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

IN QUESTO NUMERO N°2 - Anno 2024

Pag. 1 - Un Buon Natale di Pace
Pag. 1-2 - Emilia-Romagna: sopravvivenza tumori in crescita e risultati positivi dalla prevenzione
Pag. 3 - Prevenzione del Tumore del Colon-Retto
Pag. 4 - Castagnata Acistom
- Serata della Solidarietà 2024 all'Ippodromo del Savio
Pag. 5 - Perché non ha aderito allo screening colorettale?
Pag. 6 - Pellegrinaggio alla Basilica del Monte
- Ottavario dei defunti 2024
Pag. 7 - Tesseramento Acistom 2025
- Soggiorno marino in Sardegna settembre 2024
- Terra e Sapori
Pag. 8 - Prossimi Appuntamenti
- 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**
PEC: **acistom.odv@pec.it** · Stampa **DOTPRINT** · Via Venezia, 120 · Cesena · Tel.0547.610555

Un Buon Natale di pace, la cui sorgente nasce a Betlem, in un mondo di preoccupazioni, paure e guerre

Cari amici lettori de La Porta Giusta, quest'anno il Natale che ricorda alle donne e agli uomini del nostro tempo la nascita di Gesù e il suo Vangelo di amore e di pace per tutti, arriva carico di tensioni e preoccupazioni nel cuore di tante persone, nonché carico di scontri, tragedie e guerre che seminano violenza e morte in molte nazioni della nostra Europa e del mondo. Di fronte a questa realtà umana e sociale così complessa, che cosa possiamo fare noi singolarmente e come amici dell'associazione?

Possiamo e dobbiamo essere donne e uomini di pace, cioè di relazioni profondamente umane con noi stessi, in famiglia, nel lavoro e nella società, in casa con i nostri cari, in piazza e per le strade, con i nostri concittadini, perché la pace incomincia a operare nel cuore di ognuno di noi, con noi stessi e con tutti quelli che incontriamo e con i quali ci relazioniamo, compreso il volontariato.

Se siamo in pace con noi stessi, lo saremo anche nelle relazioni con gli altri, perché la pace non è solo assenza di guerra, ma pienezza di relazioni umane con le persone che ci stanno a fianco nel cammino della vita.

Dal Natale cristiano, abbeverati alla sorgente di amore e di luce, diventiamo capaci di tessere legami fraterni, di riconoscere la dignità di ogni essere umano e di prenderci cura insieme della nostra casa comune, che è il mondo.

Un Buon Natale di pace, luce e speranza.

Quinto Cappelli



Emilia-Romagna: sopravvivenza tumori in crescita e risultati positivi dalla prevenzione

L'Emilia-Romagna si conferma una delle regioni più virtuose d'Italia nella lotta contro il cancro, con una percentuale di sopravvivenza a cinque anni superiore alla media nazionale. I dati diffusi a settembre 2024 dal Registro Regionale Tumori, che coprono il quinquennio 2016-2020, evidenziano come la regione stia facendo progressi significativi nella diagnosi, nella cura e nella prevenzione dei tumori.

Sopravvivenza: numeri a favore della regione

In Emilia-Romagna, la sopravvivenza a cinque anni per i malati oncologici è decisamente più alta rispetto alla media nazionale. Nella popolazione maschile, la percentuale di sopravvivenza è del 65%, contro il 54% a livello nazionale. Nelle donne, la sopravvivenza è del 69%, contro il 63% registrato nel resto d'Italia. Questi numeri testimoniano i progressi compiuti in ambito medico e sanitario, con un miglioramento tangibile grazie alle innovazioni nelle terapie oncologiche e nella diagnostica precoce.

(Continua a pagina 2)

(continua da pagina 1)

Un elemento importante di questi successi è la riduzione dei tassi di mortalità e incidenza da tumore, che, al netto dell'invecchiamento della popolazione, registrano una flessione costante da oltre vent'anni. Inoltre, anche i tumori più aggressivi stanno mostrando segni di miglioramento, grazie ai trattamenti sempre più mirati ed efficaci.

Prevenzione e screening: il ruolo fondamentale delle campagne di salute

Una delle principali leve del successo dell'Emilia-Romagna nella lotta contro il cancro è rappresentata dalle politiche di prevenzione. La regione ha puntato con determinazione su campagne di sensibilizzazione e programmi di screening gratuiti che hanno contribuito a un miglioramento delle diagnosi precoci, specialmente per i tumori al colon-retto, al collo dell'utero e alla mammella.

L'incidenza del cancro al colon-retto, in particolare, è diminuita di circa il 50% grazie all'implementazione del programma di screening, che ha permesso di diagnosticare la malattia in fasi più precoci, quando le possibilità di cura sono molto più alte. Un dato che si inserisce in un trend positivo, con l'obiettivo di estendere questi screening a un numero sempre maggiore di cittadini.

I tumori più frequenti nel periodo 2016-2020 sono stati, per gli uomini, quelli alla prostata (20% dei casi), al polmone (13,5%) e al colon-retto (11%), mentre per le donne la mammella è stata la più diffusa (30,9%), seguita dal colon-retto (11%) e dal polmone (8,6%).

I tumori con maggiore sopravvivenza

Per quanto riguarda le neoplasie con i migliori risultati di sopravvivenza, i numeri sono molto incoraggianti. Negli uomini, il tumore al testicolo vanta un'impressionante sopravvivenza a cinque anni del 98%, seguito dalla tiroide (96%) e dal melanoma cutaneo (95%). Nelle donne, invece, i tumori alla tiroide e al melanoma cutaneo raggiungono rispettivamente il 98% e il 95% di sopravvivenza a cinque anni, mentre il tumore alla mammella si attesta al 92%.

Tendenze in calo e in aumento: un quadro dinamico

Se da un lato i dati sono positivi, con la riduzione dell'incidenza di alcuni tumori come quelli alla cavità orale, allo stomaco, al fegato e al polmone negli uomini, e allo stomaco, al colon-retto e al fegato nelle donne, ci sono anche tumori per i quali si registrano aumenti, come il melanoma cutaneo, che sta facendo segnare numeri in crescita sia tra gli uomini che tra le donne.

Inoltre, un altro dato interessante riguarda l'incidenza dei tumori tra i giovani, in particolare negli under 50. Sebbene gli studi internazionali abbiano segnalato un aumento di tumori in questa fascia di età, in Emilia-Romagna al momento le dimensioni di questo fenomeno sembrano essere contenute. Tuttavia, l'Assessorato alla Sanità regionale ha già avviato studi statistici approfonditi che potrebbero fornire una lettura più accurata nei prossimi mesi.

Conclusioni: un sistema sanitario che fa la differenza

In conclusione, i dati presentati dal Registro Tumori confermano che l'Emilia-Romagna è una delle regioni più all'avanguardia nella lotta contro il cancro, grazie a un sistema sanitario che combina prevenzione, diagnosi precoce e trattamenti innovativi. L'attenzione alla salute pubblica, rappresentata dalle campagne di screening, è fondamentale per garantire una maggiore qualità della vita e una più alta aspettativa di vita per tutti i cittadini.

L'impegno nella ricerca e nell'innovazione, insieme all'efficace organizzazione dei servizi sanitari, pongono la regione come un modello di riferimento a livello nazionale, dimostrando che con un approccio integrato e una costante attenzione alla prevenzione, è possibile migliorare concretamente la salute della popolazione.

Serena Mariani

(fonte: comunicato stampa Regione Emilia Romagna del 06/09/2024)



Prevenzione del Tumore del Colon-Retto

Dal 2025 in Emilia-Romagna Screening Gratuito anche per la Fascia 70-74 Anni



Dal 2025, in Emilia-Romagna, l'offerta di screening gratuito per il tumore del colon-retto si amplia, coinvolgendo anche le persone di età compresa tra i 70 e i 74 anni. Un importante passo in avanti nella lotta contro questa patologia, che rappresenta la seconda causa di incidenza e mortalità oncologica in Italia.

L'Ampliamento dello Screening

La Regione Emilia-Romagna, da sempre pioniera in ambito di prevenzione, si allinea con le indicazioni del Piano Oncologico Nazionale 2023-2027 e con le raccomandazioni del Consiglio dell'Unione Europea, che nel 2022 ha sottolineato l'importanza di estendere lo screening del colon-retto fino ai 74 anni. La decisione di includere questa fascia di età arriva in un contesto dove la speranza di vita è in costante aumento, e l'intervento precoce diventa sempre più cruciale per la salute della popolazione anziana.

Il programma di screening del colon-retto in Emilia-Romagna, che ha preso piede già nel 2010, ha visto la Regione essere la prima in Italia a estendere lo screening mammografico dalla fascia 50-69 anni alla fascia 45-74 anni. Ora, con il tumore del colon-retto che colpisce ogni anno decine di migliaia di italiani, è giunto il momento di ampliare anche questo tipo di prevenzione, per ridurre l'incidenza e la mortalità di una malattia che, se diagnosticata in tempo, può essere trattata efficacemente.

Il Tumore del Colon-Retto: Dati e Rischi

In Italia, il tumore del colon-retto è al secondo posto per incidenza e mortalità oncologica, con circa 48.100 nuovi casi diagnosticati ogni anno (26.000 uomini e 22.100 donne). In Emilia-Romagna, nel 2018, i nuovi casi sono stati 3.338, pari al 10,9% di tutti i tumori diagnosticati nell'anno. Questo tipo di tumore colpisce maggiormente la fascia di età over 70, per cui la prevenzione diventa ancora più determinante.

I Benefici dello Screening

Lo screening del colon-retto, che prevede il test per il sangue occulto nelle feci, ha dimostrato di ridurre significativamente sia l'incidenza che la mortalità legate a questa malattia. In Emilia-Romagna, l'introduzione di questo programma ha portato a una riduzione del 33% dell'incidenza e del 65% della mortalità tra gli uomini e una riduzione del 21% dell'incidenza e del 54% della mortalità nelle donne.

Purtroppo, nonostante l'efficacia del programma, quasi la metà della popolazione non usufruisce ancora di questa opportunità di prevenzione gratuita: questo è uno dei motivi che ha spinto Acistom odv a finanziare il progetto del recall telefonico ai non aderenti allo screening del colon-retto. L'ampliamento dello screening mira proprio a raggiungere una maggiore adesione e a offrire a più persone possibile l'opportunità di una diagnosi precoce.

Come Funziona lo Screening

A partire dal 2025, il programma di screening sarà esteso progressivamente alla fascia di età 70-74 anni. Si partirà con l'invito a coloro che nel 2025 compiranno 70 anni (nati nel 1955) e con l'invito a quelli che compiranno 74 anni (nati nel 1951). Questo invito sarà in continuità con la cadenza biennale già prevista per i test del sangue occulto nelle feci. Ogni anno si aggiungeranno nuove coorti, e dal 2028 tutti i cittadini tra i 70 e i 74 anni residenti in Emilia-Romagna saranno inclusi nel programma di screening.

Come Partecipare

Chiunque si trovi nella fascia di età 50-69 anni, o tra i 70 e i 74 anni e risieda o sia domiciliato in Emilia-Romagna, può partecipare gratuitamente al programma di screening. Se non si è mai aderito prima, è possibile contattare il centro screening della propria Azienda Usl per richiedere il test del sangue occulto nelle feci, che viene offerto ogni due anni.

L'estensione dello screening per il tumore del colon-retto alla fascia 70-74 anni rappresenta un passo significativo verso una maggiore prevenzione e una riduzione delle morti per questa patologia ed in fondo è un riconoscimento anche all'impegno profuso da Acistom odv per la diffusione di questo tipo di screening. Grazie a questa iniziativa, sempre più cittadini avranno l'opportunità di diagnosticare precocemente un possibile tumore, migliorando così le possibilità di cura e salvezza. La prevenzione, infatti, è uno degli strumenti più potenti nella lotta contro il cancro: partecipare allo screening è un gesto semplice ma fondamentale per la propria salute.

Serena Mariani

(fonte: comunicato stampa Regione Emilia Romagna del 06/09/2024)

Castagnata Acistom

sabato 12 ottobre 2024

Una splendida giornata autunnale, sole e cielo azzurro, un paesaggio dalle varie sfumature calde e colorate lungo le colline, che abbiamo ammirato, mentre viaggiavamo verso il castagneto per la tradizionale uscita di ottobre al monte Fumaiolo.

Dopo la gustosa colazione presso l'azienda agricola Facciani, si sale al castagneto, che ha accolto i raccoglitori con tanti bellissimi frutti che hanno soddisfatto pienamente tutti.

L'atmosfera gioiosa dei tanti partecipanti ha rallegrato il momento del pranzo al ristorante "Fumaiolo Paradise" ed è continuata fino al rientro. Le foto, scattate dalla socia Sondra, mostrano la bellezza dei luoghi che hanno allietato le nostre camminate.

Questi momenti distensivi e festosi, che Acistom offre ai suoi associati, alleggeriscono i nostri pensieri, sono un arricchimento per il nostro animo e rafforzano il senso di solidarietà, che è l'anima della nostra associazione: gustiamoli, con un senso di gratitudine, per coloro che si prodigano per realizzarli.

Mirka







Serata della Solidarietà 2024 all'Ippodromo del Savio



Lunedì 19 agosto 2024 si è svolta la Serata della Solidarietà organizzata dall'Ippodromo di Cesena.

La presidente Giordana Giulianini e la socia Sondra Sirri sono state intervistate per presentare attività, progetti e obiettivi futuri di Acistom odv.

La seconda corsa, abbinata alla nostra associazione, è stata vinta dal cavallo Fujiko Font, guidato dal driver Alessandro Gocciadoro che ha ricevuto il premio messo in palio da Acistom dalle mani della consigliera Carmen Ceccaroni.

ACISTOM ODV

Tu con Noi...

Dona il tuo 5X1000

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
- Sostenere le attività istituzionali dell'associazione

Insieme per prevenire i tumori ed affrontare le malattie urinarie ed intestinali

Per destinare il tuo 5‰ ad Acistom, nella casella "SOSTEGNO DEGLI ENTI DEL TERZO SETTORE ISCRITTI AL RUNTS", inserisci il codice fiscale: **90 033 980 401**

c/o VolontaRomagna - Via Serraglio, 18 - 47521 CESENA - Tel. **349 8845880** - Fax **0547 369119** - *info@acistom.it - www.acistom.it*

Perché non ha aderito allo screening colorettale?

Il report dell'attività di recall di Cesena al convegno regionale

Il 22 ottobre, a Bologna, si è svolto il seminario regionale dal titolo "*Le parole chiave dello screening del tumore del colon retto in Emilia-Romagna: appropriatezza, valutazione e sviluppo*", al quale ho partecipato come relatrice, con l'intervento **PERCHÉ NON HA ADERITO ALLO SCREENING COLORETTALE?** Il report dell'attività di recall di Cesena.

Nell'intervento sono stati descritti i dati dell'ultimo anno di lavoro al centro screening per il progetto recall.

L'adesione allo screening del tumore del colon retto è bassa rispetto agli altri screening oncologici: tra le finalità di Acistom c'è sempre stata quella di migliorarne adesione, arrivando a stipulare varie convenzioni con l'Ausl Romagna per effettuare il recall telefonico ai soggetti non aderenti, ottenendo buoni risultati.

L'azione di miglioramento si prefigge anche di comprendere le motivazioni di non adesione allo screening, attraverso il richiamo telefonico delle persone non aderenti, con successivo re-invio della lettera di convocazione.

I dati di cui parlerò prendono in considerazione l'attività svolta da maggio 2023 a maggio 2024, periodo nel quale sono state prese in esame 640 persone: si tratta di soggetti che non avevano risposto a un invito negli ultimi 24 mesi, senza motivi di esclusione successivi all'invito e con un recapito telefonico presente in anagrafica.

Il 58% di queste aveva già aderito allo screening nel frattempo, nel 21% dei casi c'erano errori anagrafici o di numero di telefono e un altro 21% dei casi il soggetto non era elegibile per motivi di esclusione successivi all'estrazione: alla fine i soggetti considerati sono stati 470.

Tra le 470 persone contattate, 137 non hanno risposto, 29 hanno rifiutato il colloquio, 23 hanno affermato di essere seguiti in altra sede, mentre 281 persone hanno accettato l'invio della lettera.

Tra le persone che hanno rifiutato, il 46% non mostrava interesse, mentre il 45% ha direttamente attaccato il telefono. Altre motivazioni del rifiuto, in percentuale minore, riguardano la paura dell'esito o del dolore per l'eventuale successiva colonscopia o l'impossibilità di eseguire il test in quanto fuori Italia.

Le 281 persone che hanno accettato l'invio della lettera, quando interrogati sulle motivazioni di non adesione, dicono di essersi dimenticate, di non aver ricevuto la lettera, di averla persa o di non aver avuto tempo; altre motivazioni riportate sono il fatto di aver paura dell'esito o dell'esame stesso (spesso perché confuso con la colonscopia) e la mancanza di interesse.

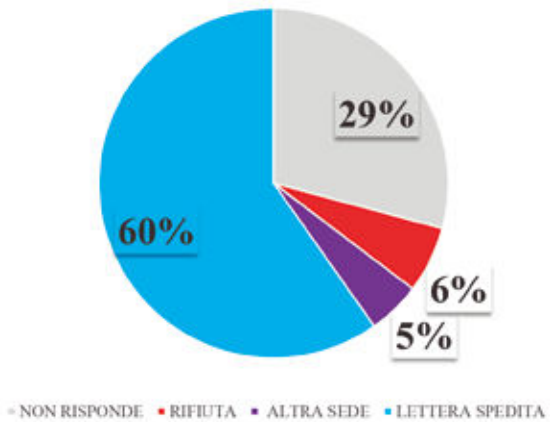
Tre mesi dopo la spedizione della lettera è stato verificato l'esito: 79 persone, ovvero il 28% delle persone a cui è stata spedita la lettera, hanno aderito e tra questi sono emersi due fobt positivi, esitati in due colon negative. 20 persone hanno ritirato la provetta ma non hanno ancora eseguito l'esame, mentre 180 persone non hanno ancora aderito. È stato osservato che nei nuovi 79 aderenti le motivazioni che avevano spinto a una precedente non adesione erano in particolare la dimenticanza e il fatto di non avere ricevuto la lettera o la mancanza di tempo.

In conclusione, si sono mostrati i limiti operativi dell'attività, ovvero il fatto che sia stata sempre svolta nella stessa fascia oraria e che il campione esaminato sia troppo piccolo per trarre conclusioni. Si è portata inoltre una riflessione sul fatto che possa essere difficile interagire con uno sconosciuto su temi sui quali si può non essere pronti a riflettere, come il tumore al colon retto e la sua prevenzione, ma si conferma che la ricerca attiva è efficace è che i prossimi obiettivi del lavoro saranno quelli di comprendere ancora di più i bisogni e gli stati emotivi impliciti ed espliciti delle persone che rifiutano di partecipare allo screening in modo da migliorare e affinare le tecniche per incrementare l'adesione.

Dott.ssa ***Valentina Baldassarri***
Psicologa Psicoterapeuta

FASE 2 - COLLOQUIO DI RECALL

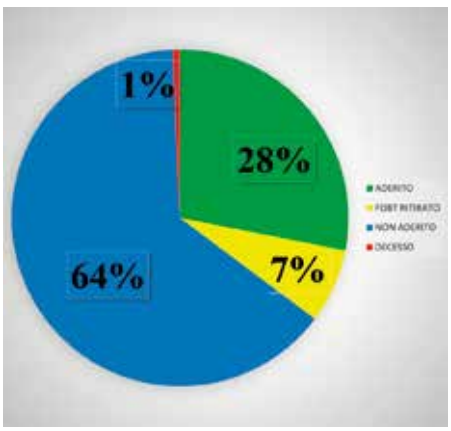




FASE 4 - MONITORAGGIO LETTERE SPEDITE

(dopo almeno 3 mesi dal contatto)





Un Momento di Comunione e Preghiera

Pellegrinaggio alla Basilica del Monte



Sabato 24 agosto 2024, subito dopo la festa dell'Assunta, i soci, i volontari e gli amici di Acistom si sono riuniti per il tradizionale pellegrinaggio alla basilica mariana, un luogo tanto amato dai cesenati. Questo evento ha rappresentato un'importante occasione di condivisione e riflessione, in un momento di comunione tra i membri della nostra comunità.

La celebrazione della Santa Messa è stata officiata da Padre Gabriele, figura da anni legata all'associazione. Con la sua guida, i partecipanti hanno potuto unirsi in preghiera, intonando canti e formulando intenzioni per ricordare con affetto le persone scomparse. Questo gesto ha reso il pellegrinaggio ancora più significativo, permettendo a tutti di riflettere sul valore della memoria e dell'amore che ci unisce.

Le preghiere rivolte alla Vergine Maria hanno risuonato nel cuore di ciascuno di noi, chiedendo la sua intercessione affinché ci assista nel nostro percorso quotidiano, fatto di sfide e ostacoli. La celebrazione ha offerto un momento di serenità e di riflessione, sottolineando l'importanza della fede e del sostegno reciproco in un contesto di vita complesso.

Il pellegrinaggio alla basilica mariana non è stato solo un momento di preghiera, ma anche una testimonianza della forza della nostra comunità. Ringraziamo tutti coloro che hanno partecipato, contribuendo a rendere questo evento così speciale e significativo. Insieme, continuiamo a camminare sulla strada della fede e della solidarietà.

Serena Mariani

Ottavario dei defunti 2024

Anche quest'anno i volontari di Acistom ODV hanno svolto un prezioso servizio di raccolta fondi presso i cimiteri del nostro territorio in occasione dell'Ottavario dei Defunti. Grazie al loro impegno, le offerte raccolte contribuiranno a sostenere i progetti di Acistom nel campo della prevenzione oncologica e alla donazione di strumentazioni innovative all'ospedale "Maurizio Bufalini" di Cesena.

Siamo pienamente consapevoli che i tempi attuali non sono facili: da un lato, le persone che scelgono di fare questo tipo di offerta sono sempre meno, e dall'altro, c'è un generale calo di affluenza ai cimiteri in questa ricorrenza. Tuttavia, vogliamo rimanere positivi e grati per ogni singolo contributo ricevuto.

Per questo, il nostro più sentito GRAZIE va innanzitutto ai volontari che, con grande dedizione, hanno offerto il loro tempo gratuitamente, dimostrando un impegno costante verso l'associazione e i suoi progetti.

Un GRAZIE sincero anche a tutti coloro che, anche con una piccola offerta, si sono uniti a noi in questa importante opera di prevenzione oncologica. Ogni gesto, anche il più piccolo, rappresenta un passo importante nella nostra missione di salute e solidarietà.





COLLEZIONE ARTISTICA PIATTI

Tesseramento Acistom 2025

Il piatto, prodotto da Dipinto a Mano di Roberto Del Vecchio a Rimini, raffigura l'ingresso al Parco della Rimembranza, dove è stata collocata la grande lapide in marmo che riporta i nomi dei seicento giovani cesenati caduti nella prima guerra mondiale. La lapide è collocata sul muraglione in mattoni, coronato da una merlatura, che sostiene la ripida pendice settentrionale del colle.

Sulla superficie in mattoni, proprio sopra alla lapide in marmo, sono applicate le lettere in metallo che compongono la scritta "OB PATRIAM CAESIS MATER CAESENA DICAVIT" (Cesena madre lo dedicò ai caduti per la patria). E' questo il motivo per cui il parco è stato denominato "Parco della Rimembranza". L'inaugurazione del parco si tenne nel 1924, contestualmente alla realizzazione dell'ingresso monumentale di viale Mazzoni, dedicato ai giovani cesenati caduti, per ognuno dei quali venne piantato un albero alla memoria.

Come deciso dall'assemblea generale 2023 dei soci Acistom, chi vorrà continuare la raccolta dei piatti del tesseramento,



dovrà versare una quota aggiuntiva a copertura dei costi sostenuti dall'associazione per la loro realizzazione: anche per il 2025 la quota per il solo tesseramento sarà di 15€, mentre per tesseramento+piatto occorrerà versare 25€.

Soggiorno marino in Sardegna settembre 2024



Il gruppo Acistom ritratto a Viterbo, dove ha effettuato una visita guidata lungo il tragitto per Civitavecchia, dal cui porto si è imbarcato per la Sardegna. Il soggiorno si è svolto dal 6 al 14 settembre 2024 presso il villaggio Valtur Baia dei Pini a Budoni, vacanza organizzata con la collaborazione dell'Agenzia Viaggi Mister Miao di Cesena.

Il numeroso gruppo degli oltre 50 partecipanti si è un po' destreggiato tra i capricci del meteo che hanno caratterizzato questo settembre 2024, ma la buona compagnia, l'accoglienza del resort e i magnifici paesaggi sardi hanno comunque lasciato bei ricordi in tutti i vacanzieri.

TERRA E SAPORI
RUBRICA

Pescatrice al sugo di sedano e pomodoro



INGREDIENTI per 6 persone:

800 gr. di pescatrice pulita, senza pelle e tagliata a tranci
1 lt. di passata di pomodoro
2 scalogni tritati
2 coste di sedano pelate e affettate
1 cucchiaio di origano
una punta di peperoncino
olio, farina 00, sale q.b.

PREPARAZIONE

Infarinare leggermente i tranci di pescatrice, scuoterli per togliere la farina in eccesso e, in una padella con il fondo antiaderente, rosolare i tranci a fuoco vivo con poco olio, poi toglierli e metterli da parte.

Nel fondo di cottura rimasto in padella, aggiungere un altro po' di olio e poi versare lo scalogno tritato, il peperoncino e il sedano affettato: lasciare stufare dolcemente per 5/6 minuti.

Unire la passata, portare a bollore, aggiungere i tranci e lasciarli sobbollire per 10 minuti.

Cospargere infine con un filo d'olio, aggiungere l'origano, aggiustare di sale, spegnere e servire.

CONSIGLI DELLO CHEF

Si possono utilizzare anche altri pesci sodi, come pesce spada, palombo o gattuccio. Il fatto di usare la stessa padella, non farà perdere il sapore rilasciato dal pesce durante la cottura.



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.

Aperto dal lunedì al venerdì. Si accede solo su appuntamento.

Lasciare un messaggio alla segreteria telefonica del numero **0547 35 27 45** indicando nome, cognome, recapito telefonico e motivo della richiesta: il personale provvederà a richiamare l'utente e, se necessario, fisserà l'appuntamento.



Assistenza infermieristica e Supporto Psicologico

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. L'Associazione offre inoltre supporto psicologico a soci stomizzati e ai loro familiari, avvalendosi della consulenza di una psicologa professionista.
Per prenotare entrambi i servizi è sufficiente telefonare al n. 349 88 45 880.

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 **15,00** Euro



PROSSIMI APPUNTAMENTI



SABATO 25 GENNAIO 2025 presso Hobby 3a età: estrazione Lotteria e Tesseramento;

SABATO 22 MARZO 2025: pranzo sociale (locale in via di definizione) - con gli amici di Rimini, Riccione, Reggio Emilia, Forlì, Bologna e Teramo;

SABATO 12 APRILE 2025: visita guidata di Dozza e pranzo sociale con gli amici dell'Arestom di Reggio Emilia;

DOMENICA 11 E LUNEDÌ 12 MAGGIO 2025: soggiorno a Monza e lago di Como (luoghi manzoniani).

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 76 D 08542 23902 0000 0090 0311

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



