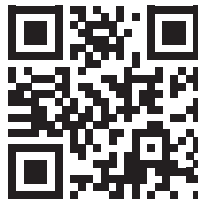


In questo numero:

- Pag. 1 - CONVEGNO 15 ANNI DI FAIS - Bologna, 27 Maggio 2017
- Pag. 2 - ON LINE il progetto FAIS #unsaccodaraccontare
- Pag. 3 - FAIS - intervista a Repubblica.it per la campagna #unsaccodaraccontare
MOVIMENTO E BENESSERE
ASSEMBLEA GENERALE A.C.I.STOM 2017
Approvati il Bilancio 2016 ed il Preventivo 2017
- Pag. 4 - PROSSIME USCITE
- Pag. 5 - APPUNTAMENTI GIORNALIERI
- Pag. 6 - PRANZI SOCIALI CON GLI AMICI DI A.R.E.STOM E DI A.R.I.STOM
Le visite a Castelvetro di Modena ed a Santarcangelo di Romagna
Uscita pomeridiana a Cesenatico con merenda offerta da A.C.I.STOM
- Pag. 7 - GIORNATA DI EDUCAZIONE ALLA LEGALITÀ ED ALLA SOLIDARIETÀ
VERONA E IL PARCO GIARDINO SIGURTÀ
"TERRA E SAPORI"
- Pag. 8 - RITIRO DEL CONTRIBUTO ACQUA PER STOMIZZATI, ANNO 2017
AVVISI E COMUNICAZIONI



Notiziario trimestrale A.C.I.STOM. • Iscrizione Tribunale di Forlì n. 20/98 del 13 Ottobre 1998.
Poste Italiane s.p.a. - Sped. in Abbonam. Postale - D.L. 353/2003 - art. 1, comma 2, DCB Forlì.
Direttore Responsabile LIBERO EVANGELISTA.
Stampa DOTPRINT - Via Venezia, 120 - Cesena - Tel. 0547.610555
Redazione: Via Serraglio, 18 - CESENA - Tel. 349.8845880
E-mail: info@acistom.it - www.acistom.it



CONVEGNO 15 ANNI DI FAIS

- Bologna, 27 Maggio 2017 -

Nella graziosa cornice del Cinema Teatro Galliera di Bologna, a fianco della bellissima Basilica del Sacro Cuore, si è svolto sabato 27 maggio il Convegno "15 anni di FAIS", cui **ACISTOM** ha partecipato con una propria delegazione di soci e rappresentanti.

Attraverso 3 tavole rotonde, dove rappresentanti delle associazioni di tutta Italia si sono potuti confrontare, sono stati affrontati temi importantissimi per il volontariato che si occupa di stomizzati: diritti, bisogni, partecipazione e comunicazione.

Ad aprire i lavori la Presidente FAIS Marina Perrotta e la Senatrice Maria Cecilia Guerra, prima firmataria del Disegno di Legge sulle disposizioni in favore dei soggetti incontinenti e stomizzati n° 2101 del 16/10/2015, scritto insieme alla FAIS, e della mozione 1-00614 su incontinenti e stomizzati approvata in Senato il 16 maggio 2017. Il secondo intervento è stato di Fernando Vitale, testimone di 15 anni F.A.I.S. come primo Presidente ed attualmente Presidente Onorario.

La prima tavola rotonda, moderata da Roberto Aloesio (consigliere e responsabile scientifico FAIS), intitolata **STOMADREAM – Manifesto etico: un patto tra pazienti e il mondo delle professioni sanitarie**, era divisa in 4 parti: Rispetto della dignità della persona / Contrasto alla discriminazione / Attenzione ai bisogni reciproci / Innovazione e etica, linee parallele verso il miglioramento. Attraverso le testimonianze di medici, stomaterapisti e stomizzati si è illustrato il percorso dello stomizzato dallo shock iniziale dell'intervento, alla ripresa ed alla riconquista della propria vita, sottolineando l'importanza dell'assistenza ricevuta dagli operatori sanitari e dalle associazioni, che non è omogenea in tutta Italia. Succede ancora, che lo stomizzato esca dall'ospedale senza aver ricevuto adeguate informa-



zioni sulla gestione della stomia. Non tutti gli ospedali hanno Ambulatori per gli stomizzati con stomaterapisti dedicati e quando si trova il Centro di Riferimento, c'è ancora bisogno di molto tempo per accettare la propria condizione ed imparare a gestirla, fino ad arrivare a considerarla non un problema ma una soluzione. Il dott. Pezcoller ha inoltre illustrato la **situazione internazionale** – dove ancora ci sono tante realtà senza la possibilità di avere le sacche per stomia o operatori formati per il loro utilizzo – e le iniziative organizzate con FAIS per portare sacche o corsi di formazione dove servono. Partendo dalla **Carta dei Diritti dello Stomizzato**, che nel 2016 ha compiuto 40 anni, la tavola rotonda è stata l'occasione per gettare le basi di un manifesto etico sulla stomia: "Associazioni e operatori devono lavorare insieme per migliorare la consapevolezza sulla condizione, per



prendere coscienza, entrambi, dei diritti e dei doveri dello stomizzato” afferma Pier Raffaele Spena, segretario di FAIS.

Abbiamo poi potuto vedere, in anteprima, la stupenda campagna di sensibilizzazione dall'inequivocabile (e intelligentemente ironico) titolo **#UNSACCODARACCONTARE**.

Dopo una piacevole pausa pranzo sotto i portici del complesso parrocchiale, sono continuati i lavori con la seconda tavola rotonda **Il rapporto fra la FAIS e le Associazioni Locali e Regionali** (moderatore Marina Perrotta) che ha trattato le seguenti tematiche: Perché associarsi? / Difficoltà organizzative / Come comunicare / Come strutturare la comunicazione. Rappresentanti delle associazioni di tutta Italia – stomaterapisti e psicologi, stomizzati e volontari – hanno raccontato le loro esperienze associative, l'importanza di riunirsi (agevolato se coordinato negli ambulatori), della solidarietà, dei gruppi di auto-mutuo aiuto dove i ‘vecchi’ stomizzati aiutano i nuovi, la formazione dei volontari – il motore delle associazioni – e dei professionisti, la promozione della prevenzione e le difficoltà organizzative incontrate. Hanno trasmesso la loro passione per supportare, lottare e difendere i diritti degli stomizzati. FAIS ed Associazioni Regionali sono i

referenti a livello nazionale e con gli enti regionali ed a supporto delle associazioni territoriali, provinciali o locali.

Infine, **Stomie e dintorni l'importanza di fare “rete” e condividere il sapere**, la tavola rotonda dei Giovani FAIS (moderatori Pier Raffaele Spena e Clara Salazar) sui temi: Perché “fare rete” / Comunicare ai tempi dei social media / La formazione come valore aggiunto all'attività del volontariato. “L'unione fa la forza” e per questo è necessario conoscersi: utilizzare i social media per presentarsi (siti internet) ed i social network per confrontarsi con stomizzati e professionisti, per non sentirsi soli o abbandonati. Facendo rete si possono ottimizzare le risorse senza fare marketing. Sono però necessari l'aggiornamento e/o la formazione dei responsabili delle associazioni e dei loro volontari per affrontare meglio questi moderni mezzi di comunicazione.

La FAIS ha dimostrato l'utilità della rete attraverso la campagna **#UNSACCODARACCONTARE** che si sta diffondendo on line in maniera capillare. Pubblicata su Repubblica.it ha avuto 15.000 visualizzazioni in due settimane. Il video è ora stato tradotto in inglese per la diffusione all'estero.

ON LINE il progetto FAIS #unsaccodaraccontare

In occasione del **Convegno 15 anni di FAIS** è stata presentata in anteprima la stupenda campagna di sensibilizzazione e comunicazione dall'inequivocabile, intelligentemente ironico, titolo **#UNSACCODARACCONTARE**.

Un video di 1m40s aperto da Allegra, una bimba che ha vissuto da stomizzata i primi mesi della sua vita, che con il suo “Hello” ha commosso l'intera platea. Volti e frasi che esprimono in pochissimo tempo l'impatto che la stomia ha creato sulla vita di queste persone, e la forza con cui hanno saputo reagire per ritrovare la loro serenità. Le parole di Antonio, Clara, Emanuele, Gianluca e gli altri “Perché è successo a me? aver paura è la cosa più normale del mondo; pensi cosa farò; riuscirò ancora a lavorare? Non abbiate fretta di superare i traumi, il dolore, perché chiedere aiuto non è un segno di debolezza; mia moglie e i miei figli sono stati fondamentali, perché la vita non è finita; quando ho accettato la situazione, ho cominciato a sorridere; sembra che tutti guardino te; la tua pancia ti ricorderà sempre che tu volevi vivere, quindi vogli bene; ho imparato da questa esperienza a vivere l'attimo presente; è stata come una rinascita, ti riprendi in mano la tua vita e fai sapere, guarda che ce la si può fare” ci tuffano dentro ad una realtà che in pochi conoscono e che si può capire solo dalle autentiche esperienze di vita di chi le ha vissute. Corpi esposti che esprimono con le loro cicatrici o con le loro sacche la fierezza di avercela fatta e di non voler sprecare un attimo della vita ritrovata. E poi il video di Manuela, una giovane mamma stomizzata per retto-colite ulcerosa, che ha dato alla luce due gemelli nel dicembre del 2016 e racconta la propria esperienza, anch'essa “una rinascita”.

Infine la campagna fotografica, 12 scatti a colori dei protagonisti del video, uomini e donne stomizzati o ex-stomizzati, che hanno risposto all'appello pubblico lanciato sui social e che si mostrano faccia, addome, e soprattutto sacca bene in vista. Il senso degli scatti è raccontare la stomia con il corpo e non solo con la parola, evidenziare a quali pregiudizi e discriminazioni è associata questa condizione e raccontare chi è lo stomizzato.

Sono 80 mila gli italiani **stomizzati** uro-intestinali, ed oltre un milione gli **incontinenti**. Sono persone costrette a ricorrere al **sacchetto** in seguito a **patologie oncologiche o a malattie infiammatorie croniche**, come il **Crohn** o la **colite ulcerosa**. “Gli stomizzati sono uomini e donne di ogni età, soprattutto ultra 70enni, ma il 36 per cento di loro è nella fascia 25-45 anni” - dice Pier Raffaele Spena - e, a meno che non soffrano di altre malattie, non sono pazienti perché la stomia non è una patologia e se si impara a gestirla, ci si convive bene. Da stomizzati si può fare una vita normale, si possono affrontare anche gravidanze”.

www.unsaccodaraccontare.it

Cos'è una stomia? Perché la stomia? Chi è lo stomizzato? Quali pregiudizi deve affrontare? Che vita conduce? Sono alcune delle domande alle quali risponde il sito d'informazione voluto dalla FAIS nell'ambito di questo progetto. Sono state pubblicate tante informazioni utili sulla stomia: FAQ, guide, questionari, stomizzati illustri ed anche lo stomat-test (10 domande per capire quanto si sa sulla stomia).

Visitate la **galleria delle testimonianze** e guardate **lo spot!**



Cosa chiedono gli stomizzati? Raffaele Spena nell'intervista a Repubblica.it:

"Vogliamo la possibilità di scegliere liberamente i prodotti di cui abbiamo necessità. La sacca non è come un cerotto o una siringa, una non vale l'altra. Dovremmo poter scegliere noi, e non essere costretti a utilizzare il sacchetto dell'azienda che vince la gara con l'Asl, come a causa della spending review è da 7-8 anni a questa parte. Il nuovo decreto sui Lea (Livelli Essenziali di Assistenza) del 18 marzo 2017 su questo punto è piuttosto fumoso. Poi" - continua - "chiediamo l'istituzione di un'anagrafe degli stomizzati, perché c'è bisogno che il fenomeno emerga e che siano definite le sue dimensioni. Infine, l'istituzione di ambulatori dedicati, oggi del tutto assenti nel Sud e non solo nel Sud, che prendano in carico a 360 gradi lo stomizzato, dove operi l'infermiere stomaterapista quanto lo psicologo. Lo stomizzato può fare tutto, ma ha bisogno di certezze che il sistema non garantisce. Certamente, in 15 anni abbiamo costruito una rete di associazioni regionali e provinciali che aderiscono alla Federazione. Ora vogliamo diffondere un pensiero positivo: la stomia non è una maledizione ma la condizione di chi ha superato una malattia".

MOVIMENTO E BENESSERE

A.C.I.STOM. promuove il movimento fisico fra le buone pratiche per proteggersi dai tumori attraverso il progetto "Volontari per la prevenzione" promosso dai volontari in convenzione con l'AUSL della Romagna.

Vogliamo a tal proposito segnalare alcune iniziative sul territorio, promosse da Enti pubblici e privati, che ci possono facilitare e motivare a fare movimento fisico in compagnia, gratuitamente.

"Muoviti che ti fa bene", promossa con successo dall'AUSL della Romagna, dal Comune di Cesena, la Wellness Foundation e Technogym, continua con 2 corsi fino a metà settembre.

"#Basta poco e ci guadagni in salute" è una campagna della Regione Emilia Romagna per promuovere l'attività fisica tra i cittadini: l'invito è di cogliere ogni occasione per essere attivi, nei diversi momenti della giornata. La campagna è collegata alla *'Mappa della salute'* (sito e

FB) che segnala e propone in modo geo-referenziato 130 Gruppi di cammino promossi da tutte le Aziende UsI a livello locale, ma anche tante altre occasioni di attività motoria in gruppo, con cadenza almeno settimanale, e 181 associazioni sportive che offrono a persone disabili l'opportunità di praticare attività motorie e sportive. FB ACISTOM condivide la campagna e le iniziative locali. Infine, per chi usa lo smartphone, è disponibile l'applicazione gratuita **"Wellness Valley"** con il calendario di tutte le iniziative *'Parchi in Wellness'* - esercizio fisico gratuito in Romagna, fra cui il sopracitato *'Muoviti che ti fa bene'* -, percorsi trekking ed in bicicletta per la Romagna e consigli per allenarsi. Il progetto Wellness Valley è stato lanciato nel 2003 da Nerio Alessandri, fondatore e presidente di Technogym e della Wellness Foundation per fare della Romagna il primo distretto internazionale del benessere e della qualità della vita.

ASSEMBLEA GENERALE A.C.I.STOM. 2017 Approvati il Bilancio 2016 ed il Preventivo 2017

Il 22 Aprile scorso si è riunita l'assemblea ordinaria di A.C.I.STOM. per deliberare in merito al bilancio consuntivo 2016 ed a quello preventivo per l'anno 2017.

La Presidente Giordana Giulianini ha inizialmente ringraziato i soci per la partecipazione a questo importante appuntamento annuale nel quale si fa il punto delle attività svolte e sui progetti che si intendono mettere in campo; ha poi illustrato l'importante **laborazione ha definito con l'AUSL** collaborazione sui progetti di operati di stomia, di sostegno del colon retto e dell'attività dei Bufalini per sensibilizzare la dei tumori e del corretto stile di quest'ultima attività sono state hanno raccontato alcune delle

Il socio/proboviro Claudio dell'attivo e del passivo del **bi-** e delle spese dell'esercizio 2016, contenuto fornendo anche i fatto richiesta.



In sintesi, le risultanze dell'esercizio 2016 evidenziano che le somme entrate sono state sostanzialmente spese tutte; risulta, infatti, un piccolo avanzo d'esercizio di € 735,07. Le voci principali di spesa, riferite alle iniziative più significative realizzate nell'anno, comprendono: progetto Screening e gastroenterologo, assistenza psicologica agli stomizzati ed assistenza infermieristica domiciliare, contributo agli stomizzati sulla spesa per consumo domestico di acqua. Lo stesso Cavallucci ha esposto le voci che formano il **bilancio preventivo per il 2017** dal quale si evince che, per sostenere i progetti proposti, le entrate previste non saranno sufficienti per cui si renderà necessario attingere la somma di € 7.400 dalle riserve degli anni precedenti che risultano capienti. Alle voci principali di spesa ormai consuete, si aggiunge la previsione di acquisto di strumentazione di tecnologia avanzata da donare all'Ospedale Bufalini.

Entrambi i documenti sono stati approvati dall'Assemblea all'unanimità.

A.C.I.STOM.

c/o Ass. I. Pro.V. via Serraglio, 18 - Cesena Associazione cell. 349/8845880

ATTIVITA' RICREATIVE-CULTURALI-SOCIALI 2017

con pullman da Cesena

Da Domenica 03/09/17 a Martedì 12/09/17 (10gg/09notti)

Soggiorno mare

MARE e CULTURA in CALABRIA

Soggiorno c/o

Nicolaus Club Otium Resort 4*-Sibari

con nostro pullman a disposizione
per eventuali escursioni



Sabato 14/10/17

Castagnata

A VERGHERETO

e pranzo al ristorante

LA BOSCAIOLA di Rofreddo

Da Giovedì 23 a Domenica 26 Novembre 2017 (4 gg)

Mercatini natalizi

a VIENNA



N.B. Il programma annuale di escursioni, gite e soggiorno potrebbe subire variazioni per problemi organizzativi. Le iscrizioni relative alle attività sociali, ricreative e culturali si effettuano il mercoledì pomeriggio c/o la sede dell'Associazione, in via Serraglio, 18 a Cesena. Le iscrizioni relative ai soggiorni si effettuano entro la data di scadenza con versamento dell'acconto/saldo richiesto c/o l'Agenzia viaggi prescelta, indicata nel relativo volantino informativo.

Appuntamenti GIORNALIERI

Martedì 15 agosto 2017 ore 21.00



Serata della Solidarietà all'Ippodromo del Savio di Cesena

una delle corse della serata sarà dedicata ad Acistom, che metterà in palio il premio per il vincitore ed usufruirà della vetrina dell'ippodromo cittadino per far conoscere le proprie attività

Domenica 20 agosto 2017 ore 15.30 tradizionale pellegrinaggio alla Basilica del Monte

con Santa Messa celebrata per i soci Acistom ed, a seguire, visita guidata dell'abbazia



Giovedì 21 settembre 2017 ore 16.00 passeggiata alla scoperta del Parco del fiume Savio

in collaborazione con l'associazione Viaterrea

Domenica 24 settembre 2017 dalle ore 15.00 Festa del latte alla Centrale del latte di Cesena

Acistom sarà presente con un proprio banchetto informativo



Mercoledì 4 ottobre 2017 ore 15.00 presso la sede Acistom in via Serraglio, 18 incontro con gli informatori della ditta Coloplast

azienda multinazionale che offre una vasta scelta di prodotti per la gestione della stomia

PRANZI SOCIALI CON GLI AMICI DI A.RE.STOM. E DI A.R.I.STOM.

Le visite a Castelvetro di Modena ed a Santarcangelo di Romagna



Domenica 26 marzo 2017, Acistom ed Aristom hanno partecipato al pranzo sociale organizzato dagli amici di Arestom a Reggio Emilia. Con l'occasione, le due associazioni romagnole, in un clima di affiatamento e di serenità, hanno trascorso la mattinata a Castelvetro di Modena, per una visita guidata al piccolo borgo bandiera arancione del Touring Club Italiano.

La passeggiata nel centro storico dell'antica cittadina medievale si è sviluppata lungo Piazza Roma, considerata il cuore del paese, dalla quale si gode una vista straordinaria sulla pianura sottostante; è anche conosciuta come "Piazza della Dama" per la pavimentazione a lastre bianche e nere che formano una singolare scacchiera. Incominciano la piazza, il Palazzo Comunale, la Torre dell'Orologio e la Torre delle Prigioni.

Il clima di serena convivialità lo abbiamo ritrovato anche al pranzo sociale con gli amici di Reggio Emilia, conclusosi con la classica lotteria di raccolta fondi.

Prima del rientro, una tappa al caseificio per il rifornimento di Parmigiano Reggiano.

Domenica 9 aprile 2017 abbiamo ricambiato la visita agli amici di Rimini. Partiti in mattinata da Cesena, prima del pranzo, abbiamo sostato a Santarcangelo di Romagna per conoscere meglio questa cittadina. Il borgo medievale, molto ben tenuto e curato, ed il suo panorama da mozzafiato meritano sicuramente una visita: siamo saliti fin su alla Rocca, per poi tornare in basso facendo una sosta ad un museo davvero curioso, quello del Bottone. Ma la vera chicca di questo luogo sono le grotte. Grazie alla guida abbiamo percorso un itinerario affascinante e misterioso che colpisce per la particolarità degli interni e la disposizione della sala principale che a suo dire è ancora in fase di studio per inquadrare la portata storica e le relative tecniche costruttive. È stato davvero interessante e ci ha consentito di scoprire qualcosa di più di una realtà che, forse per essere così vicina a casa, non apprezziamo come merita.

Abbiamo poi raggiunto il ristorante Filiberto (dove Aristom quest'anno è ritornata) per partecipare alla tradizionale "Festa di Primavera". Rientrando a Cesena una deviazione a Longiano per una breve passeggiata tra le stradine di un altro incantevole paesino delle nostre colline.



Uscita pomeridiana a Cesenatico con merenda offerta da A.C.I.STOM.

Domenica 28 maggio, A.C.I.STOM. ha offerto ai suoi associati ed i loro familiari l'uscita pomeridiana a Cesenatico, per una visita guidata al Museo della Marineria. Il gruppo, numeroso come sempre in queste occasioni, si è alternato nelle visite alle due sezioni del museo, quella a terra e quella galleggiante. Accompagnati dalle spiegazioni delle guide Anita Delvecchio e Paola Bracci, ci siamo addentrati negli ampi padiglioni del museo, progettati secondo le linee degli antichi arsenali: il percorso inizia dal vano centrale, occupato da un trabaccolo e da un bragozzo da pesca, e poi si sviluppa lungo il percorso che ricostruisce tutto il ciclo di vita di un'imbarcazione, dalla costruzione, all'utilizzo in mare sino alla motorizzazione. Al piano superiore poi, l'attenzione s'incentra sugli uomini che vivevano su queste barche, quindi sulla pesca e sulle attività ad essa connesse, sulle tecniche di navigazione e sugli aspetti culturali, religiosi e sociali legati all'ambiente marinaro.

La visita è poi proseguita con una bella passeggiata, favorita dal clima quasi estivo della domenica, lungo i moli del Porto Canale Leonardesco da cui abbiamo potuto ammirare la sezione galleggiante del museo: dieci imbarcazioni tradizionali tipiche dell'alto e medio Adriatico, che possiedono nomi particolari e caratteristici – trabaccolo, bragozzo, lancia, topo, battana, paranza – e che hanno già issato le loro coloratissime "vele al terzo", decorate con i simboli delle famiglie dei pescatori. Il percorso guidato è poi terminato nel cuore del centro storico di Cesenatico alla Piazzetta delle Conserve,

luogo un tempo cruciale per l'economia del borgo marinaro, ma certamente poco invitante dal punto di vista estetico da come emerge dalla descrizione che ne fa Marino Moretti agli inizi del secolo scorso; ma ora, dopo il restauro ed il recupero degli anni '80 del novecento, è divenuto sito eletto per ospitare molti eventi culturali e colorati mercatini che animano la vita di Cesenatico.

Ci siamo poi trasferiti al Parco di Levante dove il Centro Sociale "Anziani insieme" di Cesenatico ha di fatto trasformato un'antica casa colonica in ristorante, molto frequentato nella bella stagione con i suoi tavoli all'aperto in mezzo alla natura: A.C.I.STOM. ha offerto ai partecipanti una merenda a base di pizza e piadina, conclusa con la ciambella offerta da Mirella e le ciliegie inviate da Giordana, che col pensiero è sempre vicina alle iniziative dell'associazione, anche se non riesce più a partecipare fisicamente, per le sue difficoltà personali.





GIORNATA DI EDUCAZIONE ALLA LEGALITÀ ED ALLA SOLIDARIETÀ

Lunedì 5 giugno 2017, a Cesena, in piazza del Popolo, si è svolta l'iniziativa promossa dal Circolo Didattico Cesena 2 "Ad-Ventura Solidale" dedicata agli alunni, docenti e genitori di Cesena ed i rappresentanti gemellati delle aree terremotate di Visso, Montegallo e Camerino.

Al momento celebrativo, sono state raccontate e fruite storie di amicizia, di solidarietà e di testimonianza di volontariato, aiuto e servizio, volte alla tutela del cittadino, al mantenimento della sicurezza, all'educazione alla legalità e alla solidarietà, all'espressione di una cittadinanza attiva, consapevole e responsabile.

A.C.I.STOM. ha partecipato con altre associazioni di volontariato di Cesena al punto d'incontro organizzato al Foro Annonario. Ha incontrato studenti, insegnanti e genitori illustrando loro l'attività svolta per migliorare la qualità e la sostenibilità della vita degli stomizzati con un servizio infermieristico e psicologico, e di informazione e prevenzione della malattia e l'organizzazione di attività ricreative.

Il momento più intenso ed emozionante è stato quando in piazza del Popolo gli oltre 1400 ragazzi con i genitori, gli insegnanti, le autorità civili e militari ed i cittadini presenti hanno intonato l'inno nazionale agitando in aria i loro cappellini colorati.

VERONA E IL PARCO GIARDINO SIGURTA

È celebre in tutto il mondo questa città, adagiata fra due anse del fiume Adige, con uno straordinario patrimonio artistico e monumentale. Ed il gruppo A.C.I.STOM. l'ha visitata, domenica 11 giugno scorso, in una calda e soleggiata giornata.

Da Piazza delle Erbe a Piazza dei Signori, alle Arche Scaligere, alla casa di Giulietta ed all'Arena, il percorso del centro storico si è svolto in mattinata, per poi raggiungere in pullman il ristorante a Valeggio sul Mincio. Il pranzo ha soddisfatto i gitanti, che hanno potuto gustare i caratteristici piatti della tradizione locale.

Il pomeriggio è stato dedicato al Parco. Premiato come secondo Parco più bello d'Europa, il Parco Giardino Sigurtà è un paradiso naturalistico con infinite distese verdi ed antichi boschi, che accolgono l'alternarsi delle colorate fioriture stagionali. Piccole e silenziose auto elettriche percorrono i viali e trenini, con più vagoni, seguono un itinerario panoramico per scoprire i luoghi più caratteristici.

Ma il caldo e l'alta temperatura hanno in parte infierito sulla visita perché i vasti giardini sono stati percorsi sotto un sole cocente. Purtroppo, durante il percorso con il trenino è anche accaduto un incidente ad una nostra socia partecipante, che però si è concluso, fortunatamente, senza troppe conseguenze.

Il gruppo si è dato appuntamento alle prossime uscite in calendario: la castagnata autunnale ed i mercatini natalizi a Vienna.

RUBRICA



"TERRA E SAPORI"



TORTA DI MELE E YOGURT

ingredienti per 8 persone:

200 grammi di farina 00
150 grammi di zucchero
125 grammi di yogurt intero
60 grammi di olio extra vergine di oliva
3 mele
3 uova
1 bustina di lievito in polvere
un pizzico di sale
scorza grattugiata di 1 limone

PREPARAZIONE:

Sbucciare le mele e tagliarle a pezzetti o lamelle. Montare le uova a spuma con lo zucchero ed il sale. Unire delicatamente l'olio e lo yogurt; infine aggiungere pian piano la farina setacciata con il lievito e la buccia di limone. Versare metà dell'impasto in una tortiera foderata con un foglio di carta da forno ed adagiarvi sopra in maniera regolare la metà delle fette di mela. Versare l'altra metà dell'impasto e sistemare le ultime fette di mele. Spolverare con poco zucchero di canna e cuocere in forno ventilato a 170 gradi per circa 40 minuti.

CONSIGLIO: per questo tipo di torte preferire mele Golden o Renetta, perché danno un'ottima consistenza, dolcezza ed equilibrio nell'acidità.

IL PARERE DEL NUTRIZIONISTA: la pectina è una fibra solubile, contenuta nella mela, che aiuta a controllare i livelli di colesterolo nel sangue; la mela ha inoltre proprietà antiossidanti e antiinfiammatorie.

RITIRO DEL CONTRIBUTO ACQUA PER STOMIZZATI, ANNO 2017



Ricordiamo agli aventi diritto – circa 300 pazienti stomizzati residenti nei comuni di **Cesena, Bagno di Romagna, Borghi, Cesenatico, Gambettola, Gatteo, Longiano, Mercato Saraceno, Montiano, Roncofreddo, San Mauro Pascoli, Sarsina, Savignano s/R, Sogliano a/R e Verghereto** – il contributo acqua, personale, indipendente dal reddito e dall'intestazione della bolletta, pari a **40,00 euro annuo**.

Il relativo assegno può essere ritirato presso la sede A.C.I.STOM. a Cesena – c/o Assipro – in Via Serraglio, 18 – cell. 349 88 45 880 – il **mercoledì pomeriggio dalle ore 15.30 alle ore 17.30, fino a mercoledì 22 novembre 2017** (escluso il periodo di chiusura estiva).

Rivolgersi ad A.C.I.STOM. è gratuito e non comporta l'obbligo d'iscrizione all'associazione; occorre però dare il consenso al trattamento dei dati personali, al fine della comunicazione di avvenuta erogazione ai Servizi Sociali delle **Unioni dei Comuni Valle Savio e Rubicone Mare** interessati, che con la loro disponibilità rendono possibile l'erogazione del contributo.

CENTRO STOMIZZATI ALL'OSPEDALE MAURIZIO BUFALINI DI CESENA



Ambulatorio n° 22 della Piastra Servizi / piano terra - Piazzale M. Gommi, 140.

Orari per la distribuzione dei presidi:

lunedì e martedì dalle ore 12.30 alle ore 14.00
mercoledì l'ambulatorio è chiuso
giovedì dalle ore 16.00 alle ore 17.30
venerdì dalle ore 10.00 alle ore 11.30

Per visite e/o controlli:

lasciare un messaggio alla segreteria telefonica del n° 0547 / 35 27 45; **sarete richiamati per concordare l'appuntamento.**

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.



ASSISTENZA INFERMIERISTICA

Ricordiamo che la nostra Associazione mette a disposizione gratuitamente, ai soci che ne fanno 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° 9003101 BANCA SVILUPPO - Via Veneto, 15 - 47521 Cesena



CHIUSURA ESTIVA

Da giovedì 20 luglio
a martedì 29 agosto 2017
la sede rimarrà chiusa.

Buone Vacanze!

