



Associazione ODV
**CLUB
AMICI
del CUORE**
CASTELFRANCO VENETO

QUESTIONI DI CUORE

NOTIZIARIO DEL MESE DI GIUGNO 2022



**Natalia Kliusyk dott.ssa Ucraina
frequenta il reparto di Cardiologia
del nostro ospedale grazie
a una borsa di studio
messa a disposizione
dalla nostra associazione**

- all'interno l'articolo su Natalia Kliusyk

SOMMARIO

| | |
|--|-------------------------------|
| Notizie utili | -pag. 3 |
| Editoriale | |
| Saluto del Presidente G. Pavan..... | - pag. 4 - 5 |
| Festa del Volontariato Solidale della Castellana 29 maggio 2022 | - pag. 6 - 7 |
| Solidarietà: rete senza confine | - pag. 8 |
| Piccole Tappe su grandi Argomenti | - pag. 9 - 10 |
| Progetto Varcities | - pag. 11 - 12 |
| Il cuore per immagini (1^a parte) | |
| A cura del Dr Raffaele Terlizzi | - pag. 13 - 14 |
| Giornate del cuore | - pag. 15 |
| Festa del Volontariato Solidale | - pag. 16 |
| (foto) | |
| Ricordiamo i nostri associati | - pag. 17 |
| Vita associativa | - pag. 18 - 19 - 20 - 21 - 22 |
| Le ricette degli Amici del Cuore | - pag. 23 |
| Controcopertina | - pag. 24 |



IN REDAZIONE:

Giovanni Pavan - *Responsabile*
Elisabetta Andretta - *Vice Responsabile - Volontariato*
Vincenzo Pelloia - *Logistica - Rapporti tipografia*
Daniele Fiorin - *Segretario - Editor - Vita associativa - verifica testi*
Wladimiro Esposito - *Progetto grafico - immagini creative*

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

“QUESTIONI DI CUORE”

periodico trimestrale di informazioni e di divulgazioni scientifiche che riguardano esclusivamente tematiche relative all'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

NOTIZIE UTILI **Iscrizioni**

L'importo per il rinnovo della tessera è sempre di euro 15,00. Si invita a rinnovare il tesseramento.

Per i soci che non hanno ancora conferito l'autorizzazione all'uso dei dati personali (legge sulla privacy) al momento del rinnovo verrà chiesto loro detta autorizzazione, con la firma di un modulo già predisposto che rimarrà agli atti in Associazione.

L'iscrizione ai corsi, deve avvenire contemporaneamente al versamento della quota stabilita ed in regola con il tesseramento.

Ricordiamo a tutti la necessità di presentare il certificato di idoneità per l'iscrizione ai corsi di ginnastica **riabilitativa e yoga posturale**.

I corsi di ginnastica e yoga riprenderanno lunedì 5 settembre 2022

VERSAMENTI DI TUTTE LE QUOTE

Si possono effettuare i versamenti delle quote per la partecipazione alle nostre attività e per il rinnovo della quota sociale annuale presso la Segreteria Soci, oppure mediante bollettino postale sul C.C/ P n° 17605312, o tramite versamento bancario IBAN IT891083996156400000065036 o tramite il referente di zona dove è attivo

AVVISO IMPORTANTE

1) chi non è in regola con il tesseramento da più di due anni non riceverà più il nostro Notiziario;

2) chi non è in regola con il tesseramento annuale, non ha diritto di usufruire delle agevolazioni dei soci nelle attività organizzate dall'Associazione, quali: controlli periodici pressione, colesterolo, glicemia, partecipazione ai corsi e ad altre attività, ecc., inoltre non ha diritto di voto nelle assemblee.



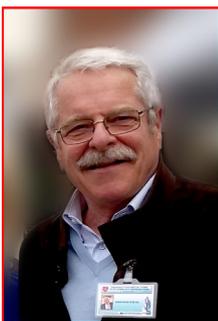
Ricordiamo a tutti che la segreteria soci è aperta nel mese di

***giugno al mattino di martedì e venerdì dalle ore 8:30 alle 11:30
mentre rimarrà chiusa dal 1° luglio al 28 agosto
riaprirà lunedì 29 agosto***

Recapiti telefonici

Per migliorare le comunicazioni fra la Sede ed i soci, invitiamo, chi avesse eliminato il telefono fisso ed attivato un cellulare o fosse in possesso di casella di posta elettronica (e-mail), di comunicare quanto sopra in Segreteria Soci al numero 0423 732314 oppure di mandare un messaggio Whatsapp al numero 3202641146 Oppure una email a info@clubamicidelcuore.org.





Carissime/i associate/i e lettori tutti

Editoriale

L'estate si avvicina, pone termine alle nostre attività ginniche, ma non al lavoro dei volontari che predispongono le basi per l'attività futura.

Un breve bilancio di questa prima parte dell'anno si impone prima di passare in rassegna le attività dei prossimi mesi.

Il picco della pandemia sembra superato anche se nuove varianti si preparano a metterci alla prova, ma la vaccinazione, la responsabilità di ciascuno, l'abitudine che stiamo acquistando a comportamenti più prudenti, permettono di guardare il futuro con un certo ottimismo da questo punto di vista.

La guerra in Ucraina sta mettendo alla prova i nostri valori di pace, di democrazia, di solidarietà con chi è colpito duramente dalla tragedia. Le nostre risposte devono essere all'altezza del bisogno, guidate dal senso di umanità e giustizia che solo può rendere coesa ogni società ed ogni comunità. In questo ambito la nostra associazione ha istituito una borsa di studio a favore di una cardiologa ucraina rifugiata a Castelfranco ed inserita nella Cardiologia dell'Ospedale S. Giacomo. I dettagli in un articolo all'interno.

Le conseguenze della pandemia sono pesanti per la nostra associazione: associati regolarmente iscritti dimezzati; iscritti ai corsi di ginnastica e yoga più che dimezzati; nuove iscrizioni a ritmo ridotto e ridotta partecipazione a gite ed eventi organizzati nonostante gli sforzi; difficoltà a trovare persone disposte a dedicare un po' del proprio tempo per il bene della comunità. Un fenomeno che riguarda non solo la nostra associazione ma è più generale e, lasciatemelo dire, preoccupante. L'associazione ha bisogno di tutti e dell'appoggio di ciascuno per ritornare ad essere ancora più attrattiva ed offrire un supporto efficace a noi cardiopatici ed alla società.

L'assemblea dei soci di domenica 3 Aprile, che ha approvato il bilancio dell'esercizio 2021 ha visto la partecipazione del nostro primario dr. Carlo Cernetti e della vice-sindaca Monica Galante in rappresentanza dell'amministrazione comunale – ai quali vanno i nostri ringraziamenti - è stata un importante momento di comunicazione e confronto. Erano fisicamente presenti solo 29 soci e 13 deleghe, cioè meno del 10% degli iscritti.

Il corso di training autogeno, tenuto dalla dr.ssa Bissacco alla quale va il nostro ringraziamento, ha visto l'adesione di 11 partecipanti e faremo il possibile per riproporlo anche il prossimo anno assieme ai corsi di ginnastica riabilitativa e yoga posturale. Questi ultimi riprenderanno lunedì 5 settembre 2022.

Le Giornate del Cuore del 27 marzo a Castello di Godego e del 22 maggio a S. Vito di Altivole hanno visto una buona partecipazione di pubblico a testimonianza che si tratta di un servizio alla comunità importante. La gita della domenica delle Palme al santuario dell'isola di Barbana nella laguna di Grado è riuscita molto bene come pure il tradizionale pranzo del pesce al ristorante "Al Gambero" di Cortellazzo – Jesolo. Quest'anno riprendiamo anche il tradizionale soggiorno montano ad Andalo in un ambiente rinnovato ed ancora più accogliente (per gli interessati notizie particolari all'interno nel servizio).

All'interno nelle pagine dedicate troverete anche gite ed attività associative proposte ai soci per l'autunno 2022.

Grazie al generoso contributo di donatori ed aziende anche quest'anno potremo fare delle donazioni importanti alle Cardiologie dell'Ospedale S. Giacomo di Castelfranco e Ca' Foncello di Treviso. Stiamo lavorando allo scopo con il nostro primario dr. Cernetti. In questo numero troverete un articolo del dr. Terlizzi, della Cardiologia del S. Giacomo dal titolo interessante "IL CUORE PER IMMAGINI". Al dott. Raffaele Terlizzi il nostro grazie di cuore.

Presentiamo all'interno il manifesto della festa del volontariato che si terrà domenica 29 maggio e la locandina di presentazione del convegno tema "IL VOLONTARIATO COME SEMINATORE E COLTIVATORE DI SPERANZA". che si terrà al Teatro Accademico al mattino. Siete invitati partecipare.

Nell'ambito della collaborazione con l'amministrazione comunale stiamo partecipando attivamente al progetto europeo "Varcities" di cui ci racconta il nostro Vincenzo Pelloia a pagina 11.

Un grande dovuto e meritato grazie a tutti i volontari dell'associazione, ai membri del consiglio direttivo, al revisore dei conti, alle nostre istruttrici, che con la loro dedizione, competenza e passione hanno assicurato la vita e lo sviluppo della nostra associazione anche nel corso di questo difficile 2022.

Soci defunti. Un ricordo affettuoso ed un grazie per la strada percorsa assieme ai soci che ci hanno lasciato ed un pensiero di solidarietà e vicinanza alle loro famiglie

Nuovi soci. Nel corso dei primi cinque mesi 2022 ci sono state 42 nuove iscrizioni. A tutti i nuovi soci, che hanno aderito alla nostra Associazione, condividendone spirito, valori, obiettivi va il nostro sentito grazie per l'adesione e caloroso benvenuto.

Un segno di ringraziamento va anche a tutti coloro che con il rinnovo delle iscrizioni (335) mostrano che l'associazione è amata e voluta, la sua funzione di supporto alla salute, di occasione di socializzazione e, perché no, di svago è apprezzata e cercata. Un ringraziamento speciale va a tutti coloro che con le loro donazioni contribuiscono a sostenere le attività della nostra associazione.

Una ricetta degli Amici del Cuore chiude il numero, come oramai tradizione.

A tutti voi l'augurio di buona lettura ed un caloroso invito a farci sapere come la pensate, a condividere per pubblicarli gli avvenimenti importanti della vostra vita, scrivendo all'associazione o telefonando o, più facilmente di tutto mandando un vostro messaggio all'indirizzo info@clubamicidelcuore.org oppure via Whatsapp numero dell'associazione: 320 2641146



**RICEVIAMO E BEN VOLENTIERI PUBBLICHIAMO LA LETTERA, ANCHE A NOI
INDIRIZZATA, DEL VOLONTARIATO DELLA CASTELLANA IN OCCASIONE
DELLA**

**● 1° Festa del Volontariato Solidale della Castellana
29 maggio 2022**

LETTERA ALLE ASSOCIAZIONI ADERENTI ALLA FESTA

Care Associazioni,

desideriamo ringraziarvi per la numerosa adesione all'iniziativa di questa festa. Essa non è un punto di arrivo, ma piuttosto come inizio di un processo che dura nel tempo, testimonia il significato del nostro essere volontari, diventa esempio di efficacia e di risultati, che speriamo sempre più fecondo. Vogliamo anche condividere con Voi alcune considerazioni che sono da un lato base e dall'altro scopo della nostra attività di volontariato.

Perché fare una Festa del Volontariato Solidale della Castellana è espresso già nel nome, che racchiude in sé i concetti di **comunità - solidarietà - rappresentanza - sinergia**.

Volontariato come fare comunità. Tutte le nostre associazioni sono delle comunità costituite dalla relazione tra gli associati certamente, ma anche e soprattutto dalla rete di relazioni con le persone che fruiscono delle nostre attività. Sono costoro, infatti, la ragione per la quale un gruppo di noi si è costituito in associazione ed ha dato avvio e sviluppo alle attività. Ogni associazione, quindi, è una comunità che vuole e deve essere inclusiva per definizione; un tessuto di relazioni di dare e ricevere tra operatori e fruitori e queste relazioni sono la nostra ricchezza umana. E' tuttavia anche di importanza fondamentale che *le singole associazioni imparino a sentirsi ed essere comunità tra di loro, quindi inclusive*, perché il valore del volontariato, che si traduce nel dare/offrire gratuitamente qualcosa di sé, è ciò che le accomuna e le mette in relazione. Questo fare comunità inclusiva tra le associazioni, superando steccati ideologici, gelosie, campanilismi, è la condizione necessaria per far crescere in efficacia il volontariato e la sua capacità di risposta alle povertà sociali. Ricordiamo che *essere volontario significa prendersi cura degli altri e del loro futuro*.

Volontariato come solidarietà. Ci sono diverse tipologie di volontariato, ma il nostro volontariato si caratterizza per il suo essere basato sul concetto di solidarietà. Un volontariato solidale è anche un modo di ringraziare la società per quello che abbiamo ricevuto e riceviamo per qualche ragione di merito o di fortuna o di casualità rispetto a chi non ha avuto. Questa solidarietà si esprime sempre e solo attraverso la gratuità del dare. Essa trova compimento e gratificazione nella donazione senza attesa di ricevere in cambio qualcosa. Nel volontariato è abolito il concetto ed il comportamento di chi dà in cambio di qualcosa: sia esso favore, prestazione, carica, ringraziamento o altro. Noi dobbiamo incarnare e testimoniare la gratuità, perché fare il bene fa bene a noi stessi e va vissuto un qualcosa che dà gioia. *Dare lascia un doppio segno positivo: in chi dona e chi riceve*.

Volontariato come rappresentanza. E' la festa del volontariato solidale della castellana, aperto e rappresentante associazioni di tutti i comuni del comprensorio della castellana, ma anche le istanze di tutti i comuni della castellana.

Essi hanno aderito con interesse ed entusiasmo, dando il loro partenariato ed alcuni assicurando anche un contributo. Il concetto di rappresentanza merita alcune riflessioni. Le associazioni di volontariato che operano nel territorio agiscono sulle marginalità e sui bisogni oggetto della loro attività. In questo senso ne diventano rappresentanti, portatori delle relative necessità e di quelle del loro territorio. Nel momento in cui la società ha particolare bisogno di attenzione alle marginalità causa Covid - 19, guerra in Ucraina e non solo, crisi ambientale ed alimentare ecc. e lo stato riduce l'area del suo intervento sociale, il volontariato e la sua rappresentanza diventano ancor più fondamentale. Cresce l'area del bisogno e di concerto deve crescere la dimensione e l'efficacia della risposta. In questo senso è importante continuare a costruire ed arricchire la rete di relazioni tra le diverse associazioni ed il *Coordinamento del Volontariato della Castellana*. *Esso ha la funzione di favorire la conoscenza e le relazioni tra le associazioni*, come anche le attività comuni - è importante fare rete e superare l'autoreferenzialità per risolvere assieme i problemi perché 2+2 fa 4 in matematica, ma nel sociale può fare 5 e più - e *di rappresentare le loro necessità ed aspettative nei confronti delle istituzioni pubbliche comunali e sovraordinate*.

Volontariato come fare sinergia. Vogliamo con questa festa, con questa prima giornata, rafforzare *un percorso che mette insieme persone di buona volontà laiche e credenti, giovani e non più giovani unite dal bene e dalla generosità del Volontariato*. Vogliamo far *dialogare sempre di più istituzioni, classe dirigente, rappresentanti del mondo dell'impresa e del lavoro, mondo cooperativo ed associazioni del volontariato per fare sinergia* tutti assieme nell'interesse del bene comune. Vogliamo *sensibilizzare la cittadinanza e attraverso di essa chi ha responsabilità politica, amministrativa, industriale e sociale, insomma la classe dirigente, della realtà di povertà ed emarginazione anche in un territorio ricco e per molti aspetti fortunato come la castellana*. Far dialogare istituzioni, classe dirigente, rappresentanti del mondo dell'impresa e del lavoro, mondo cooperativo ed associazioni che operano nel sociale. Grazie e buon lavoro a tutte!

Coordinamento del Volontariato della Castellana
Il Consiglio Direttivo



● **Solidarietà: rete senza confine**

(a cura di Giovanni Pavan)

Con l'inizio del mese di maggio ha iniziato il suo training di formazione ed addestramento cardiologico la dr.ssa Natalia Kliusik, ucraina 33 anni medico cardiologo, sposata con un medico che è dovuto rimanere nel paese e servire nell'esercito, fuggita con le due figlie di 3 e 5 anni già al primo giorno di guerra, arrivata in Italia dopo un viaggio lungo e faticoso ed accolta dalla suocera che risiede a Treviso e lavora qui già da vent'anni.

Il caso, segnalato al dr. Giancarlo Saran del Comitato borsa di studio e riferimento per la campagna di aiuto all'Ucraina, è stato da lui indicato al sottoscritto e quindi proposto al dr. Carlo Cernetti, primario della Cardiologia degli ospedali Ca' Foncello di Treviso e S. Giacomo di Castelfranco, di istituire una borsa di studio della durata di sei mesi allo scopo di formare ed addestrare la dr.ssa Natalia alle tecniche e procedure della nostra Cardiologia, previo un colloquio di verifica e la presentazione del Curriculum Vitae. La proposta viene accolta ed il finanziamento del progetto viene definito tramite utilizzo del Fondo Cardiologia, gestito dalla nostra Associazione Club Amici del Cuore ed



alimentato con generosità annuale da donatori. Il Consiglio Direttivo dell'associazione, previamente informato e che aveva dato parere favorevole al progetto, delibera nella riunione del 29 Aprile di **"3.4 Istituzione borsa di studio: a favore di Kliusyk Natalia durata 6 mesi a partire da maggio 2022 e finalizzata ad un training nella Cardiologia dell'Ospedale S. Giacomo nei modi definiti dalla direzione. Il presidente ricorda di avere informato via email ed aver avuto il consenso di tutti all'iniziativa, fa presente che l'interessata ha fatto domanda di conto corrente bancario ed è in attesa di riscontro dalla banca. Dopo ampia discussione il consiglio approva all'unanimità di conferire una borsa di studio di 800,0 €/mese per 6 mesi a partire da maggio c.a. alla persona in oggetto con utilizzo del Fondo di Cardiologia come accordato dal dr. Cernetti."**

Dal 2 Aprile al 2 Maggio giusto un mese è passato per ottenere tutte le autorizzazioni e lunedì 2 Maggio Natalia ha iniziato il suo training alla cardiologia del S. Giacomo. Sabato 7 Maggio al ristorante Feva, grazie allo chef stellato Nicola Dinato che aveva messo in palio un pranzo per due persone, alla donazione della sconosciuta vincitrice ed alla generosità del dr. Saran, abbiamo festeggiato il buon risultato assieme a Natalia, alle due figlie, alla suocera Mariya.

Il nostro ringraziamento come associazione per averci permesso di fare opera di solidarietà e sinergia tra volontariato ed istituzioni va in special modo da un lato al dr. Saran, per il ruolo fondamentale avuto, al dr. Cernetti per la generosa disponibilità subito dimostrata, al dr. Desideri, vice-primario di Cardiologia dell'Ospedale S. Giacomo che sta seguendo in prima persona il percorso di training e formazione della dr.ssa Natalia. Alla dr.ssa Natalia l'augurio di cuore di **"Buon Lavoro"** presso la nostra cardiologia.





PICCOLE TAPPE SU GRANDI ARGOMENTI

(a cura di Elisabetta Andretta)

Gentili Associati, riannodo brevemente il filo del discorso sui progetti di Volontariato dei quali vi avevo accennato nel numero scorso.

“Scambi Genera...Attivi” è nato con l’obiettivo di sperimentare veri e propri laboratori volti a promuovere l’invecchiamento attivo delle persone anziane, attraverso il coinvolgimento di giovani del territorio in attività di volontariato o di PCTO (Percorsi per le Competenze Trasversali e l’Orientamento) rivolte proprio agli anziani dei quartieri. Attività volte a favorire la costruzione di relazioni di prossimità e a responsabilizzare i giovani nell’impegno verso la società in cui vivono.



“Scambi Genera...Attivi” è un progetto innovativo che ha molte ricadute positive, sia per la salute degli anziani sia dei giovani che hanno potuto vivere un’esperienza di crescita e si sono fatti protagonisti di un’azione di valore per la propria Città.

Il progetto ha coinvolto 3 classi di terza superiore degli Istituti Martini, Nightingale e Giorgione, per un totale di 77 giovani, che hanno fatto un percorso di 25 ore di formazione sui temi della cittadinanza attiva, dell’invecchiamento attivo, del mondo digitale e dell’attività motoria. La formazione ha dotato i ragazzi degli strumenti necessari per affrontare gli incontri con le 40 persone anziane partecipanti.

Ogni anziano, segnalato da Medici di Medicina Generale, ha beneficiato di 3 incontri da un’ora ciascuno con uno o più ragazzi, in cui fare semplici esercizi motori e migliorare l’uso degli strumenti digitali. Queste azioni hanno lo scopo di prevenire il declino cognitivo oltre che il miglioramento del benessere fisico. Tra gli obiettivi anche la prevenzione dell’isolamento e la perdita di autonomia.

Per i giovani, invece, questa esperienza di volontariato e promozione sociale ha permesso loro di scoprire quanto hanno da donare agli altri.

ALTRO PROGETTO...LA PROSSIMA ETÀ ...sta iniziando a prendere forma.

I lavori sono iniziati nel mese di aprile e vedono coinvolti associazioni ed enti del territorio comunale ed extra comunale.



“LA PROSSIMA ETÀ”, il progetto promosso da “L’Incontro” che ha l'obiettivo di lavorare sul CONTESTO territoriale per far spazio ad un welfare di iniziativa per migliorare la QUALITÀ della vita delle persone over 65 e il loro senso di appartenenza.

Ad aprile ha preso il via il tavolo di lavoro e c'è stata una bella adesione e siamo sicuri che il gruppo di lavoro saprà generare tante nuove opportunità, anche grazie a Percorsi di secondo welfare che ci accompagneranno.

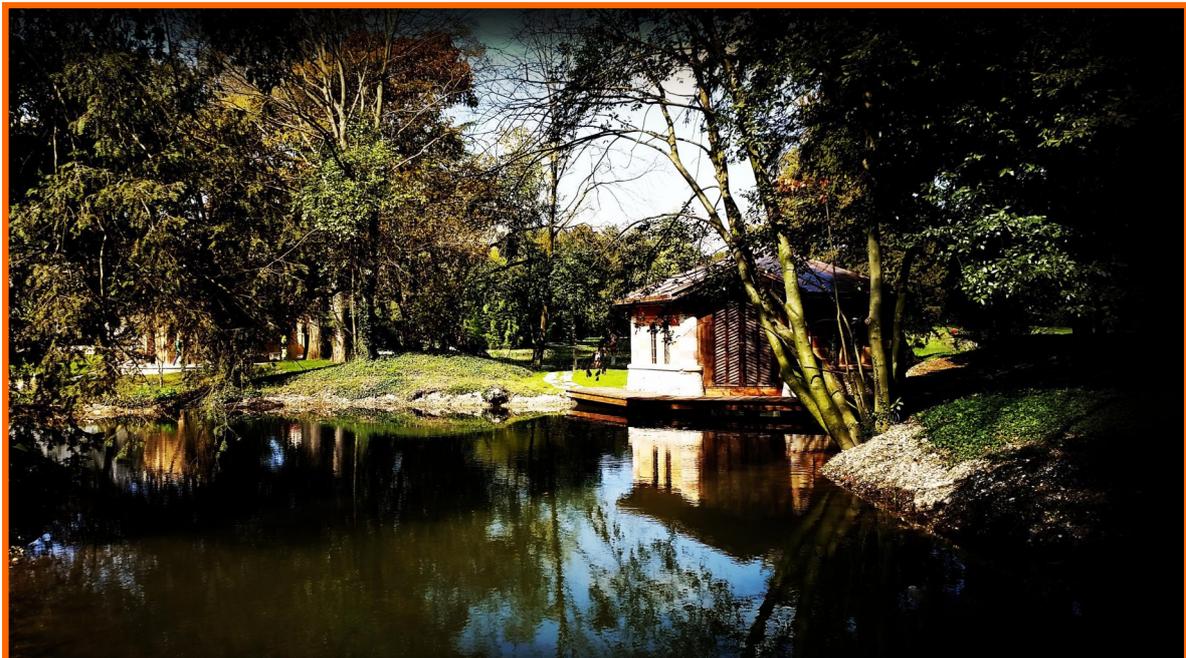
L'obiettivo generale è quello di Cercare di trasformare il CONTESTO territoriale per far spazio ad un welfare di iniziativa per migliorare il BENESSERE e la SALUTE delle persone anziane e il loro senso di appartenenza.

Attraverso la Sperimentazione di PROCESSI integrati di cura territoriale più prossimi alle persone anziane.

La promozione e facilitazione all'accesso alle OPPORTUNITÀ DI SALUTE E BENESSERE presenti nel territorio

Promuovere inoltre il miglioramento della SALUTE PSICOFISICA degli anziani e il loro SENSO DI APPARTENENZA a una comunità che sostiene l'invecchiamento attivo.

Infine tentare di modellizzare l'INTERVENTO DI COMUNITÀ a favore del benessere e della salute degli anziani .



 il tuo 5x1000
x far battere
tanti cuori
Codice fiscale
90001180265

PROGETTO VARCITIES – CASTELFRANCO VENETO

(a cura di Vincenzo Pelloia)

Con il mese di maggio, la nostra Associazione si vede coinvolta anche nel progetto VARCITIES, iniziativa di respiro internazionale, alle cui fasi preliminari avevamo preso parte a novembre.

L'iniziativa tende a coinvolgere le Associazioni della Castellana al fine di poter usufruire del giardino storico di Villa Bolasco, quale luogo di benessere psico fisico con il progetto europeo VARCITIES, promosso dalla Human Foundation, ente di ricerca non profit che promuove soluzioni innovative ai crescenti bisogni sociali.

Il Comune di Castelfranco Veneto di ricerca sociale denominato SROI (Social Return on Investment), ossia analisi previsionale dell'impatto sociale a seguito dell'intervento. La ricerca ha come obiettivo di identificare e stimare quali saranno i **cambiamenti sociali ed economici** a seguito degli interventi che verranno realizzati nel Parco Bolasco per la cittadinanza di Castelfranco Veneto

In una fase successiva, la ricerca andrà anche a calcolare il **rapporto tra benefici prodotti e costi del progetto**, al fine di comprendere quale sarà il valore sociale, monetizzato, generabile dalle attività progettuali.

Il Progetto Varcities è finanziato dal programma di ricerca e innovazione Horizon 2020 dell'Unione Europea. La durata prevista è da settembre 2020 a febbraio 2025.

8 sono le città pilota: Skelleftea (Svezia), Bergen (Norvegia), Dundalk (Irlanda), Leuven (Belgio), Castelfranco V.to (Italia), Novo Mesto (Slovenia), Gzira (Malta), Chania (Grecia).

OBIETTIVI:

1. stabilire modelli sostenibili per aumentare la salute ed il benessere dei cittadini in diverse condizioni climatiche;
2. promuovere l'innovazione urbana sfruttando soluzioni basate sulla natura da una prospettiva sociale e culturale.

LE ATTIVITA' DEL PROGETTO:

1. Realizzazione di percorsi di accesso al giardino storico in relazione alle esigenze di mobilità degli utenti;
2. Implementazione di strumenti per supportare un'esperienza gratificante per gli utenti del giardino e per assistere i visitatori con disabilità con l'obiettivo di aumentare la sicurezza durante la visita del giardino.
3. Realizzazione di percorsi nel giardino storico in relazione alle esigenze degli utenti per migliorare la mobilità nei viali del giardino.
4. Realizzazione di una nuova, o migliorare l'attuale, strada di avvicinamento al giardino.
5. Analisi e monitoraggio del benessere psicologico e fisiologico degli anziani e delle persone con malattia di Alzheimer in relazione alle condizioni ambientali.
6. Sviluppo di un manuale con le linee guida per la riprogettazione degli spazi verdi pubblici.
7. Implementazione di strumenti per gli utenti del giardino e per assistere i visitatori con disabilità.
8. Sistemi informativi, adattivi e intelligenti, per i visitatori.

I cambiamenti attesi per la cittadinanza di Castelfranco Veneto verranno pubblicati con il proseguo del progetto

Il cuore per immagini (A cura del Dr **Raffaele Terlizzi**)

“Noi ci facciamo immagini dei fatti”

Ludwig Wittgenstein



Con il termine diagnostica per immagini, in breve imaging, si comprende in Cardiologia l'insieme di metodiche usate per ottenere immagini dell'anatomia e funzione del cuore, permettendo di identificare ex novo potenziali problemi, oppure di monitorare l'evoluzione di una cardiopatia già conosciuta, oppure di prendere decisioni su trattamenti ed ulteriori procedure. In questo articolo si parlerà solo di quelle indagini che non richiedono atti invasivi, come la coronarografia, e che possono venire eseguite anche ambulatorialmente.

Fino a qualche decennio fa le metodiche utilizzate erano sostanzialmente due: l'ecocardiografia e la medicina nucleare. Negli ultimi anni l'evoluzione tecnologica ha ampliato le modalità di visualizzazione del cuore, e sono entrate nella pratica clinica anche la risonanza magnetica (RM) e la tomografia assiale computerizzata (TC). Un aspetto importante della ricchezza tecnologica che abbiamo a disposizione oggi è che tutti questi test d'imaging vanno visti sempre in modo complementare, cioè le immagini di ogni singola metodica si formano in modo diverso e per questo sono in grado di dare informazioni di tipo diverso. Un altro aspetto è che tutti i tipi di immagine, che consistano in singoli fotogrammi oppure videoclip, sono comunque una rappresentazione e danno una visione incompleta della realtà: per questo è fondamentale che le informazioni ottenute vadano sempre integrate con il quadro clinico del paziente per una corretta diagnosi e terapia.

ECOCARDIOGRAFIA

La parte del leone la fa l'ecocardiografia, perché è la metodica per immagini che da più tempo domina la scena diagnostica in cardiologia, è la più diffusa e la più versatile perché utilizzata in tutte le possibili cardiopatie ed in tutte le fasce d'età. E' una metodica "verde", che non espone il paziente a radiazioni ionizzanti perché utilizza gli ultrasuoni per esplorare l'anatomia e la funzione del cuore; sfruttando l'effetto Doppler permette anche di studiare i flussi di sangue attraverso le cavità o i vasi. L'ecocardiogramma è ormai diventato l'esame più richiesto perché relativamente poco costoso, "facilmente" eseguibile, non richiede una preparazione specifica del paziente, e dal momento che non espone a radiazioni è ripetibile anche in tempi brevi. Un altro aspetto fondamentale per chi lavora in ospedale è la trasportabilità in tempi rapidissimi della metodica al letto del paziente e non il contrario: infatti talvolta anche il semplice trasporto in una sala di radiologia di un paziente in condizioni gravi può costituire un problema. Inoltre permette di avere immagini "in diretta" (a differenza di tutte le altre metodiche), importante valore aggiunto in situazioni di emergenza che possono presentarsi in unità coronarica o pronto soccorso, dove alcune decisioni vanno prese nell'arco di pochi minuti o addirittura secondi.

Il limite della metodica è legata proprio all'utilizzo degli ultrasuoni, che viaggiano bene nei liquidi o tessuti contenenti acqua, mentre viaggiano con difficoltà attraverso l'aria.

Pertanto in alcuni pazienti con problemi polmonari, come l'enfisema o la bronchite cronica, o in pazienti obesi o con una particolare conformazione toracica, la qualità dell'esame può risultare scarsa, per l'impossibilità degli ultrasuoni di penetrare adeguatamente all'interno del torace.

Tramite l'ecocardiogramma si possono individuare:

- *danni dovuti a un **infarto miocardico***, che si verifica quando c'è una marcata riduzione/arresto di flusso di sangue all'interno di una coronaria;
- **scompenso cardiaco**, che compare quando il cuore non riesce a pompare il sangue nel modo corretto;
- *cardiopatie presenti già alla nascita (**cardiopatie congenite**)*, dovute a difetti già presenti alla nascita;
- *problemi alle valvole cardiache (**valvulopatie**)*, disturbi che interessano le valvole che controllano il flusso di sangue all'interno delle cavità cardiache;
- **cardiomiopatie**, consistenti in malattie primitive del muscolo cardiaco;
- *infezioni cardiache (**miocarditi, pericarditi, endocarditi**)*, cioè infiammazioni del muscolo, o del pericardio o, più spesso, delle valvole cardiache;
- la presenza e caratterizzazione di **masse** cardiache (tumori, trombi).

Esistono varie modalità di esecuzione:

- ecocardiogramma color-doppler completo **transtoracico**, che è quello standard, che non richiede nessuna preparazione, che viene eseguito semplicemente appoggiando la sonda sulla superficie toracica;
- ecocardiogramma **transesofageo**, eseguito inserendo nell'esofago una sonda fissata all'estremità di un tubo flessibile, dopo l'applicazione di un'anestesia locale in forma di spray in gola, e associata ad una sedazione con ansiolitico per via endovenosa; è richiesto un digiuno dalla mezzanotte precedente il giorno dell'esame;
- ecocardiogramma con **stress**, sia fisico che farmacologico (in genere dipiridamolo o dobutamina), per indurre segni di ischemia miocardica; può richiedere una preparazione, consistente in un'astensione da alcune sostanze a base di caffeina ed eventuale sospensione di alcuni farmaci (decisione che va presa da un cardiologo);
- ecocardiogramma con **infusione di contrasto**; il mezzo di contrasto usato in ecografia ha caratteristiche chimiche diverse da quelle dei mezzi di contrasto di altre metodiche e può essere utilizzato anche in pazienti con insufficienza renale. Non richiede in genere nessuna preparazione.

(Continua nel prossimo numero)



Uno degli ecografi in uso alla cardiologia

GIORNATE DEL CUORE CASTELLO DI GODEGO 27 MARZO 2022 E SAN VITO DI ALTIVOLE 22 MAGGIO 2022

Le immagini pubblicate testimoniano l'esito positivo vissuto nelle due giornate. Ringraziamo quanti hanno collaborato con l'Associazione.

Castello di Godego



San Vito di Altivole



Prossima giornata del cuore domenica 2 ottobre 2022 a Riese Pio X in occasione della giornata della salute.

● Prima festa del volontariato – 29 maggio 2022

Il grande lavoro di preparazione e di organizzazione a questa prima festa del volontariato è stato frustrato da condizioni atmosferiche inclementi che, purtroppo, hanno tenuto lontano il pubblico che ci si aspettava. Non di meno però il messaggio che si è voluto dare alla cittadinanza è stato lanciato sia nella conferenza che si è tenuta presso il nostro teatro accademico, sia successivamente nella splendida piazza Giorgione.

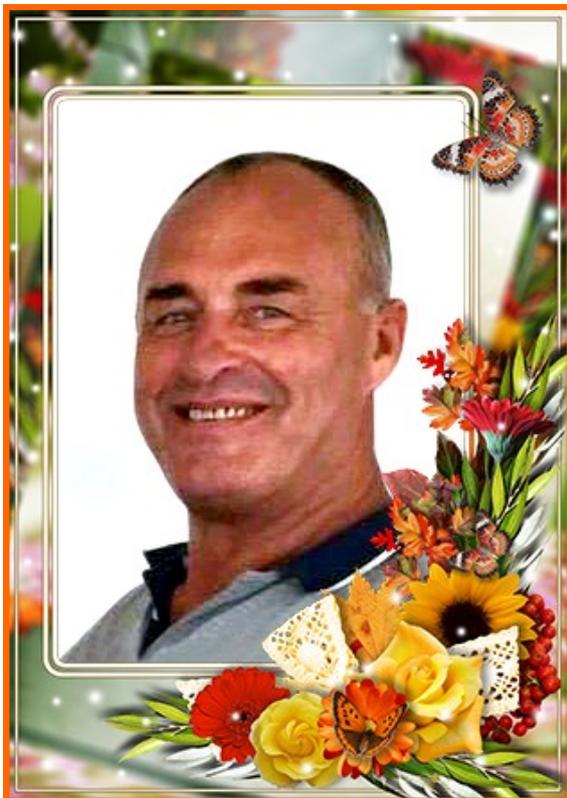


● Ricordiamo i nostri associati

(a cura di Daniele Fiorin)

Lo scorso mese di marzo è venuta a mancare la signora **Giuliana Caracoi**, moglie del nostro prezioso collaboratore **Natale Bolzan**.

All'amico Natale, in un momento così particolarmente doloroso, rinnoviamo le nostre più affettuose espressioni di partecipazione e di cordoglio, con preghiera di estenderle alla sua famiglia.



Riceviamo la triste notizia che ci ha lasciati anche l'associato **Walter Franco** di Vigonza. Alla famiglia Franco rinnoviamo le nostre più affettuose condoglianze. Con gratitudine ci rivolgiamo, oltre che alla famiglia, agli amici e vicini di casa di Walter che, in sua memoria, hanno voluto devolvere alla nostra associazione una importante donazione. Grazie!!!





Anche se in ritardo, ci fa molto piacere ospitare in questo numero un anniversario molto significativo: 61 anni di matrimonio! Era il 19 settembre 1960 quando si sono uniti in matrimonio

Giancarlo Caspon e Giuliana Nichele.

Possiamo senz'altro dire che questa storia d'amore, allietata da figlie e nipote, ha giovato ad entrambi, vista la freschezza e la gioia nel condividere ancora la vita insieme con cui giungono a questo importante traguardo. La foto che uniamo ne è buona testimone. A loro giungano le nostre più affettuose e sentite congratulazioni e gli auguri più cari di una ancora lunga vita serena.





VITA ASSOCIATIVA

(a cura di Daniele Fiorin)

Festa di chiusura dei corsi di ginnastica del primo semestre presso Fornaci Baghin

Il 10 maggio, in una splendida mattinata di sole, un gruppo di ginnastica, si è trovato alle Fornaci Baghin, su invito di Umberto Baghin, per una chiacchierata in allegria accompagnata da una ricchissima prima colazione a base di affettati, porchetta, sottaceti, vino bianco e rosso, bevande. Tutta la famiglia, con figli e figlia, si è data da fare per servire gli ospiti e partecipare alla festa.

Un grazie al nostro socio Umberto ed alla famiglia tutta per l'iniziativa che contribuisce a mantenere saldo e rinvigorire il legame tra i soci.



e presso la nostra sede il 30 maggio 2022



il tuo 5x1000
x far battere
tanti cuori



Codice fiscale
90001180265

Cari associati,

è proprio vero: non facciamo in tempo a respirare un po' in serenità e fiducia che subito veniamo turbati da eventi che ci scuotono l'animo e ci deprimono. La guerra che si sta combattendo nella nostra cara Europa non può lasciarci indifferenti e ci riporta, con angoscia, a visioni che speravamo di non viverle mai più. Già nel suo editoriale il presidente ne fa doverosa menzione, come positivamente riporta la notizia della solidarietà espressa da più attori nell'inserire, in un corso di formazione presso il nostro ospedale, una cardiologa ucraina giunta nel nostro Paese a seguito di quanto sta succedendo nel suo. E' una testimonianza che ci tocca da vicino e che, per fortuna, rappresenta un raggio di sole in una buia e terribile notte.

Ma veniamo a noi, cari soci, soffermandoci su quanto di buono siamo riusciti a fare nonostante tutto. Come programmato, il 3 aprile ha avuto luogo l'appuntamento più importante per l'associazione: l'assemblea annuale che ha approvato il bilancio 2021. Il 10 aprile (domenica delle Palme) sessanta associati hanno goduto di una bellissima giornata presso l'isola di Barbana (Grado)



VITA ASSOCIATIVA

(a cura di Daniele Fiorin)

ed il 14 maggio quaranta soci hanno partecipato al tradizionale pranzo di pesce a Cortellazzo. Sono stati momenti vissuti con grande partecipazione, comprensibile con le restrizioni patite in questi due ultimi anni a causa della ben nota pandemia.





VITA ASSOCIATIVA

(a cura di Daniele Fiorin)

SOGGIORNO AD ANDALO

Mentre scriviamo, stiamo mettendo a punto anche il soggiorno montano, previsto dal 16 al 26 giugno ad Andalo (Trento) e per il quale abbiamo raggiunto una buona adesione, segno anche qui del desiderio per alcuni di voi di partecipare, insieme, ad un soggiorno che si prospetta sereno e fresco.



GITA SUL LAGO DI GARDA

Inoltre è nostro desiderio sottoporvi una gita sul lago di Garda per **domenica 11 settembre 2022**: organizzata dall'agenzia Danieli avremo modo, partendo in traghetto da Peschiera del Garda, di toccare la punta alta del lago, con visita alla cittadina di Malcesine, successivo approdo alla sponda bresciana, dove avremo modo di godere della splendida Limone sul Garda (possibilità di pranzo in ristorante) ed infine toccheremo Riva del Garda. Costo della gita: pullman, navigazione e servizio guida intera giornata e assicurazione medico/assistenza con estensione Covid: **euro 50,00 con minimo 40 persone. Per i non soci euro 55,00. Supplemento per chi volesse pranzare in ristorante euro 35,00.** Iscrizioni entro il 15 luglio e saldo entro il 10 agosto 2022.



In considerazione della sempre pronta e generosa ospitalità della famiglia Baghin, stiamo valutando la possibilità di una visita guidata alle fornaci Baghin per il prossimo mese di settembre/ottobre.

Appuntatevi infine la data di domenica 18 settembre: se verrà confermata parteciperemo alla tradizionale passeggiata del Giorgione



● LE RICETTE DEGLI AMICI DEL CUORE

Cari amici del cuore, per questo numero, il suggerimento che ci arriva dai nostri "Amici dell'Alto vicentino" è un piatto decisamente delizioso. Facile da fare e buonissimo da mangiare: **Pasta risottata con melanzane e pomodorini**.

Buon appetito



Pasta risottata con melanzane e pomodorini

Piatto buonissimo da mangiare, bellissimo da vedere e facilissimo da fare!
La pasta cotta nel suo sugo acquisisce un sapore unico ma mantiene maggiormente l'amido pertanto è preferibile usare quella integrale.

Tipologia: Primo Piatto
Metodo di Cottura: Stufatura
Stagionalità: primavera/estate
Tutto l'anno

Informazioni nutrizionali
(per porzione)

Calorie: 371
Proteine: 12,1 g
Grassi: 12,5 g
Carboidrati: 55,7 g
Colesterolo: 0 mg

Ingredienti per 2 persone

- Pasta integrale (g 150)
- Una Melanzana medio/grande
- Pomodorini (g 100)
- Polpa di pomodoro (g 100)
- Olio di Oliva Extra Vergine (g 20)
- Basilico fresco
- Sale e pepe (q.b.)



- 1 Tagliare a dadini la melanzana e a metà i pomodorini.
- 2 Mettere a cuocere le verdure in una padella antiaderente con un po' d'acqua, un cucchiaio di olio e la polpa di pomodoro.
- 3 Aggiustare di sale e pepe, mescolare e far appassire il tutto.
- 4 Quando le verdure sono quasi cotte, aggiungere 400 ml di acqua (o brodo vegetale) e portare ad ebollizione.
- 5 Aggiungere la pasta e seguire i tempi di cottura rimiscolando spesso e aggiungendo liquido se necessario.
- 6 Servire caldo con basilico spezzettato o prezzemolo e il rimanente cucchiaio di olio crudo.

Varianti:
Ottima l'aggiunta di tonno o branzino (meglio se freschi o surgelati) per ottenere un piatto unico completo e gustoso.
A seconda delle preferenze, è possibile aggiungere aglio o cipolla.





BUONE VACANZE!

2022

CHIUSURA PER IL PERIODO ESTIVO

SEGRETERIA

LA SEGRETERIA

SARÀ CHIUSA DAL 1° LUGLIO AL 28 AGOSTO

RIAPRIRÀ LUNEDÌ 29 AGOSTO.

Info

0423 732314 - 0423 732483

@ info@clubamicidelcuore.org



Info

per avere informazioni su attività associative, gite e passeggiate potete rivolgervi in palestra ai n. 0423 732314 - 320 264 1146 (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**