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

N° 2 / 2012

In questo numero:

Pag. 1 - CONVEGNO PROVINCIALE ANMIC
Pag. 2 - ASSEMBLEA GENERALE ACISTOM
Pag. 3 - PRANZO SOCIALE ACISTOM 2012
USCITA MUSEALE ACISTOM
PRANZO SOCIALE ALL'A.RE.STOM.
Pag. 4 - FESTA DI PRIMAVERA A RIMINI E VISITA A MONDAINO
VIAGGIO LUNGO LA COSTA AMALFITANA
Pag. 5 - "TERRA E SAPORI"
Pag. 6 - LA CERTOSA DI PAVIA - MILANO
RUBRICA DELLA SALUTE
Pag. 7 - TERREMOTO IN EMILIA ROMAGNA
PULMINO PER TRASPORTO DISABILI
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

Convegno provinciale ANMIC

(Associazione Nazionale Mutilati ed Invalidi Civili)

in collaborazione con

ACISTOM e AMAR

(Associazione malattie autoimmuni rare)

Nuova sede Confartigianato Cesena, Via Ilaria Alpi, 49 - Sabato 16 Giugno 2012



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

Acistom ha collaborato con ANMIC, l'Associazione Nazionale mutilati ed Invalidi Civili, all'organizzazione del convegno provinciale che si è tenuto sabato 16 giugno 2012 presso la nuova sede della Confartigianato di Cesena, in via Ilaria Alpi, 49 (vicino alla rotonda di Torre del Moro).

Trattati i temi del lavoro, politiche sociali, scuola, sanità e del nuovo sistema di riconoscimento dell'invalidità civile. Gli itinerari del percorso dell'ANMIC si identificano soprattutto nella ricerca-azione, dei grandi temi rivolti al disagio e alle difficoltà di vita che i gravi ed i sofferenti sopportano, giorno per giorno, nella rituale sequenza umana che rapporta l'uomo, all'interno della sue esistenza, per il soddisfacimento dei suoi bisogni.

L'incontro del 16 Giugno 2012 ha voluto essere l'inizio di una nuova epoca, con sentimenti di intenso interesse e di enorme compiacimento, attraverso la presenza dei rappresentanti politici, delle Istituzioni, dell'associazionismo sociale, pubblico e privato, dell'intera Provincia Forlì-Cesena, a testimonianza di un auspicabile avvio della crescita, dello sviluppo e del sostegno dell'intero edificio sociale, riprendendo quel filo che ispirò l'imperatore Traiano, circa 2000 anni fa, anche a Forlì-Cesena a porsi a favore della classe più debole della società.

Sono intervenuti, con grande entusiasmo e preparazione, moderati dal Prof. Pagano Nazaro, Segretario Generale ANMIC: Placuzzi Dr. Giampiero Segretario Generale Confartigianato di Cesena, Lucchi Paolo Sindaco del Comune di Cesena, Bravaccini Agostino Presidente Provinciale e Vicepresidente Nazionale ANMIC, Alessandrini Tiziano Consigliere e Capogruppo PD Commissione Politiche Economiche Regione Emilia Romagna, Biserni Giancarlo Vice Sindaco Comune di Forlì, Zattini Dr. Gianluca Sindaco del Comune di Meldola, Nannini Dr. Antonio Segretario Generale Camera di Commercio Provincia di Forlì-Cesena, Galassi Ing. Giuliano Presidente CILS Cooperativa Sociale di Cesena, Buda Prof. Roberto Sindaco del Comune di Cesenatico, Battistini Pier Luigi Assessore Attività produttive Comune di Bagno di Romagna, Altini Dr. Mattia Direttore sanitario IRCCS di Meldola, Rinaldini Graziano Direttore Generale Formula Servizi di Forlì, Zoffoli Prof. Paolo Sindaco di Forlimpopoli e Presidente della conferenza Territoriale socio-sanitaria del forlivese, Zoffoli Rag. Francesco Presidente della CSIPM Cooperativa Sociale di Meldola, Bissi Dr.ssa Gloria Referente Commissione Medica ASL di Cesena, Giulianini Giordana Presidente ACISTOM Cesena, Brandolini On.le Sandro, Bulbi Massimo Presidente Provincia di Forlì-Cesena, Sabia Avv. Domenico Responsabile ufficio legale ANMIC Nazionale, Perini Dr. Pino Gino Presidente Provinciale AMAR Malattie Autoimmuni Rare e Componente Commissione Medica di Controllo INPS Forlì-Cesena, Settanni Dr. Domenico ex funzionario dell'ufficio provinciale del lavoro e Componente Comitato Provinciale esperto settore lavoro e sociale e Cefalù Dr. Roberto Direttore Generale INPS Forlì.

In particolare la nostra Presidente ha illustrato le attività dell'associazione e la proposta di innalzare il tetto di età per le pensioni civili a 70 anni.

ASSEMBLEA GENERALE ACISTOM

sabato 14 aprile 2012

Sfidando le intemperanze di un tempo davvero poco clemente, i soci di Acistom si sono comunque ritrovati numerosi, sabato 14 aprile 2012, per l'Assemblea generale dell'associazione. Il principale argomento, all'ordine del giorno, era l'approvazione del Bilancio consuntivo 2011 e del Bilancio preventivo 2012.

Dopo i saluti della Presidente Giordana Giulianini, del Vicepresidente Enzo Castellucci, della segretaria Mirka Palmieri che, nei loro interventi, hanno ricordato le varie attività in cui i soci sono stati impegnati durante il 2011 e li hanno ringraziati per il loro costante impegno, Claudio Cavallucci ha illustrato il bilancio consuntivo e quello preventivo. Le risultanze dell'esercizio 2011 evidenziano un attivo di euro 107.710,44, un passivo di euro 10.088,98 ed una riserva di euro 97.621,46.

Le entrate del 2011 sono state pari a euro 95.024,03, le uscite pari a euro 63.837,03 con un avanzo di esercizio di euro 31.187,00; poiché il bilancio fotografa la situazione al 31/12/2011, è giusto precisare che questa cifra è già stata utilizzata, nei primi mesi del 2012, per acquistare strumentazione di tecnologia avanzata da donare al reparto di Urologia dell'Ospedale M.Bufalini, secondo l'obiettivo che Acistom si è data già da qualche anno e verso cui convergono le principali attività di raccolta fondi dell'associazione. Le principali voci di spesa sono riferite alle iniziative più significative realizzate nell'anno: l'adesione al progetto Screening e il pagamento di una borsa di studio per un gastroenterologo per euro 31.359,00 l'assistenza psicologica agli stomizzati e l'assistenza infermieristica domiciliare per euro 3.760,00.
Il bilancio preventivo per il 2012 evidenzia entrate per euro 74.300,00, uscite per euro 119.400,00, con un utilizzo di riserve degli anni precedenti per euro 45.100,00.

Le voci principali sono riferite al progetto screening colorettale che prevede anche il finanziamento di borse di studio a 2 medici gastroenterologi per euro 50.000,00, una sostenuta interamente da Acistom, l'altra coofinanziata da IOR, ARRT e con un contributo della LILT; sono previsti anche euro 2.000,00 per i corsi di formazione e i seminari per soci volontari ed euro 4.000,00 per il progetto di supporto psicologico alle persone che hanno subito interventi chirurgici con stomia all'Ospedale "M.Bufalini". I 35.000,00 euro necessari all'acquisto della strumentazione per il reparto di Urologia dell'Ospedale M.Bufalini figurano, appunto, nelle previsioni per il 2012, perché, come detto sopra, l'operazione si è perfezionata all'inizio del corrente anno.

Anche i numeri del bilancio mettono in luce un'associazione forte, vivace, che gode di ottima salute, grazie all'impegno e al lavoro dei tanti soci e sostenitori, che sempre donano tanto del loro tempo e delle loro energie senza risparmiarsi.

Pranzo Sociale Acistom 2012

Anche quest'anno Acistom ha riunito tutti i suoi soci e gli amici delle associazioni di Forlì, Reggio Emilia e Rimini in un piacevole momento conviviale. L'incontro si è tenuto domenica 11 marzo, presso il ristorante Ca' Nori di Montaletto di Cervia.

Anche questo evento è stata l'occasione per promuovere una raccolta fondi, il cui ricavato andrà a favore del progetto che Acistom porta avanti ormai da qualche anno, ossia la donazione di innovative strumentazioni all'ospedale "Maurizio Bufalini" di Cesena: è stata infatti organizzata una lotteria, i cui biglietti sono stati acquistati dai partecipanti al pranzo e dagli altri commensali presenti quel giorno al ristorante; è stata inoltre allestita la bancarella coi prodotti del "mercatino", i preziosi oggetti frutto del lavoro delle abili mani delle socie di Acistom, che non finiscono mai di stupire per bravura e inventiva.

Agli ospiti d'onore, Giuseppe Torricelli - stomaterapista e capogruppo dell'associazione di Reggio Emilia - Luisa Ridolfi - stomaterapista e coordinatrice dell'associazione di Rimini - Varis Bravi - presidente dell'Afos (Associazione Forlivese Incontinenti e Stomizzati) - Giovanna Tani - stomaterapista dell'Ausl di Forlì, è stato consegnato il piatto dipinto che ogni anno Acistom, per la festa della Befana, commissiona con un originale disegno raffigurante una veduta della città.



USCITA MUSEALE ACISTOM



Altro importante appuntamento del gruppo culturale ACISTOM è stata la visita al Museo d'Arte di Ravenna alla mostra "MISERIA e SPLENDORE della CARNE" con Testori e la grande pittura europea, con opere di COURBET, GIACOMETTI, BACON fino al grande CARAVAGGIO. Giovanni Testori fu un critico di grandi passioni, interprete emotivo dell'arte antica e moderna, impegnato in molti campi, quali la scrittura teatrale, quella letteraria, la critica d'arte e la pittura. La mostra, curata da Claudio Spadoni, si articola in diverse sezioni dedicate alla grande arte europea dal '500 al '900. Parte dagli esordi della carriera critica di Testori, come allievo di Roberto Longhi e suo collaboratore per la rassegna sulla pittura di realtà in Lombardia, che contribuì a far luce sui precedenti del riscoperto Caravaggio, rappresentato dall'opera "Ragazzo morso da un ramarro". La mostra offre una rassegna di figure, che delineano questa conclusione, dal Moroni al Cerano, a Tanzio da Varallo e Cairo. Il seicento ed il settecento sono rappresentati da una serie di dipinti straordinari, tra cui i capolavori di FRA' GALGARIO e CERUTI, per giungere all'ottocento francese con Gericault e Courbet. Il Novecento è presente con i pittori della " Nuova Oggettività" e del realismo impressionista come Grosz, Giacometti, Bacon e Sutherland e degli italiani Marini, Manzù, Guttuso ed il pittore, amico di una vita, Morlotti. Il percorso, ricco di tante altre presenze, si completa con una scelta di ritratti di Testori, fra i tantissimi che diversi artisti gli hanno dedicato. La guida che ha accompagnato il gruppo in questo percorso pittorico, con la sua professionalità e passione per l'arte, ha saputo trasferire dal quadro ai presenti il messaggio e le emozioni che il pittore ha inserito nei quadri con le sue sfumature di colore.

PRANZO SOCIALE ALL'A.RE.STOM.

"L'arte di vincere le grandi difficoltà s'impara con l'abitudine ad affrontare quelle piccole"

Questa la massima presentata a Reggio Emilia dall'associazione A.RE.STOM. Domenica 1° Aprile in occasione della celebrazione del trentennale, trascorso dalla parte dei cittadini stomizzati ed incontinenti.

Anche l'A.C.I.STOM. era presente, con un gruppo di soci ed amici dell'associazione, a questo importante evento, in cui è stato riconosciuto un "ATTESTATO DI BENEMERENZA" ad A.C.I.STOM. per l'impegno ed il sostegno dato all'associazione e ritirato dal presidente Giordana Giulianini, nel corso della cerimonia di celebrazione.

Il pranzo al Parco Tegge di Felina, con un menù degno di questo incontro, è stato organizzato,con l'alto tono di sempre, dal presidente Torricelli e dagli amici reggiani.

Dopo l'approvvigionamento del parmigiano in un caseificio locale, si è effettuata una visita al paese di CASTELNOVO NE' MONTI, immerso nel verde, ai piedi della suggestiva PIETRA DI BISMANTOVA, in un ambiente integro, genuino, caratterizzato da un quieto vivere, che ha concluso questa giornata, trascorsa in un clima distensivo e socievole.

FESTA DI PRIMAVERA A RIMINI E VISITA A MONDAINO

È terminato, con questo incontro, Domenica 15 Aprile, il tradizionale scambio di appuntamenti con le associazioni provinciali di stomizzati ed incontinenti.

Il pranzo, organizzato con efficienza da Luisa Ridolfi e dagli amici riminesi, si è svolto in un clima festoso ed amichevole; ma si è colta anche l'occasione di visitare, nella mattinata, il paese di Mondaino, che sorge sull'alta collina della media Valconca, dove un tempo pascolavano i daini e sorgeva un tempio dedicato a Diana, dea della caccia e protettrice delle selve.

Con il tempo, il paese divenne un borgo fortificato, caposaldo della Signoria dei Malatesta sui confini con le terre dei rivali Montefeltro, duchi d'Urbino.

Mura e porte fortificate, una potente rocca e tutta la struttura del paese ci parlano di questo passato, che ogni anno rivive in una delle rievocazioni storiche più curate e coinvolgenti della Signoria: il PALIO DEL DIANO.

Mondaino è uno dei principali paesi della vallata: la sua bella piazza semicircolare ottocentesca, chiamata affettuosamente dagli abitanti "Piazza Padella", qualche palazzo nobiliare, le sue architetture ed anche il saldo tessuto cittadino che ancor oggi mantiene, dimostrano la validità di un territorio, ancor oggi apprezzato. Un siparietto inaspettato ma graditissimo, è stata la visita al "Mulino della Porta di Sotto", risalente al 1400, addossato a quella che fu la Porta Montanara del castello Malatestiano. Sono qui collocate 5 fosse scavate in età malatestiana nella roccia arenaria, che è riempita nel mese d'Agosto, durante le 4 giornate del Palio e svuotate in novembre, per estrarre il formaggio Pecorino di fossa, di cui Mondaino è da anni una delle capitali nella produzione.

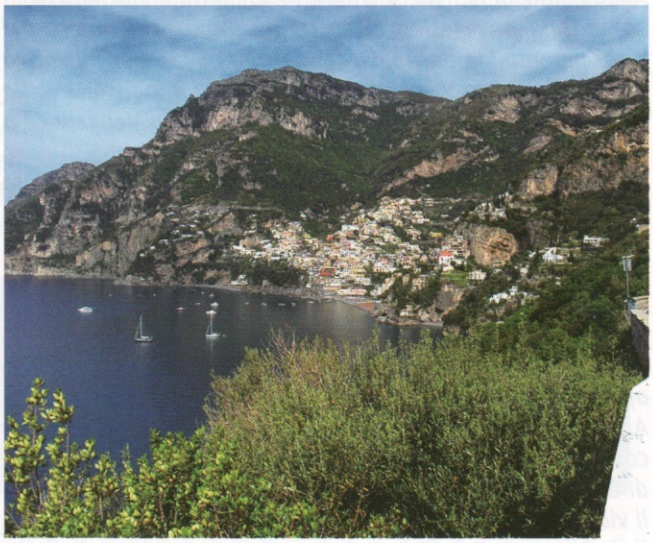
Una guida locale, nelle vesti del poeta Dante, ci ha accompagnato nella nostra visita in paese, e Deborah, vestita da Beatrice, ha assunto degnamente questa nuova, seppur temporanea identità. Dentro la possente Rocca Malatestiana d'epoca medioevale è collocato il Museo Paleontologico del Tripoli mondainese, una roccia sedimentaria che si è formata nel corso di millenni dal deposito e dalla fossilizzazione di microscopici scheletri di diatomee e radiolari sul fondo del mare. Abbiamo potuto ammirare, incastonati sulle pareti rocciose di questo complesso, esemplari di pesci, animali e vegetali che hanno almeno 4 milioni d'anni, ma ancora incredibilmente nitidi.



VIAGGIO LUNGO LA COSTA AMALFITANA

Prima tappa di questo viaggio:
ABBAZIA di MONTECASSINO
Arrivati sulla sommità del monte, appare la mole dell'abbazia, la cui vista ci aveva accompagnato lungo la strada, in tutto il suo maestoso ed abbagliante candore.
S. Benedetto da Norcia, nel 529, fondò il primo nucleo dell'abbazia, infondendo la forza della sua fede e della propria rigida regola che esige, assieme alla preghiera, il lavoro manuale e la copiatura degli antichi testi. Questa terra è stata per un lungo periodo un faro per la vita religiosa e culturale d'Italia. Però soprattutto ci si sofferma ad immaginare l'inferno della battaglia che vide, durante l'ultima guerra, l'abbazia di Montecassino, teatro e protagonista.
Nel 1943 Cassino era uno dei capisaldi tedeschi, e l'anno seguente, sopraffatta la resistenza nazista, l'abbazia presentava un paesaggio desolante di macerie.
Tuttavia, pochi anni dopo, avvenne la ricostruzione.
Quindi: **CASERTA**, *con la visita alla settecentesca Reggia di Carlo III di Borbone, capolavoro del Vanvitelli, una delle più belle del mondo, con 1200 stanze, 34 scale, quasi 200 finestre ed un immenso parco adornato da un complesso di fontane e cascate. È tale la sua bellezza che è definita la VERSAILLES Borbonica di Caserta. Purtroppo però abbiamo rilevato uno stato di degrado di questo monumento artistico, che speriamo venga al più presto eliminato.*
Punto di base del nostro gruppo la città di Sorrento, che conserva intatto il fascino delle alte scogliere, dei giardini di aranci e limoni, dei grandi alberghi che si elevano sulla costa. Da Sorrento abbiamo raggiunto e visitato con la guida le cittadine caratteristiche della costa:
POSITANO: *presepe naturale con le case che salgono dal mare verso la montagna, fra giardini di aranci, limoni e palme orientali.*
AMALFI: *raccolta tra mare e monti, è uno dei luoghi più suggestivi dell'intera costa tirrenica. Ha una gloriosa tradizione storica, in quanto fu una delle grandi Repubbliche marinare e, nel municipio, è conservata la Tabula Amalphitana, uno dei più antichi codici marittimi. Tra i monumenti, il Duomo, che si erge in cima ad una lunga ed imponente scalinata, risale al secolo IX, ma fu ricostruito nel 1203, secondo uno stile influenzato dall'arte araba, normanna e siciliana. Le sue porte di bronzo furono fuse a Costantinopoli, nel sec. XI; l'interno è di grande ricchezza e nella cripta sono conservate le ossa di S. Andrea.*
RAVELLO: *cara a Boccaccio ed a Wagner, si apre sul mare come una conchiglia appoggiata sull'alta e tortuosa costa amalfitana, offrendo ai turisti una vista mozzafiato.*
Una escursione speciale all'isola di **CAPRI**, *un gioiello luminoso incastonato nel mare, con il suo fascino legato anche alle sue minuscole botteghe artigianali, ai giardini di aranci e limoni a picco sul mare, alle case scavate nel tufo e con grandi terrazze, che creano una particolare atmosfera*

orientale, anche se la sua cultura e la sua arte sono strettamente legate all'occidente ed ai Romani, che la scoprirono e la valorizzarono.
Lasciata la costa amalfitana alta, frastagliata, costellata di vigneti, abbiamo raggiunto l'ultima tappa del nostro viaggio: **POMPEI SCAVI,** *la grande città sepolta dalla cenere e dai lapilli dall'eruzione del Vesuvio nel 79 d.C.*
Dal 1748, le varie esplorazioni sulla città morta, hanno portato alla luce la Pompei antica, con le sua case, i giardini, le ville, i templi, i fori, i teatri e persino i resti delle vittime del Vesuvio, dei cui corpi rinvenuti, è possibile vedere i calchi.
Visitando Pompei, si è potuto avere un'idea di come era un'antica città romana, come erano le case e, attraverso gli affreschi, un concetto dell'arte di allora.
È stato un viaggio ben organizzato, in luoghi magnifici, con un gruppo di amici uniti e desiderosi di godere di questa bellezza, di acculturarsi della nostra bella Italia.
Una gita sempre in crescendo sotto tutti gli aspetti:
- per la bellezza dei luoghi, con panorama mozzafiato,
- per la professionalità e l'efficienza della guida Luciana che ci ha accompagnato ed ha organizzato le uscite giornaliere portandoci a vedere scorci caratteristici ed a gustare i piatti tipici del luogo,
- per la disponibilità e cortesia del personale dell'Hotel Tirrenia che ci ha servito ogni sera le ricette della cucina sorrentina,
- per il sole che ha voluto rendere ancora più luminosi i paesaggi della costiera e fissarli in modo indelebile nella nostra memoria.



Acistom cerca sempre di offrire ai partecipanti la qualità dei viaggi che organizza attraverso la scelta di servizi efficienti e guide turistiche, che sappiano esporre con semplicità, ma con professionalità le località programmate.

RUBRICA "TERRA E SAPORI"





RISOTTO AGLI AGRUMI HOTEL TIRRENIA SORRENTO
• CHEF MICHELE FERRO •

Ingredienti (10-12 persone):
1 arancia fresca,
1 limone di Sorrento,
1 lime,
1 cedro,
150 gr. di burro,
1 Kg. di riso Arborio,
2 lt. di brodo vegetale,
1 tazzina da caffé di panna vegetale da cucina.

PREPARAZIONE:
- Pelare gli agrumi con un pelatore a filo e metterli in un pentolino insieme al burro facendo cuocere a fuoco lentissimo per 15 minuti e mettere da parte.
- Brasare il riso con olio d'oliva e un cipollotto e farlo tostare bene bene. Bagnare con vino bianco.
- Cuocere il riso aggiungendo il brodo poco per volta fino a che diventi al dente e aggiungere il burro con le bucce degli agrumi e la panna.
- Ultimare la cottura e servire.
(Si può anche vedere sul profilo di facebook. Indirizzo: Michele Ferro melisferro@alice.it)

TORTA CAPRESE

Ingredienti:
- **Mandorle sgusciate 250 gr.**
- **Zucchero 250 gr.**
- **Uova n. 6**
- **Cioccolato fondente 250 gr.**
- **Burro 450 gr.**
- **Biscotti secchi 50 gr.**

PREPARAZIONE:
Montate gli albumi a neve e metteteli da parte. Lavorate quindi i tuorli con lo zucchero fino a farli diventare una spuma. Unitevi, un cucchiaio alla volta, le mandorle, il cioccolato e i biscotti che avrete prima tritato finemente tutti insieme nel mixer. Se necessario potete aggiungere un po' di rhum per rendere più morbido l'impasto. Da ultimo, incorporare, con delicatezza, gli albumi montati a neve. Ponete il composto in una teglia imburrata e infarinata. Infornate a 200°C e cuocete per 50 minuti; una volta cotta, sfornatela e, quando è raffreddata, spolverizzate con zucchero in polvere mescolato a cannella.

LA CERTOSA DI PAVIA - *MILANO*

Abbagliante di marmi, si staglia nella piatta uniformità della campagna pavese, ed è tra le più importanti opere del rinascimento lombardo. Fu fondata nel 1936 per iniziativa di Gian Galeazzo Visconti, che volle farne il mausoleo della famiglia e ne affidò il progetto a Bernardo da Venezia ed a Giacomo da Campione.
Il monastero, ancor oggi abitato dai monaci, fu completato intorno al 1452, i chiostri nel 1464, e 9 anni più tardi fu ultimato il corpo della chiesa, cui fu aggiunta, in seguito, la magnifica facciata di marmo, incompiuta nel coronamento. Particolare attenzione meritano i "Medaglioni" del basamento imitati dalle monete romane, il PORTALE con rilievi dello scultore pavese BENEDETTO BRIOSCO e le quattro bifore aperte dall'Amadeo.
All'interno della Certosa c'è un patrimonio d'arte ricchissimo, con opere del Perugino, del Borgognone, di Cristoforo Solari, di Giovan Battista Crespi.
Il viaggio è proseguito per MILANO, LA CITTA' MEDIEVALE.
Il ricchissimo patrimonio artistico e monumentale va ricercato con pazienza, tenendo presente che le continue trasformazioni della città sono l'espressione più genuina della identità dei milanesi di ogni tempo.
La prima visita è stata effettuata nel Museo di Brera, un palazzo sorto su un antico convento trecentesco che fu trasformato nel '700, per assumere l'attuale aspetto solido ed austero.
Nel 1773 diventò proprietà dello Stato e l'imperatrice Maria Teresa d'Austria volle farne sede di alcuni dei più importanti istituti culturali della città.
Quando Milano divenne capitale del Regno Italico per volere di Napoleone, si trasformò in museo. Ai primi dell'800, quando furono soppressi molti ordini religiosi, vi conferirono tutti i dipinti requisiti da chiese e conventi lombardi e le opere sottratte ai vari dipartimenti del Regno Italico. Sono presenti collezioni di importanti opere di CORREGGIO, TIEPOLO, CANALETTO, e dei maggiori artisti del '900, fra cui MODIGLIANI, MORANDI, MARINO MARINI.
È stato un arricchimento culturale per tutti coloro che hanno potuto godere di questa visita. È proseguita poi la visita guidata della città nelle sue molteplici opere:
IL CIMITERO MONUMENTALE: è maestoso e imponente e vi sono raccolte le spoglie degli italiani illustri, tra cui Alessandro Manzoni, che hanno onorato la patria nei vari campi e di importanti famiglie milanesi, legate alla storia della città. È una vera opera d'arte, per i monumenti che racchiude.
I NAVIGLI, le strade d'acqua della città, costruiti con il contributo dell'ingegno leonardesco, su cui si riflettono antiche basiliche ed echi giotteschi, sono molto cari ai milanesi.
PIAZZA DEL DUOMO: è il centro religioso della città dal IV secolo, con il DUOMO, una colossale iniziativa costruttiva di Gian Galeazzo Visconti, che chiamò per la costruzione una folla di architetti e scultori internazionali; sotto il successore Filippo Maria Visconti, il duomo si arricchì di statue, doccioni, mensole, guglie che riassumono l'arte lombarda nell'arco di molti secoli.
"LONG COMME LA FABBRICA DEL DOMM" si dice a Milano di qualcosa che sembra non finire mai. Infatti la costruzione della gigantesca cattedrale richiese più di quattro secoli per essere ultimata.
GALLERIA VITTORIO EMANUELE: un passaggio coperto che collega Piazza della Scala e Piazza Duomo.
PIAZZA DELLA SCALA: dove è situato l'omonimo Teatro, uno dei più famosi del mondo.
CASTELLO SFORZESCO: il monumento più caro ai milanesi, assieme al Duomo, nacque per opera di FRANCESCO SFORZA, marito di BIANCA MARIA VISCONTI, che volle ricostruire il fortilizio fatto erigere da GALEAZZO II VISCONTI, nella seconda metà del 1300.
Una nota gioiosa il Giro d'Italia, che proprio Domenica 27 Maggio, si concludeva a Milano. Questo avvenimento, molto seguito dagli appassionati di ciclismo ha rallegrato la nostra visita, con la sua atmosfera vivace e musicale.

RUBRICA DELLA SALUTE

MELANOMA: LE REGOLE PER CHI HA CARA LA PELLE

POSSIAMO DIFENDERCI DAL CANCRO CON LA PREVENZIONE E RIDURRE L'INCIDENZA DEL MELANOMA ADOTTANDO SEMPLICI REGOLE COMPORTAMENTALI.

La prevenzione primaria consiste nell'eliminazione o nella riduzione della esposizione agli agenti cancerogeni noti. Il fine della prevenzione primaria è quello di ridurre il numero delle neoplasie diagnosticate in una popolazione in un determinato periodo di tempo.

Alcuni esempi concreti

1) La riduzione del fumo di sigaretta previene la mortalità per il cancro al polmone
2) La riduzione dell'esposizione all'amianto previene la mortalità per il mesotelioma pleurico
3) La riduzione dell'assunzione dei grassi con la dieta previene la mortalità per il cancro del colon
4) La riduzione dell'esposizione alle radiazioni UV previene il melanoma cutaneo. Questo consiglio dovrebbe essere seguito specialmente da chi è già stato operato di melanoma e dalle persone di età inferiore ai 18 anni.

La prevenzione secondaria consiste nell'ispezionare periodicamente la propria cute e nel sottoporsi regolarmente a visite di controllo al fine di consentire una diagnosi precoce della neoplasia.

Non esistono regole che codifichino la frequenza delle visite di controllo per i nevi.

Ogni dermatologo personalizza la frequenza dei controlli in base alle caratteristiche del paziente.

FABIO ARCANGELI - Direttore U.O. Dermatologia
Da Speciale Salute News Giugno-Luglio 2011 - AUSL - Cesena

PERCHÈ LA PELLE INVECCHIA

Non possiamo restare giovani a vita.
A partire dai 35 anni, come conseguenza di una serie di alterazioni genetiche programmate, inizia un lento, ma fisiologico processo di degradazione delle fibre collagene ed elastiche, presenti nel derma, che portano alla riduzione dell'elasticità dell'impalcatura che sorregge l'epidermide.
Intorno ai 50 anni, inoltre, si aggiunge la fisiologica diminuzione dell'attività ormonale.
La pelle si rilassa ulteriormente e tende a diventare più secca.
Anche questi fenomeni fisiologici vengono accelerati e resi più acuti ed evidenti dai danni prodotti da un'esposizione eccessiva e non protetta alle radiazioni ultraviolette.
I raggi UV, infatti, rendono meno efficiente il meccanismo di rinnovamento cellulare ed inducono una produzione irregolare di melanina con formazione di macchie cutanee.
"La salute della nostra pelle passa necessariamente dal benessere dell'intero organismo."
Ecco quindi alcuni consigli per restare giovani il più a lungo possibile:
1) Mantenere una buona circolazione del sangue con attività sportiva moderata e, se possibile, divertente.
2) Controllare il peso corporeo. Preferire l'assunzione di antiossidanti con la dieta preferendo frutta e verdura di stagione. Quindi largo uso di arance, carote, uva, pomodoro, ananas, spinaci, broccoli, limone, insalate, melograno, prezzemolo, finocchio, cetriolo, melone, olio d'oliva, albicocche, mirtillo, fragola, pompelmo, tè verde. Anche il cioccolato ha proprietà antiossidanti.
3) Dormire a sufficienza; durante il sonno il corpo si rigenera e provvede a rinnovare le cellule.
4) Curare il proprio aspetto fisico.
5) Mantenere il cervello in attività. Uno dei modi per mantenersi giovani è quello di non smettere mai di entusiasmarsi, avere sempre la voglia di fare. Essere spontanei, credere in se stessi ed in quello che si fa, guardare il mondo con assoluta libertà e senza pregiudizi.

Emanuela Ghetti - Dirigente medico U.O. Dermatologia
Da Speciale Salute News Giugno-Luglio 2011 - AUSL - Cesena

PROPRIETÀ DEGLI ALIMENTI

LA FRAGOLA - Le sue proprietà sono nutrienti, rinfrescanti, astringenti, diuretiche, antigottose ed ha una benefica azione depurativa sul sangue. È ricca di potassio, vitamina C, calcio, fosforo. Attenzione però alle allergie, perchè è capace di scatenarne in quantità.

LA FAVA - Le fave vengono consumate con pecorino ed insaccati a seconda delle usanze regionali. Ricche di energia, potassio fosforo,vitamina C, sono molto usate nella cosmetica popolare, essiccate e mischiate al latte per rischiarare la pelle, mentre la lanugine strofinata sul viso ravviva il colorito delle guance.

L'ALBICOCCA - Coltivato in climi caldi e temperati, amato per la sua dolcezza, il frutto ha un posto di primo piano nella medicina naturale: il cianuro ricavato dai noccioli era usato contro l'esaurimento, l'ulcera ed il tumore. Una terapia oggi legale in Messico ed in Australia. È ricco di potassio, calcio, fosforo, vitamina A.

TERREMOTO IN EMILIA ROMAGNA

In occasione del tragico avvenimento che ha colpito la nostra regione Emilia Romagna con le scosse sismiche di alta intensità che hanno provocato oltre ai gravi danni alle strutture industriali ed agricole anche la morte di diverse persone, la nostra associazione con un sentimento di vicinanza e di condivisione per questo triste momento, si è sentita in dovere di partecipare in modo tangibile alla rinascita di queste popolazioni attraverso la donazione di mille euro. Tale somma è stata versata nel conto corrente aperto, dal Comune di Cesena, alle sottoscrizioni per l'emergenza terremoto.

PULMINO PER TRASPORTO DISABILI

I servizi sociali del Comune di Cesena possono disporre di un nuovo pulmino per il trasporto delle persone disabili, la cui inaugurazione è avvenuta martedì 12 giugno, grazie al contributo di 46 finanziatori del territorio cesenate, fra cui la farmacia Montemaggi del dott. Tagliavini Giorgio, fortemente impegnata nel sociale ed in molte occasioni sponsor anche della nostra associazione ACISTOM, con cui ha collaborato alle varie iniziative a sfondo sociale intraprese nei vari anni.



PARTECIPAZIONE AL LUTTO

È tornato alla Casa del Padre PIO BATTISTINI socio e valido collaboratore dell'associazione. Il ricordo della sua persona, ricca di valori ed esempio per tutti, rimarrà indelebile nei cuori di coloro che hanno avuto la fortuna di conoscerlo e di stargli vicino.
L'A.C.I.STOM, a nome di tutti i soci, porge alla famiglia le più sentite condoglianze.

PROSSIME USCITE



Dall'1 al 12 Settembre – soggiorno marino in Sardegna
Sabato 6 Ottobre – congresso a Montesilvano
Sabato 13 Ottobre – castagnata al Monte Fumaiolo
Dal 2 al 4 Dicembre – Bressanone – Merano – Innsbruk in atmosfera natalizia

AVVISI:

L'associazione effettuerà la chiusura estiva dal 18 Luglio al 28 Agosto. Le attività riprenderanno mercoledì 29 Agosto alle ore 15.00.

- Mercoledì 15 agosto presso l'Ippodromo del Savio di Cesena l'associazione parteciperà alla "Serata della solidarietà" e premierà una corsa.
- L'uscita programmata a Mantova per il 19 Agosto con navigazione sul Mincio è stata annullata in seguito alle scosse sismiche che hanno sconvolto, oltre l'Emilia, anche le terre mantovane.
- Nel prossimo mese di Settembre inizierà un corso gratuito di informatica, aperto ai soci, che si effettuerà presso la sede della Confartigianato, in ore serali. Le iscrizioni sono aperte in sede.
- **FESTA DEL NATALE:** si effettuerà Domenica 9 Dicembre, presso la sede Hobby 3° Età, in viale Gramsci 293, zona ippodromo, dedicata al tesseramento con la tradizionale lotteria, in sostituzione della Festa della Befana del 6 Gennaio.

ASSISTENZA INFERMIERISTICA

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

AGEVOLAZIONI FISCALI

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

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

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

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

Il 1° socio 2012 è: PAOLA MONTALTI



5 PER MILLE

Destina il 5°/₀₀ 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
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.