



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

aderente a



Conacuore
ODV

COORDINAMENTO NAZIONALE
ASSOCIAZIONI DEL CUORE

QUESTIONI DI CUORE

NOTIZIARIO DEL MESE DI DICEMBRE 2024



AUGURIAMO A TUTTI BUONE FESTE



SOMMARIO

	pagina
Notizie utili	3
Editoriale Presidente <i>Giovanni Pavan</i>	4 - 5
Rubrica Soci	6 - 7
Progetto stile di vita e salute	8 - 9 - 10
Rubrica della salute - Prendiamoci cura del nostro cuore	11 - 12
Consegna Costituzione Italiana ai neo diciottenni	13
Il Cuore nella letteratura mondiale	14
Vita Associativa	15 - 22
La ricetta degli Amici del Cuore	23
Controcopertina	24



IN REDAZIONE:

Giovanni Pavan - *Responsabile*
Elisabetta Andretta - *Vice Responsabile - Volontariato*
Vincenzo Pelloia - *Logistica - Rapporti tipografia*
Daniele Fiorin - *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 2024 è sempre di euro 15,00.
Dal 1° gennaio 2025 il costo della stessa sarà di euro 20,00 a causa del continuo incremento dei costi e della complessità burocratica della gestione.
Ricordiamo che il tesseramento è annuale, dal 1° gennaio al 31 dicembre.

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**.

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 con i seguenti orari:

MATTINO

da Lunedì a Venerdì: dalle ore 8:30 alle ore 11:30

POMERIGGIO

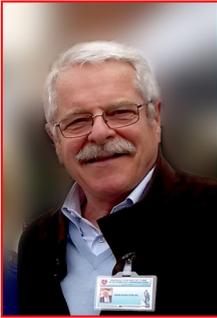
Lunedì e giovedì: dalle ore 15:30 alle ore 19:00

(con i corsi di ginnastica)

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 una email a info@clubamicidelcuore.org.





Carissime/i associate/i e lettori tutti.

La fine dell'anno si sta avvicinando e con essa le festività natalizie con tutti i piacevoli e tradizionali eventi e passaggi che le accompagnano, ma fine dell'anno significa anche tempo di bilanci per ciascuno di noi con uno sguardo retroattivo all'anno e per la nostra amata associazione.

Un breve sguardo ai risultati di quest'anno prima di proiettarci ai programmi del primo semestre dell'anno nuovo.

C'è stata una crescita delle iscrizioni e dei rinnovi delle iscrizioni, di partecipazione ai corsi di ginnastica yoga e di training autogeno; una maggiore disciplina e puntualità della maggior parte dei soci nei pagamenti e nella presentazione del certificato di idoneità; le conferenze sul sistema cardio-circolatorio e sul benessere al Liceo Giorgione e all'Istituto Nightingale; la bella riuscita delle gite e del soggiorno ad Andalo, davvero un fiore all'occhiello quest'anno; la buona riuscita delle Giornate del Cuore a Castelfranco, Castello di Godego e Vedelago come pure della Giornata Mondiale del Cuore nei Comuni di Altivole, Castelfranco, Riese Pio X e Vedelago con oltre 365 persone monitorate ed il convegno al Patronato Pio X con la presenza del sindaco Stefano Marcon e dell'assessore alla Sanità e Servizi Sociali Oscar Miotti e del dott. Cernetti ai quali vanno i nostri ringraziamenti per il riconoscimento del ruolo svolto dalla nostra associazione; l'avviamento del nuovo sistema informativo con una più efficace raccolta e distribuzione delle informazioni è stato avviato proficuamente ed infine il corso di aggiornamento BLSD per i volontari aderenti.

Tutto questo è stato reso possibile dal costante generoso impegno dei soci volontari, che ha visto l'inserimento stabile dei nuovi volontari: Paola Smania nella Segreteria Infermieristica, Lidia De Marchi e Roberto Lazzari nella Segreteria Soci, del supporto costante team di Cardiologia con il vice-primario dott. Roberto Zecchel e della Riabilitazione Cardiologica con la dott.ssa Giovanni Colangeli, dei medici e/o professioniste/i, che non sono mai mancati.

Nel corso dell'anno abbiamo donato alla Cardiologia dell'ospedale S. Giacomo un visore per sedazione digitale tramite realtà virtuale (le informazioni di dettaglio nel numero di giugno) ed alla Cooperativa Atlantis, scelta per la sua meritoria opera sociale, un defibrillatore automatico grazie al contributo della Fondazione Stevanato ed un corso di BLSD. Questo corso insegna a soccorrere i soggetti colpiti da arresto cardiaco improvviso mediante la rianimazione cardiopolmonare (RCP) e la defibrillazione precoce.

La comunicazione della vita associativa in Facebook, nel sito internet e tramite il notiziario trimestrale ha avuto un seguito davvero significativo promuovendo la nostra associazione in modo efficace. Inoltre abbiamo aggiornato sia il pieghevole "Questioni di Cuore", utilizzato soprattutto nelle Giornate del Cuore che la scheda che viene consegnata ai pazienti di Riabilitazione Cardiologica in occasione degli incontri settimanali.

Tesseramento 2025

 continua

Con il nuovo anno si apre la campagna di tesseramento 2025.

Dopo lunghi anni nei quali il costo della tessera è rimasto fermo a 15,00 Euro sia pure a malincuore abbiamo dovuto portare il valore della tessera a 20,00 Euro/anno a causa dell'incremento generale dei costi causato anche dalla complessità burocratica ed amministrativa delle norme sempre più stringenti.

Le attività del primo semestre 2025

Denso di impegni è il primo semestre del nuovo anno. Oltre al proseguimento delle attività tradizionali e l'allargamento della frequentazione dello yoga posturale con l'istituzione di un nuovo corso, abbiamo in programma di organizzare il tradizionale pranzo del pesce nel mese di febbraio, la gita delle Palme, il soggiorno montano ad Andalo, il corso di Training Autogeno, le conferenze sul sistema cardiocircolatorio in un paio di istituti che ne hanno fatto richiesta. Vedremo anche se sarà possibile con l'arrivo della primavera e del bel tempo organizzare delle passeggiate per favorire la socializzazione tra i soci e la conoscenza del territorio.

Un grande grazie dell'associazione va anche ai 517 soci che hanno rinnovato la tessera nel corso dell'anno. Un ringraziamento speciale a tutti i membri volontari che hanno confermato la loro fedeltà all'associazione ed alla sua missione. La loro dedizione, competenza e passione hanno assicurato la vita e lo sviluppo della nostra associazione fino ad oggi e con l'aiuto ed il contributo di tutti gli associati ne assicurano il futuro.

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. Un saluto particolare va ai 64 nuovi soci, che hanno aderito alla nostra Associazione nel corso del 2024, condividendone spirito, valori, obiettivi. Ad essi va il nostro sentito grazie per l'adesione e caloroso benvenuto.

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 o nel sito all'indirizzo www.clubamicidelcuore.org.



RUBRICA SOCI

ANNIVERSARI

Con vivo piacere ospitiamo nel nostro notiziario gli importanti traguardi raggiunti dai nostri soci: Gino Martignago e Ida Perin, Antonio Didonè e Renza Soligo, Francesco Chiappin e Gianna Salvalaggio: sessant'anni di matrimonio per le prime due coppie e cinquantacinque anni per Francesco e Gianna.

Carissimi, nel complimentarci per questi bellissimi e significativi traguardi raggiunti e per la fresca simpatia che ancora trasmettete, segno che il sentimento dell'amore alberga ancora in voi, vi formuliamo i migliori auguri per ancora una lunga e serena vita coniugale.





RICORDIAMO

In quest'ultimo periodo abbiamo, purtroppo, reso l'ultimo saluto ad alcuni nostri associati: Giuseppe Agnolin, Milena Burlo, Romano Roncato, Armandino Sala e Roberto Fior.

A tutti loro va la nostra gratitudine ed affetto per la partecipazione ed il contributo che negli anni hanno offerto alla nostra Associazione. Alle famiglie rinnoviamo la nostra vicinanza ed il profondo cordoglio.



Ricordiamo anche Renato Bortolussi, deceduto il 12/11/2024, che fino al 2013 offrì la propria fattiva collaborazione al Club, svolgendo il delicato e prezioso incarico di segretario con competenza e passione. Lo ricordiamo con tanta gratitudine e riconoscenza. Alla famiglia porgiamo le nostre più sentite condoglianze.



● PROGETTO STILE DI VITA E SALUTE

(a cura di Elisabetta Andretta)



Lunedì 30 settembre abbiamo partecipato alla visita guidata al musme. Da qualche anno ormai partecipo al tavolo sull' invecchiamento attivo, quale rappresentante della nostra associazione e membro attivo di diverse iniziative.

Questa in particolare promossa dalla Regione Veneto e ulss 2 nell'ambito del progetto vivo bene, si è rivelata un'esperienza davvero interessante e stimolante.

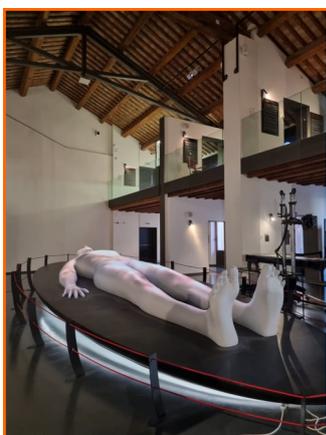
Nel giorno di chiusura del museo, abbiamo avuto una guida dedicata ed un percorso da noi scelto con argomento IL CERVELLO.

Nella prima parte della visita abbiamo ascoltato la nostra guida, dottoressa di neuroscienze, quindi un'esposizione di notevole livello.

Nella seconda parte ci siamo cimentati ai tavoli anatomici digitali, improvvisandoci chirurghi, simulando con sorprendente veridicità questa difficile ma affascinante professione.

Alla fine lo spazio per le domande è stato ampiamente riempito e superato con grande soddisfazione dei partecipanti.

Consiglio vivamente questa visita, si può agevolmente andare in treno e la passeggiata per arrivare dura venti minuti scarsi, per le vie di Padova, città storica di grande interesse.





UNA DONAZIONE ALLA COOPERATIVA ATLANTIS

Il giorno 28 ottobre, è stato consegnato un defibrillatore da parte della nostra associazione, al Centro Atlantis che è un centro polivalente che offre al territorio servizi utili sia a chi è in condizione di disabilità sia a chi non lo è. Accoglie persone con varie età e con differenti disabilità. Qui di seguito la fotocronaca dell'avvenimento. Se possibile prima di Natale, organizzeremo una visita guidata al centro Atlantis per meglio conoscerne l'attività.



Happy
New Year
2025



IL BRACCIALETTO SALVAVITA “HELPCODELIFE”

Malori che hanno colpito nostri associati durante la presenza in sede e, recentemente, durante il soggiorno montano hanno evidenziato ancora una volta la necessità di avere a portata di mano per il primo soccorso i dati medici fondamentali e le prescrizioni, in modo da indirizzare correttamente e senza perdite di tempo le cure dal caso, ma anche di assicurare la “privacy” di ciascuno. Lo strumento per ottenere questi scopi deve essere riconoscibile ed utilizzabile anche all'estero, durare nel tempo ed avere un costo molto contenuto.

Il braccialetto HelpCodeLife risponde totalmente a questi requisiti, perché:

- Contiene i nostri dati personali, le diagnosi e prescrizioni dei medicinali che abbiamo caricato e che vanno aggiornati.
- I dati sono privati ed accessibili solo al personale che ci soccorre tramite lettore del QR Code.
- I dati sono automaticamente tradotti nella lingua del luogo dove si trova la persona.
- **Il costo del braccialetto** nella sua nuova versione esteticamente più valida e funzionale è di soli **20,00 €/cad.**
- L'utilità del braccialetto è ben descritta dalla lettera che ci ha scritto ancora nel 2017 il dott. G. Ziggiotto, Direttore U.O. del Pronto Soccorso dell'Ospedale S. Giacomo.

A tutela delle singole persone, dei volontari e dei professionisti che collaborano con l'associazione e dell'associazione stessa, il Consiglio Direttivo ha deciso *di invitare caldamente i soci che intendono partecipare alle attività associative, come ginnastica, gite, soggiorni ed assimilabili, ad acquistare ed attivare il braccialetto salvavita “HelpCodeLife” nella versione aggiornata al momento dell'iscrizione all'associazione e/o del rinnovo. L'associazione si fa carico di caricare ed aggiornare i dati forniti da quei singoli soci che per qualsiasi ragione non sono in grado di provvedere da soli.*



● RUBRICA DELLA SALUTE - PRENDIAMOCI CURA DEL NOSTRO CUORE

(i contenuti di questa rubrica sono editi per gentile concessione della “Fondazione Italiana per il Cuore”)



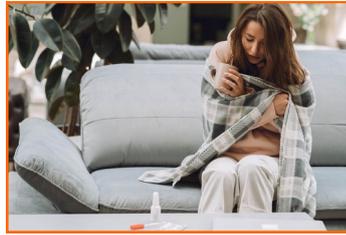
L'infarto acuto del miocardio, noto anche come “attacco di cuore”, è una malattia grave che si verifica quando improvvisamente si chiudono una o più coronarie, i vasi arteriosi deputati a portare ossigeno e nutrienti al muscolo cardiaco.

L'occlusione parziale o totale di un'arteria coronarica può avvenire a seguito della formazione di un coagulo (o trombo) su una delle lesioni aterosclerotiche che possono essere presenti sulla parete dei vasi sanguigni. In rari casi, l'infarto può essere la conseguenza di una malformazione dei vasi coronarici che, presentando dei restringimenti (o stenosi), faciliterebbero la formazione di coaguli in quei punti; oppure può avvenire quando la parete della coronaria si “sfalda” (dissezione) ed invade così il lume del vaso restringendolo e predisponendolo così alla chiusura che, anche in questo caso, avviene per formazione di un coagulo oppure per compressione meccanica. Sempre rari sono i casi di infarto del miocardio causato da uno spasmo di una coronaria dovuta ad alcuni fattori esterni fra i quali per esempio l'assunzione di alcune droghe come la cocaina.

Come nel caso di un ictus cerebrale, l'infarto del miocardio può colpire improvvisamente, anche senza preavviso o dolore. L'infarto del miocardio è una grave emergenza medica e richiede una cura immediata: un intervento rapido, infatti, può ridurre al minimo i danni al cuore e le possibili complicazioni.

Riconoscere i segni dell'infarto del miocardio è quindi fondamentale perché bisogna intervenire il più velocemente possibile.

Segni e sintomi che devono mettere in allarme sono:



- Il 'dolore al petto' che insorge senza una causa apparente oppure in occasione di uno sforzo o di un'emozione intensa. Lo si può avvertire al centro del petto con una sensazione di costrizione, come una morsa, una stretta, oppure può essere un dolore/bruciore che può irradiarsi anche alle spalle, alle braccia, alle mani, alla schiena, al collo ed alle mandibole. L'intensità del dolore è variabile, può infatti durare qualche minuto oppure essere prolungato.
- Si può accompagnare inoltre ad una sensazione di forte affaticamento, nausea e improvvisa sudorazione fredda.



- In aggiunta a quanto detto può comparire anche: un dolore addominale o bruciore di stomaco, sensazione di stordimento o capogiri e difficoltà a respirare.
- Nelle donne i sintomi di infarto possono essere meno evidenti rispetto a quelli che si verificano negli uomini. Anche nei soggetti anziani e nei pazienti diabetici la sintomatologia dolorosa legata all'infarto miocardico può essere meno importante o addirittura assente.

La mortalità nell'infarto miocardico è tanto maggiore quanto più tardivo è l'accesso ad un ospedale nel quale possa essere trattato adeguatamente. Come per l'ictus cerebrale anche in questo caso si deve richiedere subito aiuto e chiamare i numeri di emergenza 112 o 118.



● 18 novembre 2024 -

Consegna Costituzione Italiana ai neo diciottenni

Il 18 novembre si è svolta, in teatro Accademico a Castelfranco, la cerimonia di consegna delle tessere elettorali e di una copia della Costituzione italiana ai neo diciottenni residenti nella castellana. Fortemente voluta dall'Amministrazione comunale, questo evento è stato un'occasione di incontro e riflessione, sui valori fondanti e formativi della nostra carta costituzionale, oggi più che mai attuale. Dopo la registrazione dei ragazzi e ragazze e la consegna della propria tessera elettorale, sono entrati e accomodati in teatro. Alla breve, ma molto partecipata cerimonia, ha dato inizio il nostro inno nazionale, suonato dal vivo da un'ensemble musicale del conservatorio Steffani. A seguire abbiamo assistito al saluto e al discorso in video del ministro della giustizia Carlo Nordio, impossibilitato a partecipare, al quale sono seguite delle brevi considerazioni da parte del sindaco Stefano Marcon e dell'assessora alla cultura Roberta Garbuio. Alla fine ai ragazzi sono state consegnate, dalle mani del Sindaco, una copia della Costituzione ed una bandiera italiana. L'iniziativa ha trovato largo consenso tra le autorità civili e militari e tra le varie esponenti del tessuto sociale della città.



● 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 perché abbiamo ripreso questa rubrica, sollecitati da molti nostri affezionati lettori. Con la raccolta e l'esposizione di *frasi sul cuore* si vorrebbe stimolare riflessioni sui valori, sulla volontà, sui propositi, sulle intenzioni e sentimenti di ognuno di noi "AMICI DEL CUORE".

FRASI ED AFORISMI SUL CUORE

"Il mio cuore è vicino a te, anche se il mio corpo è lontano.

Se non puoi vederlo non devi far altro che scendere nel tuo cuore e lì troverai il mio." (San Benedetto di Chiaravalle)

"Il cuore dell'uomo è un grande enigma che le persone più esperte del mondo non hanno ancora risolto." (Bonaventure d'Argonne)

"Il cuore di un padre è il capolavoro della natura." (Antoine Francois Prevost)

"L'amore non si può avere a comando, è un regalo di un cuore ad un altro cuore." (Paramhansa Yogananda)

"Il viaggio comincia laddove il ritmo del cuore s'espone al vento della paura." (Fabrizio Resca)

FRASI CELEBRI SUL CUORE

"Era uno di quei momenti che non si possono misurare con l'orologio, ma solo con i battiti del cuore" (David Grossman)

"Non importa in quanti pezzi il tuo cuore si è spezzato; il mondo non si ferma, aspettando che tu lo ripari." (Paulo Coelho)

"Ti ringrazio, cuore mio: non ciondoli, ti dai da fare senza lusinghe, senza premio, per innata diligenza. Hai settanta meriti al minuto. Ogni tua sistole è come spingere una barca in mare aperto per un viaggio intorno al mondo." (Wisława Szymborska)

"Come una candela ne accende un'altra e così si trovano accese migliaia di candele, così un cuore ne accende un altro e così si accendono migliaia di cuori."

(Lev Tolstoj)



Questa rubrica è aperta a tutti i soci/e che vorranno condividere l'emozione provata leggendo una frase o poesia sul cuore, facendola leggere anche ad altri soci.

Certi con ciò, di far cosa gradita ai nostri lettori, 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" che pubblicheremo molto volentieri su questo periodico.

Le segnalazioni dovranno pervenire alla Segreteria dell'Associazione o inviate per e-mail: info@clubamicidelcuore.org.





VITA ASSOCIATIVA

(a cura di Daniele Fiorin)

Cari associati,

per questo numero del notiziario, visto il mio impedimento, questa rubrica è stata curata e realizzata dall'amico Wladimiro, che ringrazio di cuore per la disponibilità.

GITA A MODENA 15 SETTEMBRE

Bellissima domenica, il 15 settembre, trascorsa da una sessantina di soci presso la città emiliana di Modena. Prima tappa l'acetaia Paltrinieri dove una ragazza molto preparata, prima ha raccontato la storia dell'Acetaia che affonda le sue radici agli **inizi del 1800** quando fu costruita la villa che ancora oggi la ospita e come nascono tutti i prodotti dal sapore unico, delicatamente equilibrati, caratteristici e indimenticabili, poi ci ha accompagnati presso l'agriturismo della stessa famiglia dove abbiamo potuto gustare una cucina semplice e genuina che affonda le proprie radici negli antichi ricettari custoditi dalla famiglia Paltrinieri. Infine la giornata si è conclusa con la visita al Duomo di Modena, il cui nome ufficiale è cattedrale di Santa Maria Assunta in Cielo e San Geminiano che è il principale luogo di culto della città di Modena, chiesa madre dell'arcidiocesi di Modena-Nonantola. Alla fine il gruppo ha espresso la propria soddisfazione.

Come sempre un particolare ringraziamento va all'agenzia viaggi Danieli.





La giornata mondiale del cuore

Il 29 settembre 2024 si è celebrata la Giornata Mondiale del Cuore dal titolo “**Salute è aderenza**” un richiamo a prendersi cura del proprio cuore, diffondendo consapevolezza e promuovendo l'adozione di uno stile di vita salutare il club Amici del Cuore di Castelfranco Veneto ha organizzato in quattro cittadine del trevigiano la giornata mondiale del cuore, grazie al patrocinio delle rispettive amministrazioni comunali. **Altivole, Castelfranco Veneto, Riese Pio X e Veduggio** dove sono stati eseguiti gratuitamente controlli del colesterolo, glicemia, pressione arteriosa e saturazione ossigeno nel sangue alla popolazione che si è presentata nelle varie postazioni allestite per un totale di 365 controlli. Contemporaneamente nella sala del Patronato Pio X di Borgo Pieve di Castelfranco Veneto, il dott. **Carlo Cernetti** primario del reparto di Cardiologia degli ospedali di Treviso e Castelfranco Veneto davanti a un numerosissimo pubblico, ha tenuto un convegno sul tema «LA CARDIOLOGIA DELL'OSPEDALE SAN GIACOMO SEMPRE ALL'AVANGUARDIA». Successivamente sono intervenuti il dott. **Oscar Miotti** assessore del Comune di Castelfranco Veneto che ha portato i saluti dell'Amministrazione Comunale. Infine l'avvocato **Davide Parolin**, cofondatore ed amministratore delegato di **Realica** ha esposto le caratteristiche del visore di “Realtà Virtuale” donato dalla nostra Associazione, che distrae l'attenzione del paziente in trattamento riducendo la sensazione di dolore in corso dell'esame, diminuisce l'ansietà e favorisce l'indagine clinica in condizioni costanti ed ottimali. Infatti riduce la sensazione cosciente del dolore attraverso le vie di segnalazione che portano al dolore medesimo. La giornata si è conclusa infine con un rinfresco offerto dagli Amici del Cuore.



La giornata del cuore a Castello di Godego

Con il patrocinio del comune e in collaborazione dell'AVIS e dell'AIDO, si è svolta il 27 ottobre 2024 la giornata del cuore nella Barchessa Foscarini in piazza XI febbraio di CASTELLO DI GODEGO, dove sono stati eseguiti a 110 persone gratuitamente controlli del colesterolo, glicemia, pressione arteriosa, saturazione ossigeno nel sangue e peso corporeo. Un particolare ringraziamento al dott. Franco Canel, alle infermiere del reparto di cardiologia dell'ospedale di Castelfranco Veneto e a tutti i volontari del Club Amici del Cuore di Castelfranco Veneto senza i quali sarebbe impossibile realizzare queste bellissime giornate .

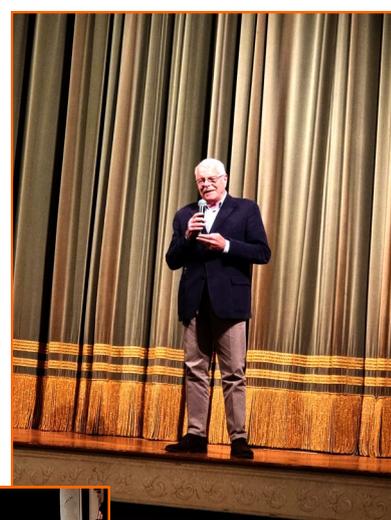


10 novembre 2024 - Rappresentazione teatrale

Bella e simpatica questa iniziativa che ha visto più di 200 soci aderire.

Nella splendida cornice del nostro Teatro Accademico, quest'anno abbiamo ospitato La compagnia "I Bottegai" di Codoneghe che ha portato in scena la commedia "7 donne e un mistero". Una commedia brillante e surreale che ha divertito il pubblico, invitato a scoprire l'assassino di Marcello. Rinnoviamo la gratitudine ed i complimenti alla compagnia ed un grazie particolare al responsabile del gruppo nonché regista **Cataldo Todaro** per aver aderito fin da subito e con entusiasmo alla nostra chiamata.

Ed un grazie al Comune per averci concesso, mediante agevolazione, l'uso del teatro.





20 NOVEMBRE 2024 - CORSO AGGIORNAMENTO BLS

BLS è l'acronimo di **Basic Life Support Defibrillation**, ovvero le **manovre di primo soccorso con l'impiego di defibrillatore**. Si tratta di manovre da attuare tempestivamente in caso di **arresto cardiaco improvviso**.

Mercoledì 20 Novembre in associazione si è svolto, tenuto da Simone Lago, istruttore del Centro di Formazione BLS di Castelfranco Veneto, il corso di aggiornamento di **BLS** per coloro che lo scorso anno o in precedenza aveva avuto il certificato di partecipazione. Il corso dopo un breve riassunto delle regole di comportamento da tenere in caso di primo soccorso, ha permesso a tutti i partecipanti di esercitarsi praticamente con il massaggio cardiaco, l'uso del defibrillatore e la respirazione bocca a bocca tramite apposito apparecchio.

Hanno partecipato al corso le nostre infermiere attuali e precedenti: Anna e Daniela Sabbadin, Paola Smania, Luigina Colbalchini e Marisa Petenà ed inoltre i membri del Consiglio Direttivo Elisabetta Andretta, Paolo Calzavara, Giovanni Pavan. La loro partecipazione è un ulteriore passo importante per assicurare la necessaria preparazione in caso di necessità sia in associazione che all'esterno.



Pranzo sociale – domenica 8 dicembre 2024

Vi ricordiamo che quest'anno abbiamo programmato il tradizionale pranzo sociale per la domenica 8 dicembre 2024, inizio ore 12,30.

Abbiamo preso accordi con il ristorante “Rino Fior” di Salvarosa per menù e costi. A seguire ci sarà la consueta lotteria con ricchi premi. Sarà l'occasione per uno scambio di auguri potendo contare sulla presenza, oltre che vostra, anche del corpo volontari che in diverse occasioni assicura aiuto e sostegno all'associazione.

Sull'argomento vi terremo informati.

Un cordiale saluto.



Associazione ODV
CLUB AMICI del CUORE
CASTELFRANCO VENETO



Carissimi soci
Domenica
8 dicembre 2024 ore 12:30
ci troveremo tutti insieme per il tradizionale

PRANZO & RICCA SOCIALE LOTTERIA

presso il ristorante **RINO FIOR**
di Via Montebelluna di Salvarosa, 27 - Castelfranco Veneto
Menù euro 40,00

Info
 0423 732314
0423 732483



Antipasti:
 
Prosciutto veneto DOP con radicchio croccante - tortini con funghi barboni e casatella.

Primi Piatti:
 
Risotto al radicchio tardivo
Crespelle ai carciofi

Secondi piatti:
 
Spalla di vitello allo spiedo
contorni di stagione

Dessert:
 
il tutto accompagnato dai vini della riserva Fior

● INIZIATIVE PER IL PRIMO QUADRIMESTRE 2025

PER IL 15 FEBBRAIO 2025 - PRANZO DI PESCE

Per sabato 15 febbraio 2025 stiamo programmando il tradizionale pranzo di pesce presso il ristorante "Al Gambero" di Cortellazzo - Jesolo. Partenza in Pullman, ore 10:30 dal parcheggio "ex Foro Boario" di Castelfranco Veneto. A seguire, oltre alla passeggiata lungo mare, la visita alla cantina "Le Rive" di Negrisia per la tradizionale degustazione. Stiamo cercando di mantenere il costo procapite (pullman, pranzo e degustazione cantina) entro euro 72,00 con almeno 50 partecipanti. La segreteria (tel. 0423 732483) rimane a disposizione per ulteriore chiarimento.



13 APRILE 2025 - DOMENICA DELLE PALME

Santa Messa presso il Santuario Madonna del Frassino in Peschiera del Garda.

Partenza ore 7:00 dal parcheggio ex Foro Boario Castelfranco Veneto. Partecipazione alla Santa Messa delle ore 10:00 presso il citato meraviglioso Santuario, pranzo in ristorante e successiva passeggiata con visita della splendida cittadina di Sirmione.

L'Agenzia Danieli si sta interessando per offrirci una proposta complessiva il cui costo dovrebbe aggirarsi sui 65,00 euro con 50 partecipanti. Rimaniamo a disposizione (tel. 0423 732483).



● LE RICETTE DEGLI AMICI DEL CUORE

Cari amici del cuore,

In prossimità dei freddi invernali, gli “amici del cuore dell’alto vicentino” ci propongono questo piatto: “pere al vino rosso”. Un piatto veramente saporito, gustoso e caldo. Buon appetito!



Pere al vino rosso

Un modo alternativo di rivisitare la frutta... chiaramente aggiungendo il vino, lo zucchero, le mandorle e l’uvetta le calorie aumentano ma il risultato vi lascerà piacevolmente sorpresi!

Tipologia: Dolce

Metodo di Cottura:
al forno / in tegame

Stagionalità: tutto l’anno



Informazioni nutrizionali
(per porzione)

Calorie: 181

Proteine: 2,4 g

Grassi: 4,5 g

Carboidrati: 25,1 g

Colesterolo: 0 mg

Ingredienti per 2 persone

- Pere tipo Kaiser non troppo mature (2)
- Vino rosso (1 dl)
- Succo e buccia di limone
- Zucchero (10 g)
- Mandorle tritate o pinoli (15 g)
- Amaretti (2)
- Uvetta (1 cucchiaio)
- Cannella e chiodi di garofano

- 1** Privare le pere della buccia, tagliarle a metà e privarle poi del torsolo.
- 2** In una casseruola media sistemare le pere preparate, versarvi sopra l’uvetta (precedentemente ammollata), 150 ml di acqua, 100 ml di vino rosso, il succo e la scorza di limone, la cannella, i chiodi di garofano e ricoprire il tutto con lo zucchero.
- 3** Coprire la casseruola e far cuocere le pere a 150-180°C finché saranno tenere ma non troppo (circa per un’ora).
- 4** Toglierele dalla casseruola,

riporle in un piatto da portata con il loro sugo di cottura e cospargerle di amaretti sbriciolati e mandorle tritate.





A tutti un sincero grazie per il sostegno dato all'Associazione anche nel corso di questo 2024 ed un grazie anticipato per quello che darete nel 2025. Un augurio di CUORE grande e sincero a voi, alle vostre famiglie, ai vostri cari di BUONE FESTE. Il Consiglio Direttivo

Buone Feste



per avere informazioni su attività associative, gite e passeggiate potete rivolgervi in palestra ai n. 0423 732314 - 0423 732483 (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**