PREVENIRE È VIVERE: IL TUMORE SI PUÒ VINCERE, VIENI CON NOI
ACISTOM ODV Tu con Noi...
La Porta Giusta

IN QUESTO NUMERO N°1 - Anno 2021

Pag. 1 - Coraggio, il saluto del direttore Cappelli
- Ritorneremo, il direttivo Acistom
Pag. 2 - Acistom e la pandemia - Inizia un nuovo cammino
- La mascherina
Pag. 3 - Arrivederci papà
- Una più precisa informazione aiuta a prendersi cura di sé
Pag. 4 - Consigli di alimentazione per gli stomizzati
- Prossimi appuntamenti
Pag. 5 - Soggiorno Mare a Marina di Ginosa
Pag. 6 - Assemblea ordinaria
Pag. 7 - La testimonianza di Alvaro
Pag. 8 - Ignoranza e scaramanzia
Pag. 9 - In Memoriam
- Chronicity, Percorsi e Modelli di cura in Gastroenterologia
- Terra e Sapori
Pag. 10- Collezione artistica piatti
- Avvisi e comunicazioni

Notiziario trimestrale ACISTOM ODV · Iscrizione Tribunale di Forlì n. 20/98 dal 13 Ottobre 1998. Poste Italiane s.p.a. - Sped. in Abbonam. Postale · D.L. 353/2003 - art. 1, comma 2, DCB Forlì
Direttore Responsabile **QUINTO CAPPELLI - Redazione**: Via Serraglio, 18 · CESENA · Tel. **349.8845880** · E-mail: **info@acistom.it** · **www.acistom.it**
Stampa **DOTPRINT** · Via Venezia, 120 · Cesena · Tel.0547.610555

Il saluto del direttore Cappelli

Coraggio

Cari soci e volontari di Acistom e cari lettori di La Porta Giusta, stiamo attraversando un momento particolarmente difficile per la pandemia, anche perché non sappiamo quando finirà e come cambierà la vita, una volta usciti dal tunnel. Però ce la faremo, tutti insieme. Coraggio. Ma nella vita quando ci sono periodi facili? Voi, in particolare soci e volontari, lo sapete meglio di me, perché molti di voi conoscete le prove della vita sulla vostra pelle.

Ma, spesso, più le prove sono dure, più reagiamo con forza, coraggio e speranza. Sto seguendo, attraverso questo semplice ma interessante giornalino, le cose che fate e noto che siete gente concreta, generosa e coraggiosa. Continuate così. Bravi.

Dalla tradizione della Romagna c'incoraggia il detto che anche dalle difficoltà personali e comunitarie se ne può uscire, perché *"Sl'è nott, us farà dé"*, cioè *"Se è notte, si farà giorno"*.

Ritorneremo!

È un numero particolare questo, del nostro notiziario "La Porta Giusta": questi lunghi mesi di sospensione delle attività sociali, questo "non fare" ci ha portato di più a "ricordare".

Le pagine normalmente dedicate al resoconto delle passate attività o all'illustrazione dei progetti futuri, lasciano spazio alla riflessione, al pensiero di quello che è successo e ci è successo in questi mesi o anche più indietro nel tempo: sollecitati dalla nostra instancabile presidente Giordana, alcuni soci ci hanno inviato delle testimonianze, sulla pandemia o più in generale sui loro rapporti con Acistom, che ci è sembrato giusto condividere con tutti i nostri lettori, perché "ricordare il tempo che fu, apre le porte del cuore, per un futuro migliore".

Ci vorrà ancora del tempo, ma prima o poi ritorneremo a fare le cose che facevamo prima della pandemia, anche se saremo sicuramente diversi: forse più consapevoli delle nostre fragilità e per questo più attenti ai bisogni degli altri o forse più egoisti…sta a noi deciderlo; il filo comune che unisce tutte queste testimonianze è la bellezza e l'importanza dei rapporti interpersonali, lasciamo aperti mente e cuore, disponibili a nuovi incontri.



Il direttivo Acistom OdV

ACISTOM ODV Tu con Noi...
Dona il tuo 5X1000
Per destinare il tuo 5‰ ad ACISTOM firma nella casella SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO ed inserisci il cod. fisc.
90 033 980 401

Acistom e la pandemia



Per la prima volta abbiamo combattuto un nemico invisibile ma tanto pericoloso. Siamo tutti molto provati. Ha colpito e cambiato la quotidianità di ognuno di noi. E' entrato nelle nostre famiglie, nelle aziende, nella società, in tutto il mondo. Abbiamo vissuto un periodo diverso con dei divieti che non conoscevamo.
Ci ha impedito di fare i nostri incontri settimanali, le nostre attività e, si sa, "associazione" significa "incontro di persone che perseguono lo stesso scopo". Ha fatto però scattare in noi un maggiore bisogno di sentirci: quel "Ciao come stai?" è stato importante, ci ha aiutato a passare il tempo che a volte non passava mai. Poi sono arrivati i vaccini e funzionano. Siamo fiduciosi.
Tutti dobbiamo sentire il dovere di vaccinarci. Mi viene spontaneo fare un appello a tutte le persone che durante la pandemia si sono sentite sole, che hanno bisogno della presenza di qualcuno con cui parlare, condividere la loro vita, a quelle persone dico: "L'associazione – Acistom – vi aspetta." Torneremo a fare i nostri incontri, i nostri progetti. Naturalmente in sicurezza come ancora ci viene chiesto per il bene di tutti. Assieme si sta meglio.

Carmen Ceccaroni
Consigliere Acistom



Inizia un nuovo cammino

Da oltre un anno la pandemia da covid 19 ha modificato la nostra vita e segnato un forte rallentamento nel mondo dell'economia. La speranza dei vaccini è forte e si spera che si possa riprendere quella normalità che abbiamo dovuto di colpo abbandonare, immergendoci in un mondo di solitudine, e per molti di abbandono, che ha travolto tante anime. Si è compreso, in quei tristi momenti, come abbiamo assolutamente bisogno degli altri, essendo esseri sociali, che si realizzano solo con l'aiuto dei loro simili. Molte nostre certezze si sono frantumate e siamo stati chiamati a riflettere su ciò che è stato e sul futuro che ci attende. Abbiamo fatto fatica a resistere, a reagire, ma dopo questo anno di dolore, di incertezza e di disperazione, è ora giunto il momento di riflettere, ricordare per tornare a sperare, iniziando un cammino nuovo, fatto di rispetto delle regole, di condivisione, di reciprocità e di unioni. Alla socialità dimostrata durante il lockdown, fatta di canti sui balconi e sulla via, di "andrà tutto bene", che ci univa in un sentimento di incoraggiamento reciproco, di speranza e fiducia, dovrà seguire il superamento della noia, della insofferenza per le restrizioni, per trasformarlo in uno slancio corale per superare questa ultima (speriamo) sfida a vincere lo strascico del covid, che ancora è presente nelle città, e unirci in uno sforzo comune, organizzato, per attività solidali verso coloro che si trovano in grave difficoltà, per sostenerli nel superare situazioni estreme.
Auguro a me stessa e all'associazione, nella quale sono ormai da tanti anni, di essere capaci di operare con una partecipazione attiva e proposte positive, per aprirsi a questa nuova prospettiva. E' necessario anche portare una nuova cultura personale e sociale, una riflessione sul nostro procedere in ambito associativo, di come utilizzare le nostre risorse e programmare le nostre attività per un arricchimento collettivo. Una proposta utile potrebbe essere quella di un incontro, se sarà possibile, di volontari attivi, per uno scambio di idee in tal senso, rivolgendo a noi tutti un invito a cercare suggerimenti possibili, sui quali discutere per giungere ad una scelta di cooperazione collettiva da attuare in una nuova forma, adattandoci alla nuova realtà a cui andiamo incontro.

Mirka

LA MASCHERINA

Verrà il giorno in cui
nella tasca di una giacca,
dentro la tasca di una borsa
o nel portaoggetti dell'auto
ritroveremo, dimenticata,
una vecchia mascherina sgualcita.
Guardandola, la strofineremo tra le mani
come per assicurarci
di aver davvero vissuto quel lungo incubo.
Mentre chiuderemo le nostre mani,
accartocciando quei ricordi lontani,
respireremo profondamente liberi
per sottolineare a noi stessi
quanto è Bella la Vita.

Arrivederci papà



Da più di un anno veniamo martellati dall'informazione e non solo, sui morti di coronavirus, ci snocciolano una serie di numeri e statistiche, ma solo chi vive questo dramma sa realmente cosa si prova e qual è la sensazione di impotenza e sconforto che ti invade.

Mio padre è entrato in ospedale con febbre altissima ed è risultato positivo al Covid 19. Tutto bene ci dicevano i medici, faceva addirittura riabilitazione, non lo potevamo vedere né sentire, ma la speranza di riabbracciarlo era forte. Io ero a casa, anch'io ammalata di Covid, ma stavo bene ed aspettavo solo di avere il tampone negativo.

Poi improvvisamente una telefonata ci ha gelato il sangue: "Papà si è aggravato notevolmente, pensiamo non superi la settimana ...!"

Panico! Ho chiesto al medico di reparto di poter vedere il mio papà per quello che loro chiamano “saluto compassionevole”.

Me lo hanno consentito e così, quasi inaspettatamente, come fosse un volere dall'alto, proprio lo stesso giorno, è arrivato l'esito del tampone negativo. Ero guarita!

Vestita come un'astronauta mi sono seduta accanto al suo letto, faceva fatica a respirare, ma con voce fievole riusciva ad esprimersi, soprattutto comunicavamo con gli occhi.

Non dimenticherò mai il suo sguardo dolce e felice di vedermi anche se attraverso una mascherina; e quella lacrima di commozione quando gli ho riferito che Veronica aveva conseguito il titolo di "dottore di ricerca in matematica", e questa tesi di laurea l'aveva dedicata anche a lui, il suo caro nonno.

Ad un certo punto, quando ho notato una stanchezza eccessiva, gli ho stretto la mano, gli ho espresso tutta la mia gratitudine e il forte sentimento che nutrivano per lui i suoi figli e i suoi amati nipoti; l'abbraccio che gli inviavano suo genero e le sue nuore.

Ho esitato nel dovermi allontanare, ma nonostante l'avessi visto molto provato, ho sperato che ci saremmo potuti rivedere a Natale; era il 17/12. L'ho salutato dicendo “A presto papà “, lui ha abbozzato un sorriso e mi ha detto: "Buon viaggio!"

Un brivido mi ha pervaso; era forse l'ultimo saluto? A stento ho trattenuto le lacrime e mi sono sentita persa come una bambina, ma non abbandonata... ero certa, non mi avrebbe mai lasciata sola!

Ciao papà, ora sei con la tua amata Rina, la nostra splendida mamma.

Valeria Fantini

Una più precisa informazione aiuta a prendersi cura di se’



Per presentare ai cittadini l’attività della nostra Associazione sono state create delle slides, che Serena ha curato, per poi essere proiettate nelle realtà dell’Ausl del comprensorio. Dall’ottobre del 2020 e fino a tutto il 2021 sui monitor dislocati presso le sale d’attesa delle strutture sanitarie sono in onda le nostre informazioni, di seguito i punti principali:

Piastra servizi: attesa CUP, ambulatori Prelievi, Diabetologia, ambulatori Oculistica, sala operatoria Oculistica, attesa Poliambulatori.

Bufalini: attesa PS Ortopedico, Sportelli Atrio, Pediatria.

Poliambulatorio C.so Cavour: attesa Cup.

Savignano sul Rubicone: attesa Cup.

Cesenatico: attesa Cup.

Consultorio P.za Magnani: attesa Sportelli.

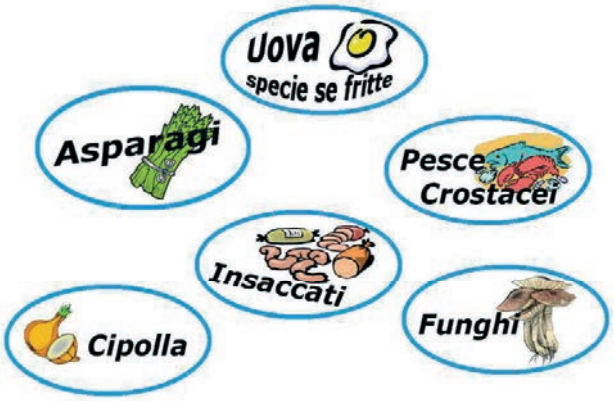
Ospedale Mercato Saraceno: attesa Cup.

Oltre l’attività viene data informazione dei servizi che mettiamo a disposizione sia per i soci che per i cittadini. Ci auguriamo così di far prendere consapevolezza della prevenzione ed aiutare a migliorare la scelta di prendersi cura di sé superando atteggiamenti negativi per la propria salute. Un particolare ringraziamento va alla Dottoressa Elisabetta Montesi dell’AUSL Romagna che ci ha sostenuto ed indicato il percorso per realizzare il progetto.

AMB

Consigli di alimentazione per gli stomizzati

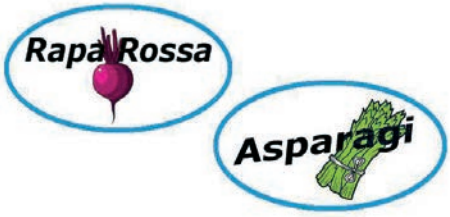
I cibi che provocano cattivi odori
(nelle feci ma anche nelle urine)



I cibi che possono procurare stitichezza:



I cibi che possono colorare le urine:



Ognuno è il miglior giudice di quello che mangia. Dopo aver trovato ed escluso i cibi che danno problemi, si potrà tornare a gustare una dieta ampia e varia.

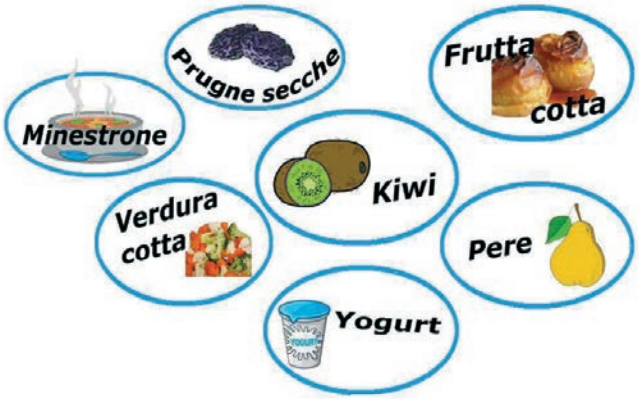
I cibi che causano meteorismo
(aria nell'intestino)



I cibi che aiutano a combattere la diarrea



I cibi che aiutano a combattere la stitichezza:



PROSSIMI APPUNTAMENTI 2021



SABATO 29 MAGGIO	ore 14.30, Assemblea generale dei soci al Parco Giochi "Rio Marano" con merenda offerta da Acistom;
SABATO 14 AGOSTO	dalle ore 21.00, Serata della Solidarietà all'Ippodromo del Savio di Cesena
SABATO 21 AGOSTO	ore 17.00, Pellegrinaggio all'abbazia del Monte con Santa Messa per soci e amici di Acistom;
SETTEMBRE 2021	sono giunte richieste di organizzare un'uscita a RAVENNA, ci proviamo, seguirà programma dettagliato, restate in contatto;
SABATO 16 OTTOBRE	castagnata sul nostro appennino, con pullman offerto ai soci da Acistom.

ISCRIZIONI ENTRO IL 07/06

All'atto dell'iscrizione è richiesto ACCONTO di EURO 200,00 p/pax
SALDO entro il 04/08/2021 Presso i nostri uffici di Cesena di v.le Matteotti n. 63

MISTER MIAO
Agenzia Viaggi
Viale Matteotti,63 - CESENA
Tel.0547/331716
www.miaoviaggi.it

SOGGIORNO MARE A MARINA DI GINOSA

da Domenica 05/09/21 a Domenica 12/09/21 (8 giorni / 7 notti)

con nostro pullman a disposizione





TORRESERENA VILLAGE

Marina di Ginosa - Puglia ★★★★

Il **Torreserena Village** sorge a Marina di Ginosa (Taranto), direttamente su una splendida spiaggia della costa ionica.

Abbracciata da un'ampia e suggestiva pineta dell'Arco ionico, la **spiaggia** sabbiosa e privata è attrezzata con ombrelloni riservati, lettini e sdraio, spogliatoi, docce e bar ed è collegata dal servizio navetta gratuito con orario continuato (con breve sosta a ora di pranzo) al centro del villaggio, dal quale dista 700 m, percorribili anche a piedi, in buona parte all'ombra della pineta. Il mare è poco profondo, con fondale sabbioso e digradante, ideale per la balneazione dei bambini.

L'animazione, sempre presente e mai invadente, quotidianamente proporrà: stretch and tone, corsi di vela e windsurf (collettivi), acquagym, tornei sportivi, balli di gruppo. Sono disponibili **400 camere** poste su 2 piani, quelle al piano terra dispongono di giardino, quelle al primo piano di balconcino. Sono tutte dotate di aria condizionata con regolazione individuale, TV, mini frigo e cassaforte.

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1°giorno: Domenica 05/09 Cesena - Marina di Ginosa
Ore 06,00 Ritrovo in prima mattinata a Cesena p.le Ippodromo ed alle ore 06,30 partenza in direzione di Marina di Ginosa. Sosta lungo il percorso per pranzo libero ed arrivo a destinazione previsto nel primo pomeriggio. Sistemazione nelle camere riservate c/o il Torreserena Village. Cena e Pernottamento.

Dal 2° giorno (Lunedì 06/09) al 7° giorno (Sabato 11/09): Trattamento di ALL INCLUSIVE. Tempo per relax al mare e visite libere con bus a disposizione.

8° giorno Domenica 12/09 Marina di Ginosa - Cesena
Tempo libero a disposizione e partenza per il viaggio di rientro, con arrivo previsto nella serata a Cesena.

QUOTE INDIVIDUALI DI PARTECIPAZIONE

In base camera doppia cat. classic

- Valida con una base minima 30 Partecipanti Euro 745,00

- Valida con una base minima 25 Partecipanti Euro 786,00

- Valida con una base minima 20 Partecipanti Euro 880,00

Supplemento Doppia uso singola *(disponibilità da verificare)* Euro 140,00

***RIDUZIONI IN 3°LETTO**: 3-8 anni n.c. euro 206,00 ; 8/18 anni n.c. euro 165,00; adulto euro 82,00*

***RIDUZIONI IN 4°LETTO**: 3-8 anni n.c. euro 165,00 ; 8/12 anni n.c. euro 124,00; 12/18 anni euro 82,00; adulto euro 40,00*

***LA QUOTA COMPRENDE:** - Il viaggio in pullman GT ed il bus a disposizione per escursioni locali; - La sistemazione per n. 7 notti in camere doppie CLASSIC con servizi privati - Trattamento di ALL INCLUSIVE che comprende: Prima colazione, pranzo e cena con buffet e show cooking, vino alla spina e acqua microfiltrata e una bevanda da 40 cl. (da 3 anni) - 2 accessi a settimana nel ristorante Il Gusto - Beach Menu da consumare in zona spiaggia - pranzo assistito dagli animatori per bimbi e ragazzi- spuntini in spiaggia- al Bar, caffetteria, bibite alla spina da 20 cl, succhi di frutta, sciroppi, birra, granite, vino, prosecco, amari e liquori, aperitivi e vermouth, grappe e, dalle 17:30 alle 19:30, anche selezione di cocktail; durante i pasti-Uso Cucina Baby/Biberoneria - Tessera club comprensiva di un ombrellone assegnato con un lettino e una sdraio e Telo mare dai 12 anni (nella formula All inclusive)*

***LA QUOTA NON COMPRENDE**: - Tassa di soggiorno se dovuta, da pagare in loco; - Extra - SUPPLEMENTO per 2° lettino in spiaggia (in sostituzione dello sdraio) salvo disponibilità e prenotazione euro 49,00 a settimana*

***SUPPLEMENTO (CONSIGLIATO!!)* Assicurazione ALL RISK** *comprensiva di assistenza medico/sanitaria, bagaglio ed annullamento anche per causa COVID Euro 30,00 p/p (su base camera doppia)*

ACISTOM ODV
Associazione di volontariato
ISCRITTA NELLA SEZIONE PROVINCIALE DI FORLÌ-CESENA DEL REGISTRO REGIONALE DEL VOLONTARIATO DI CUI ALLA L.R. 2 SETTEMBRE 1996 N. 37 CON ATTO N. 22 DEL 27 GENNAIO 1998
c/o ASS.I.PRO.V. - Via Serraglio, 18 - 47521 CESENA (FC)
Tel. **349.8845880** - E-mail: info@acistom.it - **www.acistom.it**
Cod. Fisc. 90033980401

PREVENIRE È VIVERE:
IL TUMORE SI PUÒ VINCERE
VIENI CON NOI

AVVISO DI CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA

I signori soci sono invitati a partecipare all'Assemblea Generale Ordinaria che avrà luogo il giorno 26 maggio 2021 alle ore 21,00 in prima convocazione presso "Parco Giochi Rio Marano" in Vicolo Papa, 100, Angolo Via Rio Marano (zona Case Finali), a Cesena ed occorrendo in seconda convocazione il giorno

SABATO 29 MAGGIO 2021 ALLE ORE 14.30

PRESSO il " PARCO GIOCHI RIO MARANO " in VIA RIO MARANO angolo Vicolo Papa, 100, (ZONA CASE FINALI) a CESENA.

per discutere il seguente Ordine del giorno:

1) Bilancio di esercizio / Rendiconto per cassa anno 2020: Esame ed approvazione;
2) Presentazione delle attività programmate per l'anno 2021;
3) Varie ed eventuali.

Giordana Giuliani

Carissimi

Sono ormai molti mesi che non ci vediamo e ci sentiamo solo raramente; questa pandemia ha condizionato noi come la quasi totalità delle persone limitando gli spostamenti e costringendoci ad evitare gli incontri ed i contatti personali che facevano parte della nostra vita quotidiana.

La vita dell'Associazione impone che comunque vengano osservati gli adempimenti di legge, nei modi e nei tempi prescritti anche se resi più elastici in questo particolare periodo di pandemia.

Tra questi vi è la convocazione dell'Assemblea dei soci chiamata all'esame ed approvazione del bilancio annuale.

Il rispetto delle regole e la preoccupazione di non mettere a rischio di contagio i nostri associati ci hanno indotto a scegliere quale luogo in cui svolgere i lavori assembleari il Parco giochi Rio Marano, alle porte orientali della città, che offre la possibilità di avere a disposizione degli spazi molto ampi, all'aperto e che permette l'osservanza delle regole di distanziamento e sicurezza necessari.

Altri locali più vicini alla tradizionale sede dei nostri incontri in zona ippodromo non erano disponibili o non adatti ad ospitare riunione.

Al termine dell'assemblea faremo una piccola merenda servita con le dovute regole e sarà piacevole ritrovarci insieme con quell'armonia e serenità di cui abbiamo tanto bisogno.

In attesa di incontrarvi numerosi.

Un abbraccio speciale.

Giordana

La testimonianza di Alvaro

Sono Alvaro Naldi di San Giorgio di Cesena, socio Acistom dagli anni '70, quando mio babbo Mario venne operato all'intestino e si fece socio dopo l'intervento che gli lasciò la stomia e aveva bisogno di un'assistenza sicura e tranquilla; è stato proprio in quei momenti difficili, col morale a terra, che abbiamo conosciuto Giordana Giulianini, persona brava, capace e competente che gli è stata vicino e gli ha dato coraggio. E' riuscita a ridargli fiducia con le parole giuste, gli ha trasmesso serenità e ha cambiato la sua visione del mondo rispetto ai primi momenti, subito dopo l'intervento. Mio babbo aveva tanta fiducia in Giordana, tanto è vero che quando parlava di lei diceva sempre "la mia Giordana" e anche Giordana lo ha assistito con tutte le attenzioni possibili: era come una infermiera, come una dottoressa, ma quello era il suo modo di comportarsi con tutti gli stomizzati, non solo con mio babbo. A quei tempi io ero ancora impegnato col lavoro ed è stata mia moglie Clara a fornire la maggior parte dell'assistenza a mio babbo.

In anni più recenti, invece, mi è rimasto impresso il ricordo della gita organizzata da Acistom a Reggio Emilia, per incontrarci con i soci di quella città, e tra gli altri partecipanti c'era anche un mio grande amico, Anselmo, che, durante la visita a una chiesa, è inciampato in un gradino rotto, è caduto e si è fatto molto male, tanto che abbiamo dovuto far intervenire l'ambulanza che lo ha portato al pronto soccorso. Dalle radiografie è risultata la rottura del bacino: non potendo rientrare a casa col pullman perché doveva stare sdraiato, lo hanno fatto tornare a Cesena in ambulanza e io sono salito a fianco dell'autista per indicargli la strada di casa. Lungo il tragitto, ho provato a far presente che il mio amico viveva da solo e in quelle condizioni era meglio portarlo in ospedale, ma il personale dell'ambulanza di Reggio Emilia ha dovuto eseguire le consegne che gli erano state date. Io non potevo lasciare il mio amico da solo, in quelle condizioni, per cui contattai una signora che conoscevo, che si occupa di fare assistenza agli ammalati, e per quella notte risolvemmo con lei. Il giorno seguente andai dalla sua dottoressa che lo fece ricoverare a Cesena, dove è rimasto per ben 37 giorni. Io lo andavo a trovare tutti i giorni, perché aveva bisogno di aiuto per mangiare, gli radevo la barba, gli portavo la biancheria di ricambio e tutto quello di cui aveva bisogno. Anche i dirigenti dell'Acistom sono stati vicini ad Anselmo, soprattutto Donatella, che è andata più volte a fargli visita in ospedale, e lui era contento di essere in questa grande famiglia di volenterosi che non si erano dimenticati di lui, era orgoglioso di avere conosciuto tutte queste brave persone come Giordana, Tazio, Donatella, Serena, Carmen, Diana, Quinta, Teresina, Miriam, Giovanna, Claudio, Valentina, Marina, Renata, Mirka, Anna Maria e tanti altri meritevoli di un plauso che non finiremo mai di ringraziarli. Per me Anselmo era come un fratello maggiore e quando se ne è andato, la scorsa primavera, non ho potuto assisterlo a causa del coronavirus; mi ha molto addolorato sapere che Anselmo ci stava lasciando senza la vicinanza di un amico, senza il conforto di qualcuno che potesse alleviare il dolore negli ultimi attimi di vita.

Ma purtroppo questa è la vita: fatta di gioie e dolori.

Per finire vorrei ringraziare tanto, ma tanto, tanto con un grande abbraccio, questa numerosa famiglia di volontari che si stanno sacrificando per aiutare chi ha bisogno di affetto e di amore: continuate così e avrete la riconoscenza mia e di tante persone che vi ammirano. Grazie per l'ascolto.



Uno dei primi soci Alvaro Naldi

Durante la pandemia ho iniziato a scrivere delle strofe in rima, raccontando gli avvenimenti man mano che si presentavano; ad oggi ne ho scritte più di cento, eccone alcune.

21-02-2020 Il primo infettato di coronavirus in Italia: a Codogno in provincia di Lodi

Non ce l'aspettavamo così forte e potente
è un guaio enorme per tutta la gente.

Noi abbiamo reagito come ci è stato insegnato:
non uscire di casa e non avere contatti con l'abitato.

Questa malattia è così aggressiva e così spietata
che purtroppo qualche centinaia di persone se ne è andata.

Noi ci fidiamo dei bravi dottori e infermieri
che sono sempre bravi oggi più di ieri.

Si allarga sempre di più questa grande epidemia
e non sappiamo quando se ne andrà via.

Questa malattia non conosce confini
sembra che almeno non siano coinvolti i bambini.

Il coronavirus è un male da stroncare
ma da soli non ce la possiamo fare.

Cerchiamo di rispettare le regole che ci hanno dettato
ma qualcuno non ce la fa a vivere in questo stato.

Guanti e mascherine non sono sufficienti
aiutiamoci fra di noi e anche tra parenti.

Io sto seguendo giorno per giorno questi avvenimenti
ma ancora si vedono pochi miglioramenti.

Ignoranza e scaramanzia

Era un pomeriggio freddo e nebbioso di questo malinconico inverno, me ne stavo stravaccato sul divano per la solita pennichella pomeridiana mentre con gli occhi semiaperti mi stavo dolcemente offrendo alle braccia di Morfeo, quando ho cominciato a riflettere sulla triste situazione a cui questo maledetto covid ci ha condannato.

Mi sono chiesto " come posso impiegare il tempo, visto che non si può uscire, non si può andare da nessuna parte, sempre recluso in casa (che palle), cosa posso fare?"

Ho cominciato a pensare alla vita trascorsa, ai ricordi belli e a quelli brutti, alle varie situazioni che nel tempo mi sono capitate. I ricordi (data l'età un pò sburgìda) sono tanti da rispolverare quindi mi concentro su quelli più recenti, quando inizia la discesa della vita e una persona è più pronta a pensare al tempo rimanente e al proprio destino.

Questo è quello che vorrei esternare e condividere con voi.

Correva l'anno 1997 quando dopo tante peripezie, tanti esami clinici e tante visite mediche, mi venne diagnosticato un tumore allo stomaco. Mi cascò il mondo addosso, mi sentii distrutto (chi si è trovato in quelle situazioni mi può capire, chi invece non c'è passato, certamente non glielo auguro). Nella mente si rincorrevano un turbinio di pensieri, di ricordi, in un istante rividi tutta la vita trascorsa: mi chiedevo come avevo speso il tempo, come mi ero comportato, se avessi fatto del bene, come avrei lasciato la famiglia, le mie figlie, quanto tempo mi sarebbe rimasto, come mi sarei presentato al giudizio...

Fu così che cominciai a seguire gli incontri del gruppo di Padre Pio che si tenevano ogni 13 del mese nella chiesetta delle suore Clarisse davanti al cimitero (incontri che ancor oggi si svolgono, sebbene nella chiesa dei Cappuccini, e ai quali anch'io continuo a partecipare). Ad uno di questi incontri conobbi una signora magrolina gentilissima, immediatamente si stabilì tra di noi un rapporto di vera amicizia e simpatia (ma ne riparleremo più avanti).

Era il mese di luglio del 1997 quando venni sottoposto a intervento chirurgico e nei giorni della degenza trascorrevo il tempo passeggiando lungo i corridoi dei reparti ospedalieri; un giorno lessi su un cartellone la sigla "ACISTOM". Questa parola mi inculcò nella mente una fifa del diavolo, la associavo a stomaco e acidità, ne avevo veramente terrore, confesso che più di una volta, in maniera scaramantica mi sono toccato i cosiddetti!... Ai successivi diversi controlli a cui mi presentavo vedevo spesso signore al tavolino Acistom che intrattenevano persone spiegando loro quello che io non volevo assolutamente sapere e sentire, cambiavo percorso per evitarle, addirittura durante il periodo dei Santi, quando la gente va ai cimiteri, io intenzionalmente non volevo mai prendere un'offerta dai banchi Acistom. Mi ero reso totalmente succube dell'ignoranza e della scaramanzia.

Di questa mia stupida debolezza non ne ho fatto parola ad alcuno, nemmeno a mia moglie, era cosa mia, e mia doveva rimanere. Ora ho superato questa superstizione e di questo devo ringraziare quella signora di cui ho poco sopra accennato. Questa signora si chiama Maria Casadei, anche lei facente parte del gruppo di Padre Pio. Una sera Maria la mia "BOSS", (così la chiamo io) mi propose di acquistare dei biglietti della lotteria Acistom, io drizzai immediatamente le orecchie e cercai di



cambiare discorso, lei continuò imperterrita a spiegarmi i progetti e le varie iniziative che l'associazione portava avanti, esclusivamente a scopo benefico. Fu talmente convincente che mi appioppò questi oramai famosi biglietti della lotteria, quella birichina di Maria non si accontentò, continuò e mi fece capire, anche se con parole eleganti, che ero un grandissimo patacca.

Da quel momento la mia Boss prese in mano la situazione (faceva tutto lei), mi fece socio ACISTOM, mi prendeva i soliti 10 biglietti della lotteria, mi teneva al corrente di tutte le manifestazioni che durante l'anno si svolgevano in associazione. Io ero tranquillo, avevo la "segretaria", facevo del bene senza tanta fatica, Maria però voleva la totale mia resa e mi convinse a partecipare di persona agli eventi di Acistom. In poche parole mi si era licenziata la segretaria!

Ora, assieme a mia moglie, partecipo abbastanza assiduamente agli incontri, ci siamo sentiti subito a nostro agio, abbiamo conosciuto nuove persone e rivisto nostri vecchi amici, devo dire di aver scoperto un nuovo mondo, un mondo dove ACISTOM è attiva e presente ai tanti bisogni della nostra bella Cesena. Ora vedo anche le signore che evitavo in ospedale, vedo le persone che davanti ai cimiteri vendevano offerte, persone che con anima e corpo, in silenzio, dedicano il proprio piccolo o grande impegno volontario al bene del prossimo. Cosa posso dire loro se non chiedere scusa e dire: "Bravi ragazzi! Siete un esempio da ammirare e aiutate a ricordare a tutti noi che tante piccole gocce formano un fiume, e - come dice la nostra cara presidente Giordana - dare è più gratificante che ricevere".

Purtroppo, ahimè, conosco solo la storia degli ultimi anni, sono all'oscuro delle origini di Acistom fino al 2014, anno della mia iscrizione, ma sono certo che la mia curiosità mi porterà ad approfondire e colmare questa lacuna.

Noi tutti dobbiamo essere fieri e orgogliosi che persone della nostra città abbiano fondato questa associazione. Io non conosco i fondatori, ma vorrei che arrivasse loro il mio messaggio di gratitudine e a loro va il mio sincero ringraziamento.

Un grazie sentito e un caro saluto va anche a Giordana, a Maria, a tutti i collaboratori e volontari di ACISTOM.

Pino Domeniconi

IN MEMORIAM

Alcuni giorni fa, mi è giunta la triste notizia della morte di LIBERO EVANGELISTA.
Per Acistom è stato importante perché, negli anni '90, ha dato l'impulso alla pubblicazione del notiziario "La Porta Giusta" (ancora oggi il principale mezzo di comunicazione per l'associazione). Ne è stato il Direttore Responsabile fino al 2018, quando a lui è subentrato Quinto Cappelli. In quell'occasione ho avuto il privilegio d'incontrarlo di persona - con Giordana - ed ho un ricordo vivo di un uomo molto colto con tanti interessi, paziente e ancora sinceramente coinvolto con l'associazione.
Libero, ti ringraziamo per il tuo impegno e ti auguriamo buon riposo.
E.M. Van Ogtrop

CHRONICITY

Percorsi e Modelli di cura in Gastroenterologia

L'Unità Operativa di Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva di Forlì-Cesena ha organizzato una serie di appuntamenti, mirati su alcune patologie croniche dell'apparato digerente con largo impatto epidemiologico e sociale, dove verranno illustrati, oltre le novità di ricerca clinica, i possibili contributi derivanti da altri professionisti che si occupano di cura della persona, coinvolgendo società scientifiche afferenti a discipline diverse, federazioni incentrate sull'alimentazione e il movimento, oltre che le associazioni dei pazienti.
Il percorso formativo è rivolto a medici, infermieri e operatori sanitari ed è iniziato il 18 dicembre 2020 con un seminario svoltosi da remoto, cui la nostra socia Anna Maria Bisulli è stata chiamata, oltre che a partecipare, a portare il saluto di Acistom OdV, quale associazione di pazienti e familiari; gli altri eventi sono previsti per la tarda primavera 2021.
Riportiamo l'intervento di Anna Maria Bisulli:

"Inizio portandovi il saluto di Giordana Giulianini Presidente Acistom che ringrazia per il gradito invito ma non può partecipare per motivi familiari.
Un caloroso ringraziamento va al Prof. Carlo Fabbri e alla Dott.ssa Monica Sbrancia che ci hanno permesso di fare una donazione molto importante alla UOC di Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva di Forlì-Cesena.
Acistom col motto "Prevenire è vivere" opera a Cesena da più di 40 anni. Diffonde la cultura della prevenzione, si occupa del benessere di stomizzati ed incontinenti fornendo consulenza psicologica, infermieristica domiciliare, attiva gruppi di sostegno e con attività ricreative e di socializzazione stimola le persone con stomia ad uscire dall'isolamento per una migliore qualità della loro vita.
Acistom aderisce all'associazione regionale Aeris che sta predisponendo un manuale che sarà presto a disposizione in tutte le Ausl dell'Emilia Romagna intitolato "Vivere con la stomia come quando perchè".
Acistom ha fatto diverse donazioni all'ospedale Bufalini ed intende continuare.
Io ho collaborato alla realizzazione di un progetto di innovazione multimediale, oggetto della donazione, voluto dal Prof. Carlo Fabbri che ringrazio per aver dato ad Acistom l'opportunità di contribuire all'obbiettivo di una sempre più elevata qualità dell'assistenza per i cittadini ed i nostri associati. Grazie dell'attenzione e buon lavoro a tutti."

TERRA E SAPORI
RUBRICA

Salmone al forno con patate e pomodori

INGREDIENTI

1 Trancio di salmone fresco
500 gr. di patate
6 pomodori
Sale q.b.
Pepe q.b.
1 spicchio d'aglio
Prezzemolo q.b.
1 peperoncino
Rosmarino q.b.
Salvia q.b.
Timo q.b.
3 pacchettini di crackers
Olio extravergine d'oliva q.b.



PREPARAZIONE

Mettere un foglio di carta da forno su una teglia, ungere con olio e adagiare il trancio di salmone lavato e privato della pelle; a parte tagliare a metà i pomodori,svuotarli e scolarli bene.
Tagliare le patate a cubetti e scottarle per 10 minuti in acqua e sale, scolare e lasciare ad asciugare.
Accendere il forno e scaldarlo a 200° C; in una scodella mettere i crackers sbriciolati e condirli con olio e il trito d'aglio, sale, pepe, rosmarino, salvia, peperoncino, timo. Spalmare il condimento sul salmone e dentro i pomodori e mescolare il rimanente con le patate.
Disporre le patate e i pomodori attorno al trancio di salmone,infornare per circa 15/20 minuti .
Servite caldo il vostro salmone al forno.





Collezione Artistica Piatti

TESSERAMENTO ACISTOM 2021



Il piatto, prodotto da Dipinto a Mano di Roberto Del Vecchio a Rimini, raffigura uno scorcio della "**Via delle scalette**", l'antica strada che dal centro di Cesena porta all'abbazia del Monte, oggetto di una recente campagna di crowdfunding da parte del Comune di Cesena e della Diocesi di Cesena-Sarsina finalizzata al loro restauro.

CENTRO STOMIZZATI ALL'OSPEDALE MAURIZIO BUFALINI DI CESENA

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale della Romagna

Ambulatorio N°22 della Piastra Servizi / piano terra - Piazzale M. Giommi, 140.

Orari per la distribuzione dei presidi:

Lunedì e martedì	Dalle 12.30 alle 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 numero 0547 32 27 45
sarete richiamati per concordare l'appuntamento



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.

Ogni **variazione o cancellazione** dei nominativi di chi riceve questo notiziario, si prega di comunicarla al numero **349 88 45 880**

Iscriviti o rinnova la tua tessera: ***il nostro impegno cresce grazie al tuo contributo. Insieme avremo più voce***;
è sufficiente versare **20,00** Euro



ACISTOM ODV
Tu con Noi...

Aiutaci a:
- *Supportare lo screening del tumore colorettale dell'Ausl.*
- *Fornire sostegno psicologico e assistenza infermieristica domiciliare agli stomizzati.*
- *Donare strumentazione innovativa all'Ospedale Bufalini di Cesena.*

Insieme per prevenire ed affrontare le malattie urinarie ed intestinali!

Per destinare il tuo 5‰ ad ACISTOM firma nella casella SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO ed inserisci il cod. fisc.

90 033 980 401

c/o ASS.I. PRO.V.
Via Serraglio, 18 - 47521 CESENA
Tel. 349 8845880 - Fax 0547 369119
E-mail: info@acistom.it - www.acistom.it

Dona il tuo 5X1000

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 ACISTOM ODV"

C/C Postale n° 19208578 ACISTOM ODV - Via Serraglio, 18 - 47521 Cesena

LA BCC CREDITO COOPERATIVO RAVENNATE FORLIVESE E IMOLESE
Via Veneto, 15 - 47521 Cesena - IBAN IT 12 A 08542 23902 096 000 900 311

CREDIT AGRICOLE CARIPARMA - SEDE DI CESENA
C.so Garibaldi, 18 - 47521 Cesena - IBAN IT 18 M 06230 23900 0000 3058 1749

