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

N° 3 / 2014

In questo numero:

Pag. 1 - OBIETTIVI RAGGIUNTI DA A.C.I.STOM. NEL 2014
Pag. 2 - LA STOMIA AGLI OCCHI DEI FAMILIARI
Pag. 3 - IL RUOLO DELL'ASSISTENZA DOMICILIARE E PSICOLOGICA IN A.C.I.STOM.
COLOPLAST ALL'A.C.I.STOM.
COMBATTERE IL COLESTEROLO
GUARIRE SENZA FARMACI IL MAL DI GOLA. Rimedi per stare meglio
Pag. 4 - GASTROCERVIA 2014
ALIMENTAZIONE OGGI: quali problemi per gli stomizzati
Pag. 5 - LA RIVINCITA DELLA FRUTTA SECCA
"TERRA E SAPORI"
Pag. 6 - CORSO DI FORMAZIONE PER VOLONTARI condotto dal Dott. Aldo Terracciano
UN ANNO DI "VOLONTARIATO ATTIVO" VISSUTO IN A.C.I.STOM.
Pag. 7 - OTTAVARIO DEI DEFUNTI 2014
COLLEZIONE ARTISTICA PIATTI - TESSERAMENTO A.C.I.STOM.
SERATA DELLA SOLIDARIETÀ ALL'IPPODROMO DI CESENA
Pag. 8 - PELLEGRINAGGIO ALL'ABBAZIA DEL MONTE 2014
SOGGIORNO AL MAGICOMAR HOTEL AD ASCEA MARINA IN CILENTO
Pag. 9 - ATTIVITÀ RICREATIVE - CULTURALI - SOCIALI 2015
Pag. 10 - 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



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

NUOVO STRUMENTO ALL'U.O. DI UROLOGIA

Grazie all'impegno ed alla continua collaborazione dell'Acistom con l'Ausl di Cesena, sarà donata all'U.O. di Urologia dell'Ospedale Bufalini, diretta dal dott. Andrea Turci, una strumentazione idonea a permettere l'esecuzione di interventi chirurgici con tecnica laparoscopica.

La cerimonia di donazione si terrà martedì 18 novembre alle ore 11.

La strumentazione di ultima generazione tecnologica, prodotta dalla ditta Olympus, consentirà di migliorare l'operatività nel campo della chirurgia mini-invasiva della patologia tumorale a carico dei reni, ponendo le basi per un futuro impiego della tecnica laparoscopica anche per gli interventi a carico della ghiandola prostatica. L'utilizzo delle tecniche e delle strumentazioni laparoscopiche ha consentito la riduzione dei tempi di ospedalizzazione dei pazienti così trattati ed ha decisamente ridotto i tempi di recupero post-operatorio e la sintomatologia algica intervento correlata.

Il costo totale dello strumento è di 40.000 euro.

LO SCREENING DEL COLON RETTO

Continua l'impegno dell'associazione nella prevenzione del tumore colo-rettale, principale causa delle stomie intestinali. Anche quest'anno sono stati finanziati un gastroenterologo ed uno psicologo, insieme ad ARRT e LILT, che operano presso l'U.O. Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva dell'Ospedale Bufalini diretta dal dott. Paolo Pazzi e presso il Centro Screening diretto dal dott. Mauro Palazzi. Il progetto, per un ammontare di 30.000 euro, usufruisce di 8.000 euro da ARRT, 3.000 euro da LILT e la restante somma di 19.000 euro è investita da A.C.I.STOM. A.C.I.STOM. finanzia inoltre interamente, 25.000 euro, un ulteriore gastroenterologo che opera presso l'U.O. Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva dell'Ospedale Bufalini diretta dal dott. Paolo Pazzi, che permette di mantenere brevi i tempi d'attesa per le colonscopie. Infine, una volontaria presta la sua opera per lo screening con un rimborso spese di 2.500 euro annui.

L'ASSISTENZA AGLI STOMIZZATI

Come ogni anno, A.C.I.STOM. mette a disposizione, gratuitamente, uno psicologo per l'assistenza agli stomizzati presso l'Ospedale Bufalini e la propria sede, sostenendo un costo di 5.000 euro annui. Inoltre viene offerta gratuitamente agli stomizzati l'assistenza infermieristica domiciliare sostenendo un costo di 2.500 euro annui.

LA FORMAZIONE PER I VOLONTARI

Prosegue la formazione dei volontari Acistom per rinnovare i legami all'interno dell'associazione, per favorire l'adesione e l'integrazione di nuovi volontari giovani e perseguire nuovi obiettivi di espansione. Il costo del progetto è di 3.000 euro.

La spesa totale sostenuta da A.C.I.STOM. per il 2014 è di 97.000 euro.

LA STOMIA AGLI OCCHI DEI FAMILIARI

La famiglia e le persone care svolgono sicuramente un ruolo fondamentale e sono loro che possono dare supporto ed assistenza in caso di difficoltà; ma è pur vero che anch'essi vivono momenti di forte impatto stressante. Al rientro dello stomizzato a casa, si ritrovano catapultati in una serie di nuovi "problemi" che non sono preparati ad affrontare adeguatamente: devono farsi carico di sostenerlo psicologicamente, devono fare i conti con le procedure amministrative e burocratiche per garantirgli il diritto ad un'assistenza adeguata o ai dispositivi gratuiti; sono le prime persone a doversi "mettere nei panni" dello stomizzato (empatia) ed imparare a gestire la stomia.

Contare sulla famiglia va bene; però, permettere che gli altri vedano lo stomizzato sempre come una persona da aiutare, può essere rischioso per la sua autostima. È importante riprendere gradualmente le redini della propria vita tornando a dedicarsi a tutte le attività che si svolgeva prima dell'intervento ed imparando a gestire autonomamente la stomia.

Sentimenti d'angoscia, paura e rabbia possono destabilizzare lo stomizzato; ma quant'è difficile per chi gli vuole bene? Quanto incide l'umore dello stomizzato sulla serenità della sua famiglia?

Per superare i momenti difficili serve una piena consapevolezza di cos'è una stomia; pertanto, la prima cosa da fare è sensibilizzare tutti i componenti del nucleo familiare verso il nuovo mondo della stomia, non viverla come un tabù. È importante complicità, un confronto sereno, capire e spiegare come e dove i familiari possono aiutare e dove invece è importante avere piena autonomia.

La comunicazione e la fiducia in se stessi sono il motore della guarigione: non avere paura di chiedere spiegazioni, di esprimere dubbi e sentimenti. Incontrarsi e confrontarsi con altre persone nella stessa condizione non solo riduce la sensazione d'isolamento, ma aumenta la capacità di fronteggiare gli eventi stressanti perché si condividono nuove informazioni ed esperienze.

Liberamente tratto da ConTatto di ConvaTec, 2014/1.

IL RUOLO DELL'ASSISTENZA DOMICILIARE E PSICOLOGICA IN A.C.I.STOM.

Da diversi anni è attiva l'assistenza domiciliare riservata ai soci stomizzati che ne fanno richiesta dopo la dimissione dall'ospedale, per aiutarli ad accettare la nuova situazione ed a gestire la stomia unitamente ai famigliari, continuando a vivere la loro vita senza richiudersi a guscio dentro loro stessi.

Giovani o anziani, ci si avvicina a loro per curare le loro lesioni, ma prima ancora per offrire umanità, attenzione e cura dello spirito. Si instaura con queste persone un rapporto di confidenza costituita da consigli e vicinanza, che allevia il dolore per l'invalidità avvenuta e le porta ad affrontarla con serenità, insieme ai loro famigliari, supportati anche dall'appoggio psicologico che A.C.I.STOM. offre.

Riceviamo testimonianze da parte degli stomizzati che usufruiscono di questi servizi, di quanta gratificazione essi abbiano nei primi momenti di questa nuova situazione, dovuta alla stomia, e di quanto preziosi siano questi interventi infermieristici e psicologici.

A.C.I.STOM. con il suo Presidente, il Consiglio Direttivo e tutti i volontari attivi, è felice di "fare quello che fa" per coloro che necessitano di aiuti, volti ad alleviare le loro sofferenze.

Martedì 2 dicembre prossimo incontro della Dott.ssa Briganti con gli stomizzati e loro familiari.

COLOPLAST ALL'A.C.I.STOM.

Giovedì 25 settembre Coloplast è ritornata all'ACISTOM con Mette Rasmussen, che in maniera semplice e chiara ci tiene aggiornati su tutte le novità disponibili per migliorare la qualità di vita degli stomizzati. In questo incontro ci ha illustrato i vantaggi del nuovo materiale ideato da Coloplast per le sacche Sensura Mio, di colore grigio che risulta invisibile sotto i vestiti, morbido e adattabile alle forme del corpo. Rinnovato anche il filtro che previene l'intasamento ed il rigonfiamento della sacca. I soci stomizzati hanno potuto fare tutte le domande sul prodotto ed alla fine l'azienda ha offerto un piccolo rinfresco. Come sempre, la linea è disponibile per tutti i tipi di stomia gratuitamente presso il Centro Stomizzati.

COMBATTERE IL COLESTEROLO

Le persone "in forma" hanno bisogno di fare movimento come le altre per stare bene e tenere sotto controllo il colesterolo.

Il 25% degli italiani adulti senza problemi di peso ha accumulato pericolosi depositi di grassi nel fegato, nelle arterie ed intorno al cuore: senza saperlo hanno un rischio doppio di andare incontro a malattie cardiovascolari ed una probabilità di sviluppare il diabete 4-5 volte più alta rispetto a chi è normopeso per davvero, dentro e fuori.

Uomini e donne sono entrambi a rischio di essere metabolicamente obesi, come vengono chiamati i soggetti "grassi dentro": queste persone hanno infatti un metabolismo molto simile a quello degli obesi con molti chili di troppo ed evidenti difficoltà. La probabilità di essere normopeso ma metabolicamente obesi cresce con l'età ed anche con il livello di sedentarietà.

Il primo passo: iniziare a svolgere regolarmente esercizio fisico (attività aerobica 4-5 volte alla settimana) per bruciare il grasso viscerale, evitare di accumularne e disintossicare velocemente il fegato. Poi: occorre una dieta attenta al consumo di grassi non necessariamente ipocalorica (ridurre l'introito di colesterolo e di grassi, soprattutto saturi).

Liberamente tratto da QN, 19 marzo 2012:
Così combatto il colesterolo di Bruno Trimarco, presidente Siprec (Società Italiana Prevenzione Cardiovascolare)

GUARIRE SENZA FARMACI IL MAL DI GOLA. Rimedi per stare meglio

 # Bevi molto: non importa se gradisci di più le tisane calde o le bevande fredde; entrambe aiuteranno il processo di guarigione ed allieveranno il dolore alla gola.

 # Avanti tutta col miele. Questo alimento è molto usato ed a ragione, nella medicina tradizionale, per lenire le mucose arrossate e la tosse. Ora anche gli studi scientifici sembrano confermare questa capacità lenitiva. Per cui ben venga, a patto di non essere diabetici né lattanti (il miele è controindicato sotto l'anno d'età per il rischio botulinico).

 # Evita di fumare o di sostare in luoghi dove si fuma per non peggiorare l'irritazione e quindi il dolore.

 # Riposa. Nella maggior parte dei casi il mal di gola è solo uno dei sintomi che accompagnano le malattie virali da raffreddamento, la cui guarigione è spontanea ma richiede una buona quantità di riposo e ore di sonno.

 # Tutti i rimedi che comportano una buona idratazione delle mucose della gola sono consigliabili: dai fumenti ai gargarismi, all'umidificazione degli ambienti.

 # Succhiare una caramella può dare sollievo, e non necessario che sia medicata, balsamica o specifica per il mal di gola. La produzione di saliva ha di per sé un effetto emolliente sulle mucose. Meglio optare per prodotti senza zucchero, così da non contribuire alla formazione della carie.

 # Proteggi il collo e la gola dal freddo con una sciarpa o un foulard, soprattutto in inverno.

 # Non parlare troppo e non cantare: potresti peggiorare la situazione.

 # Lava regolarmente le mani con il sapone. Eviterai di contagiare altre persone e ti proteggerai dal contagio.

Tratto da Altro Consumo / Salute, dicembre 2013.

GASTROCERVIA 2014

Il 4 e 5 ottobre scorsi si è tenuto a Cervia, presso i Magazzini del Sale, il 6° congresso medico scientifico su "alimenti e apparato digerente" con la collaborazione del primario Dott. Paolo Pazzi di Urologia presso l'ospedale Bufalini e la presenza di vari esperti e medici professionisti, che hanno proposto una serie di argomenti di grande attualità, trattati in modo semplice e coinvolgente per il pubblico e presentati su una solida base scientifica per i medici.
I concetti basilari della nutrizione umana ed il tema dei cibi cosiddetti "funzionali" sono stati rapportati a quanto c'è di scientificamente validato e quindi correttamente proponibile nell'uso quotidiano e nelle indicazioni terapeutiche.
L'evento è stato caratterizzato anche dalla presenza di modelli gonfiabili dei grandi organi digestivi, per offrire al pubblico un reale "viaggio dentro l'apparato digerente".

ALIMENTAZIONE OGGI: quali problemi per gli stomizzati

Tantissime ricerche dimostrano che una dieta per essere corretta deve essere a basso indice glicemico e contenere poche proteine animali e molte fibre. Occorre quindi ridurre le carni rosse, incrementare il pesce ed introdurre una maggiore quantità di cereali grezzi, frutta e verdura, ma l'introduzione di grandi quantità di fibre è corretta per chi ha una stomia?

Colo-stomizzati: la minima riduzione del colon non costituisce alcun problema per la dieta per cui possono facilmente adattarsi all'introduzione di fibre e legumi, abituando il colon con l'introduzione costante di minime quantità di legumi affinché la flora intestinale subisca una graduale trasformazione.

Ileo-stomizzati: la mancanza del colon comporta la perdita di feci liquide e la possibilità di uno squilibrio idro-elettrolitico per cui è necessario introdurre un'adeguata quantità di liquidi e frutta e verdura ad alto contenuto elettrolitico; le fibre grezze possono rimanere indigerite; è importante frazionare i pasti nell'arco della giornata e masticare bene favorendo la digestione.

Uro-stomizzati: per evitare la formazione di concretizzazioni mucose peristomali la dieta deve essere acidificante con corretto apporto idrico, comprendere cereali e pesce, evitare latticini.

Per tutti gli stomizzati: alimenti quali aglio, asparagi, cavolfiore, cavolo e cipolla creano feci ed urine di odore sgradevole; non evitarli, ma mangiarli solo a casa propria.

In conclusione: anche gli stomizzati possono – con piccole accortezze – adeguarsi ad una dieta sana e corretta con scarso apporto di carboidrati (tranne quelli a lento riassorbimento come la pasta), scarso contenuto di proteine animali e ricca di pesce, frutta, verdura e cereali.

Liberamente tratto da *Ritrovarci*,
anno 12° - n. 1 marzo 2014 (F.A.I.S.)

Per ringraziare il nostro sponsor Manuzzi
ed ampliare il progetto Acistom "Frutta la vita"



LA RIVINCITA DELLA FRUTTA SECCA

Fa dimagrire e allunga la vita.
Macché pericoli per la linea: il consumo regolare di noci e mandorle allontana i chili di troppo e protegge da diabete, tumori e infarti. Rischi di mortalità ridotti del 20%.

Roma. La frutta secca non fa male e non fa ingrassare. Anzi. Non si contano più, ormai, gli studi scientifici che sfatano uno dei luoghi comuni più diffusi su questi alimenti, amati da molti ma tenuti lontano dal palato perché da sempre lo spauracchio di donne e uomini a dieta. Scienziati e nutrizionisti hanno riabilitato completamente nocciole, noccioline, noci, mandorle e pistacchi, hanno riscoperto le loro innumerevoli qualità e considerano oggi la frutta secca ricca di nutrimenti preziosi per la salute e anche per la linea.

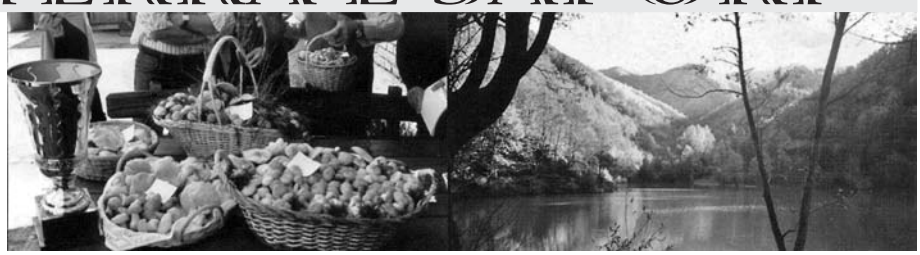
Una mela al giorno toglierà pure il medico di turno, ma anche un pugno di frutta secca. Di più. Secondo le ultime scoperte, infatti, mangiandone quotidianamente senza esagerare, noci, mandorle ed affini aiuterebbe a mantenere il peso forma, perché alla faccia delle calorie che contengono, questi cibi hanno un elevato contenuto di grassi insaturi, che si metabolizzano molto velocemente ed apportano numerosi benefici all'organismo, e di proteine, fibre, vitamine, acidi grassi essenziali omega 3, che aumentano il senso di sazietà inducendo quindi a mangiare meno.
Chi mangia frutta secca con regolarità ha il 29% di possibilità in meno di morire per patologie cardiovascolari (perché i semi oleaginosi aumentano il colesterolo "buono" HDL che aiuta a tenere sotto controllo la pressione arteriosa e ad abbassare il livello di infiammazione) e l'11% in meno di tumore. Ottima anche per la prevenzione del diabete. Nello stesso tempo anche la linea ne giova, nonostante contenga molti grassi. Uno studio ha dimostrato che il gruppo che ne mangiava di più aveva una probabilità inferiore del 37-46% di essere obeso rispetto al gruppo che ne mangiava di meno.
Gli sportivi conoscono bene le proprietà della frutta secca, ottima fonte di energia, e non la fanno mai mancare nella loro colazione del mattino o negli spuntino tra uno sforzo e un altro.

La frutta secca, consumata durante tutto l'anno, al naturale, è dunque un valido alleato per la salute. Anche per quella dei bambini. Le noci, per esempio, contengono gli omega 3, gli acidi grassi che proteggono il cuore, ma anche ferro, calcio, potassio, fosforo, vitamina A, B e C. Gli acidi grassi delle nocciole, invece, sono utili per prevenire arteriosclerosi e malattie vascolari e proteggono i tessuti dall'invecchiamento. Le mandorle fanno bene alle ossa e a chi soffre di stipsi, mentre si stanno studiando i benefici che le arachidi sembrano avere sui malati di Parkinson. Anche il pistacchio ha tante virtù, ricco tra l'altro di vitamina E, un efficace antiossidante contro i radicali liberi. I pinoli sono indicati per chi soffre di anemia.

Liberamente tratto da Patricia Tagliaferri, *il Giornale*, 13/01/2014.



RUBRICA "TERRA E SAPORI"



TORTA ALL'UVETTA, CANDITI E FRUTTA SECCA

Ingredienti per 6 porzioni:
5 cucchiai di farina
2 cucchiai di latte
5 cucchiai di zucchero
2 uova
200 g di datteri senza nocciolo
100 g di fichi secchi affettati
200 g di gherigli di noci
200 g di nocciole sgusciate
50 g di canditi
75 g di uva sultanina
1 manc. di lamelle di mandorle per decor.

PREPARAZIONE:
Riscaldare il forno a 180°C; imburrare e infarinare una teglia quadrata da 14 cm di diametro.
Separare i tuorli dagli albumi e montare questi ultimi a neve ferma.
Aggiungervi i tuorli, lo zucchero, la farina e il latte.
Quindi inglobare i datteri, fichi, nocciole, noci, l'uvetta ed i canditi.
Mescolare bene il tutto e versarlo nella teglia infarinata, infornare e cuocere per 30 minuti.
Ritirare la torta dal forno e lasciarla raffreddare per 10 minuti prima di prelevarla dalla teglia.
Poi trasferirla su una gratella a raffreddare completamente.
Al momento di servire, decorare con le lamelle di mandorle.

CORSO DI FORMAZIONE PER VOLONTARI condotto dal Dott. Aldo Terracciano

Si è concluso il progetto "Gruppo di confronto per volontari" realizzato insieme all'associazione A.M.I.C.I. (Associazione Nazionale per le Malattie Infiammatorie Croniche dell'Intestino) a Cesena nella sede Assiprov, con la partecipazione di tanti volontari attivi.

Nella prima parte del corso, si è parlato del volontariato nel suo vero significato di gratuità, disponibilità, condivisione ed altruismo. Un'associazione di volontariato ha bisogno di persone che condividono questi valori e tra i volontari devono sussistere rapporti d'intesa ed operatività, perché la loro forza collettiva è indispensabile per il raggiungimento dei vari obiettivi che l'associazione vuole perseguire. L'associazione è come un carro, trainato da più persone, che riesce a raggiungere il suo traguardo perché tutte spingono nella medesima direzione. I volontari devono credere fermamente in quello che fanno, con positività, ed impegnarsi ognuno secondo le proprie capacità ma insieme, per realizzare gli scopi in quantità caratterizzata dalla qualità.

Nella seconda parte, l'esperto ha spiegato quanto sia importante il rapporto dei volontari con l'esterno per il raggiungimento degli obiettivi. Occorre distinguersi dai tanti volontari di altre associazioni presenti nel territorio; occorre un segno riconoscibile per mettere in evidenza la particolarità della nostra associazione ed assumere anche un comportamento aperto, convincente e sicuro, perché *noi diamo informazioni utili ai cittadini per la loro salute e per la prevenzione di malattie invalidanti.* Importante non è solo la comunicazione verbale: è importante pure quella corporea, l'impatto visivo che trasmette il nostro interessamento, per cui una postura rilassata con un viso sorridente per comunicare alle persone che si avvicinano la gioia e la convinzione di essere volontari attivi che offrono un servizio utile alla comunità.

Sicuramente una serie d'incontri che ha contribuito a ravvivare e rafforzare in ciascun volontario il senso del suo operato, gratuito e spontaneo, e la convinzione che la più grande ricchezza e risorsa dell'associazione sono principalmente le persone motivate che credono in quello che fanno.

UN ANNO DI "VOLONTARIATO ATTIVO" VISSUTO IN A.C.I.STOM.

Rispondo all'articolo "*Grazie, volontari*" di un anno fa.

Anche nel volontariato, come in molte altre esperienze di vita, si può parlare di "chiamata" e la mia è arrivata nel settembre 2013. Prima di questa data mi sentivo una volontaria che, come tante altre persone, dona un po' del suo tempo all'associazione; e pensavo fosse sufficiente. In quest'ultimo anno, però, è cresciuta la mia "passione" ed oggi mi definisco una volontaria attiva che ha donato, ma ha ricevuto tanto di più, e ringrazio le persone che mi hanno accompagnato in questo percorso di crescita.

Ho partecipato ai corsi di formazione condotti in Associazione dal dott. Aldo Terracciano e dalla dott.ssa Barbara Boschi, agli incontri specifici della dott.ssa Laura Briganti rivolti ai portatori di stomia, ed al congresso di Ferrara nel 2013. Tutto questo mi ha dato la carica per trasmettere e condividere con altre persone la mia preparazione. Faccio parte del gruppo che si occupa del mercatino Acistom e della vendita dei biglietti della lotteria del Natale, per cui sono sempre a contatto con tante persone: ceti, problemi e situazioni diverse.

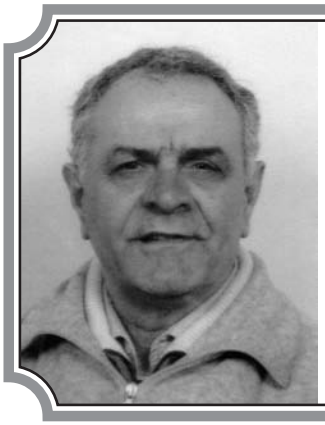
Il mio è un servizio alle persone ed il mio intento è quello di farle crescere sempre più verso la prevenzione che tante volte salva la vita. Chiedo sempre: *«Conosci lo screening? Hai aderito?»* A.C.I.STOM. si occupa principalmente di questo: PREVENIRE. Io, come tanti altri, so bene cosa significa perdere una persona cara per un tumore che oggi si può combattere.

Grazie a tutte le persone che ho incontrato: all'ospedale Bufalini (Piastra Servizi e atrio), allo stadio, all'ippodromo, ai supermercati, alla festa della centrale del latte, ai cimiteri, e grazie a tutte le persone che mi permetteranno di continuare a manifestare la mia "chiamata al volontariato". Inoltre, con il mio servizio partecipo ad attività che ci aiutano a reperire i fondi necessari per portare a termine i progetti di prevenzione ed assistenza promossi da AC.I.STOM.

A.C.I.STOM. sostiene vari progetti per la prevenzione oncologica sul territorio cesenate e, tra questi, l'acquisto di innovative strumentazioni per i vari reparti dell'Ospedale Maurizio Bufalini. E' sempre più impegnativo raccogliere i fondi necessari per raggiungere questi obiettivi, perché le risorse sono scarse.

Durante l'ottavario dei defunti, per ravvivare il loro ricordo unitamente ad una preghiera, la raccolta di offerte davanti ai cimiteri serve proprio a questo.

Ringraziamo sentitamente i vari volontari che si sono resi disponibili per la realizzazione dei nostri progetti, offrendo una parte del loro tempo all'Associazione e tutte le persone che si sono avvicinate ad A.C.I.STOM.



L'Associazione A.C.I.STOM. è affranta per l'inaspettata scomparsa di

FRANCO COLLINI

componente del Consiglio Direttivo

e si stringe con affetto ai familiari in questa dolorosa circostanza.
Resteranno sempre nel ricordo le grandi qualità umane e l'instancabile impegno profuso nell'attività sociale e di volontariato.

COLLEZIONE ARTISTICA PIATTI



TESSERAMENTO A.C.I.STOM.

L'A.C.I.STOM. offre ai suoi associati in occasione della Festa del Natale 2014 – festa del tesseramento 2015 – un piatto di ceramica, una tradizione consolidata da anni. Questa volta raffigura la Biblioteca Malatestiana, da giugno 2005 nel Registro *"Memoria del Mondo"* dell'Unesco, primo bene italiano ad ottenere questo prestigioso riconoscimento. Il piatto, dipinto a mano, è opera del laboratorio Brolli di Rimini.

SERATA DELLA SOLIDARIETÀ ALL'IPPODROMO DI CESENA

Si è svolta il 15 agosto u.s., all'Ippodromo del Savio di Cesena, la Serata della Solidarietà 2014, a cui A.C.I.STOM. ha partecipato con l'assegnazione del premio della 6ª corsa, consistente in una litografia offerta dal pittore Gianfranco Collina.
Questi incontri servono a sensibilizzare i cittadini al mondo del volontariato ed a raccogliere fondi per sostenere i vari progetti di prevenzione oncologica perseguiti.



PELLEGRINAGGIO ALL'ABBAZIA DEL MONTE 2014

Ricorre quest'anno l'importante anniversario dei duecento anni dall'incoronazione della Madonna, avvenuta il 1° Maggio 1814, dalle mani del pontefice Papa Pio VII, il cesenate Barnaba Chiaramonti. Prigioniero di Napoleone in Francia per quasi cinque anni, durante il viaggio di ritorno a Roma il Papa giunse a Cesena il 20 Aprile 1814 e vi rimase fino al 7 Maggio, facendo un indimenticabile incontro con la sua città natale e con il luogo in cui aveva vestito l'abito benedettino. In quell'occasione aprì il mese mariano con un pellegrinaggio alla "sua" Madonna del Monte, che incoronò solennemente con un gesto di devozione per ringraziarla della sua materna protezione.



La devozione per la Madonna del Monte, che dall'alto protegge la nostra città, è viva nei cesenati ed ogni anno sono tanti coloro che salgono al monte per dialogare silenziosamente con la cara immagine e ringraziarla.
L'A.C.I.STOM. non è mancata al tradizionale appuntamento che celebra la festa dell'Assunta all'abbazia; domenica 17 Agosto u.s., con una vasta rappresentanza presieduta dal presidente, Giordana Giulianini, ha partecipato alla celebrazione eucaristica in cui si sono ricordati e si è pregato per i soci che negli anni hanno raggiunto la Casa del Padre. Abbiamo poi visitato il Monastero nel suo interno, grazie al dott. Umberto Gaggi, volontario presso la Basilica, cui va il nostro sentito ringraziamento per averci accompagnato, guida esperta, in questo percorso, spiegandoci la storia di quest'antico luogo di culto.

Si sono ammirati gli ex-voto – circa 700 – allestiti lungo le pareti del corridoio dietro l'abside della basilica, che racchiudono le tante storie di grazie ricevute nel corso dei secoli; fra questi il dipinto del pittore Walter Morigi che raffigura gli internati in un campo di concentramento dell'ultima guerra mondiale 1943-44-45, in cui era prigioniero l'amico Domenico Senni (classe 1912), padre di Alba Senni, nostra socia, fortunatamente ritornato a casa illeso. In un corridoio del monastero, invece, si trova la collezione di 12 formelle, opera e donazione dell'architetto cesenate Ilario Fioravanti, che raffigurano le grazie da lui ricevute per intercessione della Vergine del Monte nel corso della sua vita.
La Sala del Capitolo, poi, conserva antichi corali ed un'urna contenente le reliquie del 1° Vescovo di Cesena, San Mauro; nella cripta è collocata ora la Santa Croce di Marmo della prima chiesa di Cesena; nel chiostro grande del complesso monastico, infine, erano allestite 2 mostre: "La sacralità dell'arte" con opere di diversi artisti contemporanei e "Foto provenienti dall'archivio del Monte dal 1914 ad oggi" con immagini di monaci, della ristrutturazione post-bellica, di comunità parrocchiali in pellegrinaggio alla Basilica…

È stata un'esperienza intensa vissuta in un'atmosfera di serenità e raccoglimento che ha coinvolto tutti gli amici presenti che A.C.I.STOM. ringrazia per la loro partecipazione.

SOGGIORNO AL MAGICOMAR HOTEL AD ASCEA MARINA IN CILENTO

Anche quest'anno il tradizionale soggiorno marino organizzato da Acistom, potendo contare sul pullman che è rimasto a disposizione del gruppo per l'intero periodo, si è quasi trasformato in un piacevole tour del Cilento. Ospiti dell'Hotel Magicomar di Ascea Marina, per 10 giorni siamo stati quasi viziati e coccolati dal personale della struttura, dove, complice la fine di stagione, eravamo il gruppo più numeroso, rumoroso e, diciamocelo pure, anche il più simpatico: Umberto, il maître di sala, si è davvero dato un gran daffare per venire incontro alle richieste di tutti e per non farci rimpiangere i buffet dei villaggi turistici cui siamo stati abituati negli ultimi anni. Il maltempo che ha contrassegnato quest'estate purtroppo ci ha seguito anche in questo incantevole angolo della nostra penisola e ci ha impedito inizialmente di apprezzare la spiaggia ed il mare di Ascea ma, grazie al pullman ed alla guida esperta del nostro autista Alberto, l'antidoto alle giornate di forte vento ed alle nuvole di pioggia sono state le piacevoli visite alle località dei dintorni: Acciaroli con il suo porticciolo che ha incantato anche Ernest Hemingway, Pioppi con la sua sagra del pesce, gli scavi archeologici di Elea/Velia che grazie alle sapienti spiegazioni della guida ci hanno fatto respirare le atmosfere dell'antica Magna Grecia, poi ritrovate anche tra i templi di Paestum e nel suo museo archeologico. Grande partecipazione ha riscosso anche l'escursione a Palinuro, con la gita in barca alla scoperta delle sue magnifiche grotte, e la visita finale alla Reggia di Caserta prima del rientro a casa. Oltre alle belle località visitate, il clima d'amicizia e complicità che quest'anno si è creato nel gruppo, è sicuramente uno dei più bei ricordi di questa vacanza 2014.

A.C.I.STOM. 2015

ATTIVITA' RICREATIVE - CULTURALI - SOCIALI 2015

Domenica 7 Dicembre 2014
FESTA DEL NATALE – TESSERAMENTO 2015 c/o Sala HOBBY 3a ETA'

Domenica 15 marzo
PRANZO SOCIALE A CA' NORI – Cervia
Con gli amici di Bologna, Ferrara, Forlì, Milano, Modena, Reggio Emilia, Teramo

USCITE DI UN GIORNO

Domenica 29 marzo
PRANZO SOCIALE a REGGIO EMILIA – Visita guidata alla REGGIA DI COLORNO

Domenica 19 aprile
PRANZO SOCIALE a RIMINI- Visita al Parco OLTREMARE di Riccione

Domenica 24 maggio
UNA DOMENICA DI PRIMAVERA ALLE GROTTE DI FRASASSI
Con pranzo di pesce a PORTO RECANATI

USCITA POMERIDIANA

Domenica 7 giugno
MINIERA DI PERTICARA con merenda

USCITE A LUNGA PERCORRENZA

Da venerdì 1 a domenica 3 maggio
LAGO MAGGIORE ED IL TRENINO DELLE CENTOVALLI

Da domenica 30 agosto a martedì 8 settembre
SOGGIORNO MARINO in località da definire

Da venerdì 2 a sabato 3 ottobre
In occasione della GIORNATA MONDIALE DELLO STOMIZZATO all'EXPO di MILANO
uscita organizzata con F.AI.S. ed A.E.R.I.S.

Da domenica 29 novembre a martedì 1 dicembre
ATMOSFERA NATALIZIA IN LOCALITA'CARATTERISTICA

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

AVVISI:

*** Dal 30 novembre al 2 dicembre: Mercatini natalizi a Salisburgo.**
*** Martedì 2 dicembre: incontro per stomizzati e loro famigliari con la dott.ssa Briganti.**
*** Domenica 7 dicembre: Festa del Natale presso la sala "Hobby 3ªEtà".**
> Il progetto **"Generazioni a Bordo"** della dott.ssa Barbara Boschi: riprenderà nel 2015;
> Il corso **"Training Autogeno"** della dott.ssa Laura Briganti: verrà organizzato in primavera 2015.



ACISTOM O.N.L.U.S. Tu con Noi...

Prevenire è vivere

Acquista il biglietto e contribuisci alla prevenzione ed alla cura delle malattie urinarie ed intestinali ed alla donazione di innovative strumentazioni all'ospedale "M. Bufalini" di Cesena.

€ 1,00

ASSISTENZA INFERMIERISTICA

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

AGEVOLAZIONI FISCALI

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

- C/C Postale n° 19208578 A.C.I.STOM. - via Serraglio, 18 - 47521 Cesena
- C/C Bancario n° 50673 BANCA DI CESENA CREDITO COOPERATIVO - viale Bovio, 80 - 47521 Cesena
- C/C Bancario n° 31236 CASSA DI RISPARMIO DI CESENA - SEDE CENTRALE - C.so Garibaldi,18 - 47521 Cesena
- C/C Bancario n° 9003101 BANCA ROMAGNA COOPERATIVA - Via Vittorio Veneto, 15 - 47521 Cesena

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

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



5 PER MILLE

Destina il 5‰ all'Acistom di Cesena, nella prossima dichiarazione dei redditi, per aiutarla a crescere e a realizzare i propri progetti a sostegno delle persone con problematiche di solitudine e di isolamento e all'acquisto di innovative strumentazioni all'ospedale Maurizio Bufalini di Cesena.
Ricordiamo che il codice fiscale di Acistom è 90033980401. Per informazioni tel. 349/8845880
e-mail: acistom@stomizzati-emilia-romagna.it
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.

