Direttore Responsabile LIBERO EVANGELISTA • Stampa SIXPRINT s.n.c. - Via Venezia, 120 - CESENA - Tel. 0547.610555

Redazione: Via Serraglio, 18 - CESENA - Tel. 349.8845880 - E-mail: acistom@stomizzati-emilia-romagna.it - www.stomizzati-emilia-romagna.it



2011  
Anno europeo del  
volontariato

In occasione dell'**Anno Europeo del Volontariato**  
l'Ufficio di Presidenza dell'Assemblea legislativa  
della Regione Emilia-Romagna

Conferisce all'Associazione

**ACI STOM**

Associazione Cesenate Incontinenti e Stomatizzati - Cesena

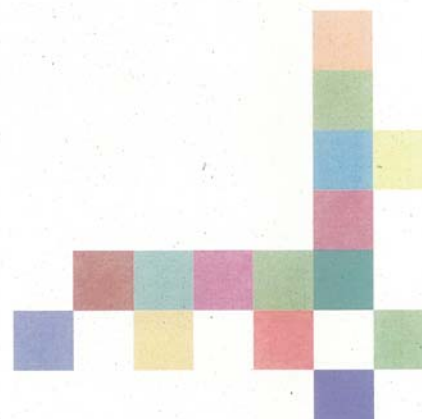
**ATTESTATO DI MERITO**

per l'insostituibile attività svolta al servizio della società regionale

**Matteo Richetti**  
Presidente dell'Assemblea legislativa  
Regione Emilia-Romagna



European Year of Volunteering 2011



# FESTA DELLA BEFANA 2012

Il 6 gennaio 2012, a cominciare dalle 14.30, presso la Sala del Circolo Hobby 3° età di Cesena, si è tenuta quella che da tanti anni, per Acistom, è ormai una tradizione: la festa della Befana. La giornata, per altro, nata come festa del tesseraamento, è stata l'occasione per rinnovare la propria adesione all'Acistom, contribuendo così alla crescita di un'associazione che da tanti anni è sempre in prima linea nella lotta contro il tumore e la promozione di stili di vita contro il diffondersi della malattia.

Il pomeriggio si è aperto col saluto delle autorità: il sindaco **Paolo Lucchi** ha fatto gli auguri per il nuovo anno, ringraziando i volontari per il loro impegno e la loro partecipazione: "Abbiamo appena chiuso un anno molto difficile ma ce ne aspettiamo un altro altrettanto duro; è in momenti come questo che la presenza dei volontari, sul territorio, può aiutare le amministrazioni pubbliche a migliorare la società civile, cercando di fare leva sui sentimenti di solidarietà e di altruismo". Anche l'Assessore al benessere dei cittadini, **Simona Benedetti**, ha riconosciuto l'importanza del volontariato e ha ribadito l'impegno dell'amministrazione a voler mantenere inalterate, anche per il 2012, le spese per il sociale, malgrado i tagli governativi e le ristrettezze.

La sala, gremita di pubblico, ha visto alternarsi sul palco Graziano e la sua musica, il presentatore e intrattenitore Giorgio Casadei e il Gruppo dei Pasquaroli di Ponte Abbadesse.

Ha partecipato anche il Presidente del Coordinamento del volontariato di Cesena, **Renzo Ronconi**, mentre la **Presidente dell'Acistom Giordana Giulianini**, vera anima dell'iniziativa,

ha ricordato l'importanza e il ruolo sociale di un'associazione che opera sul territorio da moltissimi anni e raccoglie circa 350 associati e un centinaio di volontari attivi: a loro ha espresso il suo ringraziamento per la riuscita dell'iniziativa, in particolare per l'impegno profuso nella prevendita dei biglietti della lotteria, che ha permesso di raccogliere circa 11.000 euro che serviranno, come è il carattere dell'Associazione, all'acquisto di innovative strumentazioni per l'Ospedale Maurizio Bufalini di Cesena (reparto di Urologia).

A questi si aggiungeranno anche i 2.000 euro ricavati dalla vendita degli oggetti confezionati dai volontari e venduti in occasione dei banchetti che l'associazione ha portato sul territorio durante tutto il mese di dicembre, con lo scopo anche di far conoscere tutte le attività dell'Acistom.

La Presidente ha infine espresso un sentito ringraziamento ai tantissimi sponsor che con la loro generosità hanno arricchito la lotteria di numerosissimi premi che sono stati estratti a fine pomeriggio.



## La promozione video dell'associazione ACISTOM

*L'associazione ACISTOM, per far conoscere ad un pubblico più vasto le proprie iniziative, ha creato una serie di video che sono stati proiettati in diversi ambiti.*

*La prima proiezione è avvenuta in occasione della serata del Volontariato all'ippodromo di Cesena da Teleromagna il 13 agosto.*

*Successivamente, da ottobre, la proiezione*

*è avvenuta nei monitor dell'Ausl di Cesena.*

*Attualmente, dalla metà di gennaio 2012 fino alla primavera, la proiezione avviene in quasi tutte le farmacie (14 su 16) del territorio dell'Ausl di Cesena dotate della Videocomunicazione Corofar. Potrete visionare il video presso la Farmacia Betti di Montiano, la Farmacia Lunghi di Borello, la Farmacia Bracciaroli di Mercato Saraceno,*

*le farmacie Buda, Camagni, Lanzoni, Santini e Montemaggi di Cesena, la Farmacia Domeniconi di San Carlo, la Farmacia Faedi di Cesenatico, la Farmacia Macerone di Macerone, la Farmacia Camagni Lanzoni di San Piero in Bagno, la Farmacia Sant'Angelo di Gatteo e la Farmacia Pianori di Sarsina. A queste si aggiunge la Farmacia Argenta di Cesena con proiezione autonoma.*

*Vogliamo sentitamente ringraziare le farmacie che hanno gentilmente accolto la richiesta di far conoscere ad un maggior*

*numero di persone i servizi che l'associazione offre al territorio e vogliamo in particolare ringraziare il Presidente di Federfarma Forlì-Cesena dott. Stefano Pianori e il Presidente di Corofar dott. Pier Luigi Zuccari che si sono resi disponibili a promuovere la nostra iniziativa.*

*Il video promozionale completo di ACISTOM è anche visibile su Youtube all'indirizzo <http://www.youtube.com/watch?v=k734WYAXYQ&feature=share> linkato su [www.stomizzati-emilia-romagna.it](http://www.stomizzati-emilia-romagna.it).*

## **CORSO (ex borgo) CAVOUR**

Risale al 1860 la bonifica e l'urbanizzazione dell'allora via Cervese. L'apertura della stazione prima e dell'ospedale poi la resero importante per il collegamento alla città. Subito dopo il 1860 s'iniziarono a costruire, numerosi, i fabbricati ai lati dell'allora via Cervese, un tempo anche conosciuta come "Via del sale" e che iniziava, nel tratto attuale, dalla omonima Porta e si dirigeva verso il mare. Due le ragioni che determinarono cioè: la costruzione della linea ferroviaria e l'abbattimento del Borgo Chiesanuova. A causa dell'abbattimento del Borgo, pur proseguendo per vari lustri, servivano abitazioni per oltre 610 residenti e locali per circa 50 botteghe. Si era nel 1860 quando Farini, Dittatore dell'Emilia, decretò la demolizione del Borgo, che era posizionato nell'attuale Viale Mazzoni ed era appoggiato al monte della Rocca. Con questa demolizione dichiarata da Farini, "opera urgente e di pubblica utilità", si andavano ad abbattere numerosi edifici fatiscenti, ma si andava anche ad allargare la Via Nazionale Emilia, che in quel tratto era chiamata "Via Chiesa Nuova". Per dare un'idea del problema, l'allora Via Emilia era nella sua larghezza e percorso, quel tratto di acciottolato dell'attuale Viale Mazzoni. In una veduta di Cesena, eseguita dal Sassi nel 1776, la Via Cervese è interamente circondata dai campi. E nel 1860, anche nella nostra via qualche fabbricato nel frattempo era stato costruito, si passava ancora, in pochi metri, dalla città alla campagna. Nel nostro Consiglio Comunale, avvicinandosi il momento della demolizione del Borgo, si ventilarono numerose proposte sul dove trasferire chi li viveva. Nel 1861 un propugnatore della Via Cervese fu il Consigliere Nori, che mentre si costruiva la Stazione Ferroviaria, intuiva l'importanza futura di questa strada, poichè disse che "con le Ferrovie andavasi a formare grandi centri nelle città principali".

Dobbiamo infatti considerare che con il passaggio dei treni, calava notevolmente quel traffico di veicoli trainati da animali, che attraversava la nostra città. E la Via Cervese era in posizione strategica, perchè collegando la Stazione alla città, avrebbe goduto di un passaggio diversamente non possibile. Ai proprietari delle case del "Chiesa Nuova", il Comune oltre a pagare gli immobili, offrì gratuitamente anche il terreno nella Via Cervese, ove costruire i nuovi fabbricati e mattoni e quant'altro recuperabile dalla demolizione, andava poi riutilizzato nelle nuove costruzioni. Nel 1898, nel nostro teatro comunale, si tenne una lotteria di beneficenza e tra i premi esposti vi era un quadro umoristico raffigurante un somaro che trainava un carretto carico di case. Inizialmente, per godere della gratuità dell'area edificabile, c'era l'obbligo di costruire case solo di due piani ed in seguito, in altro punto della via, divennero tre i piani che uno doveva elevare e questa caratteristica, la si può ancora notare in varie case del Corso Cavour. Nel febbraio 1864 vennero poste due targhe: la vecchia Porta era divenuta Barriera Cavour e la Via Cervese, Borgo Cavour, ricordando l'importante uomo risorgimentale morto nel 1861. Nel Corso Cavour trovarono agevole sistemazione soprattutto le attività commerciali ed artigianali. Anche quelle numerose che mal si conciliavano con una zona residenziale e furono attive all'epoca varie osterie per il ristoro di chi era di passaggio e di chi nella via lavorava o risiedeva. Dall'anno 1861, inizio di questa urbanizzazione, nella via era stato chiuso il fosso laterale si erano costruiti i marciapiedi e già nel 1864 erano in funzione sei fanali per la luce notturna. Borgo Cavour è "la località più notevole e più movimentata della città, perchè è quella dove sorge la Stazione Ferroviaria" scrisse nel



1905 l'ingegner Bertoni, nella sua perizia giurata, proponendola come luogo ove costruire il nuovo Ospedale. Il danaro necessario era pervenuto alla Congregazione di Carità, da un benefattore, Achille Montani, che nel suo testamento, vincolava il lascito alla costruzione di un ospedale. La Congregazione acquistò i terreni in un angolo con la Ferrovia e Corso Cavour, la costruzione iniziò nel giugno del 1908 e terminò esattamente tre anni dopo. Nel mese di luglio vennero trasferiti i ricoverati dal vecchio ospedale del SS Crocefisso che dal 1811 era nei locali del Convento di San Domenico. Il nosocomio sorto nel 1911, sarà poi trasferito nel 1962 in Via Fiorenzuola ai piedi della collina del Monte. Infine in una delle prime case di corso Cavour,

vicino alla Barriera, è stata posta una lapide che ricorda lì essere nato Carlo Baronio, nobile figura di prete.

**Lelio Burgini**

da "Il Resto del Carlino" 10/09/2011



**RUBRICA**



**“TERRA E SAPORI”**



## COLORI E SAPORI DI STAGIONE IN TAVOLA

La qualità e soprattutto il sapore di ciò che portiamo sulle nostre tavole sono strettamente legati alla stagionalità ed alla loro provenienza geografica.

Acquistare frutta e verdura di stagione è sinonimo di alimenti freschi e ricchi di sostanze nutritive, ma anche di una spesa minore, dal momento che quelli fuori stagione, quando sono

importati, richiedono particolari tecniche di conservazione.

Non dimentichiamo che consumare prodotti di stagione significa ridurre di un terzo il rischio di patologie metaboliche e cardiovascolari, ma anche dei mali di stagione grazie al fatto che aumentano le difese immunitarie.

Da "Il boom Cesena" 30.11.2011

### FILETTI DI ORATA AGLI AROMI

**Ingredienti (per 4 persone):**

- Filetti di orata g. 600
- Porri 1
- Cipolline 12
- Pomodori a ciliegia 12
- Capperi sott'aceto 1 cucchiaio
- Vino bianco 4 cucchiaini
- Olio d'oliva extra vergine 4 cucchiaini
- Timo
- Sale

**PREPARAZIONE (45' circa):**

Mondare il porro e tagliarlo a julienne. Dividere in 4 le cipolline ed in 4 spicchi i pomodorini a ciliegia. Scaldare un cucchiaio d'olio in una padella antiaderente e rosolare porro e cipolline, leggermente salati, per 8/10', a pentola coperta e fiamma bassa. Preparare quattro pezzi di carta da forno o fogli di alluminio abbastanza grandi da contenere i filetti d'orata, mettere al centro di ognuno qualche cucchiaino di cipolle e porri stufati, e disporvi sopra un filetto. Cospargere con i capperi, lavati dall'aceto e tritati, il timo, un filo d'olio ed il vino bianco. Unire i pomodorini a spicchi e sale quanto basta. Sigillare i cartocci ed infornarli a 200° per 15 minuti. Farli riposare un paio di minuti prima di servirli.



# TUTTE LE ASTUZIE DI UNA SPESA INTELLIGENTE

*Risparmiare facendo la spesa è possibile: tutto quel che serve sono dei piccoli e semplici accorgimenti per non cadere nella tentazione di farsi prendere dallo shopping compulsivo anche al supermercato.*

*La regola d'oro è preparare una lista dettagliata di quello che manca in dispensa e impegnarsi a rispettarla, cercando di non comprare prodotti che non siano necessari. Un altro segreto è andare al supermercato a stomaco pieno: secondo gli esperti, essere sazi*

*evita di acquistare più di ciò di cui abbiamo effettivamente bisogno.*

*È importante anche verificare le offerte promozionali magari procurandosi un depliant dei prodotti in offerta. Una spesa intelligente prevede anche di acquistare ricariche di detersivi o saponi liquidi che durano sicuramente di più.*

*Un risparmio del 10-15% è legato inoltre al consumo di prodotti meno famosi e pubblicizzati, solitamente sistemati sulla parte più bassa degli scaffali, ma pur sempre di buona qualità.*

## RUBRICA DELLA SALUTE: PROPRIETÀ DEGLI ALIMENTI

**Carciofo:** pianta resistente ed a maturazione lunga il carciofo in pieno inverno è più tenero e ricco di quelle sostanze che ne facilitano l'ampio uso nella medicina generale, dove è impiegata soprattutto contro la patologia del fegato. Valori nutrizionali rilevanti: potassio, sodio, calcio, acqua fosforo, magnesio, energia.

**Asparago:** proprietà diuretiche ed efficace contro gotta, calcoli renali, reumatismi ed idropisia.

Valori nutrizionali rilevanti: acqua, energia, fosforo, calcio.

**Arancia:** valori nutrizionali: potassio, fosforo, acqua, energia.

## IL PIACERE PER RIMANERE IN FORMA

### ANTICANCRO E SALVA CUORE – IL SESSO È LA MEDICINA MENO AMARA

*Una serie di studi incrociati dimostra che il benessere fisico nasce fra le lenzuola.*

*Funziona per il sonno, l'umore, l'invecchiamento, il battito cardiaco, la tonicità muscolare, la pelle.*

#### CUORE

*L'attività sessuale è un toccasana anche per la salute del cuore: il sesso, infatti, è in grado di aumentare le frequenze cardiache quasi quanto salire due rampe di scale.*

#### TENSIONE

*È la corsa degli ormoni quella davvero in grado di migliorare l'umore. Oltretutto favorisce sentimenti di vicinanza ed aiuta a gestire le emozioni negative come lo stress (che tiene a bada per giorni e giorni).*

#### SONNO

*Fare sesso scatena nell'organismo sostanze utili per lo stato psicofisico che portano una*

*sensazione d'appagamento, di sazietà ed inducono anche il sonno, soprattutto negli uomini.*

#### LONGEVITÀ

*Un'intensa attività sessuale prolunga la vita degli uomini; ma anche le donne vivono più a lungo se sessualmente soddisfatte.*

#### CALORIE

*Il sesso serve anche per il peso. Infatti, oltre a dare una sensazione di sazietà, fa anche bruciare circa cinque calorie al minuto. Cioè, per bruciare la stessa quantità di calorie, che si bruciano durante un incontro sessuale, ci vorrebbero circa 12 ore di tempo. Così, allo stesso modo, si perderebbe mezzo chilo.*

Da Il Giornale - 5 Maggio 2011

# TOSSE: ATTENZIONE AL RIFLUSSO ESOFAGEO

La tosse è la terza causa che induce il paziente a consultare il medico, dopo il mal di denti e la cefalea. Il gocciolamento retronasale, il reflusso gastroesofageo e l'asma rappresentano oltre l'80% di tutte le cause di tosse nell'adulto:

Una secrezione mucopurulenta può orientare verso una malattia con interessamento retro-nasale. Sibili e fatica a respirare possono orientare verso una diagnosi di asma bronchiale.

Se vi sono bruciori di stomaco, rigurgiti, sapore acido o amaro in bocca si può pensare ad un reflusso gastroesofagico; ancorchè numerosi pazienti sono asintomatici, nel 70-80% la tosse secca rappresenta l'unico sintomo.

È una tosse, quest'ultima, favorita dalla posizione supina ed apparentemente più frequente di notte anche se poi si evidenzia maggiormente durante le ore del giorno.

Per la diagnosi e la terapia specifica consultare il medico di famiglia.

**NUNZIO BORELLI**

**Medico di medicina generale - pneumologo**

Da "Il Giorno - La Nazione

Il Resto del Carlino QN" - 23 Maggio 2011

## UN'EQUIPE DELL'IRCC GUIDA LO STUDIO SUL CANCRO AL COLON

L'Istituto anti-tumori di Candiolo è capofila in Europa di un ambizioso progetto di ricerca COLTHERES contro il cancro al colon, che rappresenta oggi nei paesi occidentali il terzo tumore maligno per incidenza e mortalità, dopo quello della mammella nella donna e quello del polmone nell'uomo. Abbastanza raro prima dei 40 anni, è sempre più frequente dai 60, fino a raggiungere il picco massimo verso gli 80, colpendo in misura uguali, uomini e donne. Al progetto COLTHERES partecipano dieci gruppi europei di Italia, Spagna, Inghilterra, Belgio, Svizzera ed Olanda con oncologi, medici, patologi, ricercatori di base e due aziende biotecnologiche, nei laboratori dell'equipe del prof. Bardelli.

Il progetto studia il ruolo delle mutazioni genetiche nella risposta alle terapie a bersaglio molecolare nei tumori del colon per poter adottare nuove procedure diagnostiche e sviluppare terapie personalizzate.

**MARCO ACCOSSATO**

Da "LA STAMPA" - 31 Maggio 2011

## L'IMPORTANZA DI CONTROLLARE LA PRESSIONE ARTERIOSA

Ad ogni battito cardiaco il sangue viene messo in circolo ad una certa VELOCITÀ e PRESSIONE.

La pressione arteriosa fornisce utili indicazioni sullo stato del cuore e dei vasi sanguigni. Più i vasi sono ristretti e poco elastici più la pressione arteriosa si alza.

Con l'arteriosclerosi i vasi restringendosi e irrigidendosi ostacolano il flusso del sangue e la pressione si alza. Anche l'età ha la sua influenza perchè i vasi perdono l'elasticità. Nei giovani, 20/30 anni, la pressione ha come valori di 120/80 max. Verso i 60 anni la pressione può salire a 160/90 max.

Ciò premesso, risulta utile controllare periodicamente la pressione arteriosa onde evitare danni organici alle arterie, cuore, reni e cervello. Le persone ipertese in modo particolare devono tenere sotto controllo la P. Asa.

Presso la sede A.C.I.STOM., tutti i mercoledì, viene misurata gratuitamente la P. Asa.

Nel grafico, alcuni dati sulla quantità e frequenza dei controlli della pressione arteriosa eseguiti presso la nostra sede nel 2011.

MESE	PRES. N°	MIS. N°
GEN.	65	46
FEB.	55	36
MAR.	84	63
APR.	71	53
MAG.	58	37
GIU.	101	65
LUG.	44	32
AGO.	-	-
SETT.	77	48
OTT.	66	28
NOV.	67	44
DIC.	69	50
TOT.	757	502



# Great Comebacks: e la vita continua - edizione 2011

È stata celebrata a Montesilvano lo scorso 14 ottobre la X edizione di Great Comebacks.

I vincitori sono stati Sabrina Nigi, Donatella Brevini, Giovanni Viganego e Stefano Rossi, accompagnati dalle loro stomaterapiste Vita Calandrino, Lina Casoni, Lucia Mensi e Giovanna Tani. Le storie dei vincitori sono pubblicate sul sito Italiano di Great Comebacks (pagina [http://www.greatcomebacks.com/it/stories/community\\_main.shtml](http://www.greatcomebacks.com/it/stories/community_main.shtml), dove troverà i singoli vincitori).

La serata è stata presentata dal Professor Michele Mirabella, che dieci anni fa condusse la prima edizione. Sul palco con lui, oltre ai vincitori, si sono avvicendati Giuseppe Sciacca, Presidente F.A.I.S., Gabriele Rastelli, Presidente AIOSS, Gianna De Chiara e Antonio La Regina, rispettivamente Sales Director e Presidente e Amministratore delegato di ConvaTec Italia. ACISTOM, aveva inviato come ogni anno due storie al concorso, Arnaldo e Anna. Pubblichiamo la storia di Anna che vuole condividere con altri stomizzati la sua esperienza.

*Mi chiamo Anna, ho 56 anni e sono stomizzata da tre anni. Ho una colostomia Miles esito di un tumore al retto basso. La mia storia di sofferenza inizia però molto tempo fa, il 10 febbraio 1996, quando mio figlio Alessandro, a 4 giorni dal suo diciottesimo compleanno, tornando a casa da una cena di scuola è morto in un incidente d'auto. Quindici giorni prima si compiaceva di essere finalmente arrivato all'età della patente, del voto, e anche della scelta di donare gli organi alla morte, poteva sapere che era così vicina? Era un ragazzo adorabile, generoso, intelligente che si stava preparando alla vita, e invece il suo percorso è terminato così presto. Alla notizia della sua morte io non sono riuscita a crederlo, non ho sentito più niente, non ho capito più niente, volevo che qualcuno mi aiutasse, ma nessuno era in grado di farlo. Avevo 40 anni e dopo pochi mesi sono andata in menopausa, il mio corpo si era dilaniato, un dottore mi ha detto che mi ero "mangiata" l'utero, l'organo che aveva creato Alessandro, che era una parte di me che ancora sento mancare. Ma avevo un altro figlio, Andrea, 3 anni più piccolo, e mio marito Nazario, e per loro ho*

*cercato una via di uscita e l'ho trovata nella fede. Io amo la Madonna più di me stessa e penso che le persone che stanno per andare o sono in cielo lascino tanti segnali. Mi piace pensare che Alessandro mi sta vicino e cerca di farmi sentire la sua presenza. Un'amica ha fatto due quadri ritratti di Andrea. Uno rappresenta Andrea su un arcobaleno, non è nato subito, la parte in basso era vuota, mancava qualcosa, poi la pittrice ha avuto l'ispirazione dell'arcobaleno e me lo ha portato finito: pochi giorni dopo ovunque sono comparse le bandiere arcobaleno della Pace, il suo ideale più grande. Io ho tanto bisogno di parlare di mio figlio, e ho le antenne per i libri, le esperienze i racconti di madri che hanno perso un figlio. Anche come stomizzata ho bisogno di confrontarmi, per cercare e dare aiuto, per questo ho contattato la dott.ssa Laura Briganti e Giordana Giulianini dell'ACISTOM (Associazione Cesenate Incontinenti e Stomizzati) e ho cercato altri stomizzati che mi potessero capire. Una malattia così grave così giovane probabilmente non a caso ha seguito tanta sofferenza, ma quando mio figlio Andrea mi ha detto "Non mi lasciare anche tu" ho trovato la forza per affrontare l'operazione, la radioterapia che mi ha devastato e ora questa condizione. Non riesco a fare l'irrigazione e mi sono dovuta abituare a un intestino che fa quello che vuole.*

*Ma ora Andrea mi ha dato un nipotino: Tommaso, che ha 15 mesi e la vita continua.....*

*Alessandro è sempre con noi, la nostra casa è piena di ricordi e amiamo parlarne, la nostra camera è diventata la camera del piccolo Tommaso e io spero che la mia storia aiuti altre donne che hanno vissuto una tale croce. Voglio inoltre ringraziare il dott. Carrai che mi ha operato e le stomaterapiste che mi hanno aiutato: Francesca e Amanda. La stomia è una condizione di cui è molto difficile parlare e alcuni preferiscono tenerla per sé perché si vergognano. Ma se il Signore ci ha dato questa croce dobbiamo viverla ed accettarla anche se non è facile. Il dolore va condiviso, non chiudetevi nel dolore ma incontrate chi soffre come voi e può darvi speranza, amore e amicizia.*

**Anna**



La socia Piera Sintucci ci ha inviato questa sua composizione:

## IL MONDO GIRA

Oh! Tutto girava intorno a noi. Ti giravi e girava, rigirava, cosa girava?

Al mattino l'orologio era il primo a girare, lo seguivano i tuoi occhi e con esso il nostro corpo, se ne andava per la casa a girare.

Guai a uscire dall'uscio, perchè allora era il mondo che girava, quel povero mondo girava all'interno degli uomini, i quali gli giravano attorno, con tutto quello che avevano inventato. Erano tante le cose che giravano attorno al mondo, non basterebbe il girare dei giorni, per elencare tutte le orribili cose che girano; e pensare che sono state inventate per aiutarci a vivere meglio.

Tanto pensare e intelletto c'è voluto nel girare dei giorni, per arrivare a questo matto giro.

Un giro che ti arriva alla testa e la testa ti gira, i pensieri girano, continuando a girare con gli anni che passano veloci. La vita rosea se ne va grigia, lasciando questo mondo che gira sempre più scuro. Oh nero!

# PROSSIME USCITE



**Domenica 1 Aprile** – Pranzo sociale a Reggio E. e visita delle colline reggiane.

**Domenica 15 Aprile** – Pranzo sociale a Rimini e visita della Valmarecchia.

**Dal 28 Aprile al 1° Maggio** – Viaggio nella costiera Amalfitana.

**Domenica 13 Maggio** – Uscita pomeridiana a Bertinoro. Merenda presso sala Hobby 3<sup>a</sup> Età.

**Sabato 26 e domenica 27 Maggio** – Visita a Pavia e Milano.



**AVVISI:** 1) **Sabato 14 Aprile**, alle ore 14,30, si terrà l'Assemblea Generale dei Soci presso il Centro Sociale Hobby 3<sup>a</sup> Età, in Via Gramsci (zona Ippodromo).

2) L'estrazione della lotteria del Volontariato avverrà Venerdì 20 Aprile alle ore 15,00 presso la sede Assipro. Centro Servizi per il Volontariato, in Via Serraglio 18 – Cesena.

3) Per motivi organizzativi l'uscita di Dicembre 7/8/9 2012 verrà effettuata a Bressanone-Merano-Innsbruck.

4) È iniziato il corso di AUTO MUTUO AIUTO, organizzato in rete con A.C.I.STOM., A.R.R.T. e A.MI.CI. e sponsorizzato da ASS.I.PRO.V. I volontari delle associazioni sono invitati a partecipare.

## USCITA CULTURALE:

Martedì 20 Marzo p.v. si effettuerà la visita guidata al Museo d'Arte della città di Ravenna per la mostra "MISERIA E SPLENDORE DELLA CARNE". Tesori e la grande pittura europea con Caravaggio, Courbet, Giacometti, Bacon... Raduno al Piazzale Ippodromo alle ore 14,30.



## ASSISTENZA INFERMIERISTICA

Ricordiamo che la nostra Associazione mette a disposizione gratuitamente, a chi ne fa richiesta, una infermiera volontaria a domicilio per prestazioni sanitarie relative alla stomia. Per prenotarla è sufficiente telefonare al n° 349/8845880

## AGEVOLAZIONI FISCALI

Ricordiamo che tutte le offerte a beneficio delle ONLUS sono detraibili IRPEF, purchè siano effettuate a mezzo conto corrente postale o bancario con la causale scritta: "Versamento a sostegno delle attività dell'Associazione A.C.I.STOM." presso:

- C/C Postale n° 19208578 A.C.I.STOM. - via Serraglio, 18 - 47521 Cesena
- C/C Bancario n° 50673 BANCA DI CESENA CREDITO COOPERATIVO - viale Bovio, 80 - 47521 Cesena
- C/C Bancario n° 31236 CASSA DI RISPARMIO DI CESENA - SEDE CENTRALE - C.so Garibaldi, 18 - 47521 Cesena
- C/C Bancario n° 90031 BANCA ROMAGNA COOPERATIVA - via Mad. del Fuoco, 260 - Case Castagnoli di Cesena

**Ogni variazione o cancellazione dei nominativi di chi riceve questo notiziario, si prega vivamente di comunicarla al n° 3498845880.**

**Iscriviti o rinnova la tua tessera: il nostro impegno cresce grazie al tuo contributo. Insieme avremo più voce; è sufficiente versare euro 21,00.**

**Il 1° socio 2012 è: PAOLA MONTALTI**



## 5 PER MILLE

Destina il 5‰ all'Acistom di Cesena, nella prossima dichiarazione dei redditi, per aiutarla a crescere e a realizzare i propri progetti a sostegno delle persone con problematiche di solitudine e di isolamento e all'acquisto di innovative strumentazioni all'ospedale Maurizio Bufalini di Cesena.

Ricordiamo che il codice fiscale di Acistom è **90033980401**. Per informazioni tel. 349/8845880 e-mail [acistom@stomizzati-emilia-romagna.it](mailto:acistom@stomizzati-emilia-romagna.it) [www.stomizzati-emilia-romagna.it](http://www.stomizzati-emilia-romagna.it)

*L'A.C.I.STOM si sostiene con varie iniziative condotte dai soci volontari per finanziare progetti socio-sanitari nel territorio. Fra queste sono inclusi i funerali, in cui è richiesta la nostra presenza per raccogliere offerte in memoria della persona defunta, devolute per la prevenzione e la ricerca.*

*Il cellulare dell'associazione (349/8845880) è a disposizione per segnalare eventuali possibili richieste.*



L'Associazione porge i più sentiti auguri a tutti i Soci e loro familiari per una felice e serena Pasqua.

