

Newsletter

- Con il Cuore
- Settimana Viva
- Una serata dedicata a TE
- La ricetta del Cuore
- Promemoria

Con il Cuore - Alberto Limido

Cari iscritti all'Associazione Nel Cuore del Paese, scrivo per la prima volta in qualità di nuovo presidente appena nominato; per me è un onore ed un motivo di responsabilità prendere le redini dell'Associazione dopo l'esperienza di Enrico Gianfranceschi, che ha ricoperto la carica dalla fondazione fino ad ora.

Questi 5 anni da lui trascorsi alla presidenza sono stati caratterizzati da un intenso lavoro come organizzatore, esecutore, motivatore ed animatore di molti eventi locali e di molte sessioni di Corsi BLS/D, passando oltretutto attraverso il drammatico periodo COVID che ha lasciato un segno indelebile in tutti noi. Per quasi tre anni l'emergenza COVID ha rappresentato un ostacolo insormontabile per l'associazionismo in genere, interrompendo le normali attività di tutte le associazioni di volontariato.



Dr. Alberto Limido Presidente Associazione Nel Cuore Del Paese

Anche in questo periodo Enrico è riuscito a mantenere vivo un minimo ma indispensabile collegamento mediante sms e mail tra i consiglieri e gli associati.

Adesso, quando sembra che il peggio sia alle nostre spalle è il momento di ricucire tra noi e con l'intera popolazione venegonese un rapporto di collaborazione e di apertura verso nuove iniziative.

Alcuni sostanziali cambiamenti sono già avvenuti, primo fra tutti la nuova strutturazione della nostra Associazione nell'ambito

del Piano di riforma del Terzo Settore.

In sintonia con quanto previsto dalla nuova legislazione, l'associazione ha dovuto dotarsi di un diverso statuto appena revisionato ed approvato nel corso delle due recenti Assemblee del 17/02/23 e del 10/03/23; a breve sono stati completati anche gli adempimenti di accredito finanziario presso l'Agenzia delle Entrate e di iscrizione a nuovo Registro, per poter procedere alla nuova piena operatività

Tra le iniziative che pensiamo di organizzare saranno sicuramente annoverate

19/05/23 **UNA SERATA DEDICATA A TE** --> Palazzetto di Venegono Inferiore

SETTIMANA VIVA Partecipazione ad iniziative già in essere con la presentazione del nostro territorio e della nostra attività specifica

Corsi di formazione BLS primo step e "refreshing"

Relazioni su argomenti di interesse medico

è nostra intenzione cercare di ottenere un maggiore coinvolgimento della popolazione con argomenti più incisivi ed anche con presentazioni effettuati in sedi e con modalità differenti

Serate/incontri a tema dedicate all'ambiente della scuola ed all'ambiente dello sport

Tornando a quella che è la naturale "mission" della nostra Associazione, vale a dire promuovere lo sviluppo sul territorio della rete di primo intervento per coloro che sono vittime di arresto cardiaco, comunico che il programma di installazione di nuovi defibrillatori semiautomatici "DAE" prosegue con successo.

Nuovi DAE sono stati installati presso i vari supermercati ed anche il numero dei defibrillatori presenti su territorio comunale installati con il contributo della nostra Associazione "**Nel Cuore del Paese**" è aumentato di una unità con la nuova colonnina posta presso la Piazza del Santuario Madonna di Loreto; questo porta il totale dei device disponibili, oltre a quelli presenti presso Enti od Associazioni varie a 14 di cui 4 disponibili 24 ore su 24.

Siamo in un momento di ripresa dopo una fase in cui la partecipazione attiva della gente ha toccato un minimo storico negativo; è necessario da parte di tutti coloro che partecipano attivamente al volontariato uno sforzo ancora maggiore per ricreare e promuovere una base solida di partecipazione alle varie iniziative. Non mi sarà facile essere all'altezza del precedente presidente e purtroppo al momento i miei impegni lavorativi e personali non mi concedono una così ampia

disponibilità di tempo per questo importante ruolo ma nel mio periodo di presidenza, che si prevede sarà esteso per questioni di uniformità a 4 anni, cercherò di fare onore al compito che mi è stato affidato, chiedendo a voi tutti aderenti un aiuto morale e, nei limiti delle vostre possibilità, anche una collaborazione operativa per sviluppare nuove iniziative di interesse e di successo per tutta la popolazione venegonese.



Corso BLS D Venegono Inferiore

VIVA LA SETTIMANA DELLA RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE

Cos'è Viva?

Viva! È una campagna di sensibilizzazione che ha lo scopo di diffondere in Italia la conoscenza delle manovre di Rianimazione Cardiopolmonare (RCP). È nata nel 2013 grazie ad Italian Resuscitation Council (IRC) che ha raccolto l'invito dell'Unione Europea e di European Resuscitation Council (ERC).

L'obiettivo di Viva!

Attraverso varie iniziative locali e nazionali, vogliono far conoscere al maggior numero di persone possibile cos'è un arresto cardiaco, come si riconosce e quali sono le manovre da iniziare subito per salvare la vita di chi ne è colpito: manovre semplici e sicure che ognuno di noi può imparare ed eseguire anche se non è un professionista della salute. Uno dei momenti più significativi nell'ambito delle attività divulgate della Settimana Viva! è rappresentato dalla Giornata Internazionale della Rianimazione Cardiopolmonare

Viva e Nel Cuore del Paese

Durante la settimana internazionale della Rianimazione Cardiopolmonare a Venegono Inferiore verranno organizzate iniziative presso le scuole per diffondere la cultura del soccorso e la prevenzione dell'arresto cardiaco e per aumentare la sensibilità civica al problema.



UNA SERATA DEDICATA A TE

UNA SERATA DEDICATA A TE PREVENZIONE MALATTIE CARDIACHE

19 MAGGIO 2023

presso la palestra comunale di via D. Chiesa

19.00 PRESENTAZIONE DELL'ASSOCIAZIONE
"NEL CUORE DEL PAESE"

19.15 APERTURA STAND GASTRONOMICI
con aperitivo e musica

in collaborazione con



20.45 INIZIA LA SERATA!
 ★ esibizione dei bambini della scuola primaria
 ★ esibizione della scuola di danza Estasi Latina
 ★ animazione con Ciro!

23.00 SALUTO E CHIUSURA FESTA

Il ricavato della festa verrà utilizzato per nuovi corsi di formazione BLS e acquisto materiale salvavita da posizionare sul territorio di Venegono Inferiore



per informazioni:
ufficio sport 0331856036

RICETTA DEL CUORE

LINGUINE GAMBERETTI, ZUCCHINE E ZAFFERANO

Ingredienti per quattro persone

- 400 g di linguine o spaghetti
- 250 g di gamberetti sgusciati
- 4 zucchine piccole
- q.b. olio extra vergine di oliva
- 1/2 scalogno
- 1 bustina di zafferano

Saltate i gamberetti in padella con un filo d'olio per qualche minuto, saranno pronti quando saranno bianchi e sodi, ma ancora morbidi. Serviranno 2-3 minuti al massimo. Teneteli da parte.

Lavate e asciugate le zucchine, mondatele e tagliatele a fettine sottili, saltatele in padella con lo scalogno tritato e un filo d'olio. Dopo circa dieci minuti a fuoco medio, le zucchine saranno tenere e rosolate. Aggiungete i gamberetti, aggiustate di sale e saltate in padella ancora per qualche istante

Portate l'acqua per la pasta a raggiungere la bollitura, aggiungete sale. Cuocete le linguine e nel frattempo prelevate un mestolo di acqua di cottura in cui scioglierete lo zafferano

Scolate le linguine molto al dente, unitele al condimento e saltatele a fuoco vivo

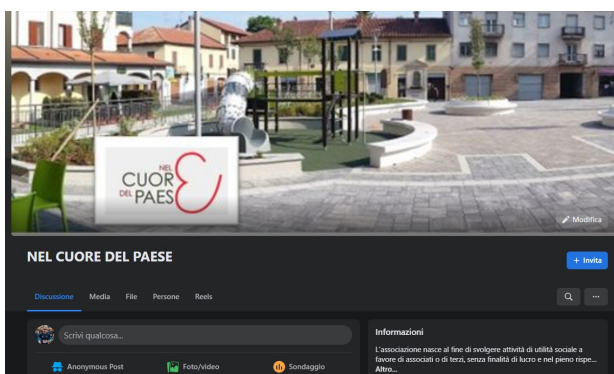
Aggiungete lo zafferano e cuocete ancora fino a quando l'acqua non sarà stata assorbita

Servite le linguine immediatamente

BUON APPETITO



NEL CUORE DEL PAESE - CONTATTI



Per contattarci, avere informazioni utili sull'associazione e sulle iniziative proposte ricordiamo

Facebook : Nel Cuore del Paese

Sito : <https://nelcuoredelpaese.wixsite.com/sitoncdp>