

UNA "WORK-STATION" DEL CUORE, ANZI DAGLI AMICI DEL CUORE

Negli scorsi mesi è giunta nella Cardiologia del Policlinico una bellissima donazione: si tratta di un apparecchio sofisticato dedicato alla diagnostica per immagini ecocardiografica ("imaging").

In ambito cardiovascolare si sta vivendo un'epoca in cui si avverte in maniera pressante la necessità di figure mediche in grado di gestire in maniera consapevole le opportunità fornite dall'Imaging. Le applicazioni di questo tipo di diagnostica in cardiologia sono molteplici: rivascolarizzazione miocardica, valutazione delle cardiopatie, gestione del paziente con valvulopatie e del paziente aritmico. Queste metodiche, se ben gestite, consentono un inquadramento preciso del paziente e una corretta gestione del suo iter diagnostico e terapeutico.

Uno dei campi di applicazione, come detto precedentemente, avviene nell'ambito delle valvulopatie. Si stima che nei paesi occidentali il 13% delle persone con età superiore ai 75 anni abbia una cardiopatia valvolare e che la prevalenza aumenti notevolmente dopo i 75. Queste patologie provocano un progressivo deterioramento della funzione contrattile del cuore, la comparsa di sintomi e la successiva



Il dispositivo donato alla Cardiologia del Policlinico consente di realizzare immagini ecocardiografiche particolarmente dettagliate, utili soprattutto allo studio delle valvole cardiache.

necessità di ospedalizzazione. La comparsa della sintomatologia determina la prognosi e la correzione chirurgica diviene l'unica possibilità di sopravvivenza. L'invecchiamento ha creato una popolazione con molteplici patologie e fragilità che limitano spesso l'opzione chirurgica. Tuttavia va detto che sul versante degli interventi al cuore negli ultimi 10 anni i progressi sono stati incredibili. La possibilità di utilizzare accessi vascolari consente di operare pazienti che non sopporterebbero interventi tradizionali.

La sostituzione della valvola aortica per via percutanea costituisce una possibilità ormai consolidata e un'opzione di scelta nel paziente con età superiore ai 75 anni. Da tempo la cardiologia modenese offre questa possibilità e ormai annualmente si raggiungono i 50 casi. L'imaging ecocardiografico prima e la TAC successivamente consentono di gestire in maniera corretta questi pazienti nel loro iter diagnostico e terapeutico.

Il nostro Dipartimento cardiovascolare risulta tra i pochi centri italiani in grado di eseguire per via percutanea la correzione della insufficienza mitralica e tale procedura è possibile solo attraverso l'ecocardiografia trans-esofagea tridimensionale. Dal 2019 abbiamo eseguito oltre 26 procedure e tutto questo non sarebbe stato possibile senza macchinari e software all'avanguardia.

A nome della Cardiologia del Policlinico, come medico e come persona devo sentitamente ringraziare "Gli Amici del Cuore" per la donazione di un così importante macchinario, la "Work-Station" della Philips dotata di software molto complessi che consentono di poter rielaborare le immagini prodotte dalle macchine ecocardiografiche, rendendo il nostro lavoro più preciso, efficiente e quindi migliore.

Grazie mille!

*Dott.ssa Francesca Coppi,
cardiologa del Policlinico Universitario di Modena*

*A tutte le autorità
istituzionali, ai nostri
associati e sostenitori
"Gli Amici del Cuore"
e il Comitato di Redazione di
"Cuore in...forma"
porgono i migliori pensieri
augurali di un sereno Natale
e di un Felice
Anno Nuovo*

INSIEME PER LA PREVENZIONE

"Insieme si può" non è un semplice slogan che suona bene, ma un obiettivo sempre perseguito da "Gli Amici del Cuore" di Modena, poiché una prevenzione davvero efficace sul territorio può scaturire solo dalla collaborazione tra le

istituzioni, i professionisti del settore e le forze del volontariato. In questo senso l'iniziativa denominata **"TIENI IN FORMA IL TUO CUORE"**, che ha avuto luogo a Modena in Largo S. Agostino sabato 25 settembre, può essere considerata

esemplare sia per l'ampia rappresentanza dei soggetti organizzatori dell'evento che per il numero significativo di coloro che si sono sottoposti allo "screening" (circa 320 partecipanti, di cui 150 hanno effettuato il "check-up" completo).



**25 settembre 2021
città di Modena**

La suggestiva locandina della giornata per la prevenzione del rischio cardiovascolare, creata dal fotografo "del cuore" Giuseppe Bellagamba.



**ACETAIA
LEONARDI**
1871

Aceto Balsamico di Modena

Via Mazzacavallo, 62 - 41043 Magreta di Formigine - Modena
www.acetaialeonardi.it - info@acetaialeonardi.it

"Tieni in forma il tuo cuore", un progetto itinerante promosso dalla Regione Emilia-Romagna, ha fatto tappa proprio nella nostra città nell'area antistante il Palazzo dei Musei. Accanto all'attrezzatissima "Clinica Mobile" della Regione, in cui il

personale infermieristico ha effettuato i "check up", si è posizionato il pullmino de "Gli Amici del Cuore". Con la sua ampia veranda e insieme ad alcuni gazebo, esso ha offerto riparo da un sole quasi estivo al personale medico disponibile dalle 10 alle 18 per le attività di consulenza. I controlli in programma hanno riguardato



Una fase dell'allestimento dei gazebo dedicati al controllo della pressione arteriosa e della regolarità del ritmo cardiaco, alle consulenze nutrizionali e alle dimostrazioni delle manovre salvavita.

Cuore in...forma

Organo di informazione dell'Associazione di Volontariato "Gli Amici del Cuore" di Modena aderente al **CONACUORE**

Direttore Responsabile: Stefano Della Casa

Redazione e Amministrazione

Via Zurlini 130 - 41125 Modena

Tel. 059344981 - Fax 0592923049

E-mail: gliamicidelcuore@virgilio.it

Web: www.gliamicidelcuore.mo.it - www.conacuore.it

Editore

Edizioni Della Casa S.r.l

Viale Corassori, 72 - 41124 Modena, Tel. 059 7875080

Proprietà: "Gli Amici del Cuore" di Modena
Reg. Tribunale di Modena n. 1276 del 10.04.1996

Stampa: Tem Modena by Artestampa Fioranese



Il folto gruppo delle figure professionali dedite alla promozione e alla valutazione delle sane abitudini di vita, come la corretta alimentazione, la regolare attività fisica, la lotta contro il fumo, l'alcool e le sostanze dopanti. Da sinistra: Lara Valenti-Dietista del Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione di Modena, Massimo Bigarelli Direttore della S. C. "Dipendenze patologiche Area Nord", Gabriella Tritta, - Referente "Promozione alla Salute" AUSL di Modena, Raffaele Donini-Assessore Regionale alle "Politiche per la Salute", Gustavo Savino-Direttore della Medicina dello Sport di Modena, affiancato da Laura Bernaroli, Antonio Brusini, Chiara Seidenari e Roberta D'Alisera, tutti operanti presso la Medicina dello Sport di Modena.

i valori della pressione arteriosa, della glicemia e colesterolemia, l'indice di massa corporea, la valutazione della fibrillazione atriale asintomatica, seguita da ECG nei casi dubbi o problematici. Occorre dire che i controlli così approfonditi e articolati non hanno consentito a buona parte degli interessati di accedere alla clinica mobile della Regione. Alcuni di loro hanno comunque fruito dei consigli e delle informazioni offerte dal numeroso personale medico che si è alternato nelle otto ore della giornata.

I nostri volontari e quelli di "Cittadinanza attiva" hanno svolto compiti di accoglienza, di regolazione del flusso dei partecipanti e di collegamento tra le postazioni, un ruolo complementare a quello dei sanitari, ma riconosciuto da questi ultimi come importante per il buon esito dell'iniziativa.



Presenti all'evento e a disposizione per consulenze e informazioni alcuni dei più illustri cardiologi delle Aziende Sanitarie di Modena, tra i quali da sinistra: la dott.ssa Francesca Coppi, la prof.ssa Anna Vittoria Mattioli, il dott. Carlo Cappello, il dott. Mauro Zennaro e il dott. Stefano Tondi.



All'ombra dell'ampia veranda del pullmino de "Gli Amici del Cuore" l'assessore regionale alla salute Raffaele Donini si intrattiene con il presidente Giuliano Alessandrini, al quale ha espresso vivo compiacimento per la partecipazione dei nostri volontari e di quelli di "Cittadinanza Attiva".



Sullo sfondo la "Clinica Mobile" e il Palazzo dei Musei. Si riconoscono tra gli altri da sinistra la prof.ssa Anna Vittoria Mattioli, il dott. Gustavo Savino, il dott. Fabio Sgura, il prof. Giuseppe Boriani, l'Assessore Regionale alle Politiche della Salute Raffaele Donini, il dott. Stefano Tondi, il dott. Massimo Bigarelli e il dott. Carlo Cappello.



Panoramica di Largo S. Agostino "occupato" dalle strutture mobili dell'evento "Tieni in forma il tuo cuore". Da notare la fila ordinata dei partecipanti in attesa di accedere ai controlli preliminari e alla "Clinica Mobile" della Regione Emilia-Romagna.

UN CONTRIBUTO ALLO STUDIO DELLE VALVOLE CARDIACHE

Pubblichiamo il Comunicato dell'Ufficio Stampa dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria (AOU) di Modena in occasione della donazione della "Work-Station" ecocardiografica alla Struttura Complessa di Cardiologia del Policlinico.

*"Ancora una volta – commenta il Direttore Generale dell'AOU di Modena, dottor **Claudio Vagnini** – la Sanità Pubblica viene potenziata grazie al contributo di una importante realtà associativa. Il supporto delle associazioni ci consente di arrivare dove non riusciremmo con le nostre sole forze. Questa generosità e attenzione non è mai da dare per scontata, ma è ancora più significativa in questo periodo di pandemia che ha reso tutto più complesso. Per questo, a nome di tutta la Direzione generale, desidero ringraziare "Gli Amici del Cuore" per la sensibilità mostrata"*

*"La nuova work-station – aggiunge il prof. **Giuseppe Boriani**, Direttore della Cardiologia del Policlinico – ci consente di ottenere immagini ecocardiografiche di migliore qualità, con elaborazione mediante software sofisticati che consentono una ricostruzione tridimensionale delle cavità cardiache, con migliore dettaglio anatomico di grande utilità nello studio morfologico e funzionale delle valvulopatie, delle cardiomiopatie e in generale per la valutazione funzionale dei pazienti con scompenso cardiaco. Ciò implica un miglioramento importante delle capacità diagnostiche per meglio orientare le prospettive di trattamento, includendo terapia con farmaci, procedure interventistiche (TAVI, mitraclip) o chirurgiche.*

*"L'Associazione di Volontariato ODV "Gli Amici del Cuore" di Modena – ricorda il Presidente **Giuliano Alessandrini** - annovera da sempre tra i suoi progetti quello denominato "Cuore Generoso", con l'obiettivo specifico di elargire assegni di studio e strumentazioni avanzate ai Reparti di Cardiologia di Modena e provincia. Abbiamo quindi dato alla Cardiologia del Policlinico la nostra disponibilità a donare un dispositivo medico compatibile con le nostre risorse finanziarie. Su indicazione della dottoressa Francesca Coppi a nome del reparto di cardiologia, questa disponibilità si è così concretizzata in una "Work-Station" dotata di software avanzati, utile a potenziare la diagnostica per immagini, in particolare quella delle patologie delle valvole cardiache. Con questa donazione noi volontari "del cuore" intendiamo non solo continuare*



Una fase della cerimonia di donazione - da sinistra il direttore dell'Azienda Policlinico dott. Claudio Vagnini, Giuliano Alessandrini presidente de Gli Amici del Cuore di Modena, la dott.ssa Francesca Coppi cardiologa e il prof. Giuseppe Boriani Direttore della struttura complessa di cardiologia del Policlinico.



Il Prof. Giuseppe Boriani (sulla destra) illustra le caratteristiche del dispositivo donato alla cardiologia del Policlinico. Da sinistra il Dott. Claudio Vagnini, la dott.ssa Marilena Campisi, membro del comitato scientifico de Gli Amici del Cuore, la dott.ssa Francesca Coppi, cardiologa, il presidente Giuliano Alessandrini, l'ing. Marco Martignon e il prof. Giuseppe Boriani.

a sostenere, sia pure con risorse necessariamente modeste, le Aziende Sanitarie in un periodo così travagliato, ma anche ringraziare il personale medico e infermieristico che da sempre supporta le attività del nostro sodalizio con la sua qualificata e generosa collaborazione. Ribadiamo che le risorse finanziarie sono modeste, dato che derivano in massima parte dalle quote associative, dal cinque per mille, dalla raccolta fondi "Le Noci del Cuore" e da piccole donazioni da parte di privati in memoria dei loro cari. Il nostro impegno consiste nel "trasformare" tali risorse in attività di prevenzione, defibrillatori

e dispositivi avanzati per una provincia sempre più cardioprotetta".

*"La Work-station Philips donata – precisa l'Ing. **Marco Martignon**, del Servizio Unico di Ingegneria Clinica - consente in particolare la piena integrazione con ecografi top di gamma Philips Mod. EPIQ CVx in dotazione al reparto di cardiologia Ospedale Policlinico ed è dotata di pacchetti software 3D in grado di automatizzare le misure e svolgere calcoli emodinamici evoluti, semplificando e migliorando notevolmente l'attività diagnostica del cardiologo soprattutto nei casi più complessi".*

UN'ASSEMBLEA PER DUE BILANCI

Nell'Assemblea Ordinaria di Bilancio che ha avuto luogo domenica 27 giugno presso il Centro "Anziani e Orti Buon Pastore" sono stati presentati il Bilancio 2019, che non si è potuto approvare a causa dell'emergenza sanitaria, e quello del 2020, del quale riportiamo di seguito le relazioni.

Prima di procedere agli adempimenti all'ordine del giorno, sono stati ricordati gli attivisti deceduti durante questo periodo travagliato: Giorgio Pancetti e la moglie Francesca Cop, Pietro Orlandini, Franca Morandotti e Maria Grenzi, moglie del decano dell'Associazione Adelmo Bastoni.

Dopo la lettura, la discussione e l'approvazione dei Bilanci relativi agli esercizi 2019 e 2020, il Presidente del Collegio dei Sindaci Revisori dott. Cuppini ha chiesto all'Assemblea l'autorizzazione a prorogare di un anno l'attuale Comitato Direttivo. La ragione di tale proposta, poi approvata all'unanimità, è dovuta alla complessa situazione di questo periodo, che non ha consentito di organizzare in breve tempo i necessari adempimenti elettorali. Pertanto viene rinviata a tempo debito anche l'implementazione del Comitato Direttivo con nuovi membri in sostituzione di quelli uscenti.

Per quanto riguarda gli interventi dei presenti, tra i quali il dott. Stefano Tondi e l'Assessore alle Politiche Sociali Roberta Pinelli in rappresentanza del Sindaco di Modena, si vedano le didascalie alle foto scattate nell'occasione.

RELAZIONE AL BILANCIO CONSUNTIVO 2020

Il bilancio consuntivo 2020 presenta un avanzo di gestione di euro 33.488,00 risultato che conferma il tradizionale percorso dell'associazione, che ha visto chiudersi sempre in modo soddisfacente l'esito delle precedenti gestioni.

Il nostro Paese ha risentito, e risente tuttora fortemente, della situazione creata con la Pandemia del COVID -19. Nonostante ciò i nostri associati continuano a darci fiducia con le loro contribuzioni, anche se non abbiamo raggiunto i confortevoli risultati del 2019. Desideriamo precisare che il drastico calo dei tesserati e delle entrate relative a questa voce derivano in massima parte dalla forzata interruzione dei corsi di BLS-D, che prevedono il tesseramento dei partecipanti.

Comunque, con i fondi raccolti con le quote associative, con l'iniziativa delle "Noci del cuore", con le donazioni dei



Il dott. Stefano Tondi, Direttore della Cardiologia dell'Ospedale di Baggiovara, ha ricordato come nella prima fase della pandemia gli accessi al Pronto Soccorso e alle visite di controllo siano drasticamente diminuiti per paura di un contagio intraospedaliero. Come risultato i decessi per infarto si sono triplicati e attualmente le Cardiologie sono impegnate allo spasimo per far fronte ai danni provocati dai mancati controlli. Ha poi ribadito l'importanza del ritorno alle attività di prevenzione e il ruolo decisivo di una campagna vaccinale da completare senza "se" e senza "ma".



In rappresentanza del Sindaco è intervenuta all'Assemblea l'Assessore alle Politiche Sociali dott. ssa Roberta Pinelli, che ha ringraziato la nostra Associazione per l'importante contributo alla dislocazione dei defibrillatori nelle postazioni strategiche della città. Ha poi comunicato che il Comune sta cercando di rilanciare, seppure con la necessaria cautela, varie attività per il benessere psicofisico della cittadinanza (piscine, palestre, camminate nei parchi ecc.).

privati e con i proventi del 5 per 1000, riusciamo a finanziare le attività che caratterizzano storicamente la nostra associazione e al contempo a sostenere le spese di gestione e quelle per la comunicazione con i soci e con la collettività di Modena e provincia.

Per quanto riguarda le entrate, segnaliamo che le quote associative raccolte nel 2020 ammontano a euro 16.706,00. Nel 2020 abbiamo incassato dal 5 per mille euro 21.224,00 relativi all'anno 2018 ed euro 21.016,00 per il 2019.

Tra i fondi raccolti segnaliamo quelli relativi all'iniziativa "Le noci del Cuore", pari a euro 13.035,00.

Le iniziative "istituzionali" del nostro sodalizio hanno generato entrate per

euro 1.221,00.

Dal lato delle uscite, abbiamo avuto spese di gestione per euro 40.984,00.

Tra queste abbiamo sostenuto spese per l'affitto e utenze telefoniche per l'ambulatorio cardiologico e il Centro di Formazione BLS-D di via Rosselli per euro 7.571,00, spese sostanzialmente uguali a quelle del 2019. Per la copertura assicurativa a tutela dei soci attivi e del personale non solo medico che partecipa in modo costante alle attività dell'associazione abbiamo speso euro 6.304,00.

Le spese per la gestione della sede ammontano a euro 33.413,00.

Il giornale associativo "Cuore in...forma" ha comportato una spesa di euro 1.561,00, mentre le spese tipografiche e pubblicitarie

rie ammontano ad euro 2.655,00.

Entrando nel merito del nostro operato, occorre sottolineare come le attività dell'Associazione siano state pesantemente condizionate dall'emergenza sanitaria e dalle limitazioni apportate dalle disposizioni di legge e da ragioni di cautela.

Tra i nostri tradizionali progetti quello più penalizzato è stato lo "screening" sul territorio "Insieme per la tua salute", che per ovvi motivi di organizzazione e di potenziale assembramento non ha potuto aver luogo. Alla fine di febbraio, dopo 29 visite effettuate, anche l'ambulatorio cardiologico sociale ha dovuto interrompere la sua attività per tutto il resto dell'anno. Un analogo provvedimento è stato preso per lo svolgimento dei corsi di BLS-D in presenza presso il Centro di Formazione di Modena (241 persone abilitate rispetto alle 1.502 dell'anno precedente!).

Sul piano numerico, il progetto complessivo "Cuore Giovane" non ha subito le stesse drastiche riduzioni solo perché "Mangia giusto, muoviti con gusto" e "Mani...in pasta", condotti dalle nutrizioniste del SIAN, hanno fatto largo ricorso agli incontri "a distanza", registrando circa 7.000 partecipanti tra Nidi, Scuole dell'Infanzia e Primarie. I corsi di BLS nelle scuole secondarie, svolti come sempre in presenza sia dai nostri istruttori che dai docenti in autogestione, hanno invece subito un drastico taglio dei partecipanti (solo 456 studenti rispetto a una media superiore ai 2.000 negli anni scorsi).

Pur con qualche difficoltà (derivante sempre dalle fasi della pandemia) a concordare i momenti di consegna, siamo riusciti a donare 4 defibrillatori, tra gli ultimi acquistati grazie al finanziamento triennale erogato dal 2017 al 2019 dalla Fondazione Cassa di Risparmio di Modena.

L'Associazione, anche se ha potuto contare su entrate ridotte rispetto agli anni precedenti, non ha voluto far mancare il proprio sostegno alla lotta contro la pandemia, erogando donazioni per complessivi euro 9.000,00, di cui 4.000,00 al Policlinico di Modena, 2.000,00 all'AUSL e 3.000,00 alla Croce Blu (come contributo alla sua preziosa attività di supporto ai sanitari e di aiuto e di assistenza ai tanti cittadini in difficoltà).

Sul piano delle uscite segnaliamo infine il rinnovo della convenzione con il Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (4.500 euro all'anno), considerando l'importanza fondamentale della collaborazione con l'équipe diretta dal dott. Tripodi nella gestione dei progetti di educazione alimentare e motoria.

Come già detto all'inizio di questa relazione l'anno 2020 si è chiuso con un

avanzo di gestione di euro 33.488,00, che il Comitato Direttivo propone di accantonare nel FONDO GESTIONE INIZIATIVE FUTURE.

Vogliamo ricordarvi che tale Fondo si incrementa di anno in anno con i risultati positivi di gestione realizzati fin dal nostro sorgere, e che poi viene utilizzato per onorare le convenzioni in essere ed eventuali donazioni.

A conclusione di questa relazione vogliamo ringraziare i presenti per la loro partecipazione, le autorità che ci supportano, il personale medico-infermieristico che anno dopo anno ci affianca e per ultimi ma non meno importanti, i volontari che quotidianamente lavorano con impegno e dedizione.

RELAZIONE AL BILANCIO DI PREVISIONE 2021

Come nell'anno scorso, è d'obbligo premettere che il Bilancio Preventivo per il 2021 dovrà tener conto delle limitazioni e dei condizionamenti derivanti da un'emergenza sanitaria tutt'ora in corso e dalle conseguenti disposizioni di legge.

Il fatto di stilare questo documento nel mese di giugno ci offre la possibilità di nutrire fondate speranze sulla ripresa di alcune attività bruscamente interrotte alla fine di febbraio del 2020 e riavviate a tratti e con molte difficoltà da quando lo ha consentito il progressivo allentamento delle limitazioni di legge. Ciò non toglie che si guardi ai mesi autunnali con cautela e qualche preoccupazione, memori della rinnovata virulenza della pandemia a partire dallo scorso ottobre.

Tutto ciò premesso, ribadiamo la nostra intenzione di proseguire con i progetti fi-



Il dott. Gaetano Cuppini, Presidente del Collegio dei Sindaci Revisori, dopo aver confermato le scritture in base ai dati letti in precedenza, ha sostenuto la necessità per l'Associazione di fare nell'immediato una riflessione interna e programmare per il prossimo futuro iniziative che apportino nuovo personale attivo per incrementare l'organico esistente.

nalizzati alla prevenzione delle patologie cardiovascolari, rinnovando anzitutto la convenzione con l'Unità Operativa Nutrizionale dell'AUSL, che, potendo operare sia online che in presenza, riesce a promuovere un'efficace attività educativa e formativa rivolta ai giovanissimi alunni e ai loro genitori in termini di corretta alimentazione e di regolare attività fisica. Per quanto riguarda il progetto "Mini Anne: sai salvare una vita?", confidiamo di tornare a svolgerlo in presenza con la collaborazione del personale del 118, che costituisce un importante punto di riferimento "istituzionale" e ci assicura la presenza di un operatore a rafforzare l'esiguo gruppo di istruttori volontari che opera nelle scuole. Qualora la situa-



Il dott. Pier Luigi Castellini, Vicepresidente e Direttore del Centro di Formazione, compiacendosi del numero crescente degli studenti partecipanti ai corsi di BLS-D, ha auspicato che alcuni di loro particolarmente motivati divengano in futuro istruttori attivi nel nostro Centro. Ha inoltre sottolineato la necessità di riattivare, appena si attenua l'emergenza, gli "screening" sul territorio in collaborazione con le Cardiologie delle Aziende Sanitarie.

zione generale non permettesse ancora un ritorno allo svolgimento dei corsi in presenza, continueremo con l'esperienza della "didattica a distanza": i 23 incontri online di questa primavera, pur con tutti i loro limiti, hanno assicurato un minimo di continuità informativa alla diffusione delle tecniche di Primo Soccorso.

Continueremo a svolgere i corsi di BLS-D presso il centro di formazione di Modena, già accreditato dalla Regione Emilia Romagna e potenziato con l'abilitazione di alcuni nuovi istruttori. Anche in considerazione delle numerose domande di partecipazione, sarà indispensabile una più ampia rotazione degli istruttori, per evitare che a rendersi disponibili siano sempre gli stessi. I corsi in presenza saranno gestiti seguendo rigorosamente le procedure previste dalle normative in materia di emergenza sanitaria.

Compatibilmente con quest'ultima, confidiamo di dare continuità alle visite presso l'ambulatorio cardiologico riaperto in maggio e di riuscire a riattivare nei mesi autunnali uno dei progetti più apprezzati e richiesti, lo "screening" sul territorio "Insieme per la tua salute", purtroppo fermo dal novembre del 2019.

Per quanto riguarda le spese, proseguirà la convenzione con l'Unità Operativa Nutrizionale del SIAN alla quale versiamo un contributo annuo di euro 4.500. Compatibilmente con le risorse finanziarie, è nostra intenzione erogare qualche donazione, tra le quali un dispositivo diagnostico di prossima consegna alla Cardiologia del Policlinico di Modena.

Riguardo alle cifre che compongono il preventivo, non entriamo nello specifico dato che queste sono presenti nell'allegato al fascicolo che avete ricevuto. In generale prevediamo di avere entrate totali per euro 74.000, derivanti dalle quote associative, dalla raccolta fondi "Le noci del cuore", dal 5 per mille e da contributi vari. Tali entrate sono destinate a coprire prevalentemente le spese per le iniziative, per quelle di gestione, per il giornale associativo e per altre di varia natura.

Desideriamo concludere sottolineando l'impegno di tutti i volontari, ancor più meritorio in questo periodo così travagliato. In particolare vogliamo ringraziare le nostre "quote rosa", alle quali si è aggiunta da alcuni mesi un'esperta di informatica che ci offre un prezioso sostegno in un settore divenuto ormai preponderante. Con il suo costante apporto riusciamo a tenere aggiornato il sito dell'Associazione, a implementare il gestionale del Centro di Formazione e a ottimizzare le comunicazioni agli associati.

In conclusione, intendiamo ribadire e se possibile rafforzare l'impegno di ognuno



Seduti al tavolo della Presidenza, da sinistra il dott. Gaetano Cuppini, il presidente Giuliano Alessandrini, Angelo Fiandri, Adriana Biondi e Maria Luisa Cevolini. Adriana Biondi della Segreteria ha evidenziato la crescente importanza del centro di formazione BLS-D, che ha ripreso appieno la sua attività anche grazie a un sistema informatico efficiente. Ha puntualizzato comunque che tale sistema, anche a regime, avrà bisogno del supporto continuo del lavoro della segreteria a causa delle numerose richieste personalizzate.



Grazie alle sue competenze informatiche e a un impegno costante e scrupoloso, Claudia Stanzani ha assunto un ruolo fondamentale nel campo della comunicazione e nella gestione del database utilizzato per il Centro di Formazione. Il suo prezioso contributo è stato più volte ricordato durante l'Assemblea, insieme al lavoro impegnativo ed efficiente delle segretarie Adriana, Maria e Mariangela.



Christian Bevilacqua, coordinatore della didattica del Centro di Formazione, si è complimentato con le volontarie della Segreteria per il lavoro quotidianamente svolto in supporto del nuovo sistema informatico e per far fronte alle numerosissime richieste di partecipazione ai corsi di BLS-D. Ha poi concluso ribadendo la necessità di diffondere capillarmente e di allargare sul territorio le attività di prevenzione non appena si attenuerà l'emergenza sanitaria.

di noi per valorizzare l'eredità ricevuta e i risultati raggiunti in oltre 25 anni di attività svolta a fianco delle istituzioni e dei sanitari per la prevenzione e per la tutela

della salute dei cittadini.
Grazie e auguri a tutti voi.

IL PRESIDENTE
Giuliano Alessandrini

CONSUNTIVO DEL PROGETTO "CUORE GIOVANE" A.S. 2020-21

Ancora un anno segnato profondamente dall'emergenza sanitaria, non tanto nei risultati numerici (v. tabella), quanto nell'andamento frammentario e discontinuo della vita scolastica trascorsa quasi sempre "a distanza", soprattutto negli istituti secondari di II grado. Nonostante

la difficile situazione generale, i risultati dei due progetti di educazione alimentare e motoria sono stati soddisfacenti, come dimostrano i numerosi lavori prodotti per i rispettivi concorsi, testimonianza di un impegno tanto più apprezzabile. Da segnalare l'exploit delle scuole dell'infanzia e in generale di quelle della "bassa"

modenese, che hanno fatto davvero ... man bassa dei premi messi in palio dalla nostra Associazione, in totale 2.800 euro da impiegare come sempre nell'acquisto di materiale didattico o per iniziative di interesse scolastico.

ATTIVITÀ / INIZIATIVA	SCUOLE	CLASSI	ALUNNI/ STUDENTI
"MANI...IN PASTA"(SVOLTO ONLINE)	10	31	723
"MANGIA GIUSTO, MUOVITI CON GUSTO"	64	269	5.731
CORSI DI BLS "MINI ANNE: SAI SALVARE UNA VITA?" (SVOLTI ONLINE)	6	22	1.871
TOTALE	80	322	8.325

I NOSTRI PREMI ALLE SCUOLE

CONCORSO "MANGIA GIUSTO, MUOVITI CON GUSTO":

- 1° premio Euro 600 Scuola dell'infanzia "RODARI" di Finale Emilia
- 2° premio Euro 500 Scuola dell'infanzia "IL CASTELLO" di Cavezzo
- 3° premio Euro 400 DIREZIONE DIDATTICA di Mirandola (Scuole dell'Infanzia "Golinelli", "Neri" e "Montessori")
- 4° premio Euro 300 Scuola dell'infanzia "S. BENEDETTO ABATE" di Modena
- 5° premio Euro 200 Scuola dell'infanzia "MARTINI" di Camposanto

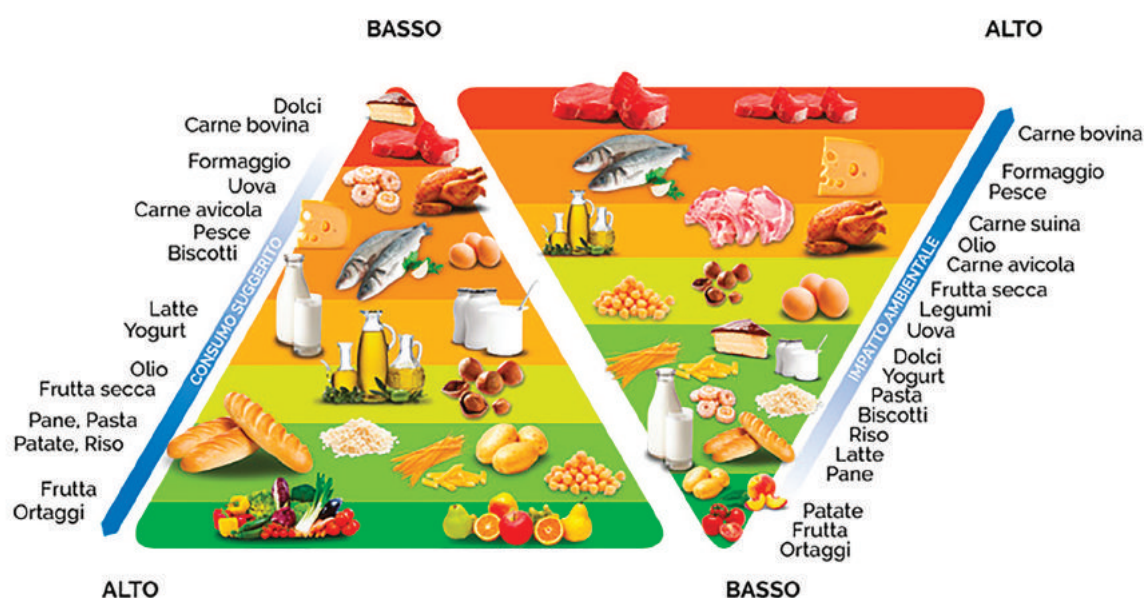
CONCORSO "MANI ... IN PASTA:

- 1° premio Euro 500 Scuola Secondaria di I grado "PASCOLI" di S. Felice sul Panaro
- 2° premio Euro 300 Scuola Secondaria di I grado "GIOVANNI XXIII" di S. Prospero



Barilla
Center
FOR FOOD
& NUTRITION

PIRAMIDE AMBIENTALE



LA SOSTENIBILITÀ ALIMENTARE

Un argomento di grande importanza e attualità presentato nel progetto "Mani...in pasta" è stato quello della SOSTENIBILITÀ ALIMENTARE. L'immagine mostra per mezzo di una doppia piramide come il modello alimentare proposto dalla "dieta mediterranea" giovi alla salute non solo delle persone, ma anche a quella del nostro pianeta (fonte: Fondazione BCFN).

"VIVA!" 2021

Per il nono anno consecutivo **Italian Resuscitation Council** ha accolto l'invito dell'**Unione Europea e di European Resuscitation Council** (www.erc.edu) a promuovere, sviluppare e realizzare una **Campagna di sensibilizzazione per la Rianimazione Cardiopolmonare** a cui in Italia è stato dato il nome di **"Viva!"**.

Quest'anno la settimana VIVA è stata programmata dall'11 al 17 ottobre e ha individuato come giornata principale sabato 16 ottobre.

A Modena, nel pomeriggio del 16 ottobre, gli Enti e le Associazioni che storicamente curano questa manifestazione, vale a dire il Servizio di Emergenza Territoriale 118 Modena, "Gli Amici del Cuore" di Modena, la CRI e l'AVAP, hanno organizzato un evento in piazza Matteotti imperniato sul percorso ideale attraverso i 4 anelli della catena di soccorso, in cui tutti i partecipanti hanno potuto fare esperienza attiva dei vari passaggi.

In una prima stazione venivano proposte delle scene filmate di malori di vario tipo, cui seguiva la simulazione della chiamata di soccorso ad un operatore del 118. In questa fase veniva testata sia la capacità del soccorritore di riportare con precisione la scena osservata che quella di rispondere in maniera adeguata alle domande dell'operatore.

Nella seconda stazione venivano effettuate le simulazioni di valutazione del paziente e le compressioni toraciche esterne (il cosiddetto "mas-



Il personale del 118 illustra la dotazione strumentale a bordo di un'ambulanza del soccorso avanzato e alcune delle attività previste nell'intervento su un "codice rosso".



Volontari e professionisti del soccorso d'emergenza ascoltano in cerchio il programma dell'evento VIVA!, prima di disporsi nelle rispettive postazioni.



Nella postazione dedicata all'uso del defibrillatore i volontari, tra i quali il presidente de "Gli Amici del Cuore" Giuliano Alessandrini, spiegano e dimostrano come si posizionano correttamente gli elettrodi adesivi sul torace della persona da defibrillare.

saggio cardiaco"); nella terza era proposta una prova di defibrillazione con DAE trainer; nell'ultima stazione il personale del 118 mostrava le dotazioni dell'ambulanza del soccorso avanzato e le principali attività che in essa si svolgono nel corso degli interventi su un Codice Rosso.

Infine erano presenti due postazioni per apprendere ed esercitarsi nella disostruzione delle vie aeree in età pediatrica, sia nel lattante che nel ragazzo.

Vi è stato un grande afflusso di cittadini: più di 200 hanno richiesto informazioni, mentre 150 circa hanno compiuto l'intero percorso, al termine del quale è stato rilasciato un attestato di partecipazione. Molti i bambini, cui è stata proposta una simulazione di rianimazione di un pupazzo, con rilascio di un attestato di "rianimatore di scoiattoli".

Il valore aggiunto della manifestazione è stato quello di rimettere a lavorare insieme tutti gli attori che quotidianamente conducono, ognuno con la propria peculiare vocazione, la lotta alle morti per arresto cardiaco. È stato un momento di partecipazione che, oltre a raggiungere l'obiettivo di aver sensibilizzato molte persone alle tematiche della rianimazione car-



diopolmonare, è servito a fare squadra tra le varie associazioni e con il personale sanitario del 118, riprendendo un percorso interrotto dalla pandemia, ma che ora più che mai deve essere perseguito con tutte le forze che abbiamo a disposizione. Gli organizzatori ed i volontari che vi hanno partecipato si sono lasciati con l'impegno di ritrovarsi nella prossima edizione, con nuove idee ed attività da proporre alla popolazione, non solo di Modena, ma di tutta la provincia, per farne sempre di più un territorio cardioprotetto!

Maggiori notizie sul sito: www.settimanaviva.it

Dott. Eugenio Di Ninno

Le dimostrazioni di disostruzione delle vie aeree da un corpo estraneo in età pediatrica (sia nel lattante che nel bambino) suscitano sempre vivo interesse, in particolare tra i componenti delle giovani famiglie.

IN MEMORIA DI ROBERTO PARRAVICINI

Il Prof. Roberto Parravicini, milanese di nascita e modenese di adozione, è stato un talentuoso cardiocirurgo, quanto mai vocato a una professione che richiede spirito di sacrificio veramente unico.

Il sodalizio de "Gli Amici del Cuore" l'ha sempre considerato un mirabile discendente di Esclulapio. Per l'Associazione egli era soltanto "Roberto": una persona sapiente e umile, fraternamente amica, col sorriso sulle labbra e la mano tesa verso i suoi "Amici del Cuore", di cui è stato socio ispiratore e fondatore, un volontario come tutti noi, sempre disponibile a visite e prestazioni professionali senza scopo di lucro. "Roberto" faceva parte attiva di tutti i suoi organismi dirigenti, partecipandovi con puntualità e continuità assolutamente esemplari.

Quando ci ha lasciato, ci siamo ritrovati orfani, irrimediabilmente privi di un lume che non ha sostituito.

Siamo venuti a sapere che "Roberto" ha molto sofferto in quest'ultima parte della sua esistenza che, ahinoi, non ci ha voluto far conoscere: come suo costume egli si è rivelato assai generoso nel dare e del tutto parco nel ricevere.

Siamo persuasi che se c'è un Paradiso, le sue Porte si siano spalancate per accoglierlo.

"Non omnis morieris", Roberto, continuerai a vivere nei nostri cuori.

G. Spinella,

Presidente Onorario de "Gli Amici del Cuore"



Sono mancati all'affetto dei loro cari e alla grande famiglia de "Gli Amici del Cuore":

Maria Grenzi, moglie di Adelmo Bastoni, decano dell'Associazione e **Giampiero Sammarchi** (detto Piero), attivista della Sezione Territoriale di Vignola.

MARCHESI STORE

VALIGERIA & PELLETERIA

Tel. 059 875 2153

www.marchesistore.it

STRADA MORANE 298

seguici su

f marchesistore

PATRIZIA PEPE

MY TWIN

TWIN-SET

SIMONA BARBIERI

Samsonite

PIUADRO

RONCATO

THE BRIDGE

FIRENZE 1969

LAMPE BERGER PARIS

YANKEE CANDLE

WoodWick

...crackles as it burns...

LOVE MOSCHINO

SAVE MY BAG

Happiness

DIAMOCI UNA MOSSA!

PROGETTO DI ATTIVITÀ FISICA IN PISCINA E IN PALESTRA

Promosso dalle Associazioni "GLI AMICI DEL CUORE" e "AMICI DEL NUOTO"
in collaborazione con l'Università di Modena e Reggio Emilia (UNIMORE)

Cara associata / caro associato,

sottoponiamo alla tua attenzione un importante progetto rivolto alle persone con fattori di rischio cardiovascolare (es. ipertensione arteriosa, diabete, ipercolesterolemia, sovrappeso e obesità), attivato dallo scorso ottobre presso le piscine e la palestra dei Vigili del Fuoco, via Mons. L. Della Valle (laterale di viale Autodromo) a Modena.

Gli interessati saranno preventivamente valutati attraverso visita cardiologica ed ECG effettuati presso l'Ambulatorio de "Gli Amici del Cuore" e dovranno risultare in grado di svolgere attività fisica A BASSA INTENSITÀ in piscina e in palestra sotto la guida di laureati in Scienze Motorie. I partecipanti dovranno essere in possesso del "green pass" e del certificato di idoneità fisica non agonistica (che viene rilasciato dal medico di base o da un medico dello Sport) e saranno coperti da assicurazione.

Verranno inoltre eseguiti test d'ingresso e di fine percorso per valutare l'adattamento di ogni soggetto partecipante all'attività fisica. Tra gli strumenti di valutazione sarà utilizzato il "Butterflife", un dispositivo diagnostico non invasivo in grado di misurare contemporaneamente vari parametri vitali, come la pressione arteriosa, la frequenza cardiaca e respiratoria, la saturazione dell'ossigeno e l'ECG. Questo strumento, frutto di uno studio sviluppato all'interno di UNIMORE, è in grado di eseguire le misurazioni in pochissimi minuti.

COSTI PER OGNI PARTECIPANTE

- ▶ Pacchetto di 8 sedute mensili (due alla settimana, di cui una in piscina e una in palestra) = **72 euro**;
- ▶ pacchetto di 12 sedute mensili (di cui due in piscina e una in palestra alla settimana) = **100 euro**.
- ▶ Tessera annuale degli "Amici del nuoto", valida per la copertura assicurativa = **8 euro**.

GIORNI E ORARI

Sedute in piscina al lunedì e al mercoledì dalle 8.45 alle 9.30 e dalle 9.30 alle 10.15.

Sedute in palestra (qualora si raggiunga il numero minimo richiesto di partecipanti) al venerdì dalle 8.30 alle 9.00, dalle 9.00 alle 9.30 e dalle 9.30 alle 10.00.

Le sedute in palestra si possono eventualmente svolgere anche in orario pomeridiano da concordare

I principali benefici dell'attività fisica, favorita dal parziale scarico in acqua del peso corporeo e comunque sempre a bassa intensità, sono:

- ✓ L'incremento delle funzioni respiratoria e cardiovascolare, la riduzione della pressione arteriosa e della frequenza cardiaca;



- ✓ il miglioramento del tono e dell'elasticità muscolare, della mobilità articolare e della coordinazione;
- ✓ il miglioramento del benessere fisico e mentale, favorito anche dallo svolgimento dell'attività in piccoli gruppi tendenzialmente omogenei.

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

Comunica il tuo interesse all'iniziativa contattando la Segreteria de "GLI AMICI DEL CUORE" per telefono (059.344981, dal lun. al ven. dalle 9 alle 12) o via mail (gliamicidelcuore@virgilio.it).

N.B. Al progetto possono partecipare anche le persone cardiopatiche o con fattori di rischio cardiovascolare non ancora associate a "GLI AMICI DEL CUORE" (si vedano su "TESSERAMENTO 2022" le modalità e i vantaggi per chi si associa).

**DIFFONDI QUESTA PROPOSTA TRA I TUOI PARENTI,
CONSCENTI E AMICI, GRAZIE !**

TESSERAMENTO 2022

Ricordiamo che dal 10 gennaio è possibile iscriversi o rinnovare la tessera per l'anno 2022 con le seguenti modalità:

- 1 Presso la Sede di via Zurlini 130 – Modena negli orari d'ufficio (dal lunedì al venerdì ore 9-12)
- 2 Con bollettino di c/c postale – 12314415
Codice IBAN: IT49R0760112900000012314415
- 3 Con bonifico bancario - su BPER Banca
Codice IBAN: IT46E0538712906000000558612

Specificando i dati anagrafici e la causale del versamento:
Socio Ordinario € 20 - Socio Sostenitore € 50 - Socio Benemerito € 260

Per la scelta del 5x1000 sulla dichiarazione dei redditi indicare il

C.F.: 94031770368

Ecco i servizi che offriamo GRATUITAMENTE ai nostri Soci vecchi e nuovi.

- ▶ **Visita cardiologica** su prenotazione, con elettrocardiogramma ed eventuale ecocardiodoppler presso il nostro Ambulatorio Sociale di MODENA - Via Rosselli 396/2
- ▶ Spedizione per posta ordinaria o via mail del **periodico "Cuore in ... forma"**
- ▶ **Sconto del 10% sui farmaci a pagamento e sui parafarmaci** presso la Farmacia "BUON PASTORE" di Modena - via Conco 32 (presentando la tessera dell'anno corrente)

Sul nostro sito www.gliamicidelcuore.mo.it sono riportate le modalità di iscrizione ai corsi BLS-D – presso il nostro Centro di Formazione di Modena in Via F.lli Rosselli 396/2, e le principali iniziative, come gli appuntamenti di "INSIEME PER LA TUA SALUTE".

**PARTECIPA ALLA LOTTA CONTRO LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI
SOSTENENDO CON LA TUA ISCRIZIONE LE ATTIVITÀ DE
"GLI AMICI DEL CUORE" !**

"A CUOR LEGGERO"

Per la consueta rubrica di cucina pubblichiamo una ricetta facile facile proposta dalla dietista Laura Lodi: si tratta di una versione molto meno calorica del tradizionale "Tiramisù".

"FETTAMISÙ"

Ingredienti per 1 persona

(consigliato soprattutto per la prima colazione):

- 3-4 fette biscottate (meglio se senza zucchero) o gallette di cereali integrali senza sale,
- 150-170g di yogurt greco bianco,
- 1 tazzina di caffè diluito con un po' di acqua o caffè lungo o da moka,
- per addolcire: qualche goccia di dolcificante o ½ cucchiaino di miele o qualche goccia di cioccolato fondente,
- 1 cucchiaino di cacao amaro in polvere (massimo 2).

Procedimento:

Immergere la prima fetta nel caffè e posizionarla nel piatto, spalmare uno strato di yogurt (se necessario leggermente addolcito o con qualche goccia di cioccolato fondente). Ripetere la stessa operazione con le altre fette; dopo avere spalmato lo yogurt sull'ultima fetta, spolveratela con il cacao amaro. Lasciare in frigorifero per almeno 2 ore prima di consumare.

