



NEL CUORE DEL PAESE C'E' - Enrico Gianfranceschi

Dicembre normalmente è il mese in cui si tirano le somme dell'anno e anche per l'associazione NEL CUORE DEL PAESE è il momento di fare il punto della situazione dopo 5 anni dalla nascita ufficiale e al termine del mandato in qualità di presidente dell'associazione.

NEL CUORE DEL PAESE è una associazione di cittadini venegonesi che ha unito le proprie forze con lo scopo di sensibilizzare le persone al problema dell'arresto cardiaco ed inoltre sensibilizzare, sostenere e rafforzare le azioni per il miglioramento e mantenimento di uno stile di vita sano e corretto dei singoli e dell'intera collettività, con particolare riguardo alla tutela e alla prevenzione primaria e secondaria delle patologie cardiovascolari.

Per perseguire tali scopi l'associazione ha organizzato corsi BLS (rianimazione cardiopolmonare) in collaborazione con il comune ha finanziato l'acquisto e il posizionamento delle colonnine di soccorso (DAE), organizzato in collaborazione con tutte le associazioni venegonesi iniziative per sostenere e aumentare la visibilità dell'iniziativa e in collaborazione con il distretto scolastico incontri con gli allievi della scuole primarie dando il via al processo di sensibilizzazione fin dall'età scolare.

Ma queste iniziative cosa hanno prodotto

In questo numero

Nel cuore del paese c'è.....	1
Iniziativa 2023.....	3
Ricetta del cuore.....	4



Ad oggi sono state posizionate 5 colonnine di soccorso, formato circa 200 persone con corsi BLS per non sanitari riconosciuti a livello internazionale, effettuati presso le scuole primarie, altrettanti incontri presso il centro anziani di villa Molina denominati NEL CUORE DELLA SALUTE, abbiamo aderito a campagne nazionali quali settimana VIVA e organizzato la festa dell'associazione UNA SERATRA DEDICATA A TE in ricordo di Alessia Rosso e altri incontri e

Venegono Inferiore, malore al centro estivo della scuola: bambina di 8 anni in ospedale

Le insegnanti hanno attivato il primo intervento, effettuando il massaggio cardiaco e utilizzando il defibrillatore

30 giu 2022



iniziative quali “Arresto cardiaco un problema ancora aperto — Soccorsi e Formula 1 analogie e similitudini” con la partecipazione di Mario Isola (responsabile Pirelli Motor sport).

Ma questo in concreto cosa ha prodotto al paese, quali sono stati i risultati delle tante iniziative portate avanti.

Nel giugno 2022 presso il centro estivo è stata effettuata una rianimazione cardiopolmonare con esito positivo grazie anche all'uso del DAE e soprattutto al provvidenziale e precoce intervento di una insegnante che ha mantenuto il sangue freddo e messo in atto le corrette manovre di rianimazione.

Il primo di dicembre l'associazione è stata riconosciuta dai cittadini come meritevole per le attività svolte e onorata con una pietra che verrà collocata nella piazza della associazione.

Questo ci spinge e ci spingerà a progettare, pianificare e attuare ulteriori iniziative che possano sempre di più portare benessere ai cittadini, intesa sia come qualità di vita sia in termini di sicurezza di un intervento pronto ed efficace in caso di arresto cardiaco.

Altre grande iniziativa che stiamo portando avanti è legato alla riforma del terzo settore che ci ha obbligato a revisionare lo statuto, che a breve sarà presentato durante l'assemblea ordinaria a cui spero tanti Venegonesi intervengano, passo immediatamente successivo è l'iscrizione al Registro unico nazionale del terzo settore (RUNTS).

Accennavo alla imminente assemblea ordinaria in cui dovrà essere eletto un nuovo consiglio direttivo e le rispettive cariche, approvato il bilancio 2022 è quindi necessario e utile che quanti più venegonesi intervengano portando oltre alla presenza anche un personale contributo di idee e iniziative.

Personalmente questi anni da presidente dell'associazione NEL CUORE DEL PAESE sono stati pieni di soddisfazione e devo ringraziare tutte le persone che con me hanno collaborato e portato avanti iniziative e ancora tutte le altre associazioni venegonesi con cui abbiamo collaborato e ci hanno supportato e ancora la giunta comunale che ha creduto nella nostra iniziativa e a tutto il personale del comune che oltre al supporto ci ha supportato, questo oltre a farci cre-



INIZIATIVE 2023 - NEL CUORE DEL PAESE



BLSD per personale NON sanitario Certificato Italian Resuscitation Council

- 15 GENNAIO → PROSPORT
- 22 GENNAIO → Aperto a tutti i cittadini

Settimana VIVA (Ottobre 2023) settimana della rianimazione cardiopolmonare

- Scuole medie: incontro di sensibilizzazione propedeutico per corsi BLS
- Scuole elementari: pic-nic mozzafiato



Nel cuore della salute: Incontri di educazione alla salute in collaborazione con LAAV

Per i genitori di figli in età prescolare.

- Primo soccorso domestico
- Disostruzione delle vie aeree



scere come associazione mi ha permesso anche di crescere a livello personale, il confronto con i ragazzi del consiglio comunale o gli studenti della scuola primaria mi hanno arricchito di una esperienza che non potrò mai dimenticare.



Esorto tutti i cittadini di Venegono Inferiore a partecipare alla Assemblea ordinaria e alle future iniziative e perché no anche a crescere insieme a noi

Per diventare soci chiedi informazioni scrivendo una mail : nelcuoredelpaese@gmail.com

Colgo l'occasione per l'imminente anno nuovo per augurare a tutti un proficuo, sereno e felice anno nuovo .

SEGUICI SULLA PAGINA FACEBOOK : NEL CUORE DEL PAESE

RICETTA DEL CUORE - RISOTTO AL RADICCHIO

Ingredienti per 4 persone

- 350 g Riso Carnaroli
- 1radicchio rosso
- 80 g Parmigiano reggiano
- 1cipolla
- 1 Lt brodo vegetale
- Mezzo bicchiere Vino bianco
- Olio extravergine d'oliva
- Sale



PREPARAZIONE

QUALE RADICCHIO COMPRARE

Ci sono 4 tipi di radicchio:

- *Chioggia: grande e a palla dal gusto amaro e croccante.*
- *Trevigiano: foglie lunghe rosse e bianche allungate.*
- *Veronese: simile a quello di Chioggia ma di dimensioni più ridotte.*
- *Variegato: grandi dimensioni e di colore giallo spruzzato di rosso.*

COME TOGLIERE IL GUSTO AMARO DEL RADICCHIO

Lavate il radicchio e mettetelo a fette in una ciotola con l'acqua, l'aceto bianco e un pizzico di sale. Lasciatelo in ammollo per 30 minuti circa.

COME PREPARARLO

Lavate e asciugate il radicchio rosso.

Tagliate a fette il radicchio rosso e sciacquatelo nuovamente sotto l'acqua.

Tritate finemente la cipolla.

Mettete in una grande pentola 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva e fateli scaldare insieme alla cipolla tritata.

Unite il radicchio a fette e fate cuocere un paio di minuti.

Unite il riso e fatelo tostare a fuoco alto fino a che diventerà trasparente poi sfumate con il vino bianco e lasciatelo evaporare.

Scaldate il brodo vegetale e tenetelo sempre caldo.

Aggiungete un po' di brodo bollente e abbassate il fuoco.

Fate cuocere il risotto al radicchio per circa 15 minuti con il fuoco basso girando continuamente e aggiungendo brodo bollente ogni volta che si asciugherà troppo.

Quando il riso sarà cotto spegnete il fuoco, aggiungete il burro e il parmigiano grattugiato e mescolate energicamente fino a che il burro si sarà sciolto completamente.

Servite il risotto al radicchio cremoso e all'onda.

VARIANTI E CONSIGLI

Se volete potete anche mettere nel soffritto anche un po' di pancetta o di speck e per rendere il risotto più cremoso aggiungete del Philadelphia a metà cottura.