



Associazione
**CLUB
AMICI
del
CUORE**
CASTELFRANCO VENETO

Federazione **TRIVENETO CUORE**
onlus



Conacuore
ODV

COORDINAMENTO NAZIONALE
ASSOCIAZIONI DEL CUORE

QUESTIONI DI CUORE

NOTIZIARIO DEL MESE DI GIUGNO 2020



● SOMMARIO

5 x mille e spesa sospesa	-pag. 3-4
Editoriale	
Saluto del Presidente Giovanni Pavan.....	-pag. 5-6
Questionario Soci Giugno 2020	-pag. 7-8-9
Laboratori intergenerazionali	
Progetto stile di vita e salute	-pag. 10
La rubrica dei lettori	-pag. 11
L'angolo del socio	-pag. 12-13
Il cuore nella letteratura mondiale	-pag. 14
Novità organizzative	-pag. 15
Carta dei valori del volontariato	-pag. 16
Vita Associativa	-pag. 17-18
Le ricette degli Amici del Cuore	-pag. 19
Controcopertina	-pag. 20

IN REDAZIONE:

Giovanni Pavan - *Direttore Responsabile*
Elisabetta Andretta - *Vice Direttrice Responsabile*
Vincenzo Pelloia - *Segretario*
Daniele Fiorin - *Organizzatore gite e correttore bozze*
Wladimiro Esposito - *Elaborazioni grafiche*

Stampe **Tipografia Trevisan** - Via R. Serato, 198
San Martino di Lupari (Pd)



“QUESTIONI DI CUORE”

periodico trimestrale di informazioni dell'Associazione **"CLUB AMICI DEL CUORE"**
di Castelfranco Veneto, distribuito gratuitamente ai propri soci e simpatizzanti.
tel. 0423 732314 - email: info@clubamicidelcuore.org - email pec: clubamicidelcuore@pec.it
www.clubamicidelcuore.org
 Amici del Cuore



Via Dei Carpani 16/Z
31033 Castelfranco Veneto (Tv)
www.clubamicidelcuore.org

RINGRAZIA

I 336 SOCI CHE NEL 2018 HANNO SCELTO DI

**DARE IL
5^x
MILLE**

**alla nostra associazione
per un importo di euro**

10.840,67



Segue a pag. 4





Il Club Amici del Cuore invita gli associati e gli amici ad aderire a questa iniziativa di solidarietà. È fondamentale per tutti aiutarsi in questo momento di bisogno. È importante sottolineare il ruolo di impegno diretto dei giovani di TEDx Castelfranco Veneto. Aiutiamoli con il nostro contributo ad operare e testimoniare per una società futura di maggiore e diffusa solidarietà.

Infatti l'iniziativa, congiunta con la Protezione Civile Provinciale, Caritas, TEDx Castelfranco Veneto, Associazioni di quartiere ed altri volontari, è un esempio di come in situazioni di emergenza il fare rete possa essere un valore. Il meccanismo è semplice: nei negozi aderenti è possibile acquistare qualche prodotto in più che verrà raccolto a fine giornata e distribuito a tutti coloro che sono stati maggiormente colpiti da questa terribile pandemia.

Elenco dei negozi di Castelfranco Veneto aderenti al 18 aprile 2020:
ALÌ, ALIMENTARI MAZZON - SAN FLORIANO, BAR & BOTTEGA - BELLA VENEZIA, BOTTEGA BORGO PIEVE, CADORO, CAMPOVERDE - SALVAROSA, COOP, COOPERATIVA SAN BOVO, CRAI F.LLI BASSO, DPIÙ, IPER, MAXI CAMPIGO, NATURA SÌ, PARISOTTO LUGIA SALVATRONDA, PIVATO ANTONIO - TREVILLE, SUPERLORIA.

Prodotti di cui c'è più bisogno in questo momento:

Olio, caffè, carne o altri alimenti in scatola, tonno, sgombro, zucchero, pelati, prodotti per l'infanzia e pannolini di varie misure.

**CON IL COORDINAMENTO DEL
VOLONTARIATO DELLA CASTELLANA
COOPROMOTORE DEL PROGETTO**



Recapiti telefonici

Per migliorare le comunicazioni fra la Sede ed i soci, invitiamo, chi avesse eliminato il telefono fisso ed attivato un cellulare, di comunicarlo in Segreteria Soci. Grazie.



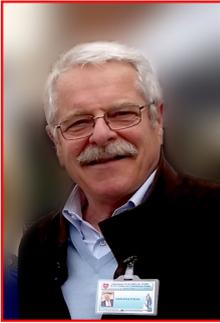
SPESA SOSPESA

LA SOLIDARIETÀ È IL VERO MOTORE DELLA RIPRESA

ACQUISTA UNO O PIÙ PRODOTTI E LASCIALI QUI, PROVVEDEREMO A DISTRIBUIRLI A CHI NE HA NECESSITÀ IN QUESTA SITUAZIONE D'EMERGENZA

DI COSA C'È PIÙ BISOGNO IN QUESTO MOMENTO?
olio, caffè, carne o altri alimenti in scatola, tonno, sgombro, zucchero, pelati, prodotti per l'infanzia e pannolini di varie misure

Caritas Cittadina, Protezione Civile Nazionale, TEDx Castelfranco Veneto

**Carissime/i associati e lettori tutti,**

spero che questo numero del nostro notiziario trovi tutti voi e le vostre famiglie in buona salute e con quella serenità di spirito che è necessaria per un po' di benessere. E' un notiziario diverso dai soliti per dimensioni di pagine e contenuti, perché la situazione è cambiata e ad essa dobbiamo fare riferimento e fronte.

E' con il peso nel cuore dettato dall'incertezza del futuro che mi accingo a scrivere queste righe, che vorrebbero essere di incoraggiamento e speranza di un futuro di sviluppo anche per la nostra amata associazione.

Avevamo ripreso in pieno le nostre attività e stavamo programmando di chiudere il primo semestre dell'anno con un chiaro piano di lavoro e con un nuovo Consiglio Direttivo, quando il Covid-19 ha profondamente cambiato il nostro modello consolidato di convivenza, gli scenari futuri, le aspettative, le speranze

L'impatto del Covid-19 sulla vita di persone, famiglie, comunità, società, paesi è stato travolgente. Ha modificato la nostra percezione del vivere insieme. Ha messo in discussione il modello sanitario, che ha risposto bene soprattutto in Veneto grazie alla tempestività delle risposte e l'abnegazione del personale sanitario: medici, infermieri, addetti ai servizi, ma esso era impreparato ad affrontare la pandemia ed ha potuto contare solo parzialmente sull'attività di supporto dei servizi medici privatizzati. Per rispondere ad essa ha dovuto tralasciare e trascurare tutto il resto dell'attività sanitaria non urgente, ne stiamo vivendo in generale le conseguenze ancora adesso.

Di seguito voglio citare le parole rassicuranti del dr. Cernetti

"... la cardiologia di Castelfranco Veneto, in partnership con la cardiologia e la cardiocirurgia di Treviso, ha lavorato incessantemente garantendo sempre tutti i trattamenti emergenti/urgenti ed elettivi per i pazienti con infarto miocardico acuto e patologia cardiaca ischemica e valvolare. Inoltre, ora stiamo riprendendo (siamo a circa al 70%) tutte le attività ambulatoriali rispettando i protocolli di sicurezza. E quindi rassicurerei i nostri Soci che le cardiologie di Castelfranco Veneto e Treviso hanno lavorato durante tutto il periodo più acuto della infezione da Covid-19, garantendo percorsi separati per i pazienti e che ora stiamo lavorando in piena sicurezza, sapendo ovviamente che il rischio zero non esiste, per la cura delle malattie cardio-vascolari..."

Credo dobbiamo vedere il Covid-19 come una lezione che la vita dà alla società ed a ciascuno di noi. Questa lezione è un'opportunità per ripensare e rivedere in chiave critica modello di sviluppo, stile di vita e modelli di consumo, a tutti i livelli dalla nostra vita personale a quella comunitaria, ed ovviamente anche alle scelte di politica sanitaria e sociale. Curare non può più essere curare la malattia e spedire a casa per liberare il letto per il prossimo paziente, ma deve e dovrà essere sempre di più un "prendersi cura" dal lato della società e delle istituzioni, ed imparare ad avere sempre più e sempre meglio "cura di sé" come persone.

Stante le necessità anche economiche emerse, quale segno della nostra solidarietà, abbiamo offerto nostre donazioni alle seguenti associazioni: alla Caritas castellana euro 2.000,00, a "Cittadini Ovunque ETS" euro 500,00, a "Volontarinsieme" - Centro servizio per il volontariato di Treviso euro 500,00 (con pari donazione si è impegnata a contribuire la Banca Agricole Friuladria, la quale appoggia il progetto: "Aiutiamo i Volontari: diamo spazio alla solidarietà" fino ad un massimo di 100.000,00 euro. Inoltre, ci siamo impegnati a dare il nostro apporto di idee al CSV di Treviso e Caritas castellana.

Segue a pag. 6

E' uno scenario a duplice faccia di incertezza e di opportunità. Il futuro offre uno scenario di preoccupazioni anche alla nostra associazione: come ed in che misura possiamo continuare la nostra attività? In fondo essa si fonda sulla socializzazione che è stare e fare assieme, anche fisicamente: vicini nel fare gli esercizi di ginnastica, nel chiedere informazioni in segreteria, nell'andare in gita o alla conferenza ecc., mentre le nuove regole chiedono distanziamento. E' un distanziamento delle persone non un distanziamento sociale in realtà, ma va da sé che non c'è l'uno senza l'altro. E' potenzialmente un'opportunità nuova, dobbiamo però tutti assieme cercare i modi e gli strumenti che ci permettono di seguire le regole continuando a starci vicini, anche con nuove idee, strumenti e modalità.

Un'ulteriore difficoltà è causata dal fatto che il consiglio direttivo attuale è in regime di proroga, perché l'elezione del nuovo doveva essere fatta nell'assemblea prevista lo scorso 26 aprile e non indetta per Covid-19. L'assemblea straordinaria per modifica dello statuto ed ordinaria per approvazione bilancio 2019 ed elezione dei nuovi organi dirigenti sarà convocata il prima possibile in autunno, ma nel frattempo il consiglio direttivo attuale deve prendere decisioni che saranno valide ed impegnative anche per quello da eleggere. Abbiamo e chiediamo il vostro aiuto e la vostra collaborazione per capire in che direzione volete che vada l'associazione. La Direzione ULSS2 ci dirà, appena possibile, se gli spazi di cui godiamo saranno ancora disponibili a che condizioni e modalità e per quali scopi, ma certo sarà difficile riavere le stesse modalità di accesso alla segreteria, la stessa libertà di utilizzo degli spogliatoi e delle sale palestra come pure di presenza di volontari nei diversi uffici stante le restrizioni in vigore. Il questionario che trovate con il presente notiziario ha lo scopo fondamentale di cercare di capire come meglio rispondere alle vostre aspettative ed esigenze compatibilmente con le norme per il Covid-19. Il nostro è un invito pressante a leggerlo ed a rispondere attentamente il più numerosi possibile. Sarà la base per le scelte del futuro delle attività principali svolte dall'associazione.

Questo numero. Nelle pagine interne troverete al solito le rubriche: "Rubrica dei Lettori" con l' articolo "Un ponte tra le generazioni"; "L'Angolo del Socio" **compleanno ed anniversari di soci**; la rubrica "Il Cuore nella letteratura mondiale"; nelle novità organizzative un articolo che presenta "Una rete sul territorio" la nuova struttura di presenza territoriale e distributiva del notiziario "; La "Carta dei Valori del Volontariato"; l'elenco delle attività sospese del "Progetto Stile di Vita e Salute"; le note relative alla "Vita Associativa"; "Le ricette degli Amici del Cuore" oltre ad alcune notizie ed aggiornamenti. Il questionario da compilare e restituire come da istruzioni indicate nel medesimo. Contiamo di ritornare a voi con il notiziario di settembre ricco di contenuti e di novità.

A tutti voi l'augurio di buona lettera ed un caloroso invito a farci sapere come la pensate, scrivendo all'associazione o telefonando o più facilmente di tutto mandando un vostro e-mail all'indirizzo info@clubamicidelcuore.org.



 **QUESTIONARIO SOCI GIUGNO 2020**

Carissimi

il presente questionario è rivolto anzitutto ai soci frequentanti i corsi di ginnastica, i corsi di yoga posturale, i corsi di training autogeno, ma ovviamente anche a tutti gli associati che vedono e desiderano trovare nell'associazione un punto di riferimento. Il Covid-19 con le restrizioni che comporta alla vita sociale in tutti i suoi risvolti ha conseguenze in corso di valutazione anche sulle attività della nostra associazione, sulla sua operatività, sulle procedure di funzionamento. L'associazione deve essere di rispettare le regole per la salute, condizione del benessere per tutti. E' chiaro che essere e fare associazione vuol dire stare e fare assieme delle cose. Questo appare a prima vista poco compatibile con regole di distanziamento che rendono più difficile la socializzazione. Assieme dobbiamo cercare le soluzioni che rendono possibile il proseguimento delle attività nel rispetto delle nuove regole. L'obiettivo è di riprendere le attività a settembre, come sempre.

L'indagine è strettamente anonima. Si prega di compilare il questionario e restituirlo in segreteria personalmente o mettendolo nella cassetta postale che troverete all'ingresso oppure inviandolo tramite posta entro i primi giorni del mese di luglio. I soci che risiedono in località diverse da Castelfranco Veneto possono restituire il questionario compilato consegnandolo al referente indicato nell'elenco a pag. 15

1. Attività ed organizzazione in sede

SI NO

1.1 E' possibile e probabile che l'accesso ai servizi di segreteria soci, infermieristica, amministrativa debba essere organizzato tramite appuntamento telefonico.

Lo ritieni un grave handicap alla funzionalità e fruibilità di questi servizi?

Hai qualche suggerimento o commento da fare?

.....
.....

1.2 La possibilità di avviare un servizio di video telefonate con l'associazione

al fine di facilitare lo scambio di informazione è da te ritenuto utile.

In caso di risposta negativa precisare brevemente la causa

.....
.....

1.3 Sei dotato di smarthphone e/o di computer?



1.4 Hai già caricato ed attivato un'applicazione per videochiamate? SI NO

Se l'hai caricata indicala nell'elenco a seguire

- Skype
- Zoom
- Google Meet
- Altri (specificare quali)

.....

1.4 Se diventasse impossibile organizzare i corsi in sede

come fatto finora, saresti disposto a frequentare i corsi di ginnastica organizzati dall'associazione in palestre esterne attrezzate o altre sedi?

1.4.1 Corsi di ginnastica

1.4.2 Corsi di yoga

1.4.3 Corsi di training autogeno

1.4.4 Solo se organizzati nel mio comune di residenza

1.4.5 Anche se organizzati fuori del mio comune di residenza

1.4.6 Sono residente a

(indicare residenza)

In caso di risposta negativa precisare brevemente la causa

.....

.....

N.B. Hai qualche nuova idea di dove organizzare i corsi ? Scrivi qua di seguito

.....

.....

SI NO

1.5 Il prezzo dei corsi organizzati all'esterno potrebbe essere superiore a quello abituale a causa di affitto spazi, possibile riduzione numero partecipanti ecc.

1.5.1 Sei comunque interessato a partecipare?

1.5.2 Qual è la spesa mensile che consideri accettabile e possibile per te collegata a questi corsi? Indicare la cifra.....

In caso di risposta negativa precisare brevemente la causa

.....

.....

N.B. Hai qualche nuova idea? Scrivi qua di seguito

.....

.....

.....



SI NO

1.6 Altre attività realizzate in sede o fuori sede?

1.6.1 In sede: consideri importante proseguire nel controllo biennale di pressione, colesterolo, glicemia?

1.6.2 Giornate del Cuore: consideri importante proseguire nell'organizzazione delle Giornate del Cuore? Perché? Indicare ragioni e paese di residenza

.....

.....

1.6.3 Gite annuali: ritieni che l'associazione debba proseguire ad organizzare gite sia pure nel rispetto delle norme che saranno in vigore?

1.6.4 Passeggiate: parteciperesti ancora alle passeggiate se fatte con mascherine e distanziamento, evitando assembramenti?

1.6.5 Soggiorni montani: Ritieni che l'associazione debba riprendere ad organizzarli non appena possibile?

1.6.6 Altre attività che vorresti fossero realizzate?

.....

.....

N.B. Hai qualche nuova idea? Scrivi qua di seguito

.....

.....

.....

Il questionario va restituito compilato possibilmente entro e non oltre **il 15 luglio**

Nel ringraziare ciascuno di Voi per il contributo e la collaborazione data anche in questa occasione, il nostro augurio per un estate serena ed un arrivederci a presto Covid-19 permettendo 2020 in benessere e serenità

Castelfranco Veneto, Giugno 2020



Il Consiglio Direttivo

N.B. segnare con una spunta il che interessa



LABORATORI INTERGENERAZIONALI DIFFUSI

Per generare prossimità...

A tutti i soci ed amici del Club Amici del Cuore, un appello alla vostra personale disponibilità per aiutare le famiglie.

PERCHÉ QUESTA PROPOSTA

Per essere vicini alle famiglie, che hanno esigenze di lavoro anche durante il periodo non scolastico, ai loro figli bambini e ragazzi, che hanno bisogno di spazi di socialità all'aria aperta in sicurezza, offrendo servizi di supporto e di attenzione diffusi nella comunità della castellana.

L'iniziativa vede protagonisti il Coordinamento del Volontariato Castellano, la Cooperativa Sociale L'Incontro, Campo Verde ed è fatta in collaborazione con l'Ente Pubblico, le Associazioni e le Parrocchie che possono mettere a disposizione e attivare le risorse della comunità in una prospettiva di accompagnamento laico degli interessati. Gli Amici del Cuore che hanno disponibilità e/o conoscono persone disponibili ad offrire del loro tempo per realizzare questa iniziativa sono invitate a mettersi in contatto con la coordinatrice del progetto: **Martina Fighera, cellulare 351 8903503.**

● *Progetto Stile di Vita e Salute*

Le attività collegate con questo progetto sono attualmente sospese e la loro ripresa sarà valutata, decisa e comunicata appena possibile.

Esse sono:

- Corsi di ginnastica riabilitativa e yoga posturale;
- Corso di Training Autogeno;
- Colloqui dietologici e psicologici nella nostra sede;
- Giornate del Cuore;
- Prelievi e monitoraggi in sede;
- Conferenze negli istituti scolastici superiori;
- Campagna "Le noci del cuore".





“Un ponte tra le generazioni”

a cura di Elisabetta Andretta

Cari associati,

Quando hanno chiesto alla nostra Associazione di aderire a questo progetto, mi sono immedesimata con le difficoltà che una persona “diversamente giovane” incontra nel quotidiano a rapportarsi con la tecnologia digitale. Ormai in tutti gli ambiti dei servizi, ci richiedono delle abilità che non abbiamo imparato nella scuola tradizionale che tutti noi abbiamo frequentato. Il digitale è parte integrante della nostra vita e della nostra cultura. Pensiamo solo alla prenotazione delle ricette dal medico e che ora si possono ritirare direttamente in farmacia, alla comodità di avere l’esito degli esami direttamente a casa o sul cellulare. Che dire poi della possibilità di avere la spesa comodamente a casa solo scegliendo gli articoli che scorrono in uno schermo? O alla possibilità, in alcune zone difficilmente raggiungibili di ricevere i farmaci a domicilio da un drone? O ancora videochiamare i nipoti che studiano o lavorano all’estero? In questi ultimi anni, la società si evolve così rapidamente che dobbiamo cercare di stare al passo in qualche modo.

Alcune brevi considerazioni:

In Italia la popolazione over 60 ha superato quella under 30. Il potere di acquisto è ormai in mano agli over 60. La “silver economy” (dove silver è il colore grigio dei capelli...) vale attualmente sette trilioni di dollari (stima Merriil Linch, grossa banca di investimento americana). Basterebbero questi pochi dati per capire che, il digitale dovrebbe creare un bene comune, un miglioramento delle condizioni della popolazione che invecchia e non essere percepito solo come esclusiva prerogativa dei giovani. Anche i più conservatori diventeranno lentamente cittadini digitali. Ecco perché quindi, come avete potuto modo di vedere, abbiamo ospitato i ragazzi dell’Istituto Nightingale. Nell’ottica della modalità alternanza scuola-lavoro, ci hanno intervistato per monitorare quanto capiamo e conosciamo, quanti e quali bisogni possiamo avere per riuscire a destreggiarci in questi ambiti, sempre più articolati e complessi del vivere quotidiano. Per concludere, Vi ringrazio della pazienza e dell’entusiasmo con cui avete accolto i ragazzi, cercheremo di pubblicare sul notiziario una volta elaborati e presentati, i risultati finali. Mi auspico che, in futuro si possa magari progettare qualche iniziativa concreta che coinvolga la nostra Associazione al fine di approcciarci serenamente al digitale. Se lo conosci, lo usi.....!



● L'ANGOLO DEL SOCIO

Buon compleanno Cesare!

Il 15 febbraio scorso, in occasione del pranzo riportato a pagina 17, abbiamo festeggiato l'associato **Cesare Bacchin** per le 81 candeline spente. Accompagnato dalla signora Adriana e dai tanti "amici del cuore", Cesare ha potuto tagliare l'importante traguardo in un bellissimo e gioioso clima. Al simpatico Cesare, gli auguri più fervidi di una ancora lunga e serena vita ed alla signora Adriana i complimenti più cordiali per l'essere ancora compagna brillante e giovanile. La foto sottostante ne è buona testimone.



Segue a pag. 9

● (segue) **L'ANGOLO DEL SOCIO**

Con molto piacere ospitiamo in questa rubrica il 50° di matrimonio di due nostri cari associati: **Ivano Tonin e Silvana Zorzi**.

Ivano e Silvana si sono uniti in matrimonio il 25 ottobre 1969 e quindi il 25 ottobre scorso hanno festeggiato il bellissimo traguardo del mezzo secolo di vita coniugale. Un'unione allietata dalla nascita di tre figli: Dino, Augusta e Simone e successivamente dalla bellezza di sette nipoti: Ilenia, Giulia, Emma, Nicholas, Mirko, Sara ed Alex. Insomma, un matrimonio che ancora conserva freschezza e gratitudine per le tante cose buone realizzate. Alla cerimonia si sono uniti anche i parenti e i tanti amici di una vita. Alla simpatica coppia, il direttivo degli amici del cuore rivolge le congratulazioni più sentite e l'augurio di una ancora lunga e serena vita coniugale.





IL CUORE NELLA LETTERATURA MONDIALE

a cura di Vincenzo Pelloia

Le **frasi sul cuore** testimoniano come questa parte del corpo sia stata spesso citata da artisti, letterati, pensatori, cantanti e semplici persone comuni, come sinonimo di passione e sentimento, ma anche come sede dei moti dell'animo e centro dell'amore.

Ecco perchè con questa nuova rubrica di raccolta di *frasi sul cuore* si vorrebbe stimolare e far riflettere sui valori, sulla volontà, sui propositi, sulle intenzioni e sentimenti di ognuno di noi, "AMICI DEL CUORE". Questa rubrica è aperta a tutti i soci che vorranno segnalare, in segreteria, frasi o poesie sul cuore e molto volentieri le pubblicheremo.

FRASI CON "CUORE"

- Quando mi emoziono, sento sempre il cuore battermi forte in gola;
- I figli sono pezzi di cuore.

PROVERBI

- Il cuor magnanimo si piglia con poco amore, e il cuore dello stolto con poca adulazione.
- Lontano dagli occhi, lontano dal cuore.
- Amor, dispetto, rabbia e gelosia, sul cuore della donna han signoria.

ESPRESSIONI E MODI DI DIRE

- A cuore aperto.
- Mettere il cuore oltre l'ostacolo.

FRASI CELEBRI SUL CUORE

- L'amore non si può avere a comando, è un regalo di un cuore a un altro cuore..

Paramhansa Yogananda

- Il mio cuore aveva mai amato ? Occhi rinnegatelo, perché non ha mai conosciuto la bellezza fino ad ora.

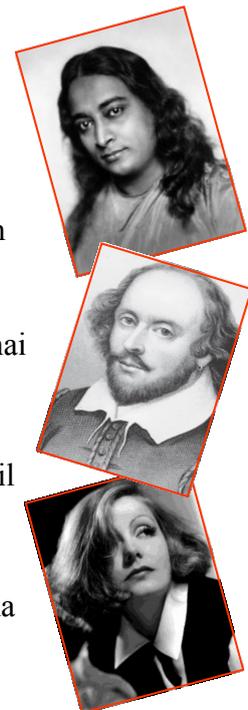
William Shakespeare

- La ricchezza del mio cuore è infinita come il mare, così profondo il mio amore: più te ne do, più ne ho, perché entrambi sono infiniti.

William Shakespeare

- Veramente ricco è soltanto colui che possiede il cuore di una persona amata.

Greta Garbo



Rimaniamo in attesa delle Vostre segnalazioni di frasi, proverbi, modi di dire, frasi celebri e brevi racconti che abbiano per soggetto o protagonista il "CUORE". Le segnalazioni dovranno pervenire alla Segreteria dell'Associazione o inviate per e-mail: info@clubamicidelcuore.org e verranno pubblicate nel nostro periodico, certi di far cosa gradita a tutti nostri lettori. .

● NOVITA' ORGANIZZATIVE



Ci sembra doveroso segnalare la disponibilità offerta da alcuni soci per recapitare a domicilio il nostro periodico “QUESTIONI DI CUORE”.- In questa circostanza potrete consegnare il “Questionario Giugno 2020”, compilato ai distributori/referenti di questo elenco.

LOCALITA'	SOCIO DISTRIBUTORE REFERENTE	TELEFONO	RESIDENZA
PEDEROBBA E PALESTRA	<i>FAVERO DENIS</i>	3297595851	PEROBBA, vicolo montello 17
PER I SOCI DI CRESPANO BORSO			
CAVASO - PADERNO			
RIESE PIO X°	<i>DE LUCCHI RENZO</i>	0423/483417	RIESE PIO X°, Via Palazzon 4
FONTE	<i>PEZZINATO GIANCARLO</i>	3402316318	FONTE, via Castellana 118
ASOLO	<i>ZANELLATO FIORENZO</i>	3355260299	ASOLO, via Castellana 15
ALTIVOLE - CASELLE - S. VITO	<i>LORO ACHILLE</i>	3341159962	SAN VITO, piazza San Vito 3/3
RESANA - CASTELMINIO	<i>BOTTERO FRANCESCO</i>	3334557577	ASSOCIAZIONE S. FRANCESCO, RESANA
SAN MARCO			
CASTELLO DI GODEGO	<i>BELTRAME DINO</i>	34803213292	CASTELLO DI GODEGO
FANZOLO	<i>PERIN GIUSEPPE</i>	3485521385	FANZOLO, via Papa Luciani 6
SAN ZENONE	<i>CASSOL MAURO</i>	3450587992	SAN ZENONE, via Verdi
LORIA , RAMON	<i>FAVRIN GIOVANNI</i>	33985448131	LORIA, Via F.lli Pinarello 21/a
POGGIANA	<i>BERNARDI PIETRO</i>	0423/483911	POGGIANA, Via De Gaspari 60
SPINEDA	<i>COLBALCHINI LUIGINA</i>	3482489314	SPINEDA, Via Cendrole 32/a
VEDELAGO	<i>LUCCHETTA LUCIANO</i>	3397602447	VEDELAGO, Via Albinoni 10
	<i>CONTE FRANCESCO</i>	3337502144	VEDELAGO, via Ziuccareda 43
FOSSALUNGA - CAVASAGRA	<i>BORTOLOTTI LUIGI</i>	3351227701	CONTE FRANCESCO 3337502144
CASACORBA - ALBAREDO			
VALLA' DI RIESE PIO X°	<i>LIBERALATO SANTE</i>	0423/748193	VALLA DI RIESE PIO X°, Via Ferretto 5/b
PALESTRA DI PEDEROBBA	<i>SANTOVITO RICCARDO</i>	0423/561772	SEMONZO, Via Celli 7/a

CARTA DEI VALORI DEL VOLONTARIATO

PRINCIPI FONDAMENTALI

1 – Volontario è la **persona** che mette a disposizione il proprio tempo e le proprie capacità per gli altri e per la propria comunità, di cui è cittadino attivo.

2 – Il volontario può svolgere la propria **azione** da solo o in gruppo (associazioni). I volontari hanno in comune la **passione per la causa degli esseri umani** e per la costruzione di un mondo migliore.

3 – Il volontariato è azione gratuita: questa è la sua caratteristica originale. Solo così diviene testimonianza credibile di libertà rispetto alle logiche dell'egoismo. Ciò che il volontario riceve per la sua attività è un arricchimento interiore e nelle relazioni con gli altri.

4 – Il volontariato è espressione del **valore della relazione e della condivisione** con l'altro. Il volontario ha a cuore la **persona** e si impegna affinché tutti i suoi **diritti** siano tutelati, e possa partecipare allo sviluppo della società.

5 – Il volontariato è scuola di solidarietà. Propone a tutti di farsi carico, ciascuno per le proprie competenze, dei problemi locali e di quelli globali e, attraverso la partecipazione, di portare un contributo al cambiamento sociale. In tal modo il volontariato produce legami e rapporti di fiducia nel contesto in cui opera.

6- Il volontariato è esperienza di solidarietà: opera per la crescita della comunità, il sostegno delle persone più deboli o in stato di disagio, temporaneo o permanente. Nel volontariato **la solidarietà si fonda sulla giustizia.**

7 – Il volontariato è partecipazione responsabile e pratica di **cittadinanza solidale:** si impegna di rimuovere le cause delle disuguaglianze. Non evidenzia solo i problemi, ma avanza proposte e progetti coinvolgendo quanto più possibile la popolazione nella costruzione di una società più vivibile.

8 – Il volontariato ha una funzione culturale ponendosi come coscienza critica e punto di diffusione dei valori della pace, della non violenza, della libertà, della legalità, della tolleranza e facendosi promotore, innanzitutto con la propria testimonianza, di stili di vita caratterizzati dal senso della responsabilità, della accoglienza, della solidarietà e della giustizia sociale. Si impegna perché tali valori diventino patrimonio comune di tutti e delle istituzioni.

9 – Il volontariato svolge un ruolo politico: partecipa attivamente ai processi della vita sociale; la conoscenza ed il rispetto dei diritti, rileva i bisogni e i fattori di emarginazione e degrado, propone idee e progetti, individua e sperimenta soluzioni e servizi, concorre a programmare e a valutare le politiche sociali **in pari dignità con le istituzioni pubbliche** cui spetta la responsabilità primaria della risposta ai diritti delle persone.

La Carta dei valori è il risultato di un esercizio di autentica scrittura collettiva. L'iniziale traccia, proposta da FIVOL- Fondazione Italiana per il Volontariato e dal Gruppo Abele è stata portata a conoscenza del mondo del volontariato ed è stata corretta, integrata, discussa e, alla fine migliorata grazie all'apporto di numerosissime organizzazioni, di singoli volontari, di studiosi.



VITA ASSOCIATIVA

a cura di Daniele Fiorin

Cari Associati,

al pranzo di pesce dello scorso 15 febbraio, un bel gruppo di associati ha partecipato con entusiasmo e ... appetito. Grazie ai titolari del ristorante "Al Gambero" di Cortellazzo per i gustosi piatti ed un ringraziamento particolare ai titolari della cantina "Le Rive" di Negrisia, per l'ospitalità genuina e generosa. Senza esagerazioni, anche questi incontri conviviali diventano momenti importanti per coltivare sane relazioni e feconde amicizie.



Cari associati,

con molto dispiacere, siamo stati costretti ad annullare le iniziative che avevamo programmato per il primo semestre 2020. La gita del 5 aprile scorso, alla quale avevano dato adesione sessantadue associati, ci avrebbe fatto apprezzare il santuario dell'isola di Barbana e la successiva visita alla piccola splendida cittadina lagunare di Grado. Spiace per voi, cari soci, che avevate con entusiasmo aderito, ma spiace anche per l'agenzia viaggi Danieli, che con la solita attenzione ci avrebbe sostenuto nell'iniziativa. Avevamo poi programmato un soggiorno in montagna dal 17 al 27 giugno, in quella splendida località trentina che risponde al nome di Andalo. Un buon numero di soci (che ringraziamo) aveva manifestato l'interesse, cogliendo con favore l'offerta interessante e vantaggiosa dell'hotel Bottamedi. Purtroppo, anche per tale iniziativa abbiamo dovuto rinunciare a causa dell'infelice momento sanitario. Approfittiamo per ringraziare la direzione dell'albergo e la nostra signora Luigina, che si era fatta carico di accompagnare e seguire la compagnia. Certamente questi mancati appuntamenti, soprattutto per quei soci che maggiormente vivono in questo lungo periodo di pandemia la solitudine, rappresentano una dolorosa rinuncia e questo ci rammarica molto. La speranza è che si possa in tempi ragionevoli programmare alcune iniziative per il secondo semestre dell'anno. Nel frattempo, che l'estate vi sia propizia e soprattutto che la salute vi assista. Un abbraccio.



● LE RICETTE DEGLI AMICI DEL CUORE

Continuiamo questa rubrica, inaugurata con il notiziario di dicembre 2019, proponendovi una ricetta tipicamente primaverile: la “Crema di asparagi”.

L’asparago ha un alto valore nutrizionale. E’ un ortaggio dalle poche calorie, ma ricco di minerali, vitamine e fibre. E’ un piatto decisamente buono e delicato! Buon appetito.



AMICI del CUORE
ALTO VICENTINO
ONLUS

Crema di asparagi

La vellutata di asparagi è un piatto decisamente primaverile: leggero ma gustoso e di grande effetto! Servita tiepida e in piccole porzioni, la vellutata di asparagi può essere un antipasto molto chic in occasione di una cena, oppure come primo piatto dal sapore morbido e delicato.

Tipologia: Primo Piatto
Metodo di Cottura: Stufatura, Lessatura/Bollitura
Stagionalità: Primavera

Informazioni nutrizionali
(per porzione)
Calorie: 190
Proteine: 8,6 g
Grassi: 7,5 g
Carboidrati: 23,6 g
Colesterolo: 6,6 mg

Ingredienti per 2 persone

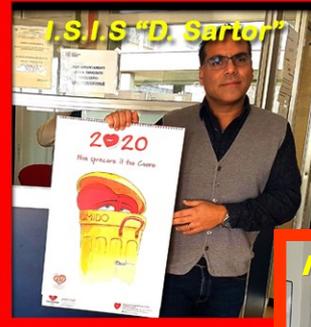
- Acqua o brodo vegetale (q.b.)
- Latte parz. scremato (mezzo bicchiere)
- Asparagi verdi freschi o surgelati (200 g)
- Patata (80 g)
- Cipolla bianca (80 g)
- Amido di riso o mais (20 g)
- Olio extra vergine (10 g)
- Formaggio grattugiato (10 g)
- Prezzemolo, sale e pepe

- 1 Tagliare gli asparagi in piccoli pezzi e mettere da parte le punte.
- 2 In un tegame far stufare in poco brodo vegetale i pezzetti di asparagi, la cipolla tritata finemente e la patata tagliata a cubetti.
- 3 Aggiungere il brodo vegetale e portare a ebollizione; far bollire per 20 minuti, fino a che le verdure non diventano tenere.
- 4 A fine cottura passare il tutto al passaverdura a piastra fine (o al mixer). A parte sciogliere e cuocere
- 5 l'amido di mais o riso nel mezzo bicchiere di latte e unire la pastella alla crema di asparagi assieme alle punte lessate.
- 6 Condire con l'olio, il pepe, il prezzemolo e, se gradito, un cucchiaino di grana.

Varianti:
Lo stesso procedimento può essere utilizzato per una crema di carciofi o funghi o cipolla.



**DURANTE IL MESE DI GENNAIO ABBIAMO
CONSEGNATO IL NOSTRO CALENDARIO 2020
A TUTTE LE SCUOLE DEL TERRITORIO.**



Info

per avere informazioni su attività associative, gite e passeggiate potete rivolgervi in palestra al n. 0423 732314 (vedi orario di apertura) o presso la sede:

31033 Castelfranco Veneto (TV) Via dei Carpani, 16/Z

Il modo più semplice e rapido per dare ed avere informazioni dall'Associazione è scrivendo al nostro indirizzo e-mail: info@clubamicidelcuore.org

Vi invitiamo a visitare il sito internet: www.clubamicidelcuore.org.

Per i fans di Facebook l'invito è di chiedere l'amicizia a: **club amici del cuore** e visitare e mettere "mi piace" sulla nuova pagina facebook: **Associazione "Club Amici del Cuore" Organizzazione ODV**