

## In questo numero:

- Pag. 1 - A.C.I.STOM ALL' EXPO (10-11 ottobre 2015) Fais Expo Days  
 Pag. 2 - EDO, LA APP CHE CI AIUTA A CONOSCERE COSA MANGIAMO  
 Pag. 3 - PROGETTO ASS.I.PRO.V. "Non autosufficienza"  
 1..2..3..PROVA? IN DIRETTA NELLO STUDIO DI UNIRADIO  
 Pag. 4 - A.C.I.STOM nei monitor AUSL e delle farmacie  
 Il sostegno di A.C.I.STOM allo screening del colon retto di Cesena  
 ASSEMBLEA ORDINARIA A.C.I.STOM del 18 aprile 2015  
 Pag. 5 - PROSSIME USCITE  
 RENDICONTO CINQUE PER MILLE  
 Pag. 6 - L' IMPORTANZA DEGLI SCAMBI DI ATTIVITÀ FRA ASSOCIAZIONI  
 CRONACA DI UN BELL' INCONTRO  
 Pag. 7 - GROTTIE DI FRASASSI  
 Pomeriggio a Perticara per la tradiz. merenda di primavera dei soci A.c.i.stom.  
 COLOPLAST RITORNA IN A.C.I.STOM  
 RIMBORSO ACQUA AGLI STOMIZZATI  
 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 DOTPRINT 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

# A.C.I.STOM. ALL'EXPO (10-11 ottobre 2015)

## Fais Expo Days



Associazione Cesenate Incontinenti e Stomizzati

c/o ASS.I. PRO.V. - Via Serraglio, 18 - 47521 CESENA - Tel. 349.8845880 - Fax 0547.369119 - E-mail: acistom@stomizzati-emilia-romagna.it - www.stomizzati-emilia-romagna.it

In febbraio 2014, il comitato Expo ha concesso alla F.A.I.S. (Federazione Associazioni Incontinenti e Stomizzati) il patrocinio gratuito per 2 eventi da organizzare durante l'esposizione universale EXPO con il coinvolgimento di medici, infermieri, studiosi, esperti della materia, esponenti di altre associazioni ed ovviamente i pazienti, i veri protagonisti degli appuntamenti, le "FAIS Expo Days" e la "Giornata Mondiale dello Stomizzato".

Il primo appuntamento, le Fais Expo Days l'ultimo weekend di giugno, prevedeva il tema "Nutrirsi: tra scienza e coscienza".

Sabato la scienza: i relatori hanno posto l'accento sulle patologie derivanti da una scorretta alimentazione (come malattie infiammatorie croniche intestinali, patologie cardiovascolari, la sindrome metabolica, tumori) e come però spesso una *dieta corretta* sia in grado di contrastarle.

Domenica la coscienza: sono stati affrontati vari aspetti connessi con l'alimentazione (marketing e pubblicità ingannevoli; proprietà e qualità di acque minerali e bevande zuccherate, delle carni, di grassi e vari tipi d'olio, degli snack; ed anche l'adeguata preparazione degli alimenti).

Sono stati presentati anche due mezzi di

supporto per districarsi in questa realtà così complessa: su segnalazione di A.C.I.STOM., la "app" EDO, sviluppata da un team di neo-laureati a Cesena, per rilevare con l'aiuto del cellulare dai codici a barre le proprietà degli alimenti in fase d'acquisto. Il team sta già progettando uno sviluppo di personalizzazione dell'applicazione in cui considerare le particolari esigenze dietetiche degli utenti. In seguito alle segnalazioni degli stessi pazienti stomizzati e dopo la valutazione da parte di dietologi e chef di cucina, la ditta BBraun ha pubblicato il libro "Le cento ricette per vivere al meglio" che verrà distribuito gratuitamente nei centri per stomizzati.

Facendo i sopralluoghi necessari, i volontari della Fais a Milano hanno collaborato alla stesura della "Disability Map Metro Milano" con l'indicazione dei servizi per disabili alle stazioni Metro. Le associazioni del territorio sono inoltre impegnate nell'assistenza d'emergenza per stomizzati in visita all'EXPO.

Un'esperienza da non perdere, oltre alla visita dei vari padiglioni, è l'accensione serale dell'"Albero della Vita", per cui vi aspettiamo per il prossimo appuntamento il 10 ottobre, la "Giornata Mondiale dello Stomizzato".

## EDO, LA APP CHE CI AIUTA A CONOSCERE COSA MANGIAMO

Nell'anno di Expo Milano 2015 non poteva che suscitare grande interesse questa utile app gratuita sviluppata da quattro giovani, laureati a Cesena in scienze e tecnologie alimentari ed informatiche, grazie a Cesena Lab ed al finanziamento di una cooperativa del settore agroalimentare a tutela dei consumatori.

Il concetto base di EDO è semplice: fornire all'utente uno strumento di facile ed immediato utilizzo per acquisire una dettagliata quantità d'informazioni su quanto sta per mangiare. Un aiuto non da poco, considerato il complesso mondo delle etichette e codici, spesso incomprensibili, dei prodotti sugli scaffali dei supermercati.

Gli sviluppatori evidenziano anche l'aspetto educativo di EDO: conoscere meglio ciò che si acquista per uso alimentare stimola più consapevolezza di quanto quel prodotto deve o meno far parte della propria dieta.

Per vedere EDO all'opera è sufficiente uno smartphone ed il gioco è fatto: attraverso la scansione del codice a barre presente sulle confezioni alimentari, o anche procedendo manualmente, è possibile accedere a numerose informazioni sul prodotto, come le caratteristiche positive o negative oppure se adatto a celiaci o intolleranti al lattosio. Merito di un complesso algoritmo che permette anche di assegnare al prodotto un punteggio su scala da 0 a 10 per indicare quanto il prodotto è sano e fornire alternative più salutari.

EDO può contare su un notevole database di prodotti, ma nel caso lo stesso non fosse in carico, l'utente può inviare al team EDO una foto del prodotto ed essere avvisato via e-mail quando questo sarà inserito nel database. Un ottimo esempio di interazione tra sviluppatori ed utenti.

EDO è disponibile gratuitamente su Apple AppStore e su Google PlayStore. Ulteriori informazioni su [www.edoapp.it](http://www.edoapp.it).



# PROGETTO ASS.I.PRO.V. “Non autosufficienza”

Dal 15 aprile al 3 giugno in sede A.C.I.STOM., si è svolto il 3° corso di Training Autogeno, nuovamente compreso nel progetto Assipro “Non autosufficienza”, edizione 2014-15. Anche questa volta l’interesse è stato soddisfacente con l’attiva partecipazione di una decina di persone che hanno appreso o rinnovato e ripreso questa tecnica di rilassamento “auto-indotto”, molto efficace per ritrovare la calma e la distensione che i ritmi della civiltà moderna ci hanno costretto ad accantonare.

Tra i partecipanti soci attivi di A.C.I.STOM. e dell’associazione partner nel progetto, A.M.I.C.I.

Nel corso del 2014, anche il corso di formazione “Gruppo di Confronto per volontari” condotto dal dott. Aldo Terracciano aveva riscosso la partecipazione di oltre 20 partecipanti, sempre di ambedue le associazioni, con una punta di 43 presenze ad un incontro. In autunno verrà distribuita ai partecipanti la relativa dispensa, attualmente in fase di redazione.

## 1...2...3...PROVA? IN DIRETTA NELLO STUDIO DI UNIRADIO la prima radio universitaria ha incontrato A.C.I.STOM. in aprile in studio ed in sede

La tappa radio è stata una sfida con se stessi che alcuni hanno accettato e superato egregiamente. In che cosa è consistita la prova? Parlare con il microfono, sapendo di essere ascoltati da “spettatori” invisibili e rispondere in tempo stretto alle domande del cronista senza preparazione specifica, isolati dalle cuffie in cui arrivava la voce del conduttore Nichi.

I presenti hanno trovato il coraggio di partecipare spinti dalla curiosità della novità, dall’occasione di conoscere un universo giovanile, di sentirsi fieri di rappresentare A.C.I.STOM., l’associazione in cui dedicano il proprio tempo al volontariato ed alle azioni d’informazione e prevenzione.

Una prova che stimola ed arricchisce la fiducia in sé: sentirsi all’altezza di vivere questo nuovo esercizio è stato vissuto con apprensione, un velo di timidezza e di timore ad esprimersi in un ambiente di giovani studenti, una prova di concentrazione per essere giusti nella risposta... tutti i presenti hanno superato questi ostacoli grazie all’accoglienza di Rossella e Nichi, studenti professionisti, appassionati ed abili nel metterci a nostro agio, e dall’incoraggiarsi a vicenda come gruppo rappresentante di A.C.I.STOM.

Osservare i volti sorridenti e distesi è segno che l’esperienza è stata molto positiva. Una partecipante testimonia: *“Aver parlato in radio alla mia età è stata un’esperienza nuovissima ed appagante: trovarmi con persone più giovani è una ricchezza in più!”*

Un’occasione importante in cui si è data voce all’impegno nell’essere volontario, all’informazione sulla struttura associativa ed al valore della prevenzione data da A.C.I.STOM. al divulgarla ai giovani con un canale a largo raggio attraverso una radio web che utilizza internet, la rete privilegiata di connessione dei giovani contemporanei ([www.uniradiocesena.it](http://www.uniradiocesena.it)). Un ringraziamento alla forza persuasiva di Rossella, che ha proposto il nostro incontro, ed al gruppo riunito di persone per avere accettato. Bravi a tutti!

Il 23 aprile A.C.I.STOM. ha aperto le porte per accogliere Rossella, Francesca e Gianmaria.

Francesca ha esperienza nel volontariato e la sua motivazione nasce dal desiderio di conoscere persone e di portare ascolto alle loro problematiche, che fanno parte dell’essere umano e che affronta con un’attitudine spoglia di pregiudizi. Dal suo punto di vista, ci sono giovani che vanno al bar ed altri che possono fare altro. Per questo è importante diffondere il mondo del volontariato per attirare nuove leve che non si accorgono dell’opportunità di poter investire il tempo diversamente.

Carlo offre una riflessione: *“Riunirsi in gruppo deve nascere come motivazione. Oggi vedo che i giovani comunicano con i telefonini anche quando sono seduti insieme.”* Rossella risponde: *“È un’osservazione giusta. Il modo di stare insieme cambia se si presta attenzione all’utilizzo del telefonino per gestirlo in modo da prestare attenzione alla persona con cui sei.”*

Gianmaria presenta la sua esperienza di volontariato nella raccolta di abiti usati cercando anche di sensibilizzare gli amici. Si mostra attento alla realtà dell’altro nel rispetto dei propri valori e cercando di mettersi nei panni altrui. Lo scambio che suscita la sua domanda verte sul filo conduttore che ha spinto a partecipare ad A.C.I.STOM. ed al progetto.

In questo spazio d’incontro raccogliamo la ricchezza dello scambio e siamo soddisfatti per avere posto le basi per contattare nuovamente gli invitati e proporre di partecipare alle future attività di volontariato di A.C.I.STOM.





# A.C.I.STOM. nei monitor AUSL e delle farmacie

*Per farsi conoscere da un pubblico sempre più vasto, l'associazione A.C.I.STOM. ha ideato un piccolo video con 5 immagini da proiettare nei monitor dell'AUSL di Cesena e delle farmacie del circuito Corofar. La richiesta di proiettare il video è stata accolta con entusiasmo e gli utenti di AUSL e delle farmacie possono aggiornarsi durante l'attesa sulle donazioni di A.C.I.STOM. all'U.O di Urologia dell'Ospedale Bufalini, sui progetti per lo Screening del colon-retto e sull'incontro a Roma con Papa Francesco insieme a FAIS nel 2014.*

## IL SOSTEGNO DI A.C.I.STOM. ALLO SCREENING DEL COLON RETTO DI CESENA Rinnovati fino a marzo 2016 i contratti per uno psicologo ed un gastroenterologo a supporto dello screening del colon-retto

L'Associazione Cesenate Incontinenti e Stomizzati A.C.I.STOM. sostiene lo screening regionale del colon-retto fin dalla sua partenza 10 anni fa, nel 2005, collaborando con i progetti dell'allora AUSL di Cesena, oggi AUSL della Romagna.

Il sostegno, che negli anni è stato condiviso con le associazioni ARRT, IOR e LILT, ha visto aumentare sempre di più l'impegno economico di A.C.I.STOM.

Convinta che il progetto sia di fondamentale importanza per la prevenzione dei tumori del colon-retto, A.C.I.STOM. ha affrontato l'ulteriore esigenza finanziaria destinando altre risorse che, per quest'anno e fino a marzo 2016, raggiungono la notevole somma di circa 40.000 euro, auspicando per il futuro la possibilità di rinnovare la collaborazione con le altre associazioni.

Anche quest'anno sono stati finanziati uno psicologo ed un gastroenterologo a sostegno dello screening ed i contratti, partiti a gennaio inizialmente ipotizzati per soli 6 mesi, sono stati rinnovati per ulteriori 9 mesi ed arriveranno fino a marzo 2016 grazie al contributo di A.C.I.STOM. che si è fatta carico di tutti i costi correlati. A.C.I.STOM. ha inoltre finanziato interamente l'attività di un altro gastroenterologo presso l'U.O. di Gastroenterologia

ed Endoscopia Digestiva dell'Ospedale Bufalini da luglio 2014 a maggio 2015.

Nell'ambito del progetto, lo psicologo provvede a contattare le persone che non hanno risposto all'invito a sottoporsi allo screening, individuando le motivazioni della mancata adesione e sensibilizzando alla partecipazione. Con la loro attività i gastroenterologi contribuiscono a contenere i tempi di attesa per gli accertamenti colonscopici che si rendono necessari per approfondire la diagnosi in caso di sospetti emersi in fase di prima valutazione dello screening.

A.C.I.STOM. finanzia per gli stomizzati anche uno psicologo ed un'infermiera domiciliare e si occupa di ottenere un rimborso per le spese relative al consumo idrico.

Lo screening regionale del tumore del colon-retto è rivolto a tutta la popolazione di età compresa fra i 50 e i 69 anni e viene attuato mediante un esame di ricerca del sangue occulto nelle feci e la successiva colonscopia per chi risulta positivo a tale esame.

Dai 70 anni in avanti è necessario rivolgersi al proprio medico curante per continuare i controlli concordando insieme le modalità.

## ASSEMBLEA ORDINARIA A.C.I.STOM. del 18 aprile 2015 Approvati i Bilanci Consuntivo 2014 e Preventivo 2015

*Il 18 Aprile 2015, alla presenza di 50 soci ed accompagnato da un temporale con grandine, sono stati presentati in dettaglio i bilanci 2014-15 dell'associazione.*

*L'assemblea ordinaria dell'A.C.I.STOM. ha approvato, all'unanimità, il Bilancio consuntivo 2014 ed il Bilancio preventivo 2015.*

*Le risultanze dell'esercizio 2014 evidenziano un attivo di € 64.569,08, un passivo di € 3.836,70 ed una riserva di € 60.732,38.*

*Il conto economico registra entrate per € 70.969,21 ed uscite per € 108.984,51 con un disavanzo d'esercizio di € 38.051,30.*

*Le principali voci di spesa, riferite alle iniziative più significative realizzate nell'anno 2014, comprendono: il progetto Screening e gastroenterologo per € 35.500 - assistenza psicologica agli stomizzati ed assistenza infermieristica domiciliare per € 920 - donazione al reparto di Urologia dell'Ospedale Maurizio Bufalini di strumentazione scientificamente avanzata per 40.260 euro - corsi d'aggiornamento per soci e volontari € 3.500.*

*Il bilancio preventivo per il 2015 evidenzia entrate per €. 55.100, un utilizzo di riserve degli anni precedenti per €. 24.900 ed uscite per €. 80.000.*

*La voce principale di spesa è riferita al progetto "screening coloretale", per € 44.500, che prevede il finanziamento della prestazione professionale di un medico gastroenterologo presso l'ospedale Bufalini di Cesena. Il progetto, che in passato veniva cofinanziato da IOR, ARRT e LILT, ha visto la riduzione dei contributi da parte di queste associazioni, per cui richiede un intervento importante per essere realizzato con l'efficacia richiesta. Sicura del valore fondamentale che il progetto riveste per la prevenzione del tumore al colon-retto, A.C.I.STOM. ha previsto a proprio carico un importante intervento finanziario per garantirne l'attuazione anche nell'anno corrente.*

*Altri titoli di spesa sono riferiti a seminari per soci volontari (€ 1.000) ed al progetto A.C.I.STOM. per supporto psicologico alle persone che hanno subito interventi chirurgici con stomia all'Ospedale "M. Bufalini" (€ 3.000).*

da Domenica 06/09/15 a Domenica 13/09/15 (8gg-7notti)



## MARE E CULTURA IN PUGLIA

Marina di Pulsano (Ta)  
Soggiorno c/o Nicolaus Club 4\*  
con pullman da Cesena  
a disposizione



MILANO

Dal 10 all'11 Ottobre 2015  
(2 gg./1 notte) in pullman da Cesena



Dal 28 al 29 Novembre 2015  
(2 gg./1 notte)

## MERCATINI NATALIZI

A  
**TRENTO E DINTORNI**  
in pullman da Cesena



In collaborazione con Agenzia Viaggi Mister Miao di Solfrini S.r.l.  
via Matteotti, 63 Cesena Tel. 0547/331716

## RENDICONTO CINQUE PER MILLE

La quota delle preferenze 5 x mille A.C.I.STOM. nelle dichiarazioni dei redditi 2012 - relative ai redditi percepiti nel 2011 - ammontava ad Euro 4.897,18, incassata in ottobre 2014 ed utilizzata per finanziare in parte i 2 principali progetti A.C.I.STOM., lo screening per la prevenzione di tumori al colon-retto ed il sostegno psicologico per pazienti stomizzati e/o incontinenti.

In maggio 2015 il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali ha pubblicata la quota delle 209 preferenze 5 x 1000 A.C.I.STOM. nelle dichiarazioni dei redditi 2013 - Euro 4.292,18 - che verrà utilizzata per le stesse finalità.  
*Grazie di cuore a tutti coloro che hanno espressamente destinato il 5 x 1000 ad A.C.I.STOM.*



## L'IMPORTANZA DEGLI SCAMBI DI ATTIVITÀ FRA ASSOCIAZIONI

*"Il superbo s'illude di non aver mai bisogno degli altri."*

Ogni anno soci A.C.I.STOM., A.RE.STOM. ed A.RI.STOM. si mettono in viaggio per raggiungere gli amici di altre associazioni in regione e passare insieme un momento di convivialità, rinnovare le amicizie di lungo data, fare nuove conoscenze, scambiare esperienze e partecipare a convegni. Con l'occasione si diventa anche turisti visitando i dintorni dei luoghi d'incontro.

E così domenica 29 marzo, un po' assonnati per la levataccia sommata alla perdita di un'ora di sonno per l'entrata in vigore dell'ora legale estiva, i soci di Cesena e Rimini sono partiti alla volta di Reggio Emilia con una sosta a Colorno per visitare la Reggia. Purtroppo, a causa dell'incertezza sulla gestione, manutenzione e restaurazione della proprietà in seguito alla sospensione delle province, attualmente le stanze scure e vuote con pochi accenni di decorazioni hanno diminuito il fascino della Reggia, nonostante la sua ricca storia. Appena all'inizio di primavera, anche i giardini facevano solo sottintendere il loro splendore estivo nonostante la giornata mite. Al solito ristorante sono stati raggiunti i soci A.RE.STOM. per gustare il menu con specialità della zona mentre venivano illustrati eventi, novità e progressi dell'associazione. La tradizionale lotteria con dei bei premi ha rappresentato un momento distensivo, dove vincite di soci A.C.I.STOM. hanno tardato quasi mancando all'appello. Una sosta per l'acquisto di formaggi ed altri prodotti tipici e poi a casa.

Tre settimane dopo, si parte con più calma per il Parco Oltremare di Riccione, meta scelta in occasione della tradizionale Festa di Primavera di A.RI.STOM. Domenica 19 aprile è una bella giornata, il sole ci rallegra ed arriviamo al parco anche in anticipo. La visita dell'acquario ci fa conoscere una popolazione molto varia: alligatori, cavallucci marini, murene e pesci da ogni parte del mondo, ma anche la ricostruzione di un mondo che non esiste più. Subito dopo possiamo assistere ad un'esibizione di volo di rapaci. I falchi, le poiane e le aquile ci sovrastano, ci sfiorano nel volo e si perdono nel cielo. Apprendiamo essere l'UNESCO che sostiene il volo dei rapaci per evitare l'estinzione di alcune specie. Poi è tempo dell'esibizione dei delfini; la loro voce si diffonde in tutto l'acquario come una sinfonia e con i loro giochi stando vicini si rischia il "bagno". All'uscita, chi vuole, può chiedere di validare il biglietto per ritornare gratuitamente al parco entro il 2015. Si ritorna a Rimini, dove ci aspettano gli amici A.R.I.STOM. con i quali esiste un rapporto ultraventennale di reciproco sostegno. Siamo davvero in tanti, il pranzo è ottimo ed abbondante! Alla fine tutti riceviamo un omaggio floreale. Per il ritorno viene scelto il percorso lungomare riscoprendo l'affollamento domenicale di Cesenatico. Il gruppo rientra a Cesena soddisfatto per la bella giornata passata in allegria, dopo aver messo in pratica il motto del giorno: *"Non esiste modo migliore di gestire la propria vita se non avvicinarsi alla vita di un altro, con amore e un sorriso."*

## CRONACA DI UN BELL'INCONTRO

*È il 1° Maggio; prestissimo la sveglia per un giorno da trascorrere per me in modo inconsueto: in uscita con l'A.C.I.STOM. particolarmente impegnata per il benessere psicofisico dei suoi soci che mi vede nuova iscritta. Avevo messo nel conto di passare queste giornate con la sua Presidente, la mitica "Giordana" ed il suo compagno altrettanto "mitico" Tazio. Non sarà così ma assicuro: sono stati entrambi ricorrenti nei nostri pensieri e nei nostri cuori con la certezza che presto saranno fra noi più in forma che mai. Tutti sono più che puntuali, si parte con anticipo ed il viaggio fino al lago Maggiore non vedrà neanche il traffico rallentato (quello di Milano), come qualcuno aveva ipotizzato. Subito però mi rendo conto che abbiamo dimenticato una cosa importante: non abbiamo prenotato né in agenzia né al buon Dio "il bel tempo"! Ma la pioggia non ci scoraggia e tutti siamo presi dai luoghi che visitiamo. In primis Villa Borromeo, Isola Bella, in mezzo al lago Maggiore. La guida è uomo (le gitanti, in prevalenza donne, ringraziano!). Mi sembra subito molto professionale e ben preparato, essenziale nelle spiegazioni ma ci prende tutti "per la cultura" e per la gentilezza nell'esaudire le nostre curiosità. In quella zona è la famiglia Borromeo che favorisce il turismo mettendo in mostra le opere d'arte acquisite nei secoli, ma anche un patrimonio di ville e giardini, condividendo i propri luoghi di vita privata. Per fortuna verso sera la pioggia ci lascia; siamo ad un altro lago, quello d'Orta, dove è collocato il nostro albergo. E' in centro di Omegna, città natale di Gianni Rodari. Mi aspetto un hotel datato; invece è appena stato ristrutturato con camere accoglienti, menù buono, colazione abbondante ed attenzione a tutte le esigenze, davvero una scelta giusta. Il mattino dopo si parte per Domodossola, ridente cittadina ai piedi delle Alpi. Il tempo è migliorato ed il sole, seppur velato, ci accompagna; le vette delle montagne sono però ancora ricoperte di neve. Dopo una breve visita al centro ci aspetta il "Trenino delle Cento Valli": non è antico, non sbuffa, ma scala il dislivello con disinvolture moderna!! Lo spettacolo merita, l'incontro con paesi di vacanza inseriti in questa valle merita ancor di più. Passiamo il confine e siamo in Svizzera; anche qui incontriamo paesini dove venire per godersi la pace delle valli di montagna. Facciamo tappa a Locarno. Il pranzo è libero; la guida (il solito super Luigi) ci indica l'unico luogo dei bagni "a gratis", ma ci avverte che la Svizzera è costosa: attenzione alla scelta dei locali. Ci dà anche una notizia: il cioccolato migliore d'Europa è quello Belga. Sinceramente mi cade un mito: quello del cioccolato svizzero!! Dopo il pranzo (esperienza non traumatica né per prezzo né per bontà), ci allunghiamo ad Ascona, cittadina più bella ed elegante della più famosa Locarno. Il ritorno in albergo è accompagnato da una pioggerellina di marzo. L'ultimo giorno ci riserva una sorpresa, all'isola di San Giulio non è possibile fare la visita guidata alla Basilica. Siamo i primi di tanti turisti ad arrivare col traghetto, ma è in corso un incontro solenne di religiosi che inibisce l'accesso. La guida (sempre Luigi) ci fa tornare ad Orta e ci illustra anche ciò che non è stato possibile vedere. Mi sono detta "è un buon motivo per ritornare". In un negozietto guardo il video di uno stampatore di tele; sembra impossibile ma è un artigiano di Gambettola!! Raggiungiamo Verbania per il pranzo, dove la guida ci lascia per poi ritrovarci a Villa Taranto. La scelta di un ristorante/pizzeria dal bon-ton elevato mi soddisfa nel rapporto qualità-prezzo. Il Giardino Botanico di Villa Taranto (sede della Prefettura), voluto da un capitano scozzese innamorato dell'Italia e donato allo Stato dopo la sua morte, mi conquista: colmo di piante provenienti da tutto il mondo. I vivaci colori di azalee e rododendri, l'albero dei fazzoletti (Davidia involucrata) e le piante rare m'incantano. Da nuova aderente mi sono sentita del gruppo!! Non mancherò di partecipare ad altri viaggi.*



# Grotte di Frasassi

*Domenica 24 maggio escursione alle grotte di Frasassi e pranzo a base di pesce a Porto Recanati. Un programma che convince molti, anche nuovi interessati al di fuori della nostra associazione Acistom compresi due ragazzini; ciò promette bene per il futuro.*

*Il tesoro delle "Grotte di Frasassi", nel piccolo comune di Genga, è stato scoperto casualmente nel 1971 dal Gruppo Speleologico del CAI di Ancona; nel 1974 sono state aperte al pubblico. Il complesso è uno dei percorsi sotterranei più grandiosi ed affascinanti del mondo; l'illuminazione accentua la forma ed i colori di stalattiti, stalagmiti e laghetti e lo sguardo si perde nella maestosità di questo luogo incantato.*

*L'ingresso ci porta nella prima sala scoperta, "Abisso Ancona"; quando la guida ci dice che potrebbe contenere il Duomo di Milano rimaniamo increduli, ma in grotta vediamo le dimensioni falsate. Il lavoro del fiume è durato milioni di anni, ma il risultato è veramente spettacolare.*

*Il percorso turistico comprende la Grotta grande del Vento, Sala 200, Sala Infinito, Sala dei Pagliai, Sala delle Candeline, Sala dell'Orsa, ma tante sono le curiose formazioni cui è stato dato un nome: i Giganti, Cascata del Niagara, Obelisco, Canne d'Organo ecc.; altri due percorsi di diverso grado di difficoltà sono riservati agli esperti o avventurosi.*

*Dopo tanta pace "sotterranea" un buon pranzo di pesce in quel di Porto Recanati. Peccato che il tempo inclemente abbia limitato la passeggiata "digestiva" !!*



## Pomeriggio a Peticara per la tradizionale merenda di primavera dei soci A.C.I.STOM.



Grande successo ha riscosso anche quest'anno la tradizionale merenda che A.C.I.STOM. offre ai propri associati abbinando un'uscita pomeridiana alla scoperta di una località dei nostri dintorni.

Domenica 7 giugno circa 70 tra soci e famigliari si sono ritrovati per recarsi a Peticara, piccola frazione del comune di Novafeltria, ora in provincia di Rimini, famosa in passato per la miniera di zolfo più grande d'Europa, utilizzando il pullman offerto dall'associazione. Dell'antica miniera, chiusa definitivamente nel 1964, oggi è rimasto un cantiere di lavorazione, il Certino, trasformato in un museo chiamato "Sulphur" ossia il nome in latino dello zolfo. Divisi in diversi gruppi abbiamo attraversato le

varie sale il cui percorso, partendo dalla classificazione delle rocce e dei minerali, si snoda riproducendo tutte le fasi dall'estrazione alla fusione dello zolfo e culmina in quella che le guide chiamano la "minieretta" ovvero una fedele ricostruzione di un tratto di miniera, riprodotta negli spazi e nelle dimensioni, immersa quasi nell'oscurità per restituire ai visitatori le impressioni provate dalle migliaia di uomini che ogni giorno si calavano nelle viscere della terra alla ricerca dello zolfo.

Al termine della visita ci siamo recati al centro di Peticara dove, in una sala messa a disposizione dalla Pro Loco, A.C.I.STOM. ha offerto la merenda a tutti i partecipanti: a questo proposito ringraziamo i soci volontari che hanno lavorato attivamente a questo scopo, Gino e Diana con i loro collaboratori per la piadina con affettato e formaggio e Mirella per aver offerto la ciambella del Panificio Moderno; uno speciale ringraziamento va a Donatella che, oltre ad essersi occupata delle bevande con la supervisione di Giordana, ha curato buona parte dell'organizzazione dell'evento, facendo da punto di riferimento per le iscrizioni dei soci che anche in quest'occasione hanno dimostrato di apprezzare e gradire quanto offerto da A.C.I.STOM.

## COLOPLAST RITORNA IN A.C.I.STOM.

*Giovedì 28 maggio è ritornata all'A.C.I.STOM. la Coloplast con Mette Rasmussen, che in maniera semplice e chiara ci tiene aggiornati su tutte le novità disponibili per migliorare la qualità di vita degli stomizzati. In questo incontro ci ha illustrato i vantaggi del nuovo materiale ideato da Coloplast per le sacche Sensura Mio, di un colore grigio che risulta invisibile sotto i vestiti, con placca morbida ed adattabile alle forme del corpo. Rinnovato anche il filtro che previene l'intasamento ed il rigonfiamento della sacca. Ci ha inoltre presentato la linea di accessori Brava per una migliore adesione dei presidi. I soci stomizzati, 20 i presenti, hanno potuto fare domande, riportare le loro problematiche e alla fine l'azienda ha offerto un piccolo rinfresco.*



## RIMBORSO ACQUA AGLI STOMIZZATI

Quest'anno 2015, i Comuni di Cesena, Cesenatico e Verghereto hanno autorizzato la nostra Associazione a liquidare agli stomizzati una quota di rimborso spesa per il consumo d'acqua. Tale servizio viene effettuato in sede A.C.I.STOM. da inizio maggio a fine settembre. Gli altri Comuni del territorio Cesenate non hanno ancora comunicato alcuna loro decisione. Invitiamo pertanto gli stomizzati residenti in tali comuni a rivolgersi alle loro Amministrazioni Comunali per sollecitare una decisione in merito.

# PROSSIME USCITE



Sabato 15 agosto 2015 (FERRAGOSTO): SERATA DELLA SOLIDARIETÀ all'IPPODROMO DEL SAVIO.  
Domenica 23 agosto 2015: PELLEGRINAGGIO alla BASILICA DELLA MADONNA DEL MONTE  
Ore 15.30 S. Messa officiata dal Priore, Don Gabriele, seguita da visita guidata all'Abbazia.  
Dal 06 al 13 settembre 2015: SOGGIORNO MARINO in Puglia a Marina di Pulsano (TA).  
Domenica 27 settembre 2015: FESTA DEL LATTE alla Centrale del Latte di Cesena (Martorano).  
Dal 10 all'11 ottobre 2015: UN WEEKEND all'EXPO / MILANO con gli amici di A.r.i.stom. in occasione della Giornata Mondiale dello Stomizzato.  
Dal 28 al 29 novembre: MERCATINI NATALIZI a TRENTO e DINTORNI

## **AVVISI:**

- Primo mercoledì del mese, incontri di coordinamento soci e volontari Acistom: i prossimi incontri mercoledì 2 settembre, 7 ottobre, 4 novembre e 2 dicembre, ore 15.00-16.00.
- Progetto "Generazioni a Bordo" della dott.ssa Barbara Boschi: riprende in autunno;
- Gruppo di autoaiuto per stomizzati e loro famigliari, prossimi incontri con la dott.ssa Briganti: giovedì 24 settembre e 26 novembre, ore 15.30-17.00.
- \* Da inizio maggio a fine settembre, gli stomizzati residenti nei comuni di Cesena, Cesenatico e Verghereto possono presentare all'A.C.I.STOM. richiesta di contributo per il consumo dell'acqua.
- \* Da giovedì 23 luglio a martedì 25 agosto 2015 chiusura estiva della sede A.C.I.STOM.



## 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 ROMAGNA COOPERATIVA - Via Veneto, 15 - 47521 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.



## 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.