

Cn

n.01 – Marzo 2020

**CELIACHIA
NOTIZIE**

REGIONI





Garofalo

LA NUOVA RICETTA
CON FARINA DI RISO INTEGRALE



PASTA GAROFALO SENZA GLUTINE.
Il gusto è un diritto. Da oggi ancora di più
La nuova ricetta con farina di riso integrale.

ABRUZZO

06



Vivere la celiachia... ad ogni età
E durante il convegno...

BASILICATA

10



Concorso Auguri AIC, anche noi
sul podio

CAMPANIA

26

Enjoy gluten free, buona la prima!
Numeri record per l'Atelier della
salute alla Federico II
A.A.A. Diagnosi precoci cercasi



FRIULI VENEZIA GIULIA

22



I nostri obiettivi per il futuro
Open Factory: in visita alla fabbrica
del senza glutine 100% Made in Italy
Cuoco e Tecnologo: connubio
perfetto!

ALTO ADIGE

14

Ad aprile le elezioni del nuovo
Direttivo
Im april Neuwahlen des Vorstandes
Benvenuta, Francesca
Willkommen, Francesca

CALABRIA

12



I nostri due nuovi referenti medici
AIC in agriturismo: un successo!

EMILIA ROMAGNA

17



Linee Guida diagnosi, finalmente
realtà
Memorial Spezzani, la solidarietà ha
fatto goal
Celiachia e inclusione a scuola, una
volontaria racconta

LAZIO

31

Ettore Cardi, una preziosa presenza
La Campagna "Medi&Co"
Buoni digitali: il traguardo è vicino



A causa dell'emergenza legata al Coronavirus e alle disposizioni governative, non possiamo sapere al momento in cui andiamo in stampa quali iniziative di cui parliamo nel giornale saranno effettuate. Vi invitiamo a controllare nei siti delle nostre associate regionali, dove potete trovare gli aggiornamenti necessari.



LIGURIA

34

Tutti a "Insieme Senza Glutine"! Dematerializzazione dei buoni AIC al Liguria Travel Show La Storia di Blu e In Fuga dal Glutine agli Stati Generali dell'Educazione



MARCHE

50



Adottato il Percorso Diagnostico Cooking show ad Acqualagna per la Fiera del Tartufo Bianco

PIEMONTE

62



Gee! È nato *Gluten Free Ethnic Experience* Aperitivo in movimento – Gustotram Gluten Free Laboratorio di decorazione biscotti

SARDEGNA

47

Buoni su tessera: la volta buona? Gluten Free Roadshow Scambio di auguri per i soci



LOMBARDIA

42

Comunicare con i social Alejandra Gutierrez (*Heartbeat Moving Children*) e *The Coniugi* Il network AFC e le sue evoluzioni



MOLISE

54

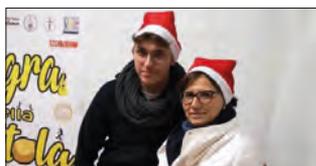


Anno nuovo... volto nuovo! Bilanci e nuovi programmi al pranzo natalizio

PUGLIA

39

Lettera aperta di un socio All'Alberghiero di Vieste, giornata di sensibilizzazione sulla celiachia



SICILIA

66



Chiamata on line per tutti i soci! Pane e olio senza glutine al Presepe di Castanea Cuochi iblei in azione contro la fame



TOSCANA

72

Un'altra tappa è stata raggiunta!
Dolci tentazioni nelle scuole della
Valbisenzio
Tutte le nostre attività...



TRENTINO

57

Anche AIC alla staffetta solidale
Quando un celiaco sceglie di essere
vegano
Cucina romagnola: i passatelli!



UMBRIA

69

Intervista ad una super volontaria
Corsi di cucina per i professionisti
della ristorazione
Albero del Volontariato 2019



VALLE D'AOSTA

76

Scuola, AIC vince un finanziamento
Nuove adesioni al network AFC
Come preparare il pane



VENETO

78



Celiachia qb: non solo formazione!
Cuochi a lezione di alimentazione
senza glutine
Celiachia su misura: uno spazio per
i soci



LA REDAZIONE

Cn

celiachia
notizie

Anno XXXIX n° 102 - N. 1-2020

Periodico quadrimestrale della AIC -
Associazione Italiana Celiachia - ONLUS
Realizzato da Spiga Barrata Service Srl
Impresa Sociale con la Direzione Editoriale
dell'AIC

Sede legale: Via Caffaro 10, 16124 Genova
www.celiachia.it

Reg. Trib. di Milano n°197 del 23/03/1991

Redazione: Via Caffaro 10, 16124 Genova
Tel +39.010.4550685

redazionecn@celiachia.it

segreteriaicn@celiachia.it

Direttore Responsabile: Letizia Coppetti

Coordinatore di redazione: Elisa Canepa

Redazione: Anna Parodi, M. Rosaria Penna

Redazione Scientifica:

Elena Lionetti, Coordinatore

Comitato Scientifico AIC

Luisa Novellino, Ufficio Scientifico

Progetto grafico: Elena Montobbio

Supervisione editoriale:

Elena Montobbio, Deborah Bassani

Impaginazione CN Regioni: Nova Era snc,
cnregioni@celiachia.it

Data-base indirizzi: Paolo Innamorati

Su questo periodico è previsto

l'inserimento di spazi pubblicitari

Concessionaria di Pubblicità: Progetto Srl

Via Grazioli, 67 - 38122 TRENTO

Corso Italia, 10 - 20122 MILANO

Piazza di Campitelli, 2 - 00186 ROMA

Tel. 0461/231056

info@progettosrl.it - www.progettosrl.it

Un estratto del periodico sarà

consultabile sul sito www.celiachia.it

Stampa: Mediagraf S.p.A.

Viale della Navigazione Interna, 89

35027 Noventa Padovana (PD)

Questo numero è stato chiuso in redazione
il 12.03.2020

Questo periodico è associato all'Unione
Stampa Periodica Italiana



VIVERE LA CELIACHIA... AD OGNI ETÀ

Un confronto medico-scientifico a Città Sant'Angelo per un momento di alta formazione rivolto non solo agli operatori del settore ma anche ai celiaci e ai loro amici

Giornata importante per l'incontro tra il mondo della ricerca medico-scientifica, medici specialisti e di base, paramedici, celiaci e non celiaci, per fare il punto sul vivere la celiachia ad ogni età, dallo screening alla diagnosi, la gestione della dieta, le complicanze e le malattie correlate.

Lo scorso sabato 16 novembre 2019, a Città Sant'Angelo (PE), è stata dedicata un'intera giornata alla condivisione e informazione dei professionisti (Gastroenterologo, Chirurgo, Pediatra, Dietista, Medico di Medicina Generale, Infermiere) che devono gestire pazienti con celiachia in tutte le fasce di età, rispetto a diagnosi, screening familiare, follow up gastroenterologico e comorbidità.

Gli argomenti trattati sono stati diversi e svariati, come si può comprendere dai titoli e dagli interventi degli specialisti: "Epidemiologia e meccanismi patogeni nella malattia celiaca", "Presentazione clinica", "Dallo screening alla diagnosi", "La gestione della dieta", "Follow up", "Complicanze e comorbidità endocrinologiche, reumatologiche, dermatologiche, ginecologiche", "Novità e futuro della celiachia dal punto di vista del ricercatore", "Transition: dal pediatra al gastroenterologo", "Il supporto dello psicologo".

I contenuti, altamente specialistici, sono stati trattati grazie alla disponibilità e al contributo prezioso di medici e professori esperti della condizione patologica della celiachia che operano quotidianamente negli ospedali civili della nostra regione e nelle varie Uni-

versità nazionali ed internazionali: i professori M. Neri, L. Grossi e E. Lionetti, e i dottori F. Rispoli, P. Moretti, C. De Fanis, C. Giannini, M. Filippone, A. Lauri, G. Lombardi, K. Efthymakis, G. Giampietro, N. D'Amario, G. Di Paolo, L. Orsini, M.T. Illiceto, M. Spezzaferro, S. Tumini, R. Zicolella, G. Mazzocchetti, C. Ce-lentano, F. Bascietto, M.P. Caldarelli, N. Semperlotti e C. Di Blasio.

Il convegno medico è stato organizzato e coordinato in due sessioni, una mattutina e una pomeridiana, grazie al fondamentale contributo organizzativo e di coordinamento di Maria Teresa Illiceto, dirigente medico per il Servizio di Alta Professionalità dell'Unità di Gastroenterologia Pediatrica presso l'Ospedale Civile "Santo Spirito" di Pescara. Numerosi i concetti confermati e ribaditi dagli esperti, come alcuni che riportiamo ad esplicitazione del confronto: la mancata aderenza alla dieta può irreversibilmente com-



NELLA FOTO: La dott.ssa Maria Teresa Illiceto e altri esperti in un momento della sessione della mattina



NELLA FOTO: I volontari professionisti dell'Associazione ClownDoc

portare disturbi, complicanze e comorbidità endocrinologiche, reumatologiche, dermatologiche, ginecologiche, dentali; nel soggetto a cui viene diagnosticata una “celiachia subclinica” è corretto iniziare la dieta priva di glutine; i parenti di I grado del paziente celiaco devono eseguire lo screening dosando gli ab anti-transglutaminasi e ricercando la presenza della predizione genetica; nella celiachia potenziale bisogna programmare controlli sierologici a 6-12 mesi; la celiachia può essere associata alle patologie ostetrico-ginecologiche, quali le perdite fetali ricorrenti, menopausa precoce, endometriosi; le patologie autoimmuni endocrine associate alla celiachia sono tiroidite cronica autoimmune, diabete di tipo 1, malattia di Graves, malattia di Addison; per la conferma della diagnosi di malattia celiaca nell'adulto è necessaria la conferma istologica su pezzo bioptico; la negatività anti-TGA IgA potrebbe anche essere causata da una precoce eliminazione del glutine durante il percorso diagnostico; questi e tantissimi altri sono stati i contenuti e gli

approfondimenti specialistici trattati grazie ai molteplici profili medici intervenuti.

Una significativa presenza numerica di pubblico, tra operatori medici di settore e uditori, associati e non, celiaci e non, ha fatto comprendere quanto importante sia continuare a realizzare occasioni di questo tipo, durante l'anno e nel corso degli anni: la tematica è e sarà sempre di grande attualità, sia per i progressi nel settore che nel tempo si determinano, sia perché la popolazione intera si trova ogni giorno a confrontarsi con questa esigenza di vita, per chi la vive in prima persona come per coloro che interagiscono con i celiaci nella quotidianità.

Grande soddisfazione per tutti alla conclusione della giornata perché è stato davvero possibile condividere e formare i professionisti che devono gestire pazienti con celiachia in tutte le fasce di età rispetto a diagnosi, screening familiare, follow up gastroenterologico e comorbidità. Tanti anche i momenti paralleli abbinati al Convegno, con attività e laboratori. ♦

E DURANTE IL CONVEGNO...



NELLA FOTO: Paolo Gridelli in un momento del corso di cucina

Corso “Mani in pasta”

Inaspettata la numerosa adesione al corso di cucina che nella mattinata ha visto genitori e figli alle prese con impasti sg. Grazie a Paolo Gridelli, abile e scrupoloso cuoco e pizzaiolo, titolare di una struttura AFC a Città Sant’Angelo, moltissimi soci, tra celiaci e non, hanno avuto la possibilità di sperimentare – e forse per alcuni era anche la prima volta – materie prime senza glutine da combinare e unire in impasti per realizzare pizza o pasta fresca, da poter portare e gustare successivamente nelle proprie case. I partecipanti hanno apprezzato questa occasione che ha permesso loro di scoprire quanto sia possibile cucinare piatti gluten free con semplici accorgimenti.

Animazione ClownDoc Pescara

A far divertire i bambini ci hanno pensato i ClownDoc, un qualificato gruppetto di volontari professionisti che presta un servizio continuativo di clownterapia nell’Ospedale di Pescara, portando buonumore e sorriso. Attraverso tecniche, gags e maschere da clown, dipinte sui volti e sugli abiti, hanno coinvolto positivamente ed emotivamente i bambini presenti. Tantissimi colori sui corpi e nei volti, azzurro, giallo, corallo, camici bianchi ma pieni di simpaticissimi disegni, mani colorate, nasi rossi, fiocchi a pois, fiorellini di tutti i colori sulle scarpe e sui vestiti, calzini e scarpe spaiate: con la loro presenza sono stati vissuti, in parallelo al convegno formativo, momenti caratterizzati da gioia, ottimismo, fratellanza, solidarietà, integrazione, pensiero positivo e creativo, ingredienti importantissimi per una buona vita in salute.

Lettura del libro *Il risveglio di Bruno* con lo scrittore Gabriele Di Camillo

Nella stessa mattinata, in uno spazio dedicato, l’Orso Bruno è riuscito anche in questa occasione ad attirare l’attenzione dei più piccini.

Mentre venivano approfonditi concetti, definizioni e soluzioni per migliorare la vita dei celiaci, in un altro spazio la voce narrante dell’autore del libro apriva il sipario su una grotta di montagna, nel Parco Nazionale d’Abruzzo, rappresentando una scena talmente dettagliata in grado di catapultarti veramente in quella grotta e al di fuori di questa, dove l’Orso Bruno, appena uscito dal letargo e incuriosito dal mondo sconosciuto che gli appariva, rivolge numerose e curiosissime domande ai nuovi amici che incontra.

Tutti i bambini presenti alternavano momenti in cui rimanevano incantati ad ascoltare a quelli in cui scoppiavano a ridere per le vicende che capitano a Bruno.

L’autore del libro, Gabriele Di Camillo, è stato per moltissimi anni consigliere del Direttivo di AIC Abruzzo, continuando anche dopo ad affiancare e a supportare l’Associazione attraverso numerose iniziative da lui ideate e che si sono sempre rivelate di grande profondità e semplicità al tempo stesso. ♦



NELLA FOTO: Gabriele Di Camillo

SENZA GLUTINE ALLE SAGRE AUTUNNALI IN PROVINCIA DELL'AQUILA

L'identità di un territorio passa anche attraverso i suoi cibi tradizionali e, grazie alle tante strutture che si dedicano alla ristorazione senza glutine, nell'autunno abruzzese abbiamo potuto assaporare tanti piatti dedicati ai prodotti tipici della stagione.

In special modo tre località della Provincia dell'Aquila hanno permesso ai celiaci di gustare in compagnia deliziosissime specialità e i classici della cucina abruzzese: gnocchetti con ceci, salsicce con lenticchie o ceci, scappe di patate, panino con salsiccia e tiramisù, polenta con salsicce, panino con salsicce, pizzette, dolci, tiramisù, pesche, nevole, muffin e ovviamente castagne.

Con il bello e il brutto tempo, cantine e stand hanno accolto a festa tutti gli invitati.

Sagra della castagna



NELLA FOTO: Gli organizzatori della Sagra della castagna a Sante Marie

Anche nel 2019, il 1°, 2 e 3 novembre, è stata portata avanti una tradizione che si tramanda dal 1972 e alla quale sono affezionati sia i residenti di Sante Marie (AQ) che i tantissimi visitatori che ogni anno hanno la possibilità di degustare la regina dell'autunno. La sagra è stata interamente dedicata alla cucina della castagna, in molteplici forme. Giunsa alla 47ª edizione, con l'istituzione negli anni '90 del Villaggio della castagna lungo corso Garibaldi e nel centro storico, tante le cantine con i pro-

dotti tipici locali, gli stand enogastronomici e dell'artigianato che hanno aderito all'iniziativa e contribuito al suo successo. C'è stata anche la possibilità di partecipare alla ciclo-turistica, giunta alla ottava edizione, per gli amanti dello sport. La Pro Loco ha pensato di creare uno spazio dedicato anche ai bambini, un'area all'interno del villaggio della castagna con animazione, truccabimbi, giochi di gruppo e baby dance.



NELLA FOTO: Visitatori in attesa di una delizia gluten free al chioschetto alla Sagra della castagna a Sante Marie

Sapori d'Autunno

Roccaforte del Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise, la città di Opi si è vestita lo scorso 2 novembre, per la sua 14ª edizione, dei colori e dei Sapori d'Autunno con una serata all'insegna del buon gusto. Tra i vicoli del centro storico, vestito a festa per l'occasione, nella tranquillità del borgo, tra canti e musica popolare, è stato possibile degustare piatti caratteristici della tradizione. La manifestazione ha visto una grande partecipazione nonostante il maltempo, grazie al progetto "Porte Aperte", che dava la possibilità di entrare nei locali coperti all'interno del centro abitato.

"...ma per le vie del borgo"

AIC Abruzzo ha patrocinato la 14ª edizione, che si è tenuta il 9 novembre, di "...ma per le vie del borgo. Fornacelle e cantinelle acCese", un percorso tra le vie del borgo ricco di gusto e genuinità, a cura della Pro Loco Cese dei Marsi (AQ) con la collaborazione della popolazione locale. Per l'occasione una cantina è stata dedicata alle specialità gluten free. ♦



CONCORSO AUGURI AIC, ANCHE NOI SUL PODIO

L'istituto alberghiero G. Gasparrini di Melfi dà il proprio contributo alla conoscenza della celiachia. La classe IV B enogastronomia vince il 4° posto

Notizie in breve

I soci su WhatsApp

AIC Basilicata sta cercando di costituire un gruppo WhatsApp dei soci, per garantire maggiore puntualità a notizie e comunicazioni. Tutti i soci interessati possono inviare i loro dati ad Andrea Scavone (347.2178734) e a Rocco Laguardia (345.6246724)

Sconti per i soci

Sono state attivate delle convenzioni con strutture commerciali del territorio. Tutti i soci in regola con la quota sociale annuale ed in possesso della tessera di socio del 2020, hanno diritto ad usufruire dei vantaggi previsti dalle varie convenzioni. Tutte le convenzioni sono comunicate ai soci direttamente via posta o sulla pagina FB di AIC Basilicata.



NELLE FOTO: Le professoresse Lucia Santarsiero e Giovanna Plastino insieme ai loro studenti

Di Rocco Laguardia e Lucia Santarsiero

All'indomani della proclamazione delle scuole vincitrici del Concorso "Auguri AIC", indetto per festeggiare i 40 anni di attività della nostra Associazione, ecco il racconto di Lucia Santarsiero, professoressa, tecnologa e consigliera di AIC Basilicata che, insieme ai ragazzi di una sua classe, ha partecipato (arrivando anche alla vittoria) al concorso.

"La partecipazione al *Concorso Auguri AIC* si colloca al termine di un percorso di studio e riflessione sul tema della celiachia che ha visto protagonista l'I.I.S. G. Gasparrini di Melfi, nella persona del dirigente scolastico prof. Michele Masciale, di me stessa, della prof.ssa Giovanna Plastino e degli studenti e studentesse dell'attuale classe IV B enogastronomia (ex III B cucina), in alcune iniziative di sensibilizzazione territoriali.

Il 30 marzo 2019, l'Istituto ha partecipato all'evento di chiusura del 3° *Corso Etno-gastronomia Arbereshe & Lucana nel Mondo* proposto da Basilicata Arbereshe e UNILABOR di Rionero in Vulture. L'evento, tenutosi a Monticchio Laghi, ha visto la partecipazione di una

delegazione di studenti della III B cucina che hanno proposto dei piatti Arbereshe in chiave gluten free. All'iniziativa, inoltre, ha partecipato anche Albino Grieco, consigliere di AIC Basilicata, che ha portato il proprio contributo sul tema della celiachia.

Poi, il 15 maggio, l'Istituto alberghiero ha aderito alla Settimana Nazionale della Celiachia con l'iniziativa *Prelibatezze gluten free per tutti*. Questa ha fatto parte, insieme ad altre organizzate su tutto il territorio nazionale, delle iniziative inserite, nella settimana dall'11 al 19 maggio 2019, nel calendario di AIC. Durante questo evento è stata protagonista anche l'AIC Basilicata con il Presidente Francesco Cioffredi, il segretario Rocco Laguardia e il socio/chef Giuseppe Labanca che, presso la sala ristorante "Cezza" dell'Istituto Gasparrini, ha incontrato gli studenti e le studentesse del settore Servizi per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera e degustato un menù adatto a tutti perché costituito da alimenti naturalmente senza glutine. Il menù per il buffet è stato elaborato e realizzato dalla sottoscritta con la classe III B cucina, con la collaborazione della prof.ssa Plastino; mentre il servizio

di sala è stato curato dal prof. Raffaele Borreca con la classe III C sala e dall'assistente tecnico Canio Di Perna. Per l'occasione anche il menù proposto ai convittori ospiti dell'Istituto alberghiero è stato rivisto in chiave gluten free dallo chef di settore Luigi Pacilio, che ha proposto un risotto con gamberi su crema di zucchine, un'insalata di polpo e patate e delle pere all'Aglianico del Vulture.

Nel discorso introduttivo fatto dal dirigente scolastico ai presenti (studenti, cuochi, personale di sala, volontari) intervenuti all'iniziativa, il preside Masciale ha detto: "Oggi lanciamo l'ennesima sfida nel segno dell'innovazione tecnica e della formazione professionale. La dieta aglutinata è l'unica terapia disponibile per chi è affetto da celiachia. Per di più si tratta di una terapia che va eseguita con rigore per tutta la vita. Rispetto a vent'anni fa, oggi c'è molta più attenzione sociale. Chiediamoci: quanti ristoranti sono pronti ad offrire un menù dedicato ai celiaci? Invero, ce ne sono. Oggi più di ieri. E ben vengano! Resta tuttavia la domanda: quanta di questa premura s'è sedimentata per davvero nella nostra cultura alimentare? Questa sperimentazione è un modo migliore per venire incontro al fabbisogno formativo della popolazione. Quando si parla di formazione inclusiva si deve fare riferimento anche ad aspetti in apparenza irrilevanti dell'accoglienza, eliminando quelle che potrebbero configurarsi come vere e proprie 'discriminazioni' nutrizionali. Quello che oggi abbiamo proposto è un menù inclusivo, formulato con pietanze i cui ingredienti vanno bene a tutti e fanno bene a ciascuno dei commensali. È il menù che trova tutti favorevoli. Ecco, dunque, che un'iniziativa didattica come questa, intesa a formare personale addetto all'alimentazione senza glutine, assume una rilevanza educativa eccezionale".

Gli studenti e le studentesse coinvolti nell'iniziativa, tornati in classe orgogliosi e fieri di quanto realizzato nel campo della sensibilizzazione sul tema della celiachia, hanno subito iniziato a lavorare sull'iniziativa proposta dall'AIC, focalizzandosi soprattutto su uno dei temi di discussione in classe: l'inclusione dei celiaci nei contesti di festa. Si è deciso così di dare un contributo originale al tema della sensibilizzazione sulla celiachia realizzando un fumetto. Nuclei fondanti dell'elaborato sono stati quelli previsti dal bando: l'accettazione della diversità alimentare, l'utilità dell'integrazione di chi segue un'alimentazione differente, il valore della condivisione come sostegno per accettare il disagio sociale di chi è celiaco e anche di coloro che condividono spazi e momenti di vita con il celiaco. È stato scelto il fumetto come forma di narrazione di una esperienza emotiva di un bambino celiaco che si trova a condividere i vari momenti di vita con amici (festa di compleanno, un gita al parco, in paninoteca, in pizzeria, nella ludoteca), ma che purtroppo, in questo dialogo "fantastico", spesso ha trovato delle difficoltà. Il folletto Spighetto, dietro il sipario della quotidianità, apparentemente surreale, osserva tutto e propone una soluzione: organizza una festa alla quale invita tutti i bambini, anche il bimbo celiaco, e tutti festeggiano insieme. Il tesoro del folletto Spighetto è il valore della condivisione a tutto tondo. I disegni sono stati realizzati da Nicolas Capaldo con la collaborazione di Nives Galasso con la mia supervisione, insieme al supporto tecnico della prof.ssa Plastino".

Il racconto di Lucia è una bellissima prova di quanta sensibilità e ricchezza ci sia nei giovani, pronti ad impegnarsi seriamente se opportunamente informati e motivati.

Grazie Lucia. Grazie ragazzi. ♦

...

Sportelli di consulenza

Sono attivi gli sportelli di counseling relazionale e di consulenza nutrizionale presso la sede sociale a Potenza. Tutti i soci possono usufruire gratuitamente dei servizi, previa prenotazione telefonica. Per informazioni, contattare il segretario Rocco Laguardia (345.6246724).

Tutte le info sulla card celiaci

Per qualsiasi problema o informazione sull'uso della card celiaci o sull'applicazione della legge 123/2005 (norme in materia di malattia celiaca), tutti i soci possono rivolgersi a Francesco Cioffredi (presidente) 347.4283919, Andrea Scavone (tesoriere) 347.2178734, Rocco Laguardia (segretario) 345.6246724.

Collabora con AIC!

Tutti i soci interessati a farsi da promotori sul territorio per l'organizzazione di incontri e manifestazioni aventi per tema la diffusione della conoscenza della celiachia o l'alimentazione senza glutine, possono prendere contatti con i membri del nostro Consiglio Direttivo (tutti i contatti dei referenti territoriali sono nelle ultime pagine di CN nazionale, nella sezione Associazioni territoriali).





I NOSTRI DUE NUOVI REFERENTI MEDICI

La rosa di medici e professionisti che volontariamente si adoperano per i celiaci si amplia: diamo il benvenuto ad una anatomopatologa e ad una psicologa e psicoterapeuta

A cura della Segreteria regionale AIC Calabria

Il 2019 ha visto la Commissione scientifica regionale calabrese impegnata in diversi percorsi formativi, con crediti ECM indirizzati alla classe medico scientifica e sviluppati su tutte le province calabresi, ottenendo ottimi risultati per quanto concerne partecipazione e formazione.

L'11 gennaio scorso c'è stata la prima riunione dell'anno durante la quale i medici, unitamente al Consiglio direttivo di AIC, hanno pianificato un programma scientifico molto ben strutturato che prevede percorsi importanti che comprenderanno, oltre alla formazione delle figure professionali già sviluppate in precedenza, l'organizzazione di un convegno con ECM per i medici anatomopatologi, con la presenza del Prof. Villanacci, e convegni dedicati alle figure degli psicologi nonché la strutturazione di percorsi progettati ad hoc per ragazzi e famiglie.

In quest'occasione e con questi presupposti la nostra commissione scientifica ha deciso di inserire in questo grande gruppo di amici due nuove figure professionali:

- un'anatomopatologa la dott.ssa Angela Marasco, del Presidio Ospedaliero di Lamezia Terme, reparto di anatomia patologica e citodiagnostica;
- una psicologa la dott.ssa Maria Assunta

Martino, psicologa clinica e psicoterapeuta presso il Centro riabilitativo dell'età evolutiva (Crotone).

La commissione, che si compone inoltre di gastroenterologi, pediatri e di un biologo nutrizionista, vuole dimostrare in questo modo che le problematiche che interessano la celiachia si estendono anche ad altri rami della scienza medica e non solo. ♦

SPORTELLINO DI ASCOLTO
E SOSTEGNO PSICOLOGICO

AIC Associazione Italiana Celiachia Calabria

Mente & Relazioni Terapia Formazione Ricerca

Attività di sostegno psicologico per i soci AIC e i loro familiari completamente gratuito dietro presentazione della tessera associativa AIC

Il servizio viene erogato da specialisti psicologi del centro Mente&Relazioni presso la propria sede in Via Georgia n. 16 - Reggio Calabria

<p>APERTURA SPORTELLINO VIS A VIS TUTTI I MARTEDI MATTINA 10:30-12:30 E' NECESSARIA LA PRENOTAZIONE 0965.810765</p>	<p>SPORTELLINO ASCOLTO SU SKYPE TUTTI I GIOVEDI POMERIGGIO 17:30-19:00 E' NECESSARIA LA PRENOTAZIONE 0965.810765</p>
--	---

NELLA FOTO: Uno dei servizi di ascolto e sostegno psicologico organizzati da AIC Calabria

AIC IN AGRITURISMO: UN SUCCESSO!

Nel piccolo borgo antico di Maida (CZ), centro di notevole interesse storico, artistico e culturale, immerso nello sfolgorante verde della macchia mediterranea, sorge un agriturismo del circuito AFC dove Raffaella Marino, referente provinciale della provincia di Catanzaro, con la collaborazione di altri soci, ha organizzato un incontro domenicale all'insegna della spensieratezza in mezzo alla natura. È stato un successo soprattutto per i bambini, che si sono divertiti correndo tra i prati, arrampicandosi sugli alberi, dando da mangiare agli animali nelle stalle e, ancora, condividendo il pasto, ovviamente senza glutine, preparato con i prodotti del territorio. Le numerose famiglie partecipanti sono rimaste entusiaste di questo momento dedicato alle famiglie e ai loro cuccioli. AIC Calabria, ancora una volta, ha fatto gol con e per i nostri piccoli grandi celiaci. ♦

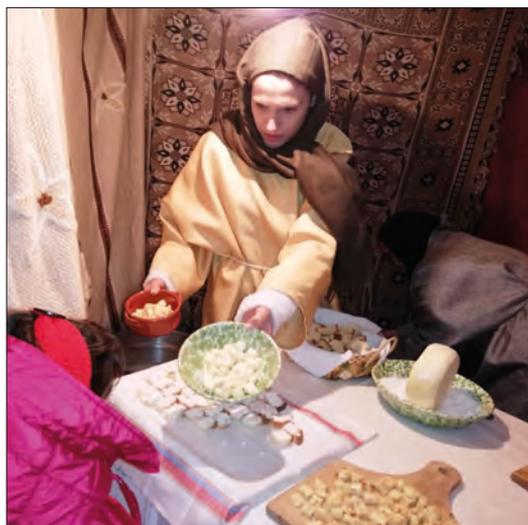


A.A.A. collaboratore cercasi

Sei un appassionato di **social**?
Sei sensibile al mondo della celiachia?
Stiamo cercando proprio te!
Se vuoi metterti in gioco e darci una mano nella gestione del **Gruppo giovani** di AIC Calabria su **Facebook** e **Instagram** non esitare a contattarci!
Referente gruppo giovani
Irene Cantaffa, e-mail:
gruppogiovani@aiccalabria.it

PRESEPE VIVENTE A PENTONE

Il 28 ed il 29 dicembre, nel borgo antico di Pentone (CZ), si è svolta la VI edizione del Presepe vivente. Circa 1700 le persone che sono entrate a visitarlo, oltre 100 i figuranti e più di 20 le botteghe allestite per l'occasione. All'interno di alcune botteghe c'era la possibilità di degustare prodotti tipici anche per i celiaci, come nel caso della bottega delle spezie o di quella adibita a caseificio, dove veniva offerto il pane con la ricotta, con il formaggio e le crespelle. Pane e crespelle fatte ed offerte da Raffaella



Marino, non solo referente della provincia di Catanzaro, ma anche e soprattutto mamma di un bambino celiaco di 6 anni, e il cui sogno è quello di abbattere le “barriere del cibo” e dare la possibilità a tutti di trovare qualcosa di commestibile anche nel presepe di un paesino di provincia.

A piccoli passi si raggiungono grandi traguardi e piccole ma importanti soddisfazioni, come quella di vedere gli occhi felici dei bambini e, perché no, anche di molti adulti. ♦



Nuovo ingresso nel Comitato Scientifico

Siamo lieti di comunicare che Giovanna Tezza, Pediatra dell'Ospedale di Merano, è entrata a far parte del nostro comitato scientifico. Auguriamo alla dottoressa e a tutto il comitato buon lavoro!

Neuer eintrag im wissenschaftlichen komitee

Es freut uns euch mitteilen zu dürfen, daß wir Frau Dr. Tezza Giovanna - Fachärztin für Kinderheilkunde am Krankenhaus Meran- für unser wissenschaftliches Komitee gewinnen konnten. Gute Arbeit!

AD APRILE LE ELEZIONI DEL NUOVO DIRETTIVO

Servono nuove leve per portare avanti tutti i lavori e i programmi della nostra associazione. Aspettiamo le vostre candidature!

Si concluderà con il mese di Aprile il mandato dell'attuale direttivo AIC presieduto da Stefano Patton, che in questi ultimi tre anni ha portato avanti non senza difficoltà e con molta determinazione gli obiettivi sul territorio altoatesino, nell'interesse di tutti gli associati. Ad Aprile è prevista l'assemblea dei soci durante la quale sarà eletto il nuovo direttivo. Come da statuto, dovrà essere formato da un minimo di 5 ad un massimo di 7 soci. Degli attuali soci in carica hanno deciso di ripresentare la propria candidatura solamente 3. Questo significa che per ricoprire gli incarichi necessari alla nuova formazione, per i prossimi tre anni, sarà necessario trovare nuove leve in grado di portare all'interno dell'associazione proposte e idee per migliorare sempre più il lavoro sia sul territorio altoatesino sia a livello nazionale. Al fine di ottenere un nuovo direttivo in grado di operare ricordiamo che ogni associato può far pervenire la propria candidatura alla segreteria tramite mail (a info@aicbz.org) o presentare la propria proposta durante l'assemblea.

Molto importante è ricordare che AIC ha una struttura democratica e non ha scopo di lucro, persegue infatti esclusivamente finalità di solidarietà sociale, civile e culturale nonché sanitaria a favore dei celiaci. L'associazione opera con l'apporto dell'attività di volontariato prestata dai suoi associati, in modo personale, spontaneo e gratuito, pertanto gli associati non possono ricevere alcuna retribuzione per la loro attività di volontariato. Per questo motivo diventa davvero fonamen-

IM APRIL NEUWAHLEN DES VORSTANDES

Im April dieses Jahres läuft das Mandat des derzeitigen Vorstandes des AIC Südtirol-Alto Adige unter der Präsidentschaft von Stefano Patton aus. Der Vorstand hat in den vergangenen drei Jahren die Anliegen und Ziele der Vereinigung nicht ohne Schwierigkeiten, aber mit Entschlossenheit weitergebracht, im Interesse aller Mitglieder.

Im April wird die Generalversammlung stattfinden, bei der auch der neue Vorstand gewählt werden wird.

Laut Statut muss der Vorstand aus 5-7 Mitgliedern bestehen. Nur drei der derzeitigen Vorstandsmitglieder haben ihre erneute Kandidatur bestätigt. Das bedeutet dass einige neue Kandidaten gefunden werden müssen, die ihre Vorschläge und neue Ideen in die Vereinigung einbringen, um unseren Service an die Mitglieder auf dem Territorium und auf Staatsebene ständig zu verbessern. Zu diesem Zweck teilen wir mit dass jedes Mitglied seine Kandidatur gerne per E-mail an das Sekretariat info@aicbz.org senden oder direkt bei der Generalversammlung bekannt geben kann.

Es ist sehr wichtig, daran zu erinnern dass die Vereinigung eine demokratische Struktur hat und nicht gewinnorientiert ist. Das einzige Ziel ist die soziale, zivile und kulturelle sowie sanitäre Solidarität zugunsten der Zöliakie-

tale che chiunque decida di candidarsi abbia a cuore non solo la sopravvivenza di AIC in Alto Adige, ma soprattutto abbia a cuore gli associati e le persone che, neodiagnosticate o diagnosticate da anni, vedono nel lavoro dell'associazione motivo di supporto ed aiuto per la gestione quotidiana della celiachia, oltre ovviamente alla possibilità di trovare risposte precise e chiare per tutti gli ambiti legati alla patologia.

Le convocazioni per l'assemblea saranno inviate a mezzo posta agli associati e conterranno tutte le informazioni necessarie alla partecipazione. I tempi sono maturi perché all'interno del direttivo entrino a far parte anche le giovani leve di AIC. Sarebbe una buona occasione per far incontrare l'esperienza, di chi ormai da anni si occupa dell'associazione, e nuove proposte che potrebbero portare ad interessanti sviluppi per il futuro. Vi aspettiamo numerosi! ♦

betroffenen. Die Vereinigung arbeitet unter Zuhilfenahme der freiwilligen Tätigkeiten der Mitglieder, welche persönlich, spontan und kostenlos sein müssen. Deshalb haben die Mitglieder keinerlei Anrecht auf Vergütung ihrer freiwilligen Tätigkeiten. Aus diesem Grund ist es unerlässlich dass jedem Kandidat nicht nur das Überleben der Vereinigung, sondern die Mitglieder – ob neu bereits seit längerem diagnostiziert – an Herzen liegen, die in der Vereinigung eine Hilfe in der täglichen Bewältigung der Probleme, die die Zöliakie mit sich bringt, sehen und Antworten auf ihre mit der Pathologie verbundenen Fragen suchen.

Die Einladungen zur Generalversammlung werden per Post an alle Mitglieder verschickt und enthalten alle notwendigen Informationen für die Teilnahme. Wir erwarten euch recht zahlreich. ♦

SUCCESSO ALLA BOLZANO IN BICI



Si chiama Bolzanoinbici ed è una manifestazione ciclistica non competitiva attraverso le strade di Bolzano, che richiama mediamente oltre 5.000 partecipanti ogni anno. La migliore occasione per pedalare su ciclabili e strade chiuse al traffico ma anche per conoscere più a fondo il capoluogo altoatesino ed i suoi dintorni. Le offerte gastronomiche a disposizione dei partecipanti durante la giornata sono diverse ed il 22 Settembre la nostra associazione non si è lasciata sfuggire l'occasione di

presentarsi con uno stand, ospitato presso quello degli alpini, di cui siamo stati graditi ospiti, al Parco Tambosi di Oltrisarco. Grande il successo ed i consensi raccolti, infatti i nostri volontari hanno servito oltre 300 pasti per la gioia dei partecipanti: patatine fritte, hamburger e würstel come nella migliore tradizione locale e come si addice a feste di questo tipo. La calda giornata di sole ha poi fatto il resto rendendo l'intera manifestazione un vero successo. Grazie ai nostri volontari! ♦

Bozner radtag - grosser erfolg unseres stands

Die Veranstaltung „Bozner Radtag“ ist kein Radrennen, sondern eine Rundfahrt in Bozen und mit ca. 5000 Teilnehmer jedes Jahr. Dabei werden einige Straßen für den Autoverkehr gesperrt. Es ist eine gute Gelegenheit, die Stadt und die Umgebung besser kennen zu lernen. Die gastronomischen Angebote für die Teilnehmer waren vielfältig. Am 22. September hatte unsere Vereinigung die Gelegenheit, als Gäste beim Alpinistand im Tambosipark in Oberau die Radler zu verköstigen. Der Erfolg gab uns Recht: unsere freiwilligen Helfer haben mehr als 300 Speisen ausgegeben: Pommes frites, Hamburger und Würstel, die bestens zu solchen Veranstaltungen passen. Der warme Herbsttag hat zum Erfolg beigetragen. Ein großes Dankeschön an unsere Freiwilligen!

I nostri nuovi orari

Con l'arrivo di Francesca comuniciamo i nuovi orari di segreteria:

Lunedì, mercoledì e venerdì dalle 11.00 alle 13.00

Martedì e giovedì dalle 17.00 alle 19.00

**Neuen
öffnungszeiten**

Hier unsere neuen Büro-
Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag
von 11.00 bis 13.00 Uhr

Dienstag und Donnerstag
von 17.00 bis 19.00 Uhr

**BENVENUTA,
FRANCESCA**

Novità negli uffici di Via Galilei, dove dai primi di Gennaio ha iniziato il suo lavoro la nuova segretaria Francesca.

Classe 1973, nata e cresciuta a Bolzano, diplomata presso il liceo linguistico di Bolzano e laureata in Medicina Veterinaria, nel suo curriculum personale vanta esperienze lavorative presso cooperative sociali durante gli anni di studio e in diverse cliniche veterinarie successivamente. Intanto le diamo un caloroso benvenuto, le auguriamo buon lavoro e attraverso questa simpatica anche se breve intervista impariamo a conoscerla meglio.

Mi piace il mio nuovo lavoro perché: è molto diverso dal mio lavoro precedente

Un tuo difetto: sono impulsiva

Un tuo pregio: sono molto generosa e altruista

Una sera vorresti andare a cena con: le mie vecchie amiche di università

Un posto dove vorresti vivere: in Australia

Nel migliore dei mondi possibile, dovrebbe essere abolita la parola: non si può fare

Nel tempo libero ti piace: cucire e cucinare (panettoni e pandori)

Un libro da portare su un'isola deserta: sono passata al kindle perché la mia libreria era colma. Chiedermi di scegliere un solo libro è troppo difficile

L'ultima volta in cui hai pianto di gioia: pochi giorni fa, quando mio figlio mi ha fatto leggere il suo tema sulla famiglia

Un sogno nel cassetto: girare il mondo e vedere tutti i parchi naturali. ♦

**WILLKOMMEN,
FRANCESCA**

Wir haben eine Neuheit in unserem Sitz in der Galileistraße in Bozen: Anfang Januar hat unsere neue Verwaltungsmitarbeiterin Francesca ihre Arbeit aufgenommen.

Sie ist 1973 geboren und in Bozen aufgewachsen. Ihre Ausbildung geht über das Sprachenlyzeum in Bozen und anschließend das Studium der Veterinärmedizin.

In ihrem Curriculum scheinen Tätigkeiten bei verschiedenen Sozialverbänden und in Tierkliniken auf.

Wir begrüßen sie recht herzlich und wünschen ihr viel Genugtuung bei ihrer zukünftigen Tätigkeit. Mit Hilfe dieses kleinen Interviews lernen wir sie besser kennen.

Mir gefällt diese neue Arbeit, weil sie sich sehr von meiner bisherigen Tätigkeit unterscheidet.

Deine Schwäche: Ich bin impulsiv.

Deine Stärke: Ich bin großzügig und altruistisch.

Mit wem würdest du am liebsten zu einem Abendessen gehen: Mit meinen alten Studienfreundinnen.

Wo würdest du am liebsten leben: In Australien.

In einer perfekten Welt haben folgende Worte keinen Platz: Das ist nicht möglich.

In meiner Freizeit: Ich nähe und koche (Panettoni und Pandori).

Welches Buch nimmst du mit auf eine einsame Insel? Mein kindle weil mein Bücherregal voll ist. Ein einzelnes Buch auszuwählen ist schwierig.

Wann hast du das letzte Mal vor Freude geweint? Vor ein paar Tagen, als ich den Aufsatz meines Sohnes über die Familie gelesen habe.

Ein Traum: die Welt bereisen und alle Naturparks besuchen. ♦

LINEE GUIDA DIAGNOSI, FINALMENTE REALTÀ

Dal 1° novembre i medici seguono un unico percorso per diagnosticare e monitorare la celiachia. Grande soddisfazione di AIC Emilia Romagna, consulente tecnico della Regione



A fine anno la Regione Emilia Romagna ha approvato le Linee di indirizzo per la diagnosi e il follow-up della celiachia nel bambino e nell'adulto, risultato della collaborazione tra AIC Emilia Romagna e l'istituzione regionale, che ringraziamo per il costante impegno elargito.

“AIC considera il documento un traguardo storico per la vita dei celiaci e dei familiari - dichiara Francesca Obici, presidente AIC Emilia Romagna -, raggiunto grazie alla virtuosa collaborazione tra istituzioni e associazione intorno al tavolo tecnico, al quale ho partecipato per AIC insieme a Patrizia Alvisi e Umberto Volta, consulenti scientifici per la celiachia rispettivamente del bambino e dell'adulto. Le linee guida sono indicazioni operative rivolte a Medici di Medicina Generale, specialisti e Pediatri di libera scelta, ai fini di armonizzare sul territorio il percorso diagnostico e di follow up della celiachia, e di garantire più tempestività e sicurezza diagnostica e una diminuzione dei costi so-

stenuti dai cittadini per gli accertamenti, evitando esami di approfondimento inutili”.

“Nella stesura delle linee guida si è tenuto conto delle nuove evidenze scaturite da recentissime pubblicazioni delle società scientifiche che hanno aggiornato e semplificato i criteri per la diagnosi ed il follow-up della celiachia in età pediatrica - scrivono Umberto Volta e Patrizia Alvisi -. Il documento regionale ha definito i percorsi diagnostici per la celiachia nel bambino e nell'adulto, la cui applicazione nei gruppi a rischio per tale patologia favorirà l'incremento delle diagnosi, contribuendo a fare emergere sempre più l'iceberg sommerso della celiachia. Sul piano del follow-up sono stati definiti gli esami indispensabili per verificare la stretta compliance alla dieta senza glutine, il ripristino di una normale funzione dell'intestino tenue e la prevenzione delle complicanze. Il documento regionale ha preso anche in considerazione la problematica delle indagini da eseguirsi nei familiari dei soggetti celiaci, definendo l'importanza non solo dei test sierologici ma anche di quelli genetici. I consulenti scientifici regionali di AIC esprimono la propria soddisfazione per l'approvazione delle linee guida, che rappresenteranno un elemento di fondamentale importanza per la tutela dei celiaci negli anni futuri”.

La delibera regionale e le linee guida sono consultabili online al link: <https://bit.ly/2u6NiIs>. ♦



Giovani volontari crescono

Ecco i fantastici giovani volontari AIC alla cena di Natale! A più di un anno dalla sua fondazione il Gruppo Giovani si è ingrandito, superando i 30 partecipanti, e diventando sempre più forte e unito giorno dopo giorno. Nuovi progetti ed iniziative sono sempre in programma: che ci sia qualche sorpresa in arrivo? Se sei socio AIC Emilia Romagna e hai tra i 18 e i 35 anni puoi essere dei nostri: scrivici a giovani@aicemiliaromagna.it. Siamo anche su Instagram col profilo [giovani_aic_er](https://www.instagram.com/giovani_aic_er). Ti aspettiamo!





MEMORIAL SPEZZANI, LA SOLIDARIETÀ HA FATTO GOAL

Di **Federico Marverti**

Al pubblico sulle tribune sarà sembrato l'inizio di una partita domenicale come tante. Effettivamente, nulla della mattinata di sole velato da una lieve foschia autunnale lasciava presagire che ben nove reti sarebbero state segnate nell'arco dei 90 minuti di gioco!

La sfida si è tenuta il 13 ottobre in occasione del Memorial Spezzani. Sul campo della polisportiva Limidi-Sozzigalli, la squadra di calcio di AIC Emilia Romagna ha affrontato quella degli Amici di Carla, la farmacista di Carpi tragicamente scomparsa nel 2017.

La partita è iniziata in salita per la formazione di AIC: la prima rete è stata segnata ai nostri danni pochi minuti dopo il fischio d'inizio. Evidentemente era proprio lo stimolo che ci serviva: il pareggio non si è fatto attendere, e il tifo sulle tribune si è scatenato con applausi, esultanze e perfino... trombette! Pare sia stato efficace: nel corso del primo tempo abbiamo raddoppiato, per poi giungere all'intervallo su un netto 3-1! Alla ripresa il morale era alto: nonostante un rigore che ha riportato gli Amici di Carla ad una sola lunghezza, i nostri hanno prontamente risposto guadagnando il 4-2. Con un moto d'orgoglio gli avversari hanno accorciato le distanze, 4-3, per poi raggiungerci sul 4 pari! Un ultimo goal, il triplice fischio, abbiamo... vinto!

Il felice risultato dagli atleti di Mister Federico Pinto è intrecciato con una nutrita partecipazione del Gruppo Giovani, sia in tribuna che in partita: in particolare Gianmarco Boschi e Filippo Grassi, autori all'esordio di ben una e due reti rispettivamente, e Francesca Civolani, la nostra preziosa "quota rosa".

La manifestazione è proseguita a tavola: gnocco e tigelle gluten free hanno riscosso un alto gradimento da parte di celiaci e non, che hanno partecipato numerosi! Il ricavato del pranzo e della lotteria collegata è stato destinato al gattile di Carpi, una struttura che ospita oltre 500 mici in cerca di adozione, a onorare la passione di Carla per questi straordinari felini.

Vuoi unirti alla squadra di calcio AIC? Contatta jocavamobonito@gmail.com per saperne di più! Hai tra i 18 ed i 35 anni? Scrivi subito a giovani@aicemiliaromagna.it per essere informato sulle attività del Gruppo Giovani, e seguili su Instagram: [giovani_aic_er](https://www.instagram.com/giovani_aic_er). ♦



CELIACHIA E INCLUSIONE A SCUOLA, UNA VOLONTARIA RACCONTA

Di **Barbara Minelli**

VOLONTARIA E CONSIGLIERE AIC

Ho iniziato a occuparmi del progetto di AIC "In Fuga dal Glutine" grazie alla formazione ricevuta dal referente Fabio Monti e dalle volontarie Daniela e Stefania. Portare il progetto nelle scuole è impegnativo ma ricco di soddisfazioni: i bambini sono interessati e attenti, vogliono capire che cos'è la celiachia e aiutare il compagno/a celiaco "a stare bene".

In questo anno scolastico il mio primo incontro è stato con i docenti e gli alunni di IIA e IIB della scuola elementare Ciro Menotti di Limidi di Soliera (MO). Grazie alla sensibilità delle maestre, ho potuto parlare con i ragazzi di celiachia, spiegare i meccanismi basilari della contaminazione, delle buone pratiche a scuola, insegnare loro a leggere le etichette e riconoscere i simboli.

Il programma si è articolato in due incontri: nel primo, con i docenti, ho presentato l'associazione e il progetto, illustrato i quaderni operativi e dato risposte alle loro domande per lo più di ordine pratico, di gestione e approccio con l'alunno celiaco anche rispetto



ai compagni. Nel secondo incontro, con i bambini, ho tenuto una presentazione in powerpoint con la modalità domanda/risposta e abbiamo giocato con la spesa dal vivo: ho portato una busta della spesa di prodotti, diviso la classe in due squadre e, consegnando a ciascuna squadra un prodotto alla volta, dovevano osservare le

scritte sulla confezione e indicare se fosse o meno senza glutine. Una merenda a base di biscotti gluten free – perché senza glutine è anche buono! – e due regali, il gioco da tavolo "In Fuga dal Glutine" e la favola "Storia di Blu. Cambiare per tornare a volare", hanno completato la mattinata. Avevo portato anche i disegni di Celio e Grano, che i bambini hanno voluto subito colorare. Far conoscere ai bambini la celiachia, far capire l'importanza della inclusione e dell'attenzione verso il prossimo, è un passo avanti verso la formazione di adulti più consapevoli.

Se vuoi portare anche tu il progetto "In Fuga dal Glutine" nella tua scuola, contatta la segreteria regionale al numero 059.454462 o scrivi a segreteria@aicemiliaromagna.it. ♦

Cucinando senza glutine a Piacenza



NELLA FOTO: Le volontarie Paola e Clara alla Festa della Coppa

Il 31 agosto e il 1° settembre AIC ha allestito uno stand gastronomico alla Festa della Coppa a Carpaneto Piacentino con gustosissimi panini con la coppa piacentina e golosissime torte.

Il 2 ottobre a Piacenza città abbiamo partecipato all'iniziativa rivolta alle scuole "Futuro in salute 4.0" organizzata da AUSL Piacenza.

Con il laboratorio per bambini "Mani in pasta" abbiamo insegnato a preparare buonissimi biscotti senza glutine.

Successo per il primo percorso senza glutine alla Fiera di San Fiorenzo (Fiorenzuola d'Arda) il 19-20 ottobre.

Soddisfatti i piccoli allievi del corso di biscotti "Per mangiarti meglio... biscotti senza glutine da comporre e decorare" a cura della food blogger Ilaria Bertinelli e delle volontarie AIC: tante manine hanno creato bellissimi e squisiti biscotti colorati e decorati. Tanta bravura è stata premiata dal gelato offerto da una gelateria del network AFC a tutti i partecipanti al corso.

UN NATALE SENZA GLUTINE CON GIORGIA

Lo scorso 23 novembre i volontari di Bologna hanno organizzato il corso di cucina “Con Giorgia verso un Natale senza glutine” per imparare a fare i dolci della tradizione bolognese e natalizia.

Tra i partecipanti anche la piccola e bravissima Emma che, non celiaca, ha eseguito tutte le preparazioni per la mamma celiaca che la accompagnava.

Erano anche presenti, oltre alla cuoca, otto volontari che si sono alternati in tre turni, partendo dalla preparazione degli ingredienti al mattino, alla sanificazione della cucina, alla cottura e infine alla pulizia finale dei locali utilizzati.

Ecco alcuni scatti della giornata. ♦



NELLE FOTO: Momenti del corso, il biscotto di Emma tra gli altri, la crostata di grano saraceno ai frutti rossi e il “panone” natalizio preparati durante il corso

TRADIZIONI ROMAGNOLE... IN CONVENTO



Armati di tagliere e mattarello, i partecipanti si sono dilettrati nel creare impasti per tagliatelle, strozzapreti, piadine e pastafrolla, con gustosi risultati e ottimi consigli da replicare nella cucina di casa.

Al termine, una ricca merenda offerta da Michela e da AIC ha permesso l'assaggio di biscotti, piadine e crescioni con gli stessi impasti fatti durante il corso.

Un evento che da tempo sentivamo la necessità di proporre soprattutto per far sentire la presenza dell'associazione e incontrare le esigenze dei diagnosticati del territorio. Grazie a tutti per l'ottima riuscita e pronti per il bis nel 2020! ♦

Di **Luca Angelini**

Sabato 30 novembre, nella suggestiva foresteria del convento delle monache agostiniane di Forlimpopoli, il gruppo AIC di Forlì ha organizzato il corso di cucina "Tradizioni romagnole", un pomeriggio passato insieme alla chef Michela Telloli con venti iscritti e undici volontari coinvolti.

Quattro passi in centro a Bologna



La sede AIC di Bologna continua a esprimere la sua vocazione culturale e conviviale al tempo stesso.

Lo scorso 19 ottobre un nutrito gruppo di soci e familiari ha partecipato alla visita guidata "Quattro passi in centro" alla scoperta del meraviglioso ciclo di affreschi dell'Oratorio di Santa Cecilia, la cosiddetta "Cappella Sistina bolognese".

Il nostro gruppo si è poi addentrato nel dedalo di strade a ridosso delle due torri, testimonianza delle vicende storiche della comunità ebraica di Bologna.

La visita si è conclusa, per chi lo desiderava, con la possibilità di cenare in uno dei locali del network Alimentazione Fuori Casa nel centro cittadino.





Diventa volontario o tutor AFC

Il circuito Alimentazione Fuori Casa AFC è il principale progetto di AIC in Italia, e per mantenere le strutture già inserite, o meglio incrementarle, puoi anche TU diventare tutor e dare il tuo apporto. Se sei interessato contattaci all'indirizzo afc@celiachia.fvg.it. Se invece vuoi diventare volontario e partecipare attivamente alle nostre attività contattaci scrivendo a ufficio@celiachia.fvg.it.

I NOSTRI OBIETTIVI PER IL FUTURO

Con febbraio ha preso il via la dematerializzazione delle ricette cartacee, che prevede il pagamento degli alimenti mediante la tessera sanitaria

Il 2019 è stato un anno importante, con il 40° compleanno di AIC ed il 30° compleanno di AIC FVG. È stato un anno nel quale abbiamo festeggiato assieme questi importanti e invidiabili traguardi, ricordando l'impegno di decine e decine di volontari, che ci hanno messo non solo il tempo ma anche "l'anima", e quindi le mete raggiunte ma anche i diritti mantenuti in un periodo, quello attuale, sicuramente ancora difficile dal punto di vista congiunturale e sociale.

AIC è ormai stabilmente tra le prime quindici associazioni di volontario in Italia per erogazioni del **5X1000**, a testimoniare comunque l'efficacia e l'importanza delle sue azioni nella tutela dei celiaci e degli affetti da dermatite erpetiforme. Una testimonianza anche della vostra stima, che ancor più nel 2020 è necessaria per proseguire nell'attività di sensibilizzazione e informazione a tutti i livelli.

Finalmente, dopo anni di contatti e contrattazioni con la pubblica amministrazione regionale, con il 1° febbraio 2020 ha preso il via la **dematerializzazione delle ricette cartacee**, che prevede il pagamento degli alimenti mediante la tessera sanitaria. È un processo che darà dei vantaggi immediati, ma che dovrà essere affinato anche per consentire la circolarità della spesa in tutte le regioni d'Italia.

È necessario ottenere, inoltre, contributi strutturali per la **Scuola regionale di celiachia** (attualmente è il progetto regionale che impegna una parte consistente delle nostre risorse, per formare mediamente 300-350 alunni delle scuole professionali e delle scuo-

le alberghiere ogni anno), l'effettuazione sistematica di corsi nelle mense pubbliche da parte delle Aziende Sanitarie, la formazione dei medici di Medicina Generale. Dopo il successo del convegno del 2018, a cui hanno partecipato oltre 700 medici, l'attività deve coinvolgere anche altri professionisti del settore medico.

Nel corso del 2020 sarà attivato il processo di adeguamento alla **Riforma del Terzo Settore**, che dopo la modifica statutaria (che sarà portata al voto dei soci nell'assemblea di aprile) vedrà la trasformazione di AIC Friuli Venezia Giulia da ONLUS ad APS, ovvero Associazione di Promozione Sociale. Questo passaggio consentirà di ampliare il raggio di azione dell'associazione, attivare rapporti di collaborazione più stringenti ed efficaci con gli enti pubblici locali e di diversificare le attività, anche dal punto di vista commerciale, dando la possibilità di offrire dei vantaggi più evidenti ai soci.

Dal 26 luglio al 1° agosto ospiteremo a Lignano Sabbiadoro il **Summer Camp 2020**, rivolto a circa 60 giovani celiaci provenienti da tutta Europa. È il più importante evento a livello europeo e quest'anno abbiamo l'onore di ospitarlo noi, grazie all'impegno del gruppo giovani di AIC FVG in collaborazione con il CYE, l'associazione dei giovani celiaci d'Europa. Oltre all'ormai consolidata fiera **Cucinare**, svoltasi alla Fiera di Pordenone dal 15 al 17 febbraio, sono in programma **AIC FVG FOR YOU** con l'assemblea dei soci il 18 aprile; la **Settimana della celiachia** dal 9 al

16 maggio ed il consueto Pranzo di Natale a dicembre. Stiamo poi lavorando per la terza edizione del **Festival Gluten Free di Gorizia** e per un quartiere senza glutine durante **Gusti di frontiera** sempre a Gorizia. Oltre alle ormai consuete attività: la gestione del circuito **Alimentazione Fuori Casa AFC** (attualmente contiamo circa 120 strutture); la formazione nelle scuole alberghiere e professionali con il progetto Scuola regionale di celiachia; l'incremento degli incontri sul territorio e le attività informative rivolte ai soci ed ai neo diagnosticati. Saremo infine, impegnati nel progetto AFC che avrà un *upgrade* (validato a novembre dall'assemblea nazionale, dopo

un lavoro durato quasi tre anni e che ha visto AIC FVG protagonista nel tavolo di lavoro) al fine di incentivare e promuovere la qualità del servizio e dei piatti offerti dalle strutture, assicurare sempre più elevati standard di sicurezza, aumentare l'offerta includendo procedure per nuove tipologie di strutture (per esempio i laboratori promiscui, gastronomie, catene) nonché un elevato livello di formazione dei tutor che effettuano i monitoraggi periodici.

Al momento, in fase di redazione di questo numero di *Celiachia Notizie*, possiamo fornire solo delle indicazioni sul programma, ma vi invitiamo a seguirci sui nostri canali social. ♦

OPEN FACTORY: IN VISITA ALLA FABBRICA DEL SENZA GLUTINE 100% MADE IN ITALY



NELLA FOTO: I nostri volontari con la famiglia Inglese

“Open Factory” è il più importante opening di cultura industriale italiana: un'iniziativa, giunta quest'anno alla quinta edizione, che ha aperto al grande pubblico un centinaio di imprese di grande prestigio, con l'obiettivo di raccontare le imprese e la cultura manifatturiera italiana.

L'edizione 2019 è stata un grande successo ed ha visto la partecipazione di aziende da Torino a Udine, da Perugia a Sondrio e a Monfalcone. Domenica 24 novembre 2019, Gaia S.p.a., con la collaborazione di AIC FVG, ha aperto le sue porte al pubblico interessa-

to dalla patologia della celiachia, illustrando attentamente i tanti segreti della produzione di alimenti senza glutine e presentando i suoi prodotti a marchio.

L'incontro è stato animato da affermati professionisti del settore con due interventi molto apprezzati dai presenti: “Celiachia e dintorni”, a cura di Nicoletta Orzes, e “Produzione del Senza Glutine”, a cura di Alessandro Inglese.

Ad “addolcire” l'interessante giornata dell'*Open Factory Gluten Free* ci ha pensato, a chiusura dei lavori, una delle finaliste del Campionato Mondiale di Tiramistù, Lisa Luison, che prima, con un cooking show, ha insegnato a tutti i partecipanti a fare un delicato e gustoso dessert senza glutine, e successivamente ha deliziato il palato degli oltre 100 partecipanti con una degustazione dello stesso.

AIC FVG con la sua presenza, in uno stand dedicato, ha fornito come sempre un preziosissimo contributo informativo e ha raccolto importanti consigli e pareri durante tutta la giornata di manifestazione. Evento veramente ben riuscito! ♦

Se sei socio hai diritto a...

Anche per l'anno 2020 la quota associativa resta invariata, pari a 35 € a persona, e può essere versata mediante:

- bollettino postale scaricabile dal sito www.celiachia.fvg.it
- bonifico sul conto corrente Banco Posta IBAN IT25 K076 0112 4000 0001 1783 339
- bonifico sul conto corrente Banca Intesa Sanpaolo IBAN IT44 C030 6909 6061 0000 0007 453
- in contanti presso l'ufficio indicando nella causale “rinnovo quota anno 2020, nome e cognome”.

L'iscrizione a socio ti darà la possibilità di:

- partecipare ad alcune iniziative di AIC FVG con modalità privilegiate
- ricevere 3 volte l'anno “Celiachia Notizie”
- ricevere il “Prontuario degli alimenti” e la “Guida AFC” in forma cartacea
- ricevere la guida “Mangiare bene sg” (per i nuovi soci)
- partecipare con diritto di voto all'Assemblea Regionale che sarà convocata in aprile
- accesso completo alle funzionalità dell'APP AIC MOBILE che sarà sempre più lo strumento di comunicazione con AIC. In caso di mancato rinnovo, dal 1° Maggio 2020 l'accesso sarà ridotto alle funzionalità minime (per maggiori info vai al sito www.celiachia.it/dieta-senza-glutine/applicazione-aic-mobile/).

Ad aprile il rinnovo del Consiglio Direttivo: perché è un'occasione?

Ad aprile 2020 scade il mandato dell'attuale Consiglio Direttivo e la prossima assemblea ordinaria dovrà eleggere il nuovo organo di amministrazione. Per fare il consigliere sono richiesti tempo e costanza, senso di responsabilità e flessibilità. AIC ad aprile avrà la necessità di alcuni nuovi consiglieri tra i quali individuare, molto probabilmente, un tesoriere. Vi invitiamo a partecipare, perché è un momento importante dal quale possono nascere nuove prospettive ed opportunità per AIC FVG o, al contrario, possono vedersi sviliti gli sforzi fatti in tutti questi anni (30!) nel caso non ci sia la possibilità di eleggere un numero adeguato di consiglieri. A chi fosse interessato offriamo tutto il supporto necessario, per trasmettergli non solo le informazioni ma anche le impressioni ed emozioni che si provano nel vivere in prima linea nel mondo del volontariato, affinché possa fare una scelta consapevole e motivata. Il volontariato non è solo impegno, ma è soprattutto tempo investito in amicizie, solidarietà, condivisione, conoscenza. Insomma, una crescita personale che non si può avere in altri modi e campi. Un'esperienza unica che vale la pena vivere!

CENA CON DELITTO

Di *Barbara Baccin e Simone Bottacin*

Una scena del crimine. Un eccentrico detective. Un insieme di indizi e di sospettati. Questi sono solo alcuni degli ingredienti alla base della prima *Cena con delitto 100% gluten free* organizzata nella nostra regione dal Gruppo Giovani di AIC FVG.

L'idea è nata in seno al Gruppo Giovani, che tra i propri obiettivi ha quello di voler creare eventi sempre nuovi per i celiaci della regione. Dopo l'esperienza della gita organizzata ad un mulino, con visita dello stesso e buffet finale, si è pensato ad un evento in cui il celiaco fosse non solo spettatore, ma anche partecipante in modo attivo. Nel corso dei vari incontri, tra una pizza e una bibita, è così maturata l'idea della prima cena con delitto, a prova di glutine. Questa piccola idea col tempo è cresciuta, fino a prendere forma nella serata del 21 novembre 2019.

Ma cos'è una "Cena con delitto"? Durante una normale cena, tra una portata e l'altra, i commensali diventano parte attiva di un vero e proprio poliziesco. E così, mentre si gustano una serata al tavolo in compagnia, guidati da alcuni indizi ricevuti dal detective, diventano essi stessi detective. Infatti, suddivisi in tavolate, i partecipanti devono interrogare i testimoni presenti, per scoprire chi è il colpevole. Per la buona riuscita della cena ci siamo affidati ad un locale a Polcenigo, parte del circuito AFC del Friuli Venezia Giulia.

Per lo spettacolo, invece, alla compagnia Anà-Thema Teatro di Udine che ha saputo coinvolgere al meglio i partecipanti, facendogli trascorrere una manciata di ore nei panni di un detective. ♦



PRANZO DI NATALE E SERATE DANZANTI



L'anno si è chiuso con il tradizionale pranzo di Natale dei soci, occasione propizia per farci gli auguri e gustare un prelibato pranzo gluten free in una struttura del circuito AFC. Ogni anno, infatti, viene scelta una struttura diversa ed in questa occasione, oltre alla location, abbiamo pensato al territorio, e alla fine la scelta è ricaduta su un locale di Trieste, che offre gustosi piatti con materie prime del territorio, di qualità e bio. Nell'anno del 30° compleanno di AIC FVG, infatti, ci eravamo ripromessi di organizzare almeno un evento "clou" in ogni provincia. 60 circa i partecipanti, tra cui alcuni bambini che hanno potuto gioire all'arrivo di Babbo Natale, che ha donato loro un piccolo presente, mentre gli adulti attendevano l'estrazione dei biglietti della tradizionale lotteria. Un particolare ringraziamento a tutto coloro che ci hanno donato qualcosa, dal panettone, ai buoni spesa, alle preziose confezioni di sartoria. È sempre un momento conviviale molto atteso, durante il quale soci, volontari e amici si incontrano per passare assieme qualche ora in allegria e scambiarsi gli auguri!

Unica nota dolente: la scarsa partecipazione dei soci della zona, nonostante fossero molti anni che il pranzo sociale non veniva organizzato a Trieste. Purtroppo, e ci dispiace, non hanno avuto lo sperato successo nemmeno le due serate allietate da musica e balli organizzate il venerdì sera ad Aviano e Fiumicello, che volevano coinvolgere i soci e simpatizzanti più giovani. ♦

CUOCO E TECNOLOGO: CONNUBIO PERFETTO!



NELLA FOTO: La tecnologa alimentare Stefania Marzona e la chef Eleonora Franco a Idea Natale - Foto di FotoMax

Di Stefania Marzona

Come è noto, l'AIC FVG lavora sul territorio con il supporto di un nutrito team di professionisti quali medici, psicologi, tecnologi alimentari, dietisti e chef. Questo gruppo multidisciplinare lavora attivamente sui temi del senza glutine e della celiachia, con l'obiettivo soprattutto di sostenere a tutti i livelli una corretta informazione. Tra le numerose attività realizzate nel 2019 dal team, una su tutte si è rivelata per me entusiasmante, esempio calzante di come le professionalità si possono integrare per realizzare eventi unici nel loro genere. In questo caso il team era ristretto a due sole professioniste: Eleonora Franco, responsabile delle intolleranze alimentari per l'Unione Cuochi FVG e professionista formatrice AIC, e la sottoscritta, Stefania Marzona, tecnologa alimentare.

Quando dall'Associazione ci hanno proposto di strutturare dei cooking show all'interno di Idea Natale sul tema del senza glutine, Eleonora ed io non abbiamo avuto dubbi; è bastata una telefonata e con entusiasmo abbiamo accettato la "sfida". La chiamo così perché sin da subito, confrontandoci sui temi cardine che ci avrebbero dovuto guidare nell'iniziativa, ci siamo rese conto che ci eravamo date un obiettivo ambizioso. Avevamo infatti deciso di integrare la cucina del senza glutine con ricette adatte alle festività, mantenendo la semplicità nelle preparazioni (senza essere banali), la tradizionalità delle ricette e la

territorialità degli ingredienti. Il tutto, poi, doveva essere presentato al pubblico in 60 minuti scarsi, in cui non solo avremmo dovuto parlare di cucina ma anche e soprattutto del concetto di "gluten free" e di come garantirlo in ambito domestico. Ci era anche ben chiaro che le modalità di esposizione non potevano essere quelle classiche, in fondo non era né una conferenza e nemmeno una lezione di cucina. Competenza, preparazione, professionalità, dovevano sposarsi con semplicità, leggerezza e piacevole intrattenimento.

Ci siamo prese una settimana per raccogliere autonomamente le idee ma quando ci siamo confrontate tutto si è magicamente integrato: i miei contenuti tecnici, le speciali ricette di Eleonora (tra cui una del vecchio ricettario della nonna carnica) e i nostri "ambiziosi" obiettivi. Il nostro cooking show si sarebbe chiamato "Aggiungi un posto a tavola naturalmente senza glutine", promettendo di dare soluzioni pratiche per i menù delle feste. Tra le portate abbiamo selezionato un antipasto (il rotolo di patate e musetto) e un primo piatto (lo strucco di patate alla carnica) da poter preparare in loco e far degustare al termine del cooking show. La formula dell'evento sarebbe stata una sorta di intervista allo chef con spunti di approfondimento tecnico. La complicità professionale tra di noi, la bontà dei piatti e la mia dialettica hanno fatto il resto.

L'evento ha riscosso grande successo non solo per le presenze ma anche per l'interesse e l'entusiasmo dimostrato dalla platea. Inutile dire che i piatti sono tornati nelle cucine perfettamente puliti. La soddisfazione di entrambe è stata enorme, perché siamo in qualche modo riuscite nel nostro intento, ovvero trasmettere concetti difficili con semplicità e leggerezza.

Il lavoro in team è sempre fonte di grande arricchimento, ma forse questa volta (come ci hanno detto) il cuoco con il tecnologo sono stati un "connubio perfetto"! ♦



Un ospite d'eccezione!



Il sindaco di Napoli Luigi De Magistris, in visita al Pharmexpo e incuriosito dalla novità del Padiglione 4 dedicato al mondo del senza glutine, si è presentato al nostro stand a sorpresa, in maglione e camicia. Visibilmente emozionato e felice, Teresa D'Amato e Silvestra Sozio, ringraziandolo, gli hanno spiegato il ruolo importante che svolge AIC in Campania, per migliorare la qualità della vita del celiaco. De Magistris ha ascoltato con attenzione e ci ha fatto i complimenti per il lavoro che quotidianamente svolgiamo per i nostri associati (e non solo).

ENJOY GLUTEN FREE, BUONA LA PRIMA!

Organizzato per la prima volta a Pharmexpo, appuntamento d'eccezione per il settore farmaceutico, un angolo dedicato al gluten free e alla celiachia. Il sindaco De Magistris tra gli ospiti



NELLA FOTO: Luigi De Magistris con Teresa D'Amato e Silvestra Sozio

Pharmexpo, uno dei principali appuntamenti professionali per il settore farmaceutico, unico nel centro sud dell'Italia, ha ospitato per la prima volta, nei padiglioni della Mostra d'Oltremare, il "Pharmexpo enjoy gluten free", realizzato in collaborazione con l'Associazione Italiana Celiachia e con Rarifarm.

Una finestra sul mondo della celiachia che è stata particolarmente apprezzata dal pubblico e dagli stessi espositori, soddisfatti per la nuova opportunità riservata ad un settore di mercato in continua crescita. Tra l'altro l'iniziativa è andata a colmare il vuoto lasciato dalla cancellazione del Gluten Free Expo che si svolgeva a Rimini.

Il mercato della celiachia interessa oggi in Italia circa duecentomila persone (di cui

quattromila in Campania) e il Sistema Sanitario Nazionale, attraverso i buoni utilizzati per acquistare prodotti specifici in farmacia, GDO o in negozi specializzati, spende ogni anno circa 180 milioni di euro.

Ad inaugurare la manifestazione, tenutasi dal 22 al 24 novembre, sono stati il Presidente dell'Ordine dei Farmacisti di Napoli, Vincenzo Santagada, e i Presidenti di Federfarma Napoli e Federfarma Campania, Michele Di Iorio e Nicola Stabile. Presente anche il sindaco di Napoli, Luigi De Magistris, che ha rimarcato l'importanza delle attività svolte dai farmacisti sul territorio.

Al Padiglione 4, che ospitava il mondo gluten free, oltre alle degustazioni di prodotti senza glutine preparati dalle aziende presenti, si è tenuto sabato 23 novembre un interessante momento di aggiornamento medico, curato dalla dott.ssa Renata Auricchio e dal referente scientifico AIC, Basilio Malamisura.

Nel corso della dodicesima edizione del Salone farmaceutico si è tenuta pure la tappa



napoletana del sesto *Master Pizza Champion*, riservata alla pizza senza glutine. Ad aggiudicarsela è stato il pizzaiolo salernitano Raffaele Gentile, che ha sbaragliato il campo dei partecipanti, giunti da tutta la Campania, pro-

ponendo una pizza con mozzarella di bufala, pomodorini del Piennolo, prosciutto crudo di Parma e Provolone del Monaco.

Noi, che l'abbiamo assaggiata, vi assicuriamo che era una vera e propria delizia! ♦

NUMERI RECORD PER L'ATELIER DELLA SALUTE ALLA FEDERICO II



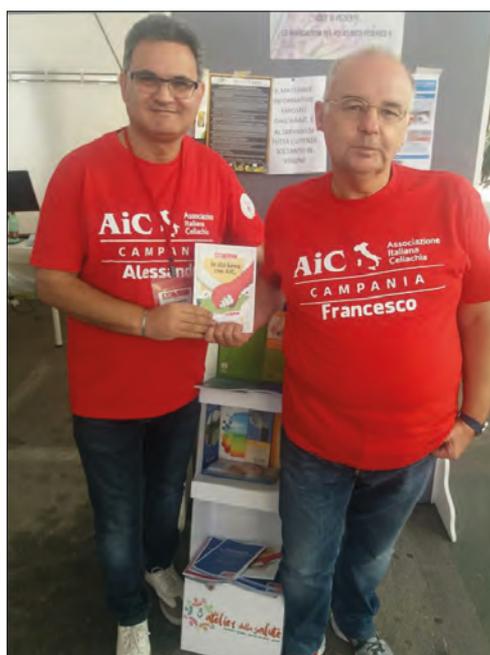
Potevamo non essere presenti ad un evento che metteva insieme alimentazione, attività fisica e movimento, clima, ambiente e prevenzione dello stress, e in cui fior di medici e infermieri scendevano in campo per favorire l'adozione di stili di vita sani e sostenibili?

La risposta è scontata. Anche alla terza edizione dell'Atelier della salute, organizzato dalla Scuola di Medicina e Chirurgia e dall'Azienda Ospedaliera Universitaria Federico II, i nostri volontari sono stati pronti a fornire le corrette informazioni a quanti chiedevano lumi sulla celiachia e sul mondo del senza glutine.

Due giorni intensi, quelli vissuti a Napoli, il 18 e 19 ottobre scorsi, che hanno prodotto numeri entusiasmanti. Oltre 4000 i partecipanti, tra cui diverse centinaia di studenti, 40 stand esperienziali, collocati nel piazzale antistante l'Aula Magna dell'ateneo federiciano, 4 workshop, 10 tra eventi e seminari, diverse attività nell'area benessere, svariati cooking show e circa 600 visite mediche specialistiche gratuite effettuate con Campus Salute Onlus e Fondazione PRO Onlus.

“Queste giornate sono l'occasione per aprire le porte alla cittadinanza e ai curiosi – ha evidenziato Anna Iervolino, nuovo direttore generale del Policlinico Federico II – ma soprattutto

tutto ci consentono di avvicinarci al mondo della scuola e ai tanti alunni, che così per la prima volta si avvicinano alla struttura del servizio sanitario, alle informazioni sulla salute date da persone competenti e non quella che si trova, improvvisata, su internet”. ♦



NELLA FOTO: Alessandro Fragliasso e Francesco Luongo

A.A.A. DIAGNOSI PRECOCI CERCASI

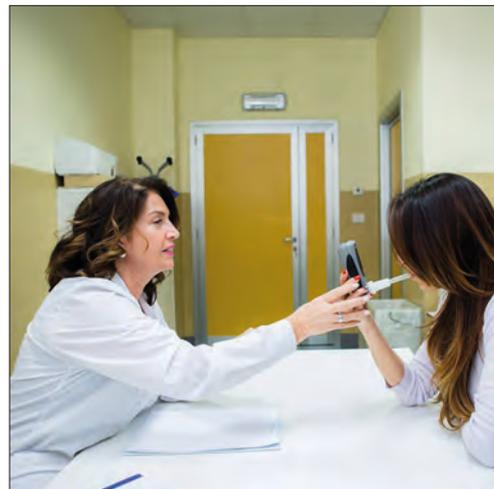
Un sodalizio sempre più proficuo, quello tra AIC e la Casa di Cura “Villa Fiorita” di Capua: dopo l’*Open Day*, organizzato nella scorsa primavera presso la struttura sanitaria, nel corso del quale furono effettuati screening della malattia celiaca associata alla patologia tiroidea, a dicembre si è tenuto nell’aula magna dell’Ordine Provinciale dei Medici-Chirurghi e degli Odontoiatri di Caserta il convegno ECM “La celiachia oggi: controversie attuali e prospettive future!”.

Una giornata di approfondimento nel corso della quale si sono confrontati specialisti ed esperti appartenenti fra gli altri all’Università degli Studi di Napoli e al Policlinico partenopeo.

“Il messaggio che abbiamo voluto lanciare ai partecipanti è stato quello di effettuare diagnosi precoci – ha specificato la dott.ssa Anna Rauso, responsabile dell’ambulatorio Celiachia e intolleranza alimentare di Villa Fiorita -. Le diagnosi si sono molto rallentate e la stessa AIC, in occasione della Settimana della Celiachia, ha evidenziato con molta preoccupazione questo dato. Oggi, anche su consiglio di diversi nutrizionisti, si mangia spesso senza glutine, pur non essendoci una reale intolleranza al glutine, e questo preclude la possibilità di formulare una diagnosi sicura. Il glutine va tolto dalla dieta solo dopo aver completato lo screening. Per evitare tutto ciò, stiamo impegnandoci a sensibilizzare i medici di base in primis, ma anche altre figure professionali, come gli endocrinologi e gli ematologi. Per riuscire ad avere una diagnosi precoce e sicura dovremmo fare un gioco di squadra!”.

Sull’importanza della formazione e dei corsi ECM si è dilungato anche il dott. Rosario Cuomo, Direttore dell’U.O.C. Gastroenterologia ed Endoscopia dell’Ospedale di Caserta.

“È particolarmente importante distinguere le intolleranze da tutto il resto – rimarca ai medici intervenuti al Convegno – perché spesso i sintomi non sono solo piuttosto comuni, ma



NELLA FOTO: La dott.ssa Anna Rauso

addirittura si sovrappongono con altre problematiche, come ad esempio la sindrome dell’intestino irritabile, che colpisce una porzione molto ampia della popolazione. Oppure l’allergia al grano, che è ben altra cosa rispetto alla celiachia”.

La buona risposta, in termini di partecipazione all’evento, e l’attenzione ricevuta dall’Ordine dei Medici della Provincia di Caserta, che ha patrocinato il Convegno, hanno confermato la richiesta dei medici del territorio di momenti di approfondimento e di confronto. Una sfida che AIC ha raccolto da tempo e che anche grazie a sinergie con partner locali sta portando avanti capillarmente in tutta la regione.

“Attraverso questi convegni portiamo al centro dell’attenzione la celiachia e le sue problematiche – chiosa Teresa D’Amato – innanzitutto mediche, ma non solo. Il rapporto con il territorio e con chi vi lavora è fondamentale. Con la dott.ssa Rauso, ad esempio, è nata subito una sinergia molto forte. Sono già due gli appuntamenti organizzati in stretta collaborazione e di sicuro ce ne saranno altri nel prossimo futuro. Villa Fiorita è una struttura particolarmente attenta alla salute dei cittadini, proprio come noi di AIC”. ♦

EMILIA BOTTIGLIERI (PRESIDENTE ORDINE DEI MEDICI): “GUAI A CALARE L'ATTENZIONE”

“L'Ordine Provinciale dei Medici è la casa di tutti i medici. È sempre stato così, fin dall'avvio del mio primo mandato. Il convegno sulla celiachia è uno dei tanti che ospitiamo con entusiasmo. Siamo aperti a tutti coloro che chiedono un nostro contributo”.

Maria Erminia Bottiglieri, presidente dell'Ordine dei Medici e degli Odontoiatri della provincia di Caserta, è la padrona di casa, e la gioia di ospitare un convegno su un tema così attuale come quello sulla celiachia gliela leggi quasi fisicamente. I motivi ce li spiega lei stessa.



NELLA FOTO: Maria Erminia Bottiglieri, Presidente Ordine dei Medici di Caserta

“Essendo gastroenterologa – precisa – e avendo un centro di riferimento per i pazienti celiaci all'Ospedale di Marcanise, non potevo che aprire le porte della nostra sede di via Bramante. Tra l'altro il convegno ha visto la partecipazione pure di altre professioni sanitarie: si sono presentati biologi e dietologi. È un dato importante, perché in questo modo si può lavorare in rete per garantire un servizio migliore al cittadino”.

Marcianisana, sposata e con due figli laureati, la dott.ssa Bottiglieri è al secondo mandato della sua presidenza e a dicembre potrebbe addirittura fare tris. “Il ddl Lorenzin ha modificato durata e disciplina dei mandati per le cariche di presidente, vicepresidente, tesoriere e segretario – ci spiega – e quindi, a partire dalle prossime elezioni, chi verrà eletto rimarrà in carica 4 anni e non più 3, ma non potrà andare oltre i due mandati”.

Le nuove elezioni, però, sono ancora lontane e allora l'argomento su cui si concentra è solo quello del giorno: la celiachia e le prospettive future. Da esperta specialista lancia subito un monito: guai a calare l'attenzione sul problema.

“Si è fatta tanta strada da quando, da giovane laureata, sentivo parlare di celiachia. Tuttavia, ancora oggi mi ritrovo di fronte a situazioni incredibili, come quelle di donne che per anni vanno incontro ad aborti continui, a causa di un'intolleranza al glutine non diagnosticata. Un fatto inammissibile. Basterebbero dei semplici esami del sangue per evitare tutto ciò. I convegni, i corsi ECM, i momenti di approfondimento che si organizzano ciclicamente sono in tal senso utilissimi, perché danno a tutti i medici partecipanti gli strumenti necessari per poter avvertire subito il campanello d'allarme e non allungare pericolosamente i tempi delle diagnosi”.

Screening gratuiti in piazze e farmacie

Un tour in tutte le province della Campania per effettuare screening gratuiti per gli associati (e i loro familiari) e dare un segnale a tutti: la celiachia si affronta aumentando le diagnosi e facendo venire a galla quella parte dell'iceberg la cui immagine spesso, nel corso dei convegni, gli studiosi tirano fuori per mostrare tutta quella parte della popolazione che ancora non ha ricevuto la necessaria diagnosi.

La Settimana della Celiachia, tenutasi dall'11 al 19 maggio, è stato lo spunto per organizzare successivamente una serie di appuntamenti per il controllo e la prevenzione della patologia. Questa volta agli appuntamenti in piazza sono stati abbinati anche incontri nelle farmacie.

“Il prelievo è stato effettuato a tutti i celiaci – spiega Teresa D'Amato – mentre lo screening ha riguardato i loro familiari. L'iniziativa è servita per farci conoscere in due realtà piuttosto vaste, con numeri sull'intolleranza al glutine piuttosto elevati, in ogni caso in linea con i dati nazionali, e bisognose, pertanto, di un intervento. Il nostro obiettivo è sempre lo stesso: crescere sempre più di numero per avere più voce in capitolo sui tavoli istituzionali e tutelare sempre di più chi è costretto a fare i conti con l'intolleranza al glutine”.

NEL DOLCE DI FRANCESCA I PROFUMI E I SAPORI DEL CILENTO



Il Cilento è una terra tutta da gustare, per la bellezza dei suoi paesaggi e pure per la gastronomia. È un'area baciata dagli dei, in cui la natura ha dato il meglio di sé, per la varietà e l'altissima qualità dei prodotti. Dalla mozzarella di bufala campana DOP al carciofo tondo di Paestum IGP; dal fagiolo bianco di Controne all'olio extravergine di oliva Cilento DOP; dalle alici di menaica al fico bianco del Cilento. È in questo contesto che trova posto Ceraso (toponimo che deriva dal latino *cerasus*, probabilmente per la massiccia presenza in passato di piante di ciliegio), piccolo centro salernitano, ubicato nella valle del Palistro, fiume alla cui foce era il porto settentrionale dell'antica Velia. E qui vive la nostra Francesca Scarcelli, che gestisce con il marito Augusto un'osteria che da tempo è entrata a far parte del network AIC.

Francesca, celiaca da oltre 11 anni, madre di due figli, Stefano – il più piccolo, di 23 anni, e pure lui intollerante al glutine – e Giuliano, una volta ricevuta la diagnosi ha deciso non solo di modificare parte del suo stile di vita ma, di comune accordo con il suo compagno, pure il menù del suo locale.

“Ho dovuto accontentare innanzitutto mio figlio – ci racconta al telefono con un filino di emozione – che mi chiedeva di poter mangiare una buona pizza. Gli inizi non sono stati facili, però, col tempo, l'esperienza e soprattutto la determinazione sono riuscite ad ottenere la sua approvazione”.

Alla nostra Francesca, che negli anni alla pizza ha abbinato tanti altri buoni piatti, dai primi ai fritti tipici del Cilento, chiediamo per questo numero di CN Regioni una ricetta, e lei va sul sicuro: propone un dolce. Altra specialità della casa. “Ai nostri lettori ne propongo uno a base di castagne, qui a Ceraso è sempre molto apprezzato. Sono sicura che, chi proverà a farlo a casa, otterrà un ottimo risultato”.

Provate la *Sbriciolona con crema di castagna e ricotta* e fateci sapere! A noi e a Francesca, che vi aspetta nella sua piccola e accogliente Ceraso.

Ingredienti

La sbriciolona:

400 g di farina sg
150 g di zucchero
2 uova intere
150 g burro freddo
1 bustina vanillina sg
1 bustina lievito dolci sg
Un pizzico di sale

La crema:

400 g di purea di castagne
250 g di zucchero
200 g di ricotta
100 g di cioccolato fondente sg
30 g di cacao amaro sg
100 ml di latte
Una tazzina di caffè
1 bustina di vanillina sg
Cannella a piacere
Un bicchierino di rum

Preparazione

Mescolare la farina, lo zucchero e il lievito, unire le uova, la vanillina, un pizzico di sale e il burro freddo a pezzetti. Lavorare gli ingredienti fino ad ottenere un composto granuloso.

Preparate la crema: mettere sul fuoco un tegame con il latte, il caffè e lo zucchero. Aggiungere il cacao e il cioccolato fondente fino a farlo sciogliere. Unire cannella e vanillina. Versare nel tegame le castagne precedentemente lessate e setacciate e cuocere a fuoco lento fino ad ottenere una crema liscia ed omogenea. Spegner il fuoco e lasciare intiepidire la crema. Aggiungere la ricotta frullata e infine il rum. In una tortiera imburrata, distribuire metà del composto granuloso. Aggiungere la crema di castagne ottenuta, che deve risultare morbida.

Coprire con l'impasto rimasto e cospargere a piacere con gocce di cioccolato fondente sg e granella di nocciole. Infornare in forno preriscaldato a 180°C per circa 30 minuti (fino a quando la superficie risulterà dorata). Quando la sbriciolona sarà completamente fredda, sfornare e servire.

ETTORE CARDI, UNA PREZIOSA PRESENZA

Il 23 novembre è mancato il Prof. Ettore Cardi, membro del nostro Comitato Scientifico Regionale. Ricordiamo con affetto il suo contributo ad AIC



NELLA FOTO: Il Prof. Cardi e il Comitato Scientifico Regionale

Di Paola Fagioli

Negli anni '80 la celiachia in Italia era poco conosciuta, ma era ancor più difficile riconoscerla.

È stato in quel periodo che il Prof. Ettore Cardi, Dirigente del reparto di Pediatria del Policlinico Umberto I, ha fondato nel Lazio l'Associazione Italiana Celiachia.

Ha coinvolto alcuni genitori dei suoi piccoli pazienti per migliorare la vita dei celiaci dopo la diagnosi. Le riunioni avvenivano nella sua abitazione, si valutavano i problemi e si cercavano soluzioni.

Quasi nessuno conosceva cosa fosse la celiachia. C'era chi si metteva a disposizione per dare suggerimenti su ricette, chi andava a parlare nelle scuole, altri cercavano in commercio prodotti con un sapore simile a quelli con il glutine, che purtroppo spesso si rivelavano immangiabili, altri ancora cercavano di

convincere i farmacisti a mettere in vendita prodotti senza glutine, allora difficilmente reperibili.

A quei tempi non esisteva l'erogazione gratuita dei prodotti. Dobbiamo rendere merito al Prof. Cardi se è riuscito a dimostrare al Ministero della Salute l'esigenza per i celiaci di ricevere un contributo. Il costo dei prodotti base senza glutine è stato sempre maggiore rispetto a quelli di uso comune.

Nel Lazio siamo partiti da lì, da quel reparto di pediatria, quando era difficile già arrivare ad una diagnosi, quando una tardiva diagnosi rappresentava un pericolo di vita. Poi, dopo il suo ritiro dalla pubblica professione, è entrato a far parte del Comitato Scientifico Regionale e del Comitato Scientifico Nazionale. È stato in quel periodo che ho avuto la fortuna di conoscere il Professore. Una persona generosa, sensibile, ma anche un uomo di scienza e con senso pratico, determinato a raggiungere risultati. Ha messo a nostra disposizione la sua esperienza e la sua vita di relazione.

Ricordo le nostre telefonate per confrontarci, per realizzare i programmi scientifici ECM, la sua partecipazione ad attività anche non proprio scientifiche, come far parte della giuria nel Trofeo di Alta Cucina senza glutine.

A lui i celiaci devono molto, anche se la sua umiltà non lo ha mai portato ad una grande visibilità.

A me resterà il suo ricordo, un esempio di dedizione e di grande umanità, sempre disponibile.

Mi mancherà. ♦

È nato il nostro canale YouTube

Da novembre i nostri video sono disponibili anche sulla piattaforma di YouTube, e altri ne arriveranno! Siamo sempre più determinati a diffondere informazioni corrette ai celiaci, ai ristoratori, ai medici e al più ampio pubblico. Per farlo, è importante per noi utilizzare i canali e gli strumenti di comunicazione più diffusi e utilizzati, come i social network e i video. Visitate il nostro canale, guardate tutti i nostri video e lasciate il vostro Mi Piace.

LA CAMPAGNA “MEDI&CO”

L'Associazione svolge annualmente convegni ECM per formare la classe medica sulla celiachia e nel tempo sono numerosi i Medici di Medicina Generale (MMG) che vi hanno partecipato. Ciononostante, nell'osservazione delle storie cliniche degli iscritti neo diagnosticati, è emerso che la diagnosi di celiachia ha, ancor oggi, tempi lunghi.

Abbiamo, quindi, avviato negli ultimi anni un progetto di monitoraggio nella regione, al fine di verificare l'incremento e la validità delle diagnosi di celiachia effettuate. Sono stati coinvolti i medici del Comitato Scientifico Regionale e le associazioni di Medici di Medicina Generale, al fine di sviluppare un partenariato di valore fra medici di base e specialisti della celiachia, in cui l'Associazione si è posta come facilitatrice e come garante dei diritti del paziente.

Il progetto ha interessato oltre 60 medici di base e ha consentito il monitoraggio di oltre 20.000 pazienti. All'esito del monitoraggio abbiamo constatato, da un lato, come le diagnosi vengano emesse tardivamente rispetto all'insorgenza della sintomatologia e come questo ritardo dipenda da un percorso diagnostico spesso incompleto; dall'altro, come le diagnosi effettuate abbiano talvolta un approccio empirico più che scientifico, e vadano quindi verificate. La celiachia è camaleontica e sono ancora molti i MMG che non riescono a ricondurre i sintomi manifestati dal paziente alla malattia celiaca e, quindi, non inseriscono fra gli accertamenti da fare quelli specifici per la sua diagnosi.

Quest'attività è stata condotta anche a livello



istituzionale, nell'ambito del Tavolo Tecnico sulla Celiachia in Regione, e ha prodotto la definizione di un iter diagnostico unico e specifico che la Regione ha strutturato in un libretto come “Per-

corso del cittadino”.

Da qui nasce il progetto “Medi&Co” che costituisce l'evoluzione dell'attività di monitoraggio finora svolta sul nostro territorio.

Obiettivo della campagna, che vede impegnata l'Associazione durante tutto l'anno, è rafforzare la collaborazione tra medici specialisti e MMG - informando questi ultimi sul corretto iter diagnostico al quale indirizzare il paziente, per accertare con tempestività e precisione la celiachia - e mettere in rete in maniera integrata tre attori chiave: l'Associazione e i pazienti che rappresenta, i medici (di base e ospedalieri) e le Istituzioni locali (Regione e Asl).

I MMG che aderiscono al progetto vengono dotati di strumenti comunicativi necessari a divulgare una corretta informazione sull'iter diagnostico, e ai pazienti sono distribuiti materiali utili a capire cosa fare o non fare nel caso di sospetto di celiachia. La realizzazione di video, da condividere via social e da proiettare negli studi medici aderenti, depliant e locandine, che i pazienti troveranno in sala d'attesa, sono le principali azioni con cui ci impegniamo a favorire un aumento delle diagnosi corrette e tempestive, e una più diffusa conoscenza della malattia celiaca e di come gestirla adeguatamente.

I video della campagna sono disponibili sui nostri canali social - Facebook e YouTube - e sul nostro sito web www.aiclazio.it. ♦

BUONI DIGITALI: IL TRAGUARDO È VICINO

Grazie al nostro lavoro e all'impegno di tutti i soci e i celiaci del Lazio, abbiamo raggiunto un importante risultato: il Consiglio Regionale ha approvato la dematerializzazione dei buoni spesa per l'acquisto dei prodotti per celiaci.

Il 20 dicembre, inoltre, durante la discussione sulla Legge di Stabilità Regionale 2020, è stato approvato un importante emendamento, che vedrà la gestione informatizzata di tutte le erogazioni dei prodotti senza glutine incluse nel Registro Nazionale.

Nella delibera della Regione Lazio viene, in-

fatti, indicato che l'erogazione funzionerà tramite un codice Pin Celiachia.

Durante quest'anno, i celiaci del Lazio saranno finalmente dotati di una card che sostituirà il cartaceo, sia nei negozi della piccola e grande distribuzione che nelle farmacie convenzionate con le aziende sanitarie della regione.

La nostra richiesta è stata accolta ed è concreta.

È anche grazie al vostro supporto che potremo finalmente dire di aver vinto questa grande battaglia! Continuate a sostenere AIC. ♦

L'IMPEGNO PER LA SICUREZZA ALIMENTARE

Il 2 dicembre scorso, al Palazzo dei Congressi di Roma, in occasione della manifestazione *Sapori Segreti*, l'Associazione ha firmato un Protocollo di Intesa con la ASL Roma 1.

Avremo la possibilità di partecipare, insieme ad altre associazioni, ad un tavolo tecnico che svolgerà un costante monitoraggio sull'applicazione delle norme di sicurezza alimentare. Saremo chiamati, quindi, a fornire spiegazioni e informazioni per risolvere eventuali problemi e difficoltà riscontrati nella loro applicazione, in particolar modo riguardo le normative sul "senza glutine".

Altri due passi avanti per i celiaci del Lazio. ♦



NELLA FOTO: Il Presidente Angelo Mocchi alla manifestazione

GIOVANI VOLONTARI CERCASI



NELLA FOTO: Un volontario alla Roma Ostia Half Marathon

Avete mai pensato di fare i volontari?

Potete scegliere di collaborare in segreteria o sul territorio in occasione di eventi sportivi, manifestazioni o sagre.

Condividete con noi le vostre competenze, il vostro curriculum, le vostre idee, la vostra voglia di fare, perché... più siamo più contiamo! Scriveteci a sede@aiclazio.it ♦



TUTTI A “INSIEME SENZA GLUTINE”!

Tante le novità presentate e gli eventi organizzati: incontri con medici e specialisti, cooking show, momenti speciali per i bambini

Di Chiara Ferrara

CONSIGLIERE E RESPONSABILE GRUPPO GIOVANI

Eccoci qui a cercare di riassumere in poche parole tutto ciò che è accaduto in questa splendida giornata di festa dedicata ai celiaci. Dopo aver dovuto rimandare l'evento a causa dell'allerta rossa a Novembre, domenica 12 Gennaio abbiamo finalmente potuto incontrarci ad “Insieme Senza Glutine”, organizzato in una prestigiosa location che ha lasciato tutti i partecipanti a bocca aperta per il panorama sulla nostra amata Genova.

La giornata è iniziata con la riunione dei volontari, preziosissimi e insostituibili come sempre, a cui sono stati assegnati i rispettivi compiti; successivamente le persone hanno iniziato ad arrivare e... *si comincia!* I lavori veri e propri sono stati aperti con l'assemblea straordinaria dei soci, per confermare le modifiche statutarie necessarie per adeguarsi alla Riforma del Terzo Settore. La prima conferenza della giornata ci ha permesso di scoprire di più sulla celiachia e sul suo rapporto



NELLA FOTO: Il Consiglio Direttivo insieme a Francesco Caso

con osteoporosi e osteopenia, grazie a Paola Romagnoli, gastroenterologa, ed a Ekaterini Zigoura, geriatra. Il pubblico ha poi ricevuto consigli importantissimi per parlare della celiachia con i bambini e i ragazzi grazie alla psicologa Sara Padovano. In entrambe le occasioni le domande sono state moltissime, a testimoniare l'interesse per questi argomenti così delicati. Dopo la pausa pranzo, la bravissima dietista di AIC Liguria, Valentina



Bertolotto, ha spiegato ai partecipanti come imparare e utilizzare l'ABC della dieta senza glutine. Successivamente tutta la sala conferenze è stata riempita per parlare della nuova dematerializzazione dei buoni, che arriverà anche in Liguria nel 2020; molte sono state le domande e curiosità rivolte alla disponibile responsabile dell'area farmaceutica e protettiva di Alisa Barbara Rebesco.

Durante tutta la giornata i partecipanti hanno potuto visitare le aree dell'hotel dedicate all'esposizione e all'incontro con le aziende del settore gluten free: assaggi dolci e salati, novità e buonissime specialità senza glutine per tutti! Inoltre i bimbi si sono messi alla prova giocando con il nostro gioco "Facciamo festa" in versione gigante, per fare la spesa adatta ad ogni esigenza alimentare e organizzare la più bella festa in compagnia. Chi aveva piacere poteva anche richiedere un incontro privato con le dietiste e la psicologa per avere consigli su come gestire la dieta e le dinamiche ad essa legate. Non dobbiamo poi dimenticare i numerosi cooking show, sia per adulti che per bambini, che si sono susseguiti durante la giornata: ringraziamo Donatella di "Chef per caso", Ilaria Bertinelli ("Uno chef per Gaia") e Roberto Puma per la disponibilità, gentilezza e per averci fatto assaporare tante prelibatezze!

L'ultima conferenza ci ha permesso, grazie alla pediatra Angela Calvi e alla già citata Paola Romagnoli, gastroenterologa, di guardare verso il futuro di noi celiaci e di scoprire alcune novità di questo mondo.

Presenti all'evento anche alcuni ragazzi del Gruppo Giovani che hanno partecipato come volontari e raccontato attraverso una presentazione le attività svolte insieme durante il 2019.

Come ultima cosa, ma non per importanza, vogliamo ancora ringraziare Francesco Caso, volontario, amico e figura fondamentale di AIC Liguria in questi anni!

Ringraziamo tutti i partecipanti, i medici, gli espositori, i volontari e i soci che hanno permesso che tutto ciò si realizzasse e hanno condiviso con noi questa giornata così speciale. ♦



NELLA FOTO: La presidente Ilaria Masia consegna la targa a Francesco Caso

DEMATERIALIZZAZIONE DEI BUONI

Come i celiaci liguri si saranno accorti, si sta attuando anche nella nostra regione la dematerializzazione dei buoni.

Gli importi dei buoni verranno caricati sulla tessera sanitaria, che quindi funzionerà come un normale bancomat, utilizzando un PIN univoco che verrà fornito ad ogni celiaco.

Questo permetterà di recarsi nel negozio più congeniale dove acquistare i prodotti desiderati; potrà essere acquistato anche un solo prodotto, dal momento che in questo modo il buono è



frazionabile praticamente all'infinito.

Questa nuova modalità permetterà di poter usufruire di più canali di vendita, di avere a disposizione un'offerta molto più ampia di prodotti e di raggiungere una modalità normale di fare la spesa.

Siamo agli inizi, quindi invitiamo comunque a segnalare eventuali problemi o disservizi per cercare insieme di risolverli, affinché fare la spesa sia sempre più facile

per noi celiaci. ♦

Un ricordo affettuoso di Domenico Dato

Siamo rimasti tutti molto addolorati per la scomparsa a novembre di Domenico Dato, Medico del Comitato Scientifico che da moltissimi anni collaborava in modo prezioso e generoso con AIC, offrendo in qualsiasi occasione la sua professionalità, la sua energia positiva, unita ad una carica umana rara da trovare. Il dottor Dato è stato sia Primario Chirurgo che Direttore della Specialità di Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva all'Ospedale Gallino in Valpolcevera. Tra le tante attività da lui svolte, ha promosso e sostenuto la campagna di prevenzione del cancro al colon in Liguria ed è stato professore associato nella scuola di endoscopia digestiva. Inoltre ha collaborato per molti anni con l'Associazione Medici in Africa e si è occupato, oltre che di missioni medico-chirurgiche umanitarie, anche di formare a livello specialistico nuovi medici in grado di effettuare le endoscopie in Senegal e Capo Verde. Ci piace ricordarlo come era in tutte le occasioni in cui lo avevamo al nostro fianco: sorridente, ottimista ed entusiasta, disponibile verso tutti e sempre pronto a nuove avventure. Grazie dottore, porteremo con noi il suo ricordo!

INCONTRIAMOCI!

Di Ilaria Masia
PRESIDENTE AIC LIGURIA

Come sarebbe bello avere in ogni quartiere, paese o cittadina un ristorante perfettamente informato sulla celiachia! Come sarebbe bello portare in tutte le scuole il progetto "In Fuga dal Glutine" per sensibilizzare insegnanti e bambini sul rispetto delle differenze nella dieta! Impossibile? Dipende da quante persone hanno voglia di dedicare un po' di tempo per rendere possibili queste attività.

I volontari sono importantissimi perché con il loro impegno, anche poco, possono aiutarci a far crescere il numero dei locali informati sulla celiachia, dedicando circa un giorno all'anno al loro monitoraggio, oppure, se hanno bambini, diffondendo nelle scuole le informazioni corrette sulla dieta senza glutine.

Per questo nei mesi scorsi ci siamo impegnati molto per incontrare le persone che si sono dichiarate disponibili a darci una mano. La partecipazione è stata tanta e noi non potremmo essere più felici!

Genova

Il 25 ottobre 2019, nella nostra sede, c'è stato un incontro con i potenziali volontari di Genova. Questi incontri sono sempre molto gratificanti perché le persone raccontano le loro storie, che poi sono le storie di tutti, e nasce facilmente la possibilità di confrontarsi e scambiarsi le proprie esperienze. In queste occasioni le persone capiscono un po' meglio come funziona l'associazione e si rendono conto di quanto sia importante l'aiuto che ciascuno può dare.

Alcuni partecipanti hanno già cominciato a offrire il loro prezioso contributo! Grazie mille quindi della vostra partecipazione, continuiamo così e cerchiamo di coinvolgere sempre più persone all'interno della nostra associazione!

Grazie mille a Sabina Minelli, la nostra Consigliera responsabile dei volontari che, essendo sempre così disponibile e coinvolgente, riesce a "portare sulla nostra barca" tante persone motivate e speciali!

Quest'anno poi, come potete leggere qui sotto, ci siamo posti l'obiettivo di trovare volontari anche in altri territori. Ecco il resoconto di questi incontri:

Savona

Di Annalisa Salis

CONSIGLIERE E REFERENTE PROVINCIA DI SAVONA

Il 9 novembre 2019 c'è stato un bellissimo incontro con alcune volontarie della provincia di Savona, durante il quale abbiamo condiviso idee e proposte: creare e ingrandire questo gruppo è importantissimo per affrontare insieme tutti i temi del mondo senza glutine. Se ti interessa questo mondo... contattaci!



NELLA FOTO: L'incontro con i volontari a Savona

Tigullio

Di Ida Casaretto

CONSIGLIERE E REFERENTE ZONA TIGULLIO

Sabato 16 novembre 2019, con l'ausilio della coordinatrice volontari e consigliera Sabina Minelli, ci siamo incontrati a Chiavari con dieci volontari. Sono scaturite idee e ci siamo confrontati su diversi temi, tra i quali:

- Celiachia e scuola con il nostro progetto "In Fuga dal Glutine";
- Programma "Alimentazione Fuori Casa" nel Tigullio;
- Iniziative AIC nel nostro comprensorio.

Nel Tigullio siamo, per adesso, solamente otto volontari, molto diversi per età e percorsi di vita. Il nostro tempo libero è limitato, ma sono stata galvanizzata dal constatare che



NELLA FOTO: L'incontro con i volontari a Chiavari

non sono la sola a voler investire questo tempo, con la convinzione che quello che facciamo sia importante e abbia la potenzialità di

“fare la differenza” nella vita di tutti i giorni dei celiaci della mia regione. Grazie a tutti di cuore! ◆

AIC AL LIGURIA TRAVEL SHOW

Di **Ida Casaretto**

CONSIGLIERE E REFERENTE

ZONA TIGULLIO

Dal 25 al 27 ottobre 2019, la città di Genova ha ospitato, ai Magazzini del Cotone, il “Liguria Travel Show”, evento incentrato sul turismo e sulle eccellenze della Regione, al quale erano presenti decine di operatori nel settore della ristorazione e dell'accoglienza alberghiera ligure.

Durante la giornata di domenica 27, AIC è stata invitata a presentare se stessa e le proprie attività nel contesto di una conferenza durante la quale ho avuto il piacere di poter illustrare quanto sia stato fatto da e attraverso AIC nei suoi primi quarant'anni di vita, quali l'impegno nella ricerca medica, l'affiancamento scientifico ed i nostri obiettivi per rendere sempre migliore la vita dei nostri associati e di tutti i celiaci. In particolare l'importanza di arrivare a una diagnosi veloce riconoscendo anche i sintomi più subdoli.

Molto utile è stato poter illustrare il progetto “Alimentazione Fuori Casa” con tutto il lavoro che comporta anche “dietro le quinte”,



NELLA FOTO: La consigliera Ida Casaretto durante il Liguria Travel Show

attraverso la sua fitta rete di volontarie e volontari sul nostro territorio.

Un momento particolarmente interessante è stato il confronto con i responsabili alberghieri ed i rappresentanti della ristorazione presenti, data la soddisfazione nel verificare che tutti conoscevano AIC e, in particolare, il progetto AFC. Tuttavia, deve essere sotto-

lineato che alcuni fra questi erano stati disincantati ad aderire al circuito di AFC a causa delle errate notizie che ancora circolano sulla gestione del cliente celiaco, prima fra tutti la famigerata fake news inerente l'obbligo della doppia cucina.

Quella di domenica 27 ottobre è stata, indubbiamente, una giornata molto proficua, che mi ha convinto dell'importanza del lavoro dei volontari e di coloro che vorranno presto diventarlo per portare avanti lo sviluppo futuro di AIC.

Voglio ringraziare molto gli organizzatori dell'evento per averci dato questa opportunità. ◆

LA STORIA DI BLU E IN FUGA DAL GLUTINE AGLI STATI GENERALI DELL'EDUCAZIONE

Di **Gianfranca Bisi**

CONSIGLIERE AIC LIGURIA

Sabato 5 ottobre 2019 abbiamo partecipato ad un importante evento organizzato dal Comune di Genova, la seconda edizione degli "Stati Generali dell'Educazione", all'interno del Palazzo Ducale. Durante questa giornata i bambini e gli adulti partecipanti hanno potuto ascoltare la fiaba "Storia di Blu, cambiare per tornare a volare" sulla celiachia, nata dal bellissimo progetto di AIC Emilia Romagna, raccontata con il *kamishibai*, termine giapponese che indica un metodo di lettura attraverso un piccolo teatrino dove sono posizionate e si fanno scorrere le tavole che illustrano la fiaba. È la storia della farfalla Blu, che sta male quando si avvicina ad alcuni fiori e non capisce il motivo ma, una volta individuati ed evitati, Blu si riprende dai suoi malesseri. E così è per la celiachia, si sta male finché non si capisce il motivo. Raccontare questa bella fiaba ai bambini con la tecnica del *kamishibai* è piacevole, attira la loro attenzione e anche quella dei genitori.

È stata una bella esperienza perché ai bambini piacciono le favole ed è bello vedere la loro curiosità, soprattutto quando si termina



di leggere la fiaba e si inizia a parlare, in parallelo, della celiachia.

Inoltre i bambini hanno potuto giocare alla versione gigante e realistica del gioco "Facciamo festa - In Fuga dal Glutine": comprando da veri banchetti, hanno potuto fare la spesa per organizzare la più bella festa per i loro amici Yassin, Silvia, Davide, Barbara e Andrea, stando ben attenti a scegliere i prodotti giusti! ♦

AFC, avanti tutta!

Di **Orietta Canu**

VICEPRESIDENTE AIC LIGURIA E REFERENTE FOOD

Dopo un periodo di assestamento e rinnovamento, finalmente i corsi ai ristoratori liguri sono in calendario più volte all'anno. Nel 2019, presso la Sogegross di Genova, si è svolto il corso AFC per i ristoratori liguri aspiranti a fare parte del nostro network. Le nuove strutture partecipanti erano 13 e più della metà di esse hanno già completato la formazione. In attesa di annoverare tra i nostri locali formati le restanti, a fine luglio si è svolto un corso dedicato ad alcuni corner del nuovo mercato orientale genovese MOG (5 in tutto, di cui 3 già operativi). Questo storico mercato è strategicamente situato nel centro di Genova e offre ristoro ai numerosi turisti e amanti dello shopping cittadino. Durante la seconda metà dell'anno abbiamo anche formato nuove figure di

locali facenti parte del network e a ottobre eravamo già pronti con altri incontri per una dozzina di strutture che abbiamo aggiornato e supportato. Quindi orgogliosamente affermo che abbiamo già un nutrito numero in lista d'attesa per il prossimo corso, che si terrà entro il primo trimestre 2020.

Con le nostre dietiste e i nostri volontari in questo anno ci siamo rimboccati le maniche ed il successo di ciò si legge principalmente nei sorrisi dei soci, ma anche in quelli di tutti i celiaci che visitano la Liguria. Auspico naturalmente che tutto ciò sia solo l'inizio e ricordo che senza volontari sarebbe poco realizzabile. Concludo con un aforisma a me caro di Edward Everett Hale: *Io sono soltanto uno. Ma comunque sono uno. Non posso fare tutto, ma comunque posso fare qualcosa, e il fatto che non posso fare tutto non mi fermerà dal fare quel poco che posso fare.* ♦

LETTERA APERTA DI UN SOCIO



Per riflettere: ora più che mai dobbiamo assicurare la più ampia solidità e partecipazione alla vita dell'Associazione

Al Presidente AIC Puglia, a tutti i soci, volontari, collaboratori, addetti ai lavori. Buone feste Natalizie e Buon Anno.

Ho 70 anni, sono celiaco e da 45 anni sono iscritto alla nostra Associazione, ma non voglio parlare di me. Da letture in passato acquisite, penso di non sbagliare, noi celiaci in media abbiamo una capacità di intelligenza superiore alla norma. La nostra Associazione della Puglia a mio giudizio ha svolto in passato un laborioso lavoro organizzativo iniziale ponendo le basi per allargarsi nel tempo su tutto il territorio nazionale. A tutt'oggi la stessa si è consolidata. È l'artefice, in sede di valutazione con il Ministero della Salute, insieme ai medici specialisti del settore, a concedere il contributo mensile/annuale per la fruizione

gratuita dei prodotti dietetici senza glutine. Sappiamo che la celiachia, da malattia rara per ovvi motivi, è diventata malattia cronica (LEA). Lo stesso contributo dietetico è stato ridotto a danno soprattutto dei più piccoli. Nel tempo, grazie alle ristrettezze finanziarie, il governo può ulteriormente tagliare la spesa sanitaria sui prodotti senza glutine a nostro sfavore.

Ecco perché noi, ora più che mai, dobbiamo assicurare la più ampia solidità e partecipazione alla vita dell'Associazione. La presenza dell'Associazione in sede al Ministero della Salute è importante! ♦

Fraterni saluti
Giuseppe Santorsola

Expo Medicine, AIC nella "Casa dell'alimentazione"

Di Aldo Nacci

Convegni, workshop, dimostrazioni, visite, prevenzione e dibattiti per formare i medici ed i pazienti.

Per due giorni, sabato 14 e domenica 15 dicembre, a Savelletri, frazione del Comune di Fasano (BR), si è tenuto Expo Medicine, l'esposizione simbolo di eccellenza promossa dalla Fondazione AIMS per informare i cittadini e aggiornare i medici sulle più recenti e innovative attività di prevenzione medica. Expo Medicine non è stato solo un evento



riservato alla formazione dei medici: è stata una vera e propria esposizione dedicata alla salute.

Nella "Casa dell'alimentazione" AIC Puglia è stata presente per trattare, con medici e dietiste resisi disponibili nelle due giornate, il tema delle intolleranze alimentari. In particolare sono state approfondite le cause, i sintomi e la dieta da adottare, il tutto accompagnato da degustazioni di prodotti gluten free.

L'Apericena di Natale di Scuola Eccelsa

Di Antonella Spedicato

Si è tenuta presso una incantevole masseria a Monopoli (BA) "L'apericena di Natale", organizzata dall'Istituto Eccelsa di Alberobello. Una serata conviviale e di festa dove i docenti, gli chef, i partners e le associazioni che collaborano con l'istituto, tra cui AIC Puglia, hanno condiviso momenti di cultura e gastronomia. Il ricco menù preparato dai docenti e dagli assistenti ha fatto da cornice a questo momento di confronto, ringraziamento e scambio di auguri. Nella serata sono stati presentati due libri scritti da due docenti dell'Istituto: *Il gelato che cercavi* di Martino Liuzzi e *La dolce sfida Mondiale* scritto dal Campione del Mondo di Pasticceria Giuseppe Russi.

Il direttore di Eccelsa, Nicola Chielli, ha salutato gli ospiti convenuti ricordando il valore fondamentale della formazione e della collaborazione per lo sviluppo e il raggiungimento dei risultati. Oltre alle autorità istituzionali erano presenti docenti universitari e rappresentanti delle associazioni del territorio e nazionali, tra cui AIC con il presidente Michele Calabrese, l'Unione Regionale Cuochi Puglia – Federazione Italiana Cuochi, l'Istituto Scientifico Nutrisal e il prof. Emilio Jirillo dell'Università di Bari.

RUTIGLIANO – SAGRA DELLA PETTOLA

Di Veronica Narracci

A cura della Pro Loco Rutigliano e dell'Assessorato comunale alla Cultura e al Turismo, si è svolta sabato 14 e domenica 15 dicembre a Rutigliano (BA) la 34ª "Sagra della pettola". L'evento ha esaltato i sapori più genuini della tradizione gastronomica natalizia di Rutigliano, ad iniziare dalle "pettole" che i turisti hanno potuto gustare dopo aver ammirato la loro preparazione. Le pettole sono fatte di pasta lievitata molto morbida, fritte nell'olio bollente: sono autentiche prelibatezze della tradizione natalizia rutiglianese, ottenute da un semplice impasto di farina e acqua. Per i numerosi celiaci partecipanti, i volontari di AIC Puglia, con la collaborazione di una nota

azienda del barese, hanno potuto far degustare delle calde e gustose pettole gluten free. ♦



ALTAMURA – A PROPOSITO DI CELIACHIA

Di Imelda Stanca

"A proposito di celiachia" è il titolo di un interessante convegno svoltosi domenica 24 novembre ad Altamura (BA) per gli iscritti ad AIC Puglia dell'area murgiana, che hanno sfidato il maltempo pur di essere presenti.

Un momento di confronto tra AIC Puglia, i medici e i celiaci, anche nell'ottica di fare il punto della situazione sul futuro percorso assistenziale del celiaco, alla luce delle novità introdotte in materia.

In particolare la relazione del Presidente Michele Calabrese è stata focalizzata sui nuovi Lea (Livelli Essenziali di Assistenza), sul codice di esenzione 059, sulla revisione dei tetti di spesa per i buoni mensili e sulle novità riguardanti il Registro Nazionale degli Alimenti.

Su questi argomenti, il Presidente regionale ha chiarito la posizione dell'AIC al tavolo istituzionale, argomentando tutto il percorso effettuato e quanto si è potuto ottenere dal Ministero, salvaguardando la corretta terapia ai celiaci.

Il Convegno è stato utile e interessante in

quanto i medici hanno fatto interagire i presenti facendoli collegare ad una app. Hanno poi rivolto domande sui vari temi della celiachia, da quello medico a quello comportamentale e, in base alle risposte avute, hanno fornito i dovuti ragguagli, chiarendo alcuni dubbi e dando opportuni suggerimenti su come affrontare al meglio la quotidianità all'interno dei nuclei familiari e fuori dalle proprie mura.

Al termine, a tutti i partecipanti è stato offerto un gradito buffet dolce e salato gluten free. ♦





ALL'ALBERGHIERO DI VIESTE, GIORNATA DI SENSIBILIZZAZIONE SULLA CELIACHIA

Di **Angela Mancini**

Si è svolta mercoledì 11 dicembre a Vieste sul Gargano (FG), all'Istituto alberghiero "Enrico Mattei", ente promotore in collaborazione con l'AIC Puglia, la prima giornata di sensibilizzazione sulla celiachia. L'evento era rivolto agli studenti dei corsi di ristorazione e sala e ai loro docenti e ha visto tra i relatori il prof. Ruggiero Francavilla dell'Università degli Studi di Bari, la dott.ssa Patrizia Tomaiuolo e naturalmente il presidente di AIC Puglia Michele Calabrese. Dopo i saluti della dirigente Etorina Tribó, i temi toccati hanno spaziato dagli aspetti clinici della malattia, alla dieta corretta e al progetto AFC di AIC.

È stato proprio quest'ultimo argomento che ha destato il maggior interesse tra il giovane pubblico ed ha animato la discussione. "Trovare strutture ristorative e alberghiere che sappiano preparare un pasto variegato per persone affette da celiachia non è cosa semplice - ha sottolineato il presidente -. Se poi

si pensa che Vieste ospita ogni anno quasi due milioni di turisti, ecco che la difficoltà di trovare ristoranti e alberghi in grado di offrire pasti di qualità gluten free emerge in maniera prepotente! Bisogna innanzitutto alzare il livello di consapevolezza sulla patologia celiaca e poi formare addetti alla preparazione e somministrazione dei pasti in grado di soddisfare le richieste dell'utenza". Queste le due direzioni in cui intende muoversi l'Istituto Mattei, investendo le proprie risorse umane e mettendo a disposizione i propri laboratori: basti pensare che il Mattei è l'unico alberghiero in Puglia ad aver allestito un laboratorio gluten free, interamente finanziato dall'Europa. Tutto questo, anche e soprattutto con l'AIC Puglia ed in stretta collaborazione con enti locali, regionali, nazionali e imprese del settore ristorativo e alberghiero. In conclusione, l'ambizione è quella di far nascere sul proprio territorio, a forte vocazione turistica, un vero e proprio progetto gluten free. ♦

ALIMENTA IL TUO BENESSERE

Di **Angela Mancini**

Nell'ambito della manifestazione "Alimenta il tuo benessere", organizzata da Coop nell'esercizio commerciale Mongolfiera di Foggia il 4 dicembre, AIC Puglia è stata presente con i propri relatori per divulgare e illustrare le problematiche legate alla celiachia nell'ambito alimentare.

Successivamente al dibattito, gli alunni dell'Istituto Alberghiero "Einaudi" di Foggia si sono cimentati nella preparazione di alimenti gluten free che sono stati offerti al numeroso pubblico intervenuto. ♦





COMUNICARE CON I SOCIAL

Facebook, Youtube, Instagram e TikTok: vogliamo essere sempre più presenti per far conoscere le nostre attività e combattere le *fake news*

Di Isidoro Piarulli

PRESIDENTE AIC LOMBARDIA ONLUS

Carissimi,

in un mondo iper connesso, dove tutte le informazioni viaggiano in tempo reale e dove essere il primo a pubblicare la notizia è nota di merito, indipendentemente dalla verità dei fatti e dalla superficialità dei dati raccolti, la richiesta spesso rivolta ad AIC Lombardia dai soci è quella di “imparare a comunicare” e contrastare le tante fake news che sono presenti in rete. A chi ci ha seguiti in questo 2019 appena concluso, non sarà sfuggito lo sforzo, anche in termini economici, che l'intero Consiglio Direttivo ha profuso per migliorare la propria capacità di comunicare, soprattutto all'esterno, le tante attività che vengono svolte con le forze che restano troppo limitate.

Partiamo dai social, che hanno oramai molto spazio sui nostri telefonini.

Abbiamo deciso di continuare a puntare su **Facebook** come social di riferimento. Da marzo sono stati 245 i post pubblicati, visualizzati oltre 1.300.000 volte, che ci hanno permesso di aumentare i nostri fan di oltre 1.500 unità, fino a veleggiare verso gli 8.000. Una quota che potrebbe farci diventare la seconda pagina delle AIC regionali dopo quella della Federazione. Di questi, quasi 5.400, oltre i tre quarti, sono gli utenti unici che partecipano attivamente alle attività proposte sulla pagina, dimostrando che abbiamo centrato gli argomenti che hanno stimolato le interazioni dei fan. In questo modo abbiamo cercato di

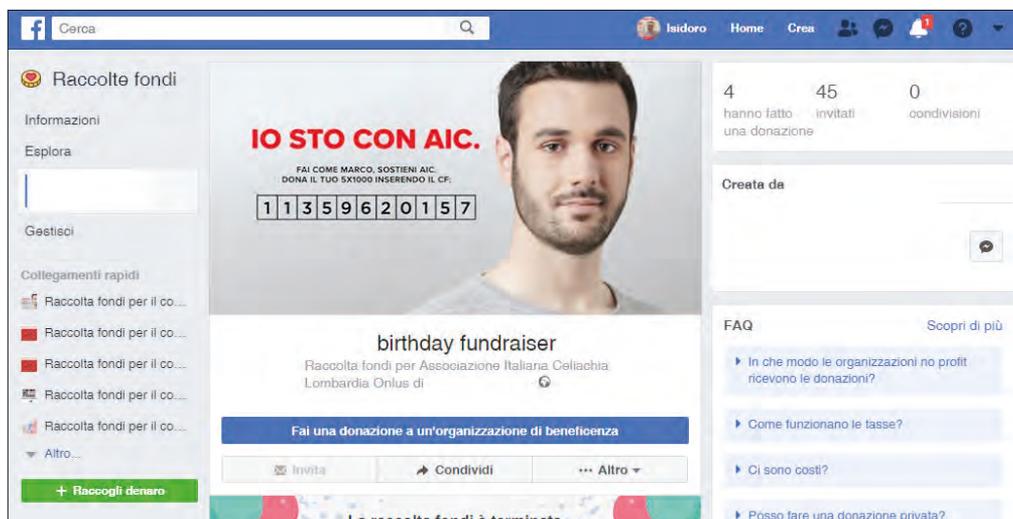
far comprendere meglio come AIC Lombardia sia al fianco dei celiaci, ne respiri la stessa aria, viva le stesse difficoltà di chi deve confrontarsi con una dieta senza glutine.

Per la prima volta, poi, abbiamo puntato sull'**ufficio stampa** per cominciare a farci conoscere anche dal popolo dei lettori che potremmo definire offline. I 14 comunicati stampa redatti su diversi argomenti, ma sempre legati alla nostra condizione di vita, hanno avuto l'onore di essere ripresi ben 105 volte e pubblicati sulle edizioni cartacee e online delle più autorevoli testate e sulle edizioni locali dei quotidiani nazionali e di settore.

Non abbiamo disdegnato di esplorare altri social, sempre per cercare di intercettare un popolo di celiaci finora rimasti senza una voce autorevole.

Partiamo da **YouTube**. Grazie a una nostra volontaria, siamo riusciti a creare il contatto con una famosa coppia di youtuber che ha realizzato, con noi e per noi, un video che ha avuto migliaia di visualizzazioni sui diversi social dove è stato proposto. Anche in questo caso, i commenti degli internauti sono stati entusiastici e le richieste di replicare l'iniziativa non è mancata. La grande soddisfazione è stata anche quella di vedere piacevolmente meravigliati gli stessi youtuber, che non pensavano di poter annoverare tanti celiaci fra i loro seguaci.

Lo stesso **Instagram**, oramai da tempo fra i nostri canali, ha avuto una leggera crescita ma abbiamo bisogno di aiuto da parte dei nostri soci: non possediamo molte altre risorse



da impiegare. In ogni caso, le visualizzazioni e i seguaci sono di tutto rilievo per una gestione... artigianale.

Ultima arrivata nella galassia social di AIC Lombardia è **TikTok**. Aperto per gioco dopo l'estate, il profilo vanta già circa 700 follower, e oltre 7000 like sui post realizzati. Un video ha realizzato oltre 78.000 visualizzazioni e l'hashtag celiachia comincia a essere molto ricercato.

Concludo la mia analisi con altre due modalità di confrontarsi con i soci che si espandono nell'ambito, anch'esso ancora poco esplorato, della raccolta fondi.

Collegata alla maratona di Milano del pross-

mo 5 aprile c'è la campagna lanciata, proprio allo scopo di migliorare la comunicazione, sulla piattaforma di Rete del Dono, dal titolo "Convivenza con un celiaco". Speriamo di riuscire a raccogliere i fondi per realizzarne altri.

L'ultimo è un appello agli utenti di Facebook. Organizzate raccolte fondi in occasioni del vostro compleanno a favore di AIC Lombardia: è più semplice di quello che sembri.

E non mancate di sostenerci, associandovi e scegliendo di essere GREEN (rinunciando al materiale cartaceo) in modo da permetterci di utilizzare quei risparmi per altre attività.

Buon 2020 a tutti! ♦

Celiacando a Varese



Celiacando, la cena di Natale di Varese organizzata il 15 novembre, è stato un momento importante d'incontro con i soci, come il target dell'evento, proposto a famiglie con bambini e coppie di differenti età, che hanno socializzato, anche da tavoli diversi, per scambiarsi pareri, esperienze e ricette. Indubbiamente importante per far conoscere i referenti di Varese, Barbara, Carmelo ed Ettore, ai tanti soci che hanno sfruttato l'occasione per chiedere informazioni, proporre idee nuove e ragazzi pronti a diventare volontari. Siamo fermamente convinti che dare un volto ad AIC Lombardia sia la carta vincente per creare una rete di relazioni costruttive, collaborative con i soci e per crescere insieme.

A SPASSO CON AIC LOMBARDIA



Il 29 settembre abbiamo continuato a mantenerci in forma con la *21 km del lago di Varese*. Una mezza maratona che ha visto circa 800 partecipanti, pronti a dar fondo a tutte le proprie energie per ottenere la massima prestazione. AIC Lombardia con Barbara, Carmelo ed Ettore è stata presente per offrire a tutti i podisti celiaci un punto ristoro a loro dedicato dove poter ripristinare le energie consumate.



Il 20 ottobre il *Grande Cuore dei mantovani* si è nuovamente aperto anche ai celiaci, capitanati da Simona e Marta, che hanno offerto al pubblico mostarde e torte sbrisolone senza glutine confezionate, zucche e altri prodotti tipici locali.

Una bella festa di piazza realizzata grazie all'impegno di tutti coloro che hanno offerto il proprio tempo libero: i volontari. ♦

Le collaborazioni che fanno bene

A CURA DEL TEAM AFC

Lo scorso anno, quasi per caso, una nostra volontaria incontrò Alejandra Gutierrez, attrice e modella, che si rese disponibile a collaborare con AIC Lombardia e con la quale cominciammo a pensare cosa si potesse costruire assieme e contribuire così alla nostra mission. La proposta? Una famosa coppia di youtuber, il duo The Coniugi (ex The Secsi), si rese disponibile a realizzare un video intitolato "La convivenza con un celiaco". Per noi che ogni giorno cerchiamo di comunicare conoscenze e corrette informazioni su celiachia e dieta senza glutine, pensare di poter raggiungere un pubblico nuovo ci ha molto stimolato. Il premio più grande sono le migliaia di like, centinaia di commenti e condivisioni su Instagram e decine di migliaia su TikTok. Non l'hai ancora visto? Cercalo sui nostri profili e invita altri a guardarlo. Diamo spazio ora in queste due pagine a chi ha contribuito a questo progetto: Alejandra Gutierrez e i The Coniugi.

ALEJANDRA GUTIERREZ E L'ASSOCIAZIONE HEARTBEAT MOVING CHILDREN

Alejandra Gutierrez è Presidente e testimonial dell'Associazione Internazionale HMC-Heartbeat Moving Children, il cui scopo è di fare dello sport e della musica un veicolo di comunicazione e uno strumento efficace per l'integrazione dei ragazzi con sindrome di Down in tutto il mondo.

Alejandra negli anni ha stretto un legame forte con atleti, cantanti, personaggi del mondo dell'entertainment e istituzioni di alto livello. Grazie a questo legame ha raggiunto un'autentica capacità di partnership riuscendo a promuovere l'integrazione a livello mondiale e mostrando le reali capacità di questi ragazzi. La sua vasta esperienza le consente di fornire consulenza alle istituzioni più svariate, contribuendo alla professionalizzazione della loro gestione, specialmente in settori come la pubblicità, il marketing e la comunicazione, e sconvolgendoli con una tematica sociale importante.

VISION - Integrare persone con Sindrome di Down e altre disabilità cognitive all'interno delle aziende, ma anche nel mondo del cinema, della TV, della musica, della moda, dello sport, dell'università e più in generale in ogni ambito della società.

MISSION - Consiste nel dare alle persone con la Sindrome di Down o altre disabilità cognitive la possibilità di poter praticare gratuitamente attività sportive e musicali e accedere all'educazione universitaria favorendo la loro integrazione.

L'INCONTRO E L'INTEGRAZIONE - "La no-

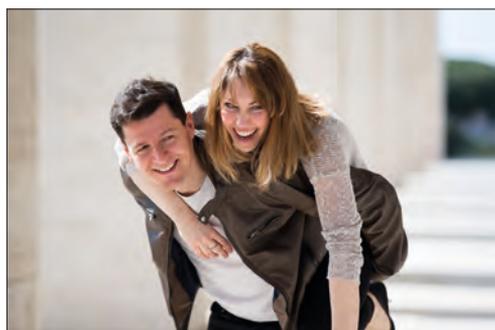


stra idea è quella di creare occasioni d'incontro così da valorizzare la singola persona con sindrome di Down. Troppo spesso con lo scopo di proteggerle si

limita eccessivamente la loro libertà e creatività. Se penso a mio figlio Leonardo, a esem-

pio, ho molte paure, vorrei difenderlo da tutte le avversità, ma non voglio correre il rischio di rinchiuderlo in una bolla per tutta la vita. Deve avere la possibilità di sviluppare la propria unicità e la propria personalità. Il mio compito di madre è aiutarlo e sostenerlo affinché un giorno diventi un uomo che sappia manifestare il meglio di sé ed esprimersi liberamente. Molte volte parlando con ragazzi Down noto come il loro unico desiderio sia di essere trattati da adulti, perché troppo spesso la società li vede come eterni bambini, incapaci di raggiungere una propria autonomia. Noi dobbiamo aiutarli a crescere e proporre loro esperienze che li facilitino nel processo di maturazione e indipendenza personale. Ogni esperienza positiva aiuta non solo i ragazzi ma anche le loro famiglie, che spesso vivono con vergogna, paura o ingiustificati sensi di colpa questa difficile situazione. Mostrare loro cosa possono fare i propri figli li aiuta ad essere più consapevoli e orgogliosi delle loro potenzialità e ad avviare un processo per promuoverne l'autonomia e l'indipendenza. Da solo, nessuno può fare nulla, solo tramite il confronto con gli altri ci possiamo realizzare. Per questo cerco quotidianamente esempi che spronino i ragazzi e le loro famiglie a osare e a provare nuove esperienze". ♦

INCONTRIAMO THE CONIUGI



NELLA FOTO: The Coniugi – Alina e Simone

Diamo ora la parola al duo protagonista del video, che ci ha rilasciato una breve intervista.

Chi sono The Coniugi?

Siamo Alina Person e Simone Gallo. Una coppia nei video ma prima ancora nella vita, stiamo insieme da 10 anni. Alina è un'attrice e ballerina, Simone un attore e comico. Nel nostro passato e nel nostro presente ci sono, oltre ai video per il web, partecipazioni a film per il cinema, spot tv, sitcom televisive e spettacoli teatrali.

Cosa vi ha spinto ad accettare la proposta di fare un video sulla celiachia, visto che nessuno dei due è celiaco?

Ci ha spinto la curiosità, sì, perché come con tutte le patologie e ciò che gli gira intorno, anche noi eravamo curiosi di scoprire cosa può e cosa non può mangiare un celiaco e soprattutto il perché. Quindi abbiamo approfittato del video per conoscere meglio la celiachia e la vostra associazione che aiuta i celiaci.

Avete incontrato difficoltà nello scrivere il testo o nel girare il video?

No, nessuna difficoltà. Abbiamo però dovuto documentarci e confrontarci con voi dell'Associazione Italiana Celiachia Lombardia Onlus per poter scrivere il testo.

Alina raccontaci un episodio divertente o buffo delle riprese.

Durante le riprese della scena finale, quando

devo dire la frase tutta d'un fiato illustrando i vari prodotti, ossia: "l'unica cosa che posso fare è evitare di mangiare per esempio: pane, patatine, biscotti, marmellata, cioccolata, cereali, sughi pronti e farine di vario genere, tutte cose che hai comprato tu!" a un certo punto sono entrata in un loop di errori e non ne uscivo più, tanto che abbiamo pensato di lasciare la camera accesa per riprendere tutto quello che facevamo e avere così, prima o poi, la ripresa buona. E ha funzionato!

Poi ovviamente Simone ha provato a chiedermi di rifarla un'ultima volta bene e non è venuta. Ci abbiamo messo quasi un'ora solo per quella battuta.

Simone raccontaci il tuo momento più critico...

A fine riprese io le ho richiesto nuovamente cosa può o non può mangiare un celiaco, perché nonostante abbia scritto io il video, mi confondevo comunque. Poi ho avuto la conferma, leggendo i tanti commenti online sotto al video, che anche parenti e amici dei celiaci fanno come me.

Conoscevatelo già la celiachia? Avete imparato qualcosa sul tema girando questo video?

Sì, abbiamo imparato, senz'altro, alcune delle cose più basilari e importanti e speriamo di ricordarcele in futuro. Abbiamo scoperto anche che tra i nostri fan e followers ci sono tanti celiaci e non lo sapevamo. E ci hanno ringraziato per aver realizzato questo video.

Com'è stato accolto il video dai vostri fan?

È stato accolto molto bene, davvero. Basta andare a leggere i commenti per rendersene conto.

Cosa vorreste dire ai nostri lettori?

Vorremmo dire ai nostri amici celiaci di avere pazienza con parenti e amici, perché purtroppo (e ci mettiamo anche noi in questa categoria, soprattutto Simone) siamo un po' "scordarelli" e facciamo un po' fatica a ricordarci tutte queste cose. Per esempio Simone già non si ricorda più cosa un celiaco può o non può mangiare... ♦

Pranzi di Natale



A Tirano (SO), il 15 novembre, un luculliano pranzo con specialità valtellinesi organizzato dalle instancabili referenti di Sondrio, Chiara e Daniela, in una atmosfera tipica, ha attratto celiaci di province non vicinissime. Si è dimostrato così che anche la vacanza in montagna può essere pensata senza glutine.

Il 1° dicembre, invece, Pranzo di Natale con gli amici di **Monza Brianza, Como e Lecco, ad Osnago (LC)**. Convivialità, scambi di esperienze con i referenti e i volontari AIC Lombardia, per poi concludere con un animato gioco a sorpresa. Un bella occasione per far comprendere che essere celiaco non significa rimanere chiusi in casa, ma che a pochi passi ci sono tanti amici da incontrare.



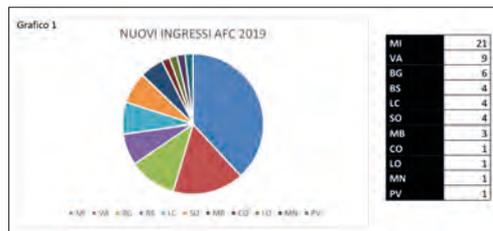
Teremotata

Un'altra sgambata alla Teremotata di Terno d'Isola, con la nostra Referente di Bergamo, Angelica, ad accogliere gli atleti al termine del loro sforzo con un desk senza glutine. Una tradizione prima delle abbuffate natalizie per mettere a posto la propria coscienza.

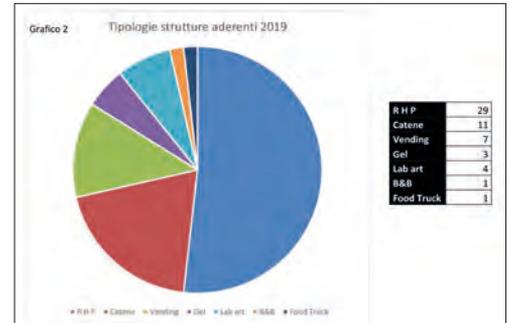


IL NETWORK AFC E LE SUE EVOLUZIONI

Il 2019 è stato un anno positivo per il network AFC in Lombardia, tenuto conto che sono 56 le nuove strutture che sono entrate a farne parte. Anche quest'anno la provincia che ha beneficiato maggiormente dei nuovi ingressi è stata Milano, con 21 locali (il 37% del totale), seguita da quella di Varese (9 strutture) e Bergamo (6 strutture), come mostrato nel grafico qui sotto.



Un aspetto interessante per il 2019 è l'arricchimento delle tipologie di strutture che caratterizzano il network, in quanto si possono finalmente annoverare le postazioni di vending, 7 fra i nuovi ingressi, le catene di fast food, 11 locali fra quelli nuovi entrati, e anche un food truck, primo nel suo genere ad ade-



rire al progetto in Lombardia (vedi grafico qui sopra).

Sempre nel nostro bilancio, per il 2019 ci sono 18 corsi di informazione e aggiornamento distribuiti fra quelli di gruppo e quelli in loco, presso le strutture, e più di 450 monitoraggi e visite. Poco meno di 400 gli operatori del settore alimentare, ristoratori, gelatieri, pasticceri, pizzaioli, coinvolti nella formazione. Purtroppo, a fronte di questi ottimi risultati, il 2019 detiene un primato negativo, cioè il maggior numero di eliminazioni di locali: ben 41. Di queste, la quasi totalità sono per cessata attività o cambio titolare. ♦

A un passo dal Natale e non solo



Sempre il 1° dicembre, altra sfida vinta dai referenti di Mantova che hanno proposto un percorso culturale oltre che gastronomico. Le vulcaniche Marta e Simona hanno dapprima organizzato una visita guidata al Palazzo Te e alla mostra di Giulio Romano, artista che ha lasciato tante bellezze a Mantova, e poi molte leccornie a tavola, ancor più apprezzate dopo aver ammirato tanta bellezza. E dopo tanto desinare, abbiano indossato ancora le scarpe per correre "A un passo dal Natale" il 15 dicembre a Casatenovo. La nostra referente di Lecco, Yolanda, ha organizzato un desk infor-

mativo e punto ristoro per gli atleti della manifestazione ludicomotoria, molto apprezzata. Anche in questo caso, la fatica è stata mitigata dagli splendidi paesaggi del percorso, che si è snodato tra le strade del Casatese, Monticello Brianza, Missaglia ed Usmate. Tutte queste attività sono state occasioni imperdibili per supportare i nostri soci e simpatizzanti nelle diverse province. Ci vediamo nel 2020!



BUONI SU TESSERA: LA VOLTA BUONA?

Due proposte di legge per la dematerializzazione del buono di acquisto e la gestione informatizzata dell'erogazione degli alimenti senza glutine

Non sappiamo se è perché siamo bravi noi o perché sono molto solerti i legislatori regionali a recepire le nostre istanze. Fatto sta che presso il Consiglio regionale sono state presentate due proposte di legge (sostanzialmente identiche, una presentata dalla maggioranza e l'altra dall'opposizione) per la dematerializzazione del buono di acquisto e la gestione informatizzata del processo di erogazione degli alimenti senza glutine, utilizzando la tessera sanitaria-carta nazionale dei servizi (TS-CNS). Non solo. Una terza forza politica (sempre presente in Consiglio regionale), per distinguersi, ritenendo non necessaria una legge regionale, ha tentato di raggiungere lo stesso obiettivo percorrendo una "terza via". Ha proposto, in sede di approvazione della Legge di bilancio 2020, lo stanziamento della somma necessaria a coprire i costi per la dematerializzazione dei buoni attraverso l'attivazione della tessera sanitaria e l'adeguamento del sistema informativo regionale che gestisce il sistema (si chiama SISAR).

Qualcuno sarà tentato di dire: che bel risultato! Per noi non è così. Siamo convinti che i temi che riguardano la salute delle persone vadano oltre le logiche di partito e le dinamiche che le governano. Oltre l'appartenenza politica e la distinzione tra maggioranza e opposizione, tra destra, sinistra e centro. Questa è la nostra posizione, che abbiamo affermato e ribadito in più occasioni, chiedendo l'unificazione delle proposte in un unico provvedimento. Per la cronaca, ci è stato assicurato che ciò (probabilmente) avverrà quando le

proposte saranno discusse in Commissione Sanità. Noi sicuramente lo chiederemo nel momento in cui saremo ascoltati in quella sede.

Lasciamo da parte questi spinosi aspetti procedurali e cerchiamo di capire cosa cambierà con la nuova legge (quando sarà approvata) nella vita di tutti i giorni dei celiaci sardi. Ma, prima di entrare nel merito, è doveroso da parte nostra ringraziare AIC Nazionale per il contributo nella fase di elaborazione del testo che la nostra Associazione ha proposto ai legislatori regionali. Come sapete, attualmente in Sardegna vengono erogati solo buoni cartacei, che possono essere utilizzati solo in un'unica soluzione e in un unico esercizio (farmacia o negozio specializzato), impedendo quindi l'accesso a canali come la Grande Distribuzione e l'utilizzo del buono in modo frazionato.

Un sistema anacronistico, soprattutto se paragonato con la gran parte delle altre regioni, quelle più virtuose, che hanno adottato la dematerializzazione già da tempo, con ottimi risultati sotto tutti i profili. Con la nuova legge, una volta approvata, ci sarà la possibilità di utilizzare il buono anche negli esercizi commerciali della GDO, di avviare la digitalizzazione del buono stesso e la dematerializzazione dell'intero processo di erogazione del contributo, di spesa e di rendicontazione. Di conseguenza anche un deciso miglioramento della nostra qualità di vita.

Sarà nostra cura seguire l'iter legislativo affinché la legge sia approvata al più presto. ♦



Per saperne di più

Le due proposte di legge possono essere scaricate dai seguenti link:
<http://www.consreg Sardegna.it/progettilegge/files/16/16LEG-PL0027.pdf>
<http://www.consreg Sardegna.it/progettilegge/files/16/16LEG-PL0097.pdf>

Prossimi appuntamenti

Tutte le manifestazioni verranno segnalate sul sito www.celiachia.sardegna.it che vi invitiamo a consultare periodicamente alla sezione "Appuntamenti e news".

Avviso

I soci che dispongono di un indirizzo e-mail sono pregati di comunicarcelo in modo da essere aggiornati in tempo reale sulle iniziative che l'Associazione intraprende nel corso dell'anno.

AIC cerca volontari: unisciti a noi!

La rete delle nostre 21 Associazioni Territoriali funziona soprattutto grazie all'impegno, alla passione e alla disponibilità delle persone che scelgono di attivarsi e dedicare un po' del loro tempo alle attività di AIC sul territorio. Insieme possiamo rendere possibili servizi, opportunità e sostegno per le persone celiache ma anche informare le altre persone, sensibilizzare chi di "celiachia" e "dermatite erpetiforme" sa poco o nulla.

Se pensi che ci sia ancora molto da fare, se vorresti far sentire la tua voce e cambiare le cose, contattaci: AIC Sardegna è alla continua ricerca di volontari! A tutti voi diciamo "grazie" in anticipo, senza il vostro prezioso aiuto non potremmo essere ciò che siamo.

Per diventare volontario contattaci al 070.3511050 – 070.2048211 – Numero Verde 800.086738 – Cell. 340.8713611 e chiedi. Non vediamo l'ora di conoscerti!

SCAMBIO DI AUGURI PER I SOCI



Grande partecipazione al pranzo sociale per lo scambio degli auguri natalizi, che quest'anno si è svolto nella splendida Gallura, in un ristorante facente parte del nostro network AFC, che si trova nel Comune di Bortigiadas.

Ringraziamo gli organizzatori Bruno Costiero, referente provinciale, e Luisa Anedda, nostra ex-consigliera, i quali sono riusciti a creare un clima familiare, accogliente e conviviale. *A trus annus.* ♦



Orari apertura ufficio

Si rinnova l'invito a tutti i soci e amici a partecipare alle iniziative dell'associazione, informandosi tramite il nostro sito www.celiachia.sardegna.it oppure recandosi presso l'ufficio dell'associazione a Cagliari - Via Sassari 54 - Piano 2° - Tel/Fax 070.3511050 – 070.2048211 - Numero Verde 800.086738 - Cell. 391.7099377 – 338.8310343

aperto: dal lunedì al venerdì dalle 16.30 alle 19.00
o scrivendo all'indirizzo di: AIC Sardegna - C.P. 178 - 09124 Cagliari Centro, oppure via e-mail: segreteria@celiachia.sardegna.it - ivopicciau@celiachia.sardegna.it - alloni@tiscali.it - tessa212@tiscali.it
pec: aicsardegna@pcert.postecert.it - FB: AIC Sardegna

GLUTEN FREE ROADSHOW

Nello scorso numero del giornale vi abbiamo parlato di alcune iniziative rappresentate con lo slogan "Vediamoci!", con il quale anticipavamo la pianificazione per il 2020 di una serie di incontri sul territorio della nostra regione, chiedendo ai nostri associati suggerimenti e proposte. L'obiettivo è quello di creare occasioni di incontro con iniziative di carattere sociale, culturale e scientifico e con momenti di incontro e confronto.

Nasce così la prima edizione del *Gluten Free Roadshow*, un progetto sostenuto da AIC Nazionale e promosso in collaborazione con enti e istituzioni locali e il coinvolgimento di operatori socio-sanitari, produttori e ristoratori gluten free. In questo primo tour abbiamo deciso di iniziare dai capoluoghi storici della Sardegna. Primo appuntamento a Sassari sabato 28 Marzo. Proseguiremo a Nuoro e Oristano, rispettivamente il 17 ed il 18 Aprile, per chiudere questa prima tornata a Cagliari il 17 Maggio, durante la Settimana Nazionale della celiachia.

Finalizzato come percorso organico e integrato, il *Gluten Free Roadshow* intende generare una nuova consapevolezza sulla celiachia e contribuire allo sviluppo di programmi di prevenzione e cura contando sul know-how medico-scientifico a supporto del progetto. Gli incontri consentiranno di agevolare un'azione di sensibilizzazione capillare in tutto il territorio. Il progetto, infatti, deve contribuire ad arginare i problemi derivanti dalla scarsa

informazione attraverso incontri territoriali mirati e dare un supporto a chi soffre della malattia e cerca nuove soluzioni alimentari per migliorare la propria condizione. Nondimeno, con l'attività di sensibilizzazione sarà possibile coinvolgere anche gli operatori della ristorazione che non conoscono la malattia e che potrebbero contribuire nella definizione di soluzioni alimentari innovative.

Saranno messe in campo anche azioni di educazione sanitaria basate sulla sperimentazione di modalità espressive non convenzionali e forme alternative di comunicazione sociale. Nello specifico intendiamo coinvolgere il mondo della scuola: istituti scolastici, docenti e studenti, che avranno la possibilità anche di raccontarsi e condividere in un ambiente protetto la propria esperienza di celiaco o, per gli altri, di ascoltare ed immedesimarsi nei propri compagni celiaci. Sarà anche l'occasione per rafforzare il ruolo di *advocacy* e di rappresentanza della voce dei pazienti. Spettacoli, eventi culturali e artistici, con momenti conviviali e ricreativi, renderanno le giornate allegre e piacevoli.

In ogni evento sarà distribuito materiale promozionale e informativo finalizzato alla diffusione della conoscenza dell'iniziativa ma anche di sensibilizzazione sul tema della celiachia e della dermatite erpetiforme.

Il programma definitivo è in via di conclusione e sarà nostra premura metterlo a vostra conoscenza appena ultimato. ♦

Newsletter

A fine anno scorso abbiamo chiuso la sperimentazione del servizio di Newsletter, attivato solo con un numero limitato di soci. Salvo imprevisti dovremmo riuscire ad attivare la spedizione regolare a tutti i soci nei prossimi mesi. Stiamo lavorando per ultimare il servizio di consulenza telefonica, con il quale professionisti ed esperti di varie materie attinenti la gestione della celiachia e della dermatite erpetiforme, in determinati orari, risponderanno ai quesiti dei nostri associati. Vi terremo informati sull'avvio e le modalità del nuovo servizio.

Gluten Free Village

Il Gluten Free Village è un ambizioso progetto che abbiamo presentato alla Fondazione Sardegna. In attesa che quest'ultima si esprima, vi anticipiamo alcune informazioni che sono da strutturare sulla base del grado di partecipazione che la Fondazione ci vorrà accordare.

L'iniziativa si terrà a Cagliari dal 16 al 18 Maggio, a chiusura del Gluten Free Roadshow. Lo scopo è quello di creare per tre giorni un'area pubblica, un vero e proprio villaggio, dedicato ai celiaci. Saranno allestite aree espositive, spazi di formazione, sale dedicate

alla discussione, tavole rotonde e dibattiti pubblici.

Un'area sarà dedicata alla promozione della diagnosi, con la possibilità di prenotare test o di beneficiarne in loco in presenza di personale medico/operatore socio-sanitario.

Presenti anche corsi di cucina e cooking show interamente dedicati ai prodotti senza glutine, grazie al coinvolgimento di ristoratori e chef. Le giornate saranno animate da un gruppo di artisti che elaboreranno modalità espressive innovative sul tema gluten free.



ADOTTATO IL PERCORSO DIAGNOSTICO

La Regione ha individuato i presidi sanitari autorizzati alla diagnosi e il Centro regionale di riferimento. Iniziativa inoltre la sperimentazione dei buoni sanitari elettronici

Un altro risultato importante è stato raggiunto da AIC, dopo un lungo processo di collaborazione con la Regione Marche! Finalmente è stato adottato con apposita delibera il PDTM (Percorso Diagnostico Terapeutico Assistenziale) della celiachia.

Con questo articolo, che riporta il nostro recente comunicato stampa, vogliamo aiutare i soci a cogliere i dettagli di questo storico passo, che vede già nel “mirino” di AIC la “rivoluzione” della dematerializzazione dei buoni, che permetterà di spendere la propria ricetta in modo frazionabile nei vari esercizi convenzionati e della quale si inseriscono alcune informazioni al termine dell’articolo.

Il comunicato stampa

La Giunta regionale, riunita nella consueta seduta settimanale, ha adottato il Percorso Diagnostico Terapeutico Assistenziale della celiachia, patologia che colpendo l’1% della popolazione (nelle Marche 15.380 sono pazienti celiaci) non può più essere considerata rara ma cronica ed invalidante. Il percorso della celiachia della Regione Marche, che recepisce le linee guida del “Protocollo per la diagnosi e il follow-up della celiachia” elaborate dal Ministero della Sanità, individua i presidi sanitari deputati alla diagnosi salvaguardando e valorizzando le eccellenze cliniche del Servizio Sanitario Regionale Marche “per garantire alla popolazione marchigiana un agevole e omogeneo accesso a prestazioni sanitarie di qualità – rileva il presidente della

Regione Marche, Luca Ceriscioli –. La corretta diagnosi di celiachia rappresenta non solo un atto medico dovuto al paziente per motivi etici ed assistenziali ma anche una strategia di risparmio poiché i pazienti celiaci non diagnosticati, e quindi non trattati con una rigorosa dieta senza glutine, a causa della loro morbilità rappresentano un significativo carico economico in termini di ospedalizzazioni e prestazioni ambulatoriali”. La rete clinica regionale (CRema) individuata prevede due tipologie di presidi sanitari autorizzati alla diagnosi certificata di celiachia: presidi accreditati di I livello (*Spokes*), sia per gli adulti che per i bambini, distribuiti su tutto il territorio regionale, e un centro di riferimento (*HUB*) individuato nell’Azienda Ospedaliero-Universitaria “Ospedali Riuniti di Ancona”. Alla stesura del Percorso ha collaborato attivamente anche l’AIC Marche Onlus a conferma della volontà di costruire insieme una rete che risponda alle necessità dei pazienti e delle loro famiglie.

Esprime soddisfazione il presidente AIC, Romina Giommarini: “Ringrazio la Regione che ha condiviso con noi questo piano estremamente necessario sia per avere una diagnosi comune e omogenea sul territorio sia per la presa d’atto che la celiachia è una malattia che comporta anche disagio sociale, oggi riconosciuto nero su bianco. Ringrazio inoltre i funzionari della Regione, in particolare il Dottor Feliciangeli, che è stato per me una grande spalla”.

Buoni elettronici, si sperimenta!

La Regione Marche ha iniziato la sperimentazione per la dematerializzazione della ricetta che dà diritto al buono mensile per i soggetti celiaci. La sperimentazione prevede l'attribuzione, da parte delle rispettive Asur, di un codice da utilizzare nelle farmacie e strutture commerciali accreditate.

Al momento di andare in stampa viene testato il suo funzionamento coinvolgendo alcuni

beneficiari della prestazione residenti nelle provincie di Fermo e Ascoli Piceno.

AIC Marche si impegna a comunicare la nuova modalità di utilizzo delle ricette a tutti i soci con una nota ufficiale, non appena avrà avuto a sua volta dalla Regione Marche la comunicazione della fine della sperimentazione e l'avvio definitivo della ricetta dematerializzata con la relativa attribuzione di un codice personale. ♦

COOKING SHOW AD ACQUALAGNA PER LA FIERA DEL TARTUFO BIANCO

Di **Luigi Bosco**

VOLONTARIO

Pochissimi luoghi in Italia, se nominati, fanno subito venire in mente il tartufo; uno di questi è Acqualagna, in provincia di Pesaro-Urbino. In questa splendida località ai confini tra Cagli, Fermignano, Urbania e Urbino, si è svolta la 54ª Fiera Nazionale del Tartufo Bianco e, come consuetudine, con un susseguirsi di cooking show. Uno di questi, il 10 novembre scorso, è stato dedicato al cibo senza glutine ed ha visto la partecipazione della referente marchigiana del progetto AFC, Laura Diodovich, della Vice Presidente di AIC Marche, Sabina Domenicucci, e dello chef Valerio Ferri, proprietario di un ristorante a Cagli che fa parte da molti anni del circuito AFC. Con grande maestria lo chef è riuscito a coniugare modernità e tradizione



NELLA FOTO: Al centro del palco Laura Diodovich, Responsabile AFC, la Vice Presidente Sabina Domenicucci e lo chef Valerio Ferri

popolare proponendo un gustosissimo piatto di maltagliati di polenta con crema di parmigiano e tartufo nero, completato da una ricca spolverata di scaglie di tartufo bianco. Anche in questo evento possiamo affermare "Senza glutine, ma con gusto". ♦



NATALE TUTTI INSIEME!



NELLA FOTO: Montemarciano, 15 dicembre 2019

Di **Gabriella Riganelli**

DIRETTIVO AIC MARCHE

Si sa che con sempre maggior anticipo, con l'approssimarsi del Natale e della fine dell'anno, si respira aria di festa, e quindi Francesco Cagnetti, referente per la provincia di Ascoli Piceno, con il suo impareggiabile entusiasmo ha pensato bene di organizzare, per il 24 Novembre, un pranzo gluten free in un locale AFC. All'evento hanno partecipato una novantina di persone, che si sono confrontate su argomenti comuni e forse sono diventati anche amici. Il menù è stato veramente ricco e gustoso e tutti lo hanno apprezzato. Non di meno sono stati graditi simpatici gadget da mettere sotto l'albero di Natale.

Dopo lo strepitoso successo del pranzo di Ascoli, abbiamo deciso di replicare, muovendoci verso Nord...

L'appuntamento natalizio con più di sessanta partecipanti è stato il 15 Dicembre con



NELLA FOTO: Ascoli Piceno, 24 novembre 2019



NELLA FOTO: La Presidente Romina Giommarini e Francesco Cagnetti, referente di Ascoli Piceno

un pranzo organizzato dal referente Michele Marinelli, con l'aiuto di alcuni volontari, a Montemarciano, a pochi chilometri da Ancona. Anche qui un ricco menù rigorosamente sg ha soddisfatto i commensali, e l'evento è stata l'occasione per rivedere vecchi amici. Si sa che a Natale è difficile resistere ai giochi di società e come in una vera famiglia una "super tombolata", con tanto di premi, ha riscaldato ancor più gli animi dei presenti. Basta poco e il divertimento è assicurato! ♦

Il presepe vivente... senza glutine

Di **Michele Marinelli**

DIRETTIVO AIC MARCHE

Natale vuol dire anche raccogliersi in famiglia, con i parenti che si incontrano magari dopo tanto tempo, ma per qualcuno vuole dire anche impegnarsi per mantenere vive le nostre tradizioni. Ed è a questo che hanno pensato le "solite" attive volontarie di Marina di Montemarciano e Senigallia, quando hanno deciso di partecipare al Presepe Vivente nel centro storico di Marina di Montemarciano, allestendo un punto di ristoro sg nella zona "Semi e Farinae" (ironia della sorte!). Ma per fortuna esistono semi e farine che non contengono glutine! La foto mostra le nostre attrici volontarie che per un giorno si sono immedesimate nei vari personaggi storici,

trasmettendoci il piacere di passeggiare in un ambiente che ricrea arti e mestieri dell'epoca insieme a profumi e sapori lontani.



CONVIVERE CON IL GLUTINE, MANGIARE SENZA GLUTINE



Di **Romina Giommarini**
PRESIDENTE AIC MARCHE

Finalmente a Fabriano! Nell'ultimo scorcio del 2019, molte sono state le iniziative che hanno visto impegnati, a diverso titolo, i nostri soci volontari. Raccogliendo con entusiasmo la richiesta di alcuni soci di Fabriano (AN), il

23 Novembre nei locali della Parrocchia della BMV della Misericordia si è tenuto un incontro-dibattito sulla dieta senza glutine dal titolo "Convivere con il glutine, mangiare senza glutine". L'intervento della Responsabile AFC Laura Diodovich ha riscosso il consueto successo e molte sono state le domande che sono scaturite dal dibattito tra il pubblico, intervenuto veramente numeroso, e i relatori. Per il Consiglio Direttivo è stata anche l'occasione per incontrare i soci e raccogliere l'adesione di nuovi volontari per le attività specifiche di questa cittadina dell'entroterra marchigiano. Al termine dell'incontro è stato offerto un buffet gf da un laboratorio della zona. ♦

SORRISI GLUTEN FREE A CLOWN & CLOWN



Di **Federica Crucianelli**
VOLONTARIA

Dal 29 Settembre al 6 Ottobre si è svolta la 15ª edizione del *Clown & Clown Festival* di Monte San Giusto, Festival Internazionale di Clownerie e Clown-Terapia, durante il quale il paese si trasforma nella "Città del Sorriso", con la funzione di trasmettere il valore universale e terapeutico della risata. Il tema di quest'anno è stato l'equilibrio, un invito a lasciarsi andare per un attimo, correndo il rischio di

cadere, ma sapendo che poi ci si rialzerà insieme. Come ogni anno si è svolta l'*Esplosione di colori*, un'animazione con suoni, giochi, balli e nuvole di colore che dipingono interamente i partecipanti. Il Festival, ricco di spettacoli e workshop, si conclude la domenica con "Rimbalzi di gioia in un abbraccio che vale", gigantesca animazione di piazza con migliaia di mega palloni colorati che rimbalzano da ogni parte. Durante questa giornata è stato consegnato il premio "Clown nel cuore 2019" a Sabine Choucair, clown-umanitaria libanese, che utilizza la clownerie in contesti disagiati e in zone di guerra.

Per tutta la durata del Festival sono presenti degli street food e anche quest'anno molti celiaci hanno potuto usufruire di un pasto senza glutine durante tutta la manifestazione, grazie a "I Sorrisi gluten free", un punto di ristoro dove poter mangiare di tutto, grazie anche al contributo di AIC Marche, che ha fornito panini, pizza e dolci vari. ♦

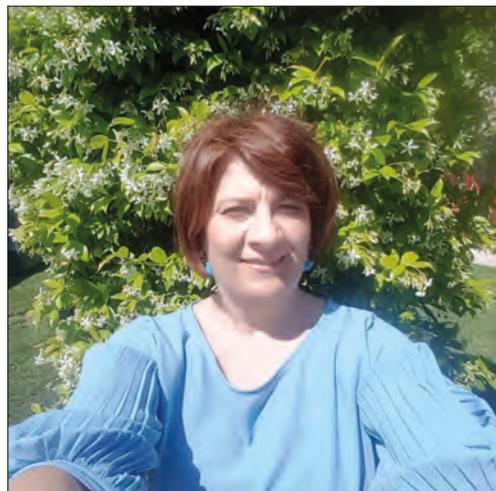


ANNO NUOVO... VOLTO NUOVO!

Passaggio del testimone all'interno di AIC Molise: dopo sette anni insieme, la professionista Fabiola Ciciola lascia il testimone a Mara Andreola

Di Maria Cristina Niro

È un volto molto conosciuto, quello di Fabiola Ciciola, la professionista che da ben sette anni segue tanti progetti di AIC: da quello per il network AFC a quelli dedicati alle varie tipologie di scuole. Ora Fabiola ci saluta e andiamo a conoscere Mara Andreola.



NELLA FOTO: Fabiola Ciciola

Sette anni assieme

Di Fabiola Ciciola

È molto difficile racchiudere in poche righe questi sette anni in cui ho fatto parte della famiglia di AIC Molise: sono stati anni ricchi di incontri con tante persone che mi hanno fatto crescere professionalmente e personalmente, anni di chilometri macinati su e giù per questa nostra piccola regione scoprendo

ogni volta nuovi orizzonti. La proficua collaborazione col "mio direttivo" ha permesso di raccogliere ottimi risultati nei vari progetti portati avanti: i ristoratori informati sul senza glutine sono stati centinaia e le strutture entrate nel network ci hanno portato a raggiungere un buon risultato per la nostra regione. Il lavoro svolto con i professionisti del domani - gli studenti degli Istituti Alberghieri - è stato quello più entusiasmante e promettente: riuscire a catturare la loro attenzione e temperare la loro energia è stata una vera sfida. In Fuga dal Glutine, invece, è stato il progetto che ha segnato l'inizio della mia collaborazione con l'associazione, quello svolto in maniera più capillare sul territorio, portato in tante scuole sia nei piccoli paesi che nelle città più grandi. C'è ancora molto da fare, ma passo il testimone a Mara sapendo che AIC Molise è in buone mani. Con affetto saluto i nostri associati, che posso dire di aver conosciuto quasi tutti personalmente. *Ad maiora!*

Mara si presenta

Di Mara Andreola

Sono una Dietista, laureata con il massimo dei voti presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi del Molise, dopo una precedente laurea in Scienze Motorie e Sportive. Dal 2013 svolgo l'attività di libera professionista, occupandomi a tutto tondo di nutrizione in soggetti sani e patologici. L'obiettivo è quello di educare ad un'alimentazione sana ed equilibrata, tenendo conto delle preferenze e dello stile di vita, e

quindi di non intendere la “dieta” come una privazione di alimenti.

Durante il mio percorso di crescita personale e professionale ho avuto la possibilità di affrontare varie esperienze lavorative. Ho collaborato con aziende in campo farmaceutico per lo screening delle intolleranze alimentari, aziende di ristorazione collettiva ospedaliera e aziendale, e in ultimo, ma non di minor importanza, ho portato avanti l'attività di docenza universitaria. Ed ora qui! Un nuovo inizio, un nuovo percorso come professionista AIC! Felice di essere entrata a far parte di questa piccola ma forte “famiglia” con l'obiettivo di continuare quanto finora fatto e allo stesso tempo contribuire alla sua crescita. Pronta ad aiutare chi si trova improvvisamente catapultato in questo mondo e chi invece ormai è un veterano: ricordate però che l'associazione ha bisogno di voi per crescere e migliorare. Buon lavoro a tutti noi! ♦



NELLA FOTO: Mara Andreola

IN CINQUE AL CORSO AFC AD ISERNIA

Di **Maria Cristina Niro**

Il 3 dicembre si è tenuto ad Isernia il corso dedicato ai ristoratori interessati ad aderire al progetto AFC. La giornata, organizzata dalla professionista Fabiola Ciciola, ha registrato la partecipazione di cinque strutture localizzate ad Isernia ed in paesi limitrofi. Nel corso della giornata formativa sono state illustrate tutte le procedure per poter garantire la preparazione di pietanze senza glutine in totale sicurezza ed evitare così contaminazioni.

L'adesione di una struttura al network di AIC fornisce al celiaco una certa tranquillità nel consumare un pasto fuori casa. La nostra associazione, negli anni, ha lavorato molto per poter aumentare il numero delle strutture aderenti al progetto AFC e ad oggi, infatti, numerose sono le attività ristorative che fanno parte del network. Tuttavia c'è ancora molto da fare per poter dare ai celiaci la possibilità di effettuare una scelta anche di carattere qualitativo. ♦



BILANCI E NUOVI PROGRAMMI AL PRANZO NATALIZIO



Di Maria Cristina Niro

Il 5 gennaio si è tenuto il pranzo natalizio organizzato dalla nostra associazione. La giornata, che ha registrato una notevole partecipazione, è stata un'occasione per rafforzare e consolidare il legame tra gli associati, per fare un bilancio dell'anno appena trascorso, ma, soprattutto, si è rivelata un'opportunità per definire e programmare nuovi obiettivi. Diversi, infatti, sono stati i suggerimenti forniti dagli associati per la definizione di nuovi progetti da realizzare nel corso del 2020.



A tal proposito è importante sottolineare quanto sia necessario il contributo di ogni singolo associato per la crescita di tutta l'associazione. ♦

Corrlsernia

Il 29 settembre si è svolta la Corrlsernia, manifestazione sportiva giunta alla sua sedicesima edizione. L'evento è un'occasione per praticare dello sport all'insegna del divertimento e della solidarietà e coinvolge tutta la città di Isernia: il percorso, infatti, si snoda tra le vie del centro cittadino. Anche quest'anno la Nuova Atletica Isernia, promotrice della manifestazione, ha chiesto la collaborazione della nostra associazione. È stato, pertanto, allestito un punto di ristoro per gli atleti celiaci ed uno stand informativo. Alla fine della manifestazione ad ogni partecipante è stato consegnato un pacco gara; anche gli atleti celiaci hanno ricevuto il loro pacco con prodotti ovviamente gluten free.

La festa del mais di Jelsi

Nel mese di Ottobre, giunta oramai alla sua undicesima edizione, è stata organizzata, nel comune di Jelsi, la festa del mais. Protagonista dell'evento è il mais, cereale utilizzato per la creazione di menù degustativi preparati nelle serate dell'11 e del 12 ottobre. Nel corso della prima serata è stato possibile degustare le Arepas, specialità tipiche venezuelane (focaccine preparate con farina di mais bianco); nella seconda serata, invece, il piatto principale è stato pizza e minestra, pietanza tipica molisana. Anche quest'anno è stata richiesta la nostra collaborazione e le pietanze preparate, naturalmente prive di glutine, erano adatte anche per i celiaci. L'evento ha riscosso, per entrambe le serate, un notevole successo.

ANCHE AIC ALLA STAFFETTA SOLIDALE

Il 19 e 20 ottobre scorsi AIC Trentino ha preso parte, per la prima volta, alla kermesse sportiva organizzata da NSD nuotatori trentini in collaborazione con AVIS e AIDO

Di Armando Beozzo
PRESIDENTE AIC TRENTINO

Lo scopo di questa manifestazione, a cui abbiamo partecipato per la prima volta l'anno scorso ad ottobre, è quello di dare visibilità alle associazioni che si dedicano al "donare". Hanno partecipato AVIS, l'associazione dei donatori di sangue, e AIDO, quella dei donatori di organi.

Anche AIC è stata invitata, perché anche noi doniamo: doniamo tempo e impegno alle persone che soffrono di intolleranza alimentare al glutine.

La manifestazione sportiva si è svolta alla piscina comunale di Gardolo, dove per 24 ore continue ogni partecipante, a più riprese, ha nuotato senza limite di tempo, e anche se magari la stanchezza si faceva sentire tutti gli atleti hanno dato segno di grande entusiasmo e voglia di farcela.

La partenza è stata data puntualmente alle

19.00 di sabato 19. La regola fondamentale era quella di occupare la corsia messa a disposizione per tutte le 24 ore, e ogni atleta doveva percorrere almeno due vasche, senza limiti di tempo e con qualsiasi stile.

Nel corso della manifestazione sono stati allestiti nell'atrio della piscina degli stand informativi a cura delle singole associazioni. Alle 19.00 in punto di domenica 20 è stato dato il fischio finale alla manifestazione, seguito dalla premiazione dei partecipanti, ed infine dai saluti delle autorità locali presenti – la presidente del CONI Berta Fontana e l'assessore al Comune di Trento Italo Gilmozzi – e dei presidenti delle associazioni: Danila Bassetti per AVIS, Mario Magnani per AIDO e il sottoscritto per AIC.

Come ringraziamento per l'invito ricevuto abbiamo offerto a tutti i presenti e agli atleti un dolce fatto con ingredienti naturalmente senza glutine. ♦



HACCP PER I NOSTRI TUTOR

Di **Elena Turrini**

Competenza, professionalità, preparazione, esperienza. Queste le caratteristiche che devono contraddistinguere un buon tutor. Occuparsi del monitoraggio dei locali del progetto Alimentazione Fuori Casa e collaborare all'organizzazione di manifestazioni ed iniziative senza glutine sul territorio richiede, infatti, di essere sempre aggiornati. Per sostenere e rafforzare le competenze e le capacità di questo importante team di persone, fondamentali per la prosecuzione e l'ampliamento del progetto AFC, AIC Trentino ha deciso di investire nella formazione, organizzando un corso di aggiornamento di quattro ore in materia di procedure HACCP.

Il termine HACCP è l'acronimo di *Hazard Analysis and Critical Control Points*, che tradotto significa "sistema di analisi dei rischi e di controllo dei punti critici". Si tratta di una procedura che mira a garantire la salubrità degli alimenti facendo leva sulla prevenzione e sulla corretta gestione del prodotto.

Il corso di aggiornamento, tenutosi ad inizio Dicembre a Trento, è stato affidato all'esperta consulente di igiene alimentare Gabriella Demonti. La docente ha inizialmente spiegato il significato e l'origine del metodo HACCP, nato nel 1993 con la direttiva CEE 43/93 recepita in Italia con il D. Lgs 26 maggio 1997 n. 15543/93, poi abrogato e sostituito dai Regolamenti Co-

munitari 178/2002 e 852/2004. Data la grande varietà e complessità di alimenti e procedure di produzione, la Commissione Europea ha redatto delle Linee Guida generali sullo sviluppo e sull'applicazione delle procedure basate sui principi del sistema HACCP inteso come documento atto ad aiutare tutti i soggetti che intervengono nella catena della produzione alimentare.

Il nutrito gruppo di tutor ha potuto approfondire tutte le tematiche inerenti l'HACCP, la sanificazione, l'etichettatura degli alimenti e la gestione degli allergeni per garantire un più elevato livello di sicurezza alimentare. I prodotti alimentari devono, infatti, essere gestiti correttamente nelle diverse fasi di lavorazione e di conservazione, seguendo scrupolosamente le procedure riportate nel piano di autocontrollo. Questi aspetti sono ancora più importanti nel caso di consumatori celiaci, intolleranti o allergici. In questi casi i soggetti che si occupano di preparazione, manipolazione e distribuzione di prodotti devono adottare metodi di lavoro e procedure specifiche al fine di garantire un consumo sicuro da parte di queste persone, passando anche attraverso una corretta procedura di pulizia delle attrezzature e delle zone di lavoro.

Il corso si è chiuso con un test finale di verifica e con la consegna ai partecipanti dell'attestato di frequenza. ♦

Halloween gluten free per i nostri "celiachini"

Di **Luca Floriani**

Halloween è una festa che è entrata ormai di diritto nella nostra tradizione, e la sera del 31 ottobre la frase "dolcetto o scherzetto" riecheggia su tutti i pianerottoli delle case.

Per garantire ai nostri celiachini (dai 4 ai 10 anni) la più totale spensieratezza, già da qualche anno proponiamo un pomeriggio tutto gluten free a tema. Quest'anno, grazie alla bellissima giornata, oltre ai giochi consolidati come la casa infestata e la zucca, abbiamo potuto stare all'aria aperta, e con una palla il divertimento è stato assicurato! Oltre alle caramelle e alle "schifezze", che non possono di certo mancare alle feste, quest'anno un laboratorio di prodotti freschi senza glutine di Trento ci ha preparato dei muffin

a tema da leccarsi i baffi. Alla fine della giornata siamo stati felici di constatare che l'obiettivo era stato centrato: i sorrisi sui volti dei bimbi, con le loro bellissime mascherine, la riluttanza a tornare a casa e l'entusiasmo dei genitori per l'evento, sono stati motivo di orgoglio per noi organizzatori.

Ma, secondo noi, l'obiettivo di questi eventi non è solo il divertimento dei bambini, ma anche dare loro l'opportunità di conoscersi, poiché saranno loro il futuro dell'associazione. Cogliamo l'occasione per ringraziare Debora per la sua disponibilità ad animare la festa, la segreteria per l'organizzazione e i genitori che si sono resi disponibili a darci una mano. Arrivederci al prossimo Halloween!

QUANDO UN CELIACO SCEGLIE DI ESSERE VEGANO

Di **Alessandra Pacenza**

AIC Trentino ha proposto alla cittadinanza, il 22 novembre a Trento, una serata informativa dal titolo Celiachia e veganesimo. Obiettivo dell'evento non era entrare nel merito delle motivazioni che possono portare una persona ad intraprendere una scelta alimentare vegana, bensì informare e spiegare come poter coniugare una scelta alimentare volontaria con una condizione clinica, quale appunto la celiachia, che "costringe" già di per sé ad un'alimentazione specifica e rigorosa.

Le domande che hanno orientato la presentazione riguardavano quali alimenti possano entrare in un'alimentazione che rispetti la "doppia restrizione" alimentare; se possano insorgere rischi o carenze nutrizionali nel seguire contemporaneamente una dieta priva di glutine e vegana; inoltre, quali consigli pratici si possano dare anche solo per ridurre l'eccessivo apporto proteico di origine animale nella quotidianità o come un celiaco possa condividere un pasto con un amico vegano. Il concetto sottolineato durante la presentazione è stato quello di evitare il "fai da te" da parte delle persone celiache che desiderano approcciarsi ad un'alimentazione vegana; al contrario, di confrontarsi ampiamente con i Medici curanti di riferimento rispetto alla celiachia ed alle condizioni cliniche personali e di avvalersi dell'eventuale consulenza nutrizionale di personale sanitario competente in materia di celiachia ed alimentazione vegetariana/vegana.

Importante, inoltre, mantenere controlli costanti con il proprio Medico ed il follow up presso gli ambulatori dedicati alla celiachia, al fine di valutare e verificare l'adeguatezza dell'alimentazione alle proprie necessità fisiche (oltre che a particolari fasi della vita, ad esempio gravidanza, allattamento, attività sportiva importante, e così via) e l'eventuale necessità di integrare specifici nutrienti ca-

renti. Questo in quanto alimentazione vegana significa non solo "togliere" determinati alimenti dalla propria quotidianità, ma soprattutto pianificare ed integrare correttamente l'alimentazione stessa al fine di evitare specifiche carenze nutrizionali.

Durante la presentazione si è visto quali alimenti sicuramente senza glutine il celiaco può scegliere ed assumere, all'interno di ogni gruppo alimentare costituente la dieta vegana, e quali non può consumare; è stata sottolineata l'attenzione necessaria nella lettura delle etichette alimentari per garantire l'acquisto di alimenti gluten free sicuri. Facendo riferimento ai LARN, sono state spiegate le raccomandazioni relative a specifici nutrienti (acidi grassi omega 3, calcio, vitamina D, vitamina B12, ferro, folati, iodio) in quanto particolarmente a rischio di carenza nella dieta vegana.

Sono state, inoltre, prese in considerazione anche le richieste di chi, non volendo intraprendere una vera e propria dieta vegana, gradirebbe comunque ridurre l'introduzione di proteine animali nella propria dieta senza glutine, mantenendo un equilibrio nutrizionale ed evitando anche sprechi alimentari: ad esempio ridurre il consumo di alimenti animali preferendo i loro derivati, ridurre il consumo eccessivo di proteine animali in ogni singolo pasto, aumentare la frequenza di consumo settimanale del piatto unico vegetale (cereali + legumi), oppure condividere qualche uscita al ristorante vegano con amici. Infine, grazie al contributo di alcune volontarie di AIC Trentino, è stata proiettata una carrellata di alimenti disponibili presso la GDO di Trento, prodotti che soddisfano i principi vegani e che contemporaneamente sono senza glutine, al fine di capire in maniera pratica quali sono reperibili e quali sono invece carenti sul mercato, perlomeno a livello locale. ♦



CHIACCHIERANDO DI CUCINA ROMAGNOLA



Di **Rosanna Giramonti**

In aggiunta ai classici corsi di cucina, quest'anno abbiamo introdotto quelli di cucina regionale.

Siccome a noi piace vincere facile, abbiamo chiesto l'intervento del nostro super cuoco romagnolo Giuseppe Ceci.

Giuseppe ci ha proposto: la piadina "Romagna mia", il *bartolaccio* (tortello ripieno) di Tredozio, gli strozzapreti dell'*azdora* (la regina del focolare), i passatelli del passatore, la ciambella della massaia e la zuppa inglese dell'Artusi. Ma come prima cosa il cuoco ha presentato la tipica tovaglia romagnola stampata a ruggine, ricavata principalmente dal ferro ossidato, che ha un'origine antica - più di 300 anni! -, realizzata con stampi di legno di pero, che riporta immagini di tralci di viti e il galletto con la *Caveja* (asta di ferro).



Tra i consigli più basilari c'è quello di mettere in tutti gli impasti anche del latte, per dare un po' di colore, che alle nostre farine senza glutine altrimenti manca.

Come ha spiegato Giuseppe, non esiste tavola romagnola senza piadina, rigorosamente appena cotta e mangiata calda! Esattamente come usavano nella sua famiglia. La storia della piadina è antichissima, come del resto quella della pita araba, già sulle mense al tempo degli Etruschi e dei Saraceni, ma la sua massima espressione sta nel matrimonio con lo Squacquerone di Santarcangelo e con il prosciutto di Parma. Varianti più moderne sono i *cascioni*, piadine ripiene con erbe, e la *pidaza*, piadina sottilissima preparata al forno e farcita come una pizza.

Tra le varie ricette che ci ha fornito il nostro chef, vi proponiamo nella prossima pagina quella dei passatelli (vedi foto sotto). ♦



PASSATELLI DEL PASSATORE

Preparare i passatelli può essere un modo gustoso per utilizzare il pane avanzato, proprio come si faceva un tempo, quando lo spreco in cucina non era contemplato.

Anche Pellegrino Artusi, nel suo libro *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*, detta la sua ricetta dei passatelli: stessi ingredienti ma con l'aggiunta di midollo di bue.

La versione sg del nostro chef è più semplice, profumata sia dalla noce moscata che dal limone. Non si aggiunge sale nell'impasto, basta il formaggio a dare la giusta sapidità.

Ingredienti

250 g di pane senza glutine grattugiato

250 g di grana grattugiato

4 uova

80 g di farina senza glutine

Un limone con buccia non trattata

Noce moscata

Sale (facoltativo)

Brodo (se si fanno in brodo)

Procedimento

In una ciotola riunire il pane, il formaggio e la farina, una generosa grattugiata di noce moscata, la buccia grattugiata di mezzo limone e mescolare.

Aggiungere le uova leggermente sbattute e amalgamare bene tutti gli ingredienti: l'impasto dovrà risultare abbastanza sodo.

Coprire la ciotola (o avvolgere il panetto nella pellicola) e lasciar riposare per un paio d'ore a temperatura ambiente; se preparato il giorno precedente ancora meglio, ma in questo caso meglio conservare l'impasto in frigorifero.

Dopo il riposo passare il composto, poco alla volta, nello schiacciapate, utilizzando i fori larghi, e lasciar cadere i passatelli su un foglio di carta forno, oppure direttamente nel brodo in ebollizione, staccandoli dallo schiacciapate con l'aiuto di un coltello.

I passatelli sono pronti appena salgono a galla. Togliere dal fuoco e lasciar riposare qualche minuto prima di servire.

PRANZO DI NATALE A LEVICO

Di Chiara Festini

Domenica 15 dicembre si è svolto l'ormai tradizionale Pranzo di Natale, organizzato da AIC Trentino in un ristorante di Levico che ci ha deliziato con un fantastico menù: tris di antipasti, due primi piatti – vellutata di patate con trancio d'ombrina e fagottino di farina di castagne di Roncegno con ricotta informata e Casolet –, tagliata di Razza Rendena con patate al forno e caponata di verdure come secondo, e per concludere in dolcezza ananas marinato alla vaniglia con sorbetto al maracuja e mentuccia.

Inoltre è stato pensato un menù anche per chi segue una dieta vegetariana, insomma per tutti i gusti! Ciliegina sulla torta la magnifica vista sul lago di Levico su cui è affacciato il ristorante, che la bellissima giornata di sole ha fatto apprezzare ancora di più. A rallegrare il pranzo ci ha pensato Ennio Bailoni che, con

la sua musica e il karaoke, ha fatto cantare proprio tutti!

Con questa occasione di ritrovo il Presidente Armando Beozzo ha voluto ringraziare le volontarie che da tanti anni gestiscono sempre con il sorriso lo Sportello Soci, Ivana, Gloria e Rosanna, regalando ad ognuna di loro un bellissimo mazzo di fiori. Non sono mancati i ringraziamenti ai numerosissimi soci che hanno deciso di festeggiare insieme all'associazione le imminenti festività con amici e parenti.

Il pranzo per alcuni invitati si è concluso con un brindisi e l'augurio di un sereno Natale e di un felice 2020. Altri invece hanno voluto continuare a festeggiare cantando tutti insieme al karaoke.

Ringraziamo tutti i partecipanti per la numerosa e calorosa partecipazione, e vi aspettiamo l'anno prossimo! ♦



GEE! È NATO GLUTEN FREE ETHNIC EXPERIENCE

Ti piace la cucina etnica e internazionale? Partecipa al nostro concorso con una tua ricetta gluten free, le prime tre verranno premiate e tutte pubblicate su un ricettario

Ci piace la cucina etnica e internazionale e vorremmo che fosse un'esperienza serena, piacevole e inclusiva per tutti. Ed è per questo che è nato il Contest "Gluten Free Ethnic Experience". Abbiamo deciso di lanciare un concorso di ricette etniche per amanti della buona tavola, ma anche della convivialità e dell'integrazione, per esponenti della cucina mediterranea e non, che vogliano scambiare ricette senza glutine appartenenti a diverse tradizioni. L'obiettivo finale è quello di permettere l'apertura alla cucina internazionale anche per chi vive la celiachia. Ogni giorno, infatti, tutti ci confrontiamo con una società multi-etnica. E proprio a tavola, attraverso l'esperienza del cibo, possiamo certamente divenire più consapevoli di ciò che accomuna uomini e donne, al di là delle esigenze culturali o di salute, riducendo le distanze e favorendo l'integrazione a tutti i livelli.

La partecipazione al Contest "Gluten Free Ethnic Experience" prevede l'invio di una ricetta gluten free appartenente a una cultura differente dalla propria, corredata di ingredienti, modalità di preparazione, fotografie e, se possibile, storie, aneddoti, curiosità, ecc. Possono partecipare al Contest tutti coloro che vogliano presentare una ricetta etnica totalmente a base di prodotti gluten free e che vogliano condividerla come strumento



**GLUTEN FREE
ETHNIC
EXPERIENCE**

di benessere, inclusione e integrazione sociale. Tutte le ricette ritenute idonee saranno raccolte in un apposito ricettario e rese disponibili sul nostro sito per gli associati.

In occasione della Settimana della Celiachia 2020 si terrà inoltre l'evento finale. La prima ricetta classificata, previamente selezionata dalla giuria tecnica, sarà interpretata dall'Executive Chef Sergio Maria Teutonico presso La Palestra del Cibo, main partner del progetto. Sono inoltre previsti premi per le prime 3 ricette classificate!

Se anche tu sei un amante della cucina etnica partecipa al concorso e inviaci la tua ricetta etnica! Partecipare è semplice: visita il sito www.aicpiemonte.it e segui le istruzioni. Per maggiori informazioni scrivi a segreteria@aicpiemonte.it o telefona allo 011.3119902. ♦



GIRO PIZZA DI NATALE DEL GRUPPO GIOVANI

In occasione del Natale il Gruppo Giovani ha organizzato un “giro pizza” gluten free per scambiarsi gli auguri. Ad ospitare l’iniziativa è stata una struttura aderente al Network AFC. Grazie al costante impegno delle nostre giovani volontarie Maria Chiara e Giulia, anche questo evento è stato un successo, con la partecipazione di sempre più giovani celiaci.

Se hai un’età compresa fra i 18 e i 35 anni e vuoi far parte del nostro Gruppo Giovani, non perderti il prossimo appuntamento: visita il sito www.aicpiemonte.it per rimanere aggiornato sulle prossime attività, oppure scrivi una mail a gruppogiovani@aicpiemonte.it per ricevere ulteriori informazioni.

Ti aspettiamo! ♦



APERITIVO IN MOVIMENTO – GUSTOTRAM GLUTEN FREE

Venerdì 29 novembre 2019 è stato organizzato per la prima volta un aperitivo “in movimento” in collaborazione con la rete dei trasporti pubblici torinesi (GTT). L’evento si è svolto infatti sul vagone di un tram, il Gustotram, che ha ospitato 30 partecipanti per un ricco aperitivo gluten free.

Il punto forte della serata, oltre alle ottime proposte culinarie, è stato l’intrattenimento ad opera della guida Silvana, socia AIC Piemonte, che ha catturato l’interesse dei partecipanti guidandoli per le vie del centro storico di Torino, ammirando le Luci d’Artista e rivelando aneddoti che hanno fatto riscoprire la città sotto una nuova luce.

Il successo della prima edizione, sold out in meno di due giorni, è stato tale che sono già

stati organizzati nuovi appuntamenti!

Per rimanere aggiornato sugli ultimi eventi ed iniziative organizzate, visita il nostro sito www.aicpiemonte.it o scrivi una mail a food@aicpiemonte.it. ♦



A vivere la celiachia... si impara!

Proseguono anche nel 2020 gli incontri presso i centri diagnosi del bambino nell'ambito del Progetto "Vivere la celiachia?... si impara!". Ormai appuntamento fisso sono gli incontri organizzati in collaborazione con l'Ospedale Infantile Regina Margherita di Torino, la cui partecipazione è sempre più che numerosa. In un'ottica di espansione del Progetto sul territorio sono stati invece realizzati diversi incontri in collaborazione con l'Ospedale di Novara già nel 2019, che si ripeteranno nei prossimi mesi.

RIUNIONE NATALIZIA GRUPPO DI VOLONTARI DELLA PROVINCIA DI ASTI



In occasione del passato Natale, il gruppo di volontari della provincia di Asti ha organizzato una riunione per scambiarsi gli auguri e proporre le iniziative per il nuovo anno.

Tra queste ritroveremo l'attivissimo gruppo astigiano impegnato nel mese di giugno con il *Gustadom*, manifestazione enogastronomica e culturale, in cui ormai la presenza dello stand di AIC Piemonte è diventato un punto di riferimento per tutti i celiaci e i loro amici e parenti che partecipano all'evento.

Altra iniziativa in programma per la primavera è la camminata alla scoperta di Asti con la bravissima guida Silvana, che già l'anno scorso ha coinvolto con grande entusiasmo persone di ogni età alla scoperta della storia della città. Oltre alle nuove iniziative, nel corso della riunione è stato dedicato un momento anche alle domande e curiosità dei partecipanti sulla celiachia e sui progetti dell'Associazione, complice la presenza alla riunione di Silvia, Dietista di AIC.

A seguire è stato proposto un intervento molto apprezzato su celiachia e sport a cura di una socia, grande sportiva che vive la celiachia in prima persona, che ha raccontato la sua esperienza nel gestire la dieta senza glutine insieme ad un'attività sportiva di livello. La riunione è stata inoltre l'occasione per far conoscere l'Associazione ed il gruppo di Asti a nuovi celiaci appena diagnosticati, che hanno trovato un gruppo affiatato e disponibile, pronto ad accoglierli. ♦

MENÙ DELLE FESTE ALLA PALESTRA DEL CIBO



Continua la collaborazione con la scuola di cucina "La Palestra Del Cibo" di Torino! Dopo il successo delle due classi estive e autunnali, il 2019 si è concluso con il corso in tre lezioni dal titolo "Menù delle Feste Gluten Free",

dove sono stati proposti sfiziosi menù per la cena della Vigilia, il Pranzo di Natale ed il Cenone di Capodanno.

Lo scopo è quello di offrire ai soci, ma non solo, la possibilità di imparare a conoscere le tecniche di cucina e ad utilizzare le numerose materie prime senza glutine per realizzare originali preparazioni dolci e salate, da utilizzare tutti i giorni o per occasioni speciali. I corsi sono realizzati sotto l'esperta guida degli Chef Sergio Maria Teutonico e Daniela Goffredo, affiancati da Silvia, Emanuela e Martina, Dietiste AIC.

Segui la programmazione dei prossimi corsi sul nostro sito! ♦

CENA A BUFFET E CORSI DI CUCINA A NOVARA

Venerdì 15 novembre 2019, in provincia di Novara, è stata organizzata una cena a buffet completamente gluten free in un locale aderente al Progetto AFC. La vastissima offerta di antipasti, primi, secondi, contorni e dolci, ha fatto sì che le prenotazioni fossero chiuse con ben tre settimane di anticipo rispetto alla data dell'evento! Le tante richieste ricevute anche dopo la chiusura delle prenotazioni, poi, hanno reso praticamente d'obbligo la programmazione di una nuova cena per il 7 febbraio, un successo al pari della prima.

Alla cena di novembre sono state inoltre presentate le nuove iniziative in programma per il 2020 nella Provincia di Novara, tra cui spiccano tre cooking show a tema pasta fresca, dolci e panificazione, fissati per il 21 gennaio, 14 marzo e 13 maggio rispettivamente.

Come la cena, anche i cooking show di gennaio e marzo hanno esaurito i posti disponibili in brevissimo tempo. Siamo certi che anche l'appuntamento di maggio riceverà le stesse entusiaste adesioni!

Per rimanere aggiornato sugli ultimi eventi ed iniziative organizzate, visita il nostro sito www.aicpiemonte.it o scrivi una mail a fod@aicpiemonte.it. ♦



LABORATORIO DI DECORAZIONE BISCOTTI



AIC Piemonte pensa anche ai più piccini! Da ottobre 2019 a maggio 2020 sono stati infatti organizzati diversi appuntamenti rivolti ai bambini dai 5 ai 12 anni per imparare a decorare dolci senza glutine.

Nel corso degli incontri sono stati decorati biscotti e "mini panettoni" in occasione del Natale, con diversi temi: animali della fattoria, Natale, Carnevale, Festa del papà, e ancora ci attendono Pasqua e Festa della mamma. Al termine di ogni corso ciascun bambino ha portato a casa le sue creazioni insieme ad un attestato di partecipazione. Divertimento assicurato! ♦

Conclusione del Progetto Regione Piemonte 2019

Il 31 dicembre 2019 si è concluso il "Progetto regionale per il proseguimento delle azioni attuate da parte dei Servizi di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN)" per il 2019, finanziato con i fondi ministeriali previsti dalla L.123/2005. Anche nel 2019, così come negli anni precedenti, molte sono state le attività svolte nell'ambito del Progetto: controlli nelle mense ospedaliere e collettive, corsi di formazione per cuochi e addetti alla distribuzione delle mense ospedaliere, per insegnanti della scuola dell'obbligo, teorici per scuole alberghiere, per Medici di Medicina Generale e Infermieri. Sono inoltre state effettuate, in collaborazione con la Sanità Pubblica, diverse attività dedicate alla ristorazione:

- 1 corso FAD (Formazione a Distanza) e 3 corsi di Aggiornamento teorico/pratici per ristoratori, per un totale di 232 partecipanti e 61 nuove strutture;
 - 355 interventi fra nuove formazioni e audit per il mantenimento dei requisiti.
- Le attività del Progetto Regionale 2020 stanno già ripartendo e sono previste molte attività in tutti gli ambiti. Tutte le informazioni e gli aggiornamenti sono sempre disponibili sul sito www.aicpiemonte.it nella sezione "Attività e Progetti".



CHIAMATA ON LINE PER TUTTI I SOCI!

Assemblea straordinaria, con una votazione online o per posta, per il nuovo Statuto di AIC Sicilia, nell'ambito del processo di adeguamento alle norme del Terzo Settore

Corso volontari a Trapani

Di Annalisa Cotugno

Il 15 dicembre in una struttura del network Alimentazione Fuori Casa, AIC ha formato i nuovi futuri volontari. Una provincia, quella di Trapani, in cui manca da tempo un referente provinciale, ma che ha visto la partecipazione di un gruppo ben amalgamato di volontari e tutor, sia veterani che nuovi soci, tutti animati da grande voglia di fare. Una giornata molto intensa che si è conclusa con la speranza che la provincia di Trapani possa crescere per migliorare sempre più la vita dei celiaci.



Di Dominga Magri
SEGRETERIA REGIONALE

Ci apprestiamo a vivere un momento molto importante per il futuro di AIC Sicilia. È stata indetta un'Assemblea Straordinaria che si terrà, per la prima volta, in modalità telematica, in collaborazione con POLYAS, compagnia specializzata in elezioni online, a partire da febbraio e fino alle ore 23.59 del 31 maggio 2020.

Nell'ambito del processo di adeguamento alle norme del Terzo Settore (D. Lgs. 117/2017) e nel più generale processo di riordino della nostra organizzazione, da tempo ritenuto indispensabile per migliorare la performance di una organizzazione grande come AIC, il Consiglio Direttivo di AIC Sicilia, visto il mancato raggiungimento del quorum dei 3/4 nelle precedenti convocazioni assembleari e

valutata la necessità di promuovere la partecipazione alla vita associativa e l'affermazione della democraticità mediante l'esercizio del diritto di voto nella maniera più semplice per tutti i soci, ai sensi dell'art.10 dello Statuto vigente, ha deciso di adottare il sistema delle votazioni per corrispondenza/online con scrutinio segreto.

L'esigenza, improrogabile, è quella di proporre all'Assemblea Straordinaria dei soci la modifica dello Statuto, dovuta sia al naturale processo di adeguamento alla nuova normativa introdotta con la Riforma del Terzo Settore, in seguito a un percorso ampiamente condiviso da tutti gli organi della Federazione AIC nel rispetto dei valori e principi che sottendono la nostra mission, sia alle mutate esigenze organizzative delle attività poste in essere da AIC in 40 anni di attività a tutela del celiaco, al fine di assicurare la coerenza della nostra struttura organizzativa con le finalità perseguite.

Affinché un'associazione sia al passo con i tempi è necessario tenere sempre ben aggiornato lo Statuto, in modo da venire incontro alle nuove necessità degli associati o ai cambiamenti che sono avvenuti nel corso degli anni.

Dunque, è necessario che un numero elevato di associati prendano parte all'Assemblea straordinaria, che si terrà su questo software online "certificato" per la votazione e che siano favorevoli alla proposta di modifica.

COME VOTARE:

I soci hanno ricevuto da parte di POLYAS una mail contenente un link, ID e password.

Per votare basterà cliccare sul link, inserire l'ID e la password a disposizione ed esprimere il voto.

Se non ci hai comunicato la tua mail o il numero di cellulare chiamaci per completare i tuoi riferimenti anagrafici! Tel. 090.336947, sms o WhatsApp 349.7314835 o 391.3379987. Mail: segreteria@aicsicilia.it, info@aicsicilia.it Sarà inoltre possibile votare anche per corrispondenza: i soci sprovvisti di mail riceveranno via posta la scheda elettorale per espri-

mere il proprio voto.

Bastano pochi minuti del tuo tempo e un semplice click per decidere del futuro di AIC Sicilia.

Ti chiediamo di partecipare al voto esprimendo la tua approvazione al nuovo Statuto di AIC Sicilia entro e non oltre la data/ora fissata nell'avviso di convocazione.

Con il voto digitale abbiamo la possibilità di votare in modo comodo e sicuro. In questo modo aumentiamo la partecipazione al voto permettendo a tutti i soci di prendere decisioni in modo democratico.

GRAZIE! Siamo certi che parteciperete numerosi alla votazione. ♦

INCONTRIAMOCI A SANTA TERESA

Di **Annalisa Cotugno**
SEGRETERIA AIC

Il 1° e il 2 dicembre, a Santa Teresa di Riva (ME), AIC è stata presente, con un punto informativo e una sua struttura del network, all'evento *IncontriAmoci*. Grazie alla sinergia tra la nostra tutor Mariella Di Bella e la referente di Messina Sonia Interdonato, siamo potuti essere presenti in questa manifestazione. Due giorni in cui il divertimento, la condivisione e l'integrazione l'hanno fatta da padroni. Soci e non hanno potuto godere di un'ottima arancina senza glutine passeggiando per le vie della manifestazione. ♦



I DOLCETTI DI NATALE



NELLA FOTO: Piccoli pasticceri crescono.

Di **Annalisa Cotugno**
SEGRETERIA AIC

Gli scorsi 3, 7 e 16 dicembre, AIC ha organizzato tre laboratori dolciari presso le librerie della provincia di Ragusa, rivolti a bambini di età tra i 4 e i 12 anni, celiaci e non.

L'obiettivo è stato quello di promuovere l'inclusione nel tentativo di trasmettere il messaggio che il divertimento può essere assicurato anche preparando dei golosissimi dolcetti sg, imparando che le diverse necessità alimentari nulla tolgono alla convivialità, anzi rendono più ricco lo scambio. ♦

Cuochi iblei in azione contro la fame

Di **Annalisa Cotugno**

Lo scorso 20 dicembre, all'ex Convento del Carmine di Scicli (RG), AIC ha partecipato a una "Cena di beneficenza" sostenendo un'iniziativa di raccolta fondi per i più bisognosi.

Il momento ha rappresentato anche l'occasione per preparare un menu completo senza glutine per tutti, comunicando così che cucinare senza glutine non vuol dire farlo senza gusto, e che il ristoratore deve essere preparato a soddisfare ogni tipo di esigenza alimentare.

PANE E OLIO SENZA GLUTINE AL PRESEPE DI CASTANEA



Di Dominga Magri

Il 13 dicembre a Villa Costarelli di Castanea (ME), AIC ha formato gli organizzatori di uno dei più famosi presepi di Sicilia, quello organizzato dall'associazione Giovanna d'Arco.

Dal 25 dicembre al 6 gennaio, grazie a que-

sta importante attività di formazione, siamo potuti essere presenti al presepe di Castanea. Abbiamo dato la possibilità ai celiaci, soci e non, di tuffarsi completamente nel villaggio presepiale assaporando il pane casereccio caldo senza glutine con l'olio, realizzato da un nostro laboratorio del network. L'emozione e la gioia di vedere grandi e piccini felici davanti a quello che per gli altri è un semplice pezzo di pane, ha ripagato tutta la fatica per essere stati presenti a questo importantissimo evento. ♦



Seminario su "Stili di vita e celiachia"

Il 18 dicembre, grazie alla vincita del Bando di Democrazia Partecipata di Villafranca Tirrena (ME), AIC ha potuto organizzare il primo seminario sulla conduzione di corretti stili di vita per i celiaci. L'incontro è stato presieduto dal Presidente di Spiga Barrata Service Leone Fabio, dal nostro Presidente Regionale Paolo Baronello e dall'Assessore alle politiche giovanili Nino Costa a cui, in qualità di rappresentante del Comune di Villafranca Tirrena, vanno i ringraziamenti più sentiti di tutta AIC.

Grazie alla presenza di diversi utenti, insegnanti e formatori della comunità di Villafranca, è stato un momento di dibattito ed incontro molto interessante e costruttivo, con la promessa di

tornare quanto prima nelle scuole del territorio villafranchese.



INTERVISTA AD UNA SUPER VOLONTARIA

Francesca Lazzerini, mamma di una ragazza celiaca e tutor per il Progetto Alimentazione Fuori Casa. Conosciamola!

Di Sara Quartarella

Per conoscere meglio chi decide di far parte della famiglia di AIC Umbria abbiamo deciso di intervistare Francesca, una volontaria, o meglio, LA volontaria più attiva di Città di Castello e dell'Altotevere, che ci ha raccontato un po' di lei e del suo rapporto con il volontariato e con la nostra associazione, che dura ormai da 12 anni.

Nome e cognome:

Francesca Lazzerini.

Cosa fai nella vita?

Lavoro come commessa in un negozio di Città di Castello, in provincia di Perugia.

Quali sono i tuoi hobby?

Leggo libri di vario genere, frequento lezioni in palestra, condivido amicizie con un gruppo parrocchiale. Odio cucinare, anche se i miei figli e mio marito sono sempre soddisfatti di ciò che realizzo e amano la mia arte culinaria.

Segni particolari?

La semplicità, che contrasta con la mia mania della perfezione in tutto.

Qual è il tuo ruolo in Associazione, e da quanti anni sei in AIC Umbria?

Sono tutor del progetto Alimentazione Fuori Casa e responsabile dell'Altotevere. Svolgo attività di monitoraggio all'interno delle cucine dei ristoranti che dopo il corso teorico



NELLA FOTO: Francesca con il marito Michele, anche lui volontario AIC

aderiscono al progetto di AIC, e allo stesso tempo li rassicuro e incoraggio. Mi sono avvicinata all'associazione nel 2008, subito dopo la diagnosi di mia figlia Elena. Mi sono rivolta all'associazione per avere più informazioni possibili ed un appoggio per poter risolvere il mio iniziale spaesamento causato da questa diagnosi.

Cosa significa per te essere mamma di una celiaca e come hai affrontato la situazione all'inizio?

Quando è arrivata la diagnosi mia figlia aveva undici anni, ma i suoi valori erano ancora borderline, si trattava quindi al momento solo di un sospetto, per cui ho avuto tutto il tempo per assimilare tante nozioni e soprattutto di accettare qualcosa che stava cambiando, sia nella mia cucina, sia nella vita di mia figlia e nella spensieratezza a tavola.



Iscriviti ad AIC Umbria

Iscriviti ad AIC Umbria per l'anno 2020! Il costo della tua iscrizione come socio è di 29 euro, e 15 euro per i familiari del primo socio.

Con l'iscrizione alla nostra associazione avrai un costante supporto dai nostri volontari, riceverai il Prontuario degli alimenti AIC, la guida Alimentazione Fuori Casa e il periodico *Celiachia Notizie*.

Inoltre avrai il libero accesso all'app AIC Mobile, potrai partecipare ai corsi di cucina senza glutine riservati ai soci e, in più, potrai richiedere un appuntamento gratuito con la nostra dietista nella nostra sede di Corciano.

Per avere tutte le informazioni puoi contattarci tramite email a: info@celiachiaumbria.it oppure chiamaci al numero 342.1664258.

AIC Umbria... insieme ovunque

• Perugia: Via Camillo Bozza 12/E, Ellera di Corciano, su appuntamento 334.7523714 – 334.7523564

• Città di Castello (PG): Via Angelini, presso Croce Rossa, Protezione Civile. Tel. 334.7645033 – altotevere@celiachiaumbria.it

• Terni: via Gabelletta 147B, presso i locali della Farmacia Conti, 331.4174681 terni@celiachiaumbria.it

• Foligno (PG): Nuovo Ospedale S. Giovanni Battista, Sala delle Associazioni, 1° piano, Via M. Arcamone – tutti i martedì dalle ore 18.30 alle ore 19.45 (su appuntamento) 377.1675973

Dopo aver accettato il tutto e dopo aver ricevuto tutte le rassicurazioni del caso, il mio stato d'animo si è pacificato e ho pensato soprattutto alla serenità di Elena, mi sono comportata nel modo più adeguato e con serenità abbiamo affrontato il cambiamento alimentare, facendo in modo che quei terribili mal di pancia improvvisi non tornassero mai più, senza rinunciare a feste di compleanno, cene con amici, gite scolastiche, vacanze.

Ci siamo dette che era meglio eliminare il glutine e così abbiamo fatto, senza mai farne un dramma.

Dopo la diagnosi e l'inizio della dieta ho subito pensato che tante mamme e tanti neo diagnosticati potevano aver bisogno d'aiuto e quindi ho deciso di rendermi utile e di mettermi in gioco per trasmettere loro ciò che avevo imparato grazie alla mia formazione. Per questo anche a Città di Castello da anni è stata aperta una sede di AIC Umbria, in Via Angelini (tel. 334.7645033 – mail: altotevere@celiachiaumbria.it).

Qual è stato per te l'evento più bello di AIC Umbria?

L'evento più bello che insieme a mio marito Michele abbiamo organizzato qui a Città di Castello è stato la Mostra del Tartufo Bianco: alcune edizioni sono state memorabili perché, grazie al Comune che ci ha concesso gli spazi adeguati, abbiamo potuto preparare, con la collaborazione di straordinari chef del senza glutine, pietanze calde per tutte le giornate della mostra.

Una vera rarità... un impegno importante, ma ci ha dato tanta soddisfazione poter vedere gli occhi lucidi di grandi e piccoletti davanti a bomboloni caldi, pasta fresca e tante prelibatezze senza glutine.

Perché secondo te è importante svolgere l'attività di volontariato?

L'attività di volontariato è tanto "faticosa" perché spesso è ignorata dalle stesse persone che "vivono" la celiachia, e quindi siamo in pochi. Ma nonostante ciò trovo importante continuare, anche solo per una persona che ti cerca e che ha bisogno di te e del tuo aiuto: questo merita tutto il nostro impegno. ♦

ALBERO DEL VOLONTARIATO 2019

Anche quest'anno abbiamo aderito all'Albero del Volontariato, una manifestazione che si è tenuta l'8 dicembre, dalle 9 alle 20, a Città di Castello, all'interno del meraviglioso loggiato Gildoni.

Ormai l'Albero del Volontariato è diventata la vetrina regionale della solidarietà, alla quale partecipano numerose associazioni provenienti da cinque comuni.

Per noi di AIC Umbria è l'occasione di conoscere sempre più persone con le quali collaborare e condividere progetti e mostrare i risultati di un impegno giornaliero costante.

Un ringraziamento particolare all'organizzatore dell'evento Paolo Cocchieri (nella foto con la nostra Francesca Lazzarini), che con esemplare dedizione rende la manifestazione sempre migliore di anno in anno.

Un arrivederci alla prossima! ♦



CORSI DI CUCINA PER I PROFESSIONISTI DELLA RISTORAZIONE

Nel corso del mese di novembre si sono tenuti in Umbria cinque corsi dedicati ai professionisti della ristorazione, organizzati da AIC Umbria:

- Il 18 Novembre a Magione (PG) si è tenuto l'incontro sulla ristorazione senza glutine "Conoscere la Celiachia" in collaborazione con Cancelloni Food Service, con 55 partecipanti.
- Il 19 Novembre a Narni (TR) si è tenuto il corso di cucina senza glutine "Pizza al Piatto, Pizza al Testo, Piadina & Co" a cura dello Chef Luca Fabbri, a cui hanno partecipato 15 strutture.
- Il 21 Novembre a Città di Castello (PG) presso il Centro di Istruzione e formazione "Bufalini" si è tenuto un corso sulla celiachia e la ristorazione senza glutine in collaborazione con l'USL Umbrial, con 27 partecipanti.
- Il 28 Novembre a Perugia presso la Sede della Formazione dell'USL Umbrial si è tenuto



un corso dedicato alla celiachia e alla cucina senza glutine, a cui hanno preso parte 41 partecipanti della provincia.

- Il 5 Dicembre a Gubbio (PG) si è tenuto il terzo corso realizzato in collaborazione con l'USL Umbrial, che ha interessato 96 professionisti della ristorazione della zona.

Le strutture in AFC in Umbria al 20/01/2020 sono 202. ♦

CORSO DI CUCINA RISERVATO AI SOCI

Oltre ai corsi per professionisti e per le strutture del network, venerdì 6 Dicembre si è tenuto a Terni, presso Chef Academy, il "Corso di cucina Gluten Free Pane, Pizza & CO",

dedicato ai soci AIC Umbria e realizzato dallo Chef Luca Fabbri, al quale hanno preso parte oltre 30 partecipanti che sono stati molto soddisfatti e contenti dell'iniziativa proposta. ♦



Pranzo degli auguri di Natale



Domenica 22 Dicembre a Montecastrilli (TR) si è tenuto il pranzo di Natale organizzato per i soci, al quale hanno partecipato un centinaio di persone. Oltre all'ottimo pranzo, realizzato ad hoc per l'occasione e differenziato per grandi e piccini con molteplici portate dall'antipasto al dolce, passando per un bis di primi e il secondo di carne, che ha soddisfatto tutti i presenti, è stata realizzata anche una lotteria con diversi premi. I vincitori hanno potuto portarsi a casa confetture e creme spalmabili, torroni, spumante, panettone, una crostata artigianale, biscotti artigianali e due bagnoschiuma, offerti da sponsor.



Save the date!
Venite il 17 maggio
all'assemblea

Quest'anno la nostra assemblea regionale si terrà nella splendida cornice di Villa Castelletti, a Signa (FI). Come tutti gli anni, durante la mattina, presenza di ditte specializzate nel senza glutine e di laboratori artigianali, poi un gustoso pranzo e nel pomeriggio convegno medico con i membri del nostro Comitato Scientifico. I bambini saranno intrattenuti dalla Maga Merletta col supporto della nostra "mitica" chef Edda Bacci e delle encomiabili cuoche volontarie, sempre disponibili. Vi aspettiamo! Non mancate al nostro e vostro annuale appuntamento...

UN'ALTRA TAPPA È STATA RAGGIUNTA!

Con la delibera n° 4 del 7 Gennaio 2020 la Regione ha istituito il Centro di riferimento per la dermatite erpetiforme, una patologia ancora troppo poco diagnosticata

Di Giuseppe Giura
 PRESIDENTE AIC TOSCANA

La Regione Toscana ha approvato il documento sul "Percorso Diagnostico, Terapeutico e Assistenziale relativo alla dermatite erpetiforme", adeguando l'organizzazione sanitaria alla luce dei nuovi Lea, anche se a livello europeo si continua a considerare la dermatite erpetiforme una malattia rara.

Nell'atto regionale, frutto tra l'altro del lavoro svolto nell'ambito del Tavolo permanente sulla celiachia, cui partecipa la nostra Associazione, viene istituito il Centro di Riferimento Regionale per la dermatite erpetiforme e viene individuata competente la S.O.S. Malattie Rare Dermatologiche - U.O. complessa Dermatologia I della USL Toscana Centro.

Il percorso sanitario individua gli attori, a partire dai medici di base e pediatri di libera scelta, tutti i criteri diagnostici necessari alla diagnosi, il presidio per le certificazioni nonché la rete per il sospetto e il follow up.

È noto che la dermatite erpetiforme, più della celiachia, è misdiagnosticata, determinando ritardi nell'introduzione della dieta priva di glutine con conseguente peggioramento dello stato di salute e con un aumentato rischio delle complicanze. Avere un percorso diagnostico ed assistenziale ben definito e conosciuto tra i vari attori, e portato all'attenzione di tanti attraverso i media che utilizza

la nostra Associazione, certamente è un fatto positivo per i molti che hanno bisogno.

Organizzare intorno al Centro di Riferimento una rete dislocata sul territorio che possa intervenire sul sospetto diagnostico ed indirizzare gli utenti favorirà maggiore consapevolezza ed appropriatezza. Il percorso mantiene a carico della Regione Toscana l'esenzione per i familiari dei neo diagnosticati, su prescrizione del presidio di rete, come lo è per la celiachia.

Come Associazione siamo molto soddisfatti, anche per il ruolo che ci viene riconosciuto ed in particolare per la collaborazione con le strutture del Servizio sanitario regionale all'educazione dell'autocontrollo ed autogestione del paziente, alla divulgazione della corretta conoscenza della patologia a livello sociale ed alla verifica della qualità dei servizi, e speriamo che tanti possano usufruire di un percorso definito e chiaro per giungere ad una diagnosi precoce. ♦

Rinnova l'iscrizione!

Il mancato rinnovo della quota associativa entro il 31 maggio 2020 comporterà la cessazione dei servizi riservati ai soci. La APP AIC Mobile non sarà più attiva. Tali servizi saranno riattivati al momento del rinnovo della quota.

DOLCI TENTAZIONI NELLE SCUOLE DELLA VALBISENZIO

Di **Claudia Lo Conte**

DIETISTA CONSULENTE PER I COMUNI DI CANTAGALLO, VAIANO E VERNIO (PRATO)

Entrare in cucina per il solito giro di controllo ed essere accolta dal buon profumo di un dolce o del pane appena cotto, con i cuochi che, soddisfatti, mi fanno vedere ed assaggiare i risultati del loro lavoro, è fonte di enorme gratificazione.

I bambini delle scuole della Valbisenzio a mensa possono consumare, tra i tanti prodotti di alta qualità, anche pane locale e, nelle occasioni speciali, dolci casalinghi prodotti in proprio dai cuochi della cucina che si trova sul territorio. Dal passato anno scolastico è iniziata la produzione di pane senza glutine e, adesso, anche quella in proprio di dolci senza glutine. Questo permette di fornire prodotti freschi di mattinata anche a bambini ed insegnanti celiaci.

Il mio ringraziamento, come consulente delle Amministrazioni Comunali, va quindi in primis ai cuochi che, vincendo una prima iniziale titubanza, hanno affrontato con entusiasmo le mie proposte; alla lungimiranza delle Amministrazioni Comunali di Cantagallo, Vaiano e Vernio (Prato) che da sempre mirano ad incrementare il livello qualitativo dei prodotti forniti e del servizio; alla responsabile comunale Damia Amerini, che si è adoperata per produrre



tutta la documentazione necessaria per la partecipazione ai vari progetti (come quello del 2017 “Pane fresco in vallata”, interamente finanziato da AIC); alla responsabile del servizio di Cir Food, Michela Capoduri; ed infine, ma non in ordine di importanza, ad AIC, che tanto lavora sia per la formazione dei tecnici che per la promozione di progetti volti ad innalzare il livello qualitativo dei pasti senza glutine. ♦



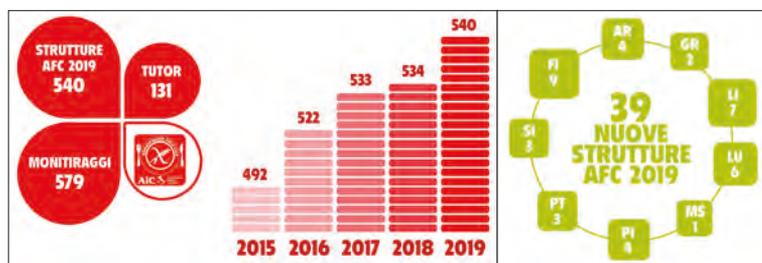
Un po' di numeri...

Sono 39 le nuove strutture AFC in Toscana nel 2019: 4 ad Arezzo, 2 a Grosseto, ben 7 a Livorno e 6 a Lucca, 1 a Massa, 4 a Pisa, 3 a Pistoia e Siena e addirittura 9 a Firenze! In tutto ad oggi sono quindi 540 nell'intera regione, mentre i Tutor sono 131 ed hanno effettuato 579 monitoraggi.

Ecco come sono cresciuti i locali negli ultimi anni:

2015	492
2016	522
2017	533
2018	534
2019	540

LA GUIDA AFC NEL TEMPO...



La Guida Alimentazione Fuori Casa è stata ideata quasi 20 anni fa, con l'obiettivo di aiutare i nostri soci, e tutti i celiaci in generale, a trovare con comodità un punto di ristoro capace di offrire un pasto senza glutine, sicuro e di qualità.

Coloro che ne fanno parte sono esercizi di ristorazione pubblica, in regola con la formazione e gli adempimenti legislativi regionali; troviamo alberghi, agriturismi, ristoranti, bar, gelaterie, B&B, trattorie, tavole calde e fredde, pub, spaghetterie, paninoteche, catering e laboratori di produzione artigianale come panetterie, pasticcerie, pastifici e gastronomie. Al suo interno abbiamo, ad oggi, più di 4000 strutture, e nella nostra Regione sono circa 540!

Se possiamo vantarci di un numero così alto di attività che svolgono un servizio senza glutine, è solo grazie ai TUTOR AFC! Questi sono volontari AIC che, garantendo il loro

supporto e la loro esperienza, si impegnano per controllare le strutture presenti tramite incontri periodici, durante i quali verificano i requisiti tecnici e monitorano l'andamento del locale, nell'ottica del miglioramento continuo dell'offerta senza glutine.

Nonostante l'impegno dei nostri volontari, purtroppo, ogni anno alcune strutture vengono eliminate dalla Guida AFC; la maggior parte delle strutture che escono dalla Guida chiudono la loro attività oppure cambiano gestione, per questo è sempre più importante il ruolo del TUTOR, per cercare sempre nuove strutture da informare sul percorso per diventare esercizi del network AFC, e per poter formare ed informare sempre più attività possibili. ♦

Le nostre attività... in cucina



NELLE FOTO: Tronchetto di Natale



Pasta Fresca



Pane fresco e ciambella



Corso di cucina a Prato e Lucca



LE NOSTRE ATTIVITÀ: CI INCONTRIAMO...



... **corriamo** e
giociamo
a calcio



NELLE FOTO: Corso a Ponte a Ema (FI)

Corso 4 mani 12.10.19 Firenze

Corso bimbi 26.10.19 Firenze

NELLE FOTO:
Maratona 24.11.19 Firenze
Corsa ad Agliana 3.11.19,
Agricolando Castelfiorentino (FI)
29.09.19
Calcetto 13-10-19



SCUOLA, AIC VINCE UN FINANZIAMENTO

Il bando promosso dal Centro Servizio Volontariato, per lo sviluppo di progetti sociali sul territorio, è stato assegnato ad AIC e all'Associazione Diabetici

Di Silvia Blanc

Con grande soddisfazione vi informiamo che AIC è risultata vincitrice, in collaborazione con l'Associazione Diabetici della Valle d'Aosta, del bando promosso dal CSV, finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, con il quale sono stati messi a disposizione dei finanziamenti per iniziative che favoriscano lo sviluppo sociale ed economico della comunità valdostana e la diffusione della cultura della solidarietà. L'obiettivo del progetto, denominato "Celiachia e Diabete nel contesto scuola", ha l'obiettivo di agevolare l'inserimento degli studenti celiaci e diabetici nelle attività scolastiche, attraverso un accesso equo e sicuro ai servizi di ristorazione collettiva, e di rafforzare l'informazione sulla celiachia nel contesto scolastico, al fine di diffondere la conoscenza di queste patologie tra i compagni di scuola e gli insegnanti.

Destinatari diretti del progetto saranno alcuni insegnanti delle scuole dell'infanzia e primaria presenti sul territorio valdostano, che parteciperanno ad un evento formativo di cinque ore, attraverso il quale i professionisti coinvolti tratteranno il tema della celiachia e del diabete affrontandolo nelle sue varie sfaccettature di tipo medico, dietetico, psicologico e sociale.

La formazione acquisita dagli insegnanti e il materiale che verrà predisposto consentiranno di divulgare la conoscenza di queste patologie tra gli alunni e, in seconda fase, tra le famiglie di questi ultimi. ♦

Il Natale dei soci

Si è svolta sabato 7 dicembre, in un ristorante del network Alimentazione Fuori Casa di Gressan, la cena sociale per festeggiare insieme agli associati il Santo Natale 2019.



NUOVE ADESIONI AL NETWORK AFC



NELLA FOTO: La dietista Renata Cane

Si è svolto il 7 Ottobre 2019 il primo corso base per ristoratori organizzato dalla neonata AIC. Il corso si è svolto nei locali dell'area verde Tzanté de Bouva messi a disposizione dal Comune di Fénis. Per l'AIC, che si è insediata solo da pochi mesi con la nuova organizzazione, è stato un primo importante tassello per portare avanti il progetto di informazione e di affiliazione da parte di nuove strutture ricettive presenti sul territorio. Il corso, al quale hanno aderito 10 strutture, è stato tenuto e organizzato da Giorgia Sarlo, referente AFC Valle d'Aosta, e dalla dietista Renata Cane. Hanno collaborato il dott. Marco Aicardi, referente del Comitato scientifico AIC, la cuoca Maria Rita Fabiano e la dott.ssa Anna Maria Covarino, medico S.I.A.N.

Ai locali che hanno aderito si aggiungeranno nei prossimi mesi altre strutture che hanno manifestato interesse a partecipare al network Alimentazione Fuori Casa. ♦



COME PREPARARE IL PANE



NELLA FOTO: Arianna

In occasione della riunione mensile che si è svolta presso i locali del CSV, venerdì 8 novembre, Arianna, membro del comitato direttivo, ha illustrato a tutti i partecipanti come fare dei panini rustici utilizzando la macchina del pane. È stato poi predisposto un video per mostrare agli associati la procedura da seguire per realizzare la ricetta. ♦

Un corso per i nostri Tutor

Il 29 febbraio alcuni rappresentanti di AIC Nazionale che si occupano del Progetto Alimentazione Fuori Casa sono stati in Valle D'Aosta per una giornata di formazione rivolta ai nostri Tutor. Gli obiettivi sono quelli di favorire la formazione degli interessati in modo, da un lato, di fornire informazioni utili sui protocolli AFC, alla luce delle modifiche apportate dai nuovi regolamenti, e dall'altro di ampliare il numero di soci disponibili a occuparsi del monitoraggio dei locali aderenti al circuito AFC. Un altro obiettivo del corso è quello di avere sempre più persone informate sul tema dell'alimentazione fuori casa per avere pasti senza glutine con minor rischio possibile di contaminazione. Il corso è stato strutturato in due moduli: il primo su AIC, sul volontariato e su come e perché è nata AFC e come funziona; il secondo sugli obiettivi di AFC, le regole fondamentali e il monitoraggio, il tutto per una durata di circa 6 ore.



CELIACHIA QB: NON SOLO FORMAZIONE!

Primo concorso di cucina rivolto agli alunni del 4° e 5° anno degli Istituti alberghieri, "L'arte che nutre: senza glutine a Doc"

Il progetto per l'anno scolastico 2019-20 si sviluppa perseguendo il medesimo obiettivo che nel 2016 ha portato ad una "ristrutturazione" del progetto stesso, puntando ad una sempre più precisa offerta formativa rivolta ai docenti di Laboratorio di enogastronomia, Scienze dell'Alimentazione e materie affini. La mission è quella di accompagnare i docenti a creare dei moduli didattici "celiachia" da inserire nel programma scolastico, offrendo contenuti su celiachia e buone pratiche da trasmettere ai propri discenti, con il sostegno del *Manuale operativo Celiachia qb* da una parte e, dall'altra, partecipando alle sessioni formative organizzate da AIC Veneto.

Infatti abbiamo realizzato tre incontri formativi in altrettanti Istituti Alberghieri - Pietro d'Abano ad Abano Terme (PD), Cornaro a Jesolo (VE) e Beltrame a Vittorio Veneto (TV) - coinvolgendo, oltre ai docenti provenienti dagli Istituti ospitanti, quelli appartenenti alle Scuole Barbarigo, Cipriani, Cestari Righi, Alberini, Follador Rossi, Val Boite.

Ma quest'anno, per "stimolare" i docenti a formare i propri allievi, AIC Veneto ha indetto il primo concorso di cucina rivolto agli alunni del 4° e 5° anno degli Istituti alberghieri che hanno partecipato al progetto dal 2016 ad oggi.



"L'arte che nutre: senza glutine a Doc"

Come si può dedurre dal titolo, il concorso vuole stimolare i partecipanti alla creazione di un menu senza glutine pensato per il cliente celiaco: "a Doc" gioca sui concetti di appropriatezza del menu e di sicurezza, e richiama un'opera d'arte che si esprime nell'armonia del tutto, ma che si compone di singole parti. Così anche le ricette create dovranno trovare equilibrio nella loro completezza, con-

siderando anche l'accessibilità reale al menu del cliente celiaco che farà parte della giuria: quindi non solo realizzazione del menu ma anche procedure corrette (dalla scelta delle materie prime alla preparazione).

Potranno partecipare una squadra per Istituto; ciascuna squadra è formata da quattro ragazzi che elaboreranno quindi un menu senza glutine (primo, secondo, dolce); la valutazione non si baserà soltanto sul risultato finale della pietanza ma si prenderanno in considerazione anche la correttezza dell'approvvigionamento e delle procedure.

Le indicazioni per l'elaborazione e la realizzazione delle ricette che dovranno seguire le squadre sono le medesime date ai docenti durante le sessioni formative: valorizzare le materie più semplici per contenere il budget

e per entrare nella visione realistica di un ristorante, e riconoscere e segnalare tra gli ingredienti scelti quali sono permessi e quali a rischio.

Il concorso rappresenta un'occasione di crescita personale e professionale per i ragazzi stessi ma anche per intessere una rete sempre più fitta tra gli Istituti Alberghieri e AIC Veneto, per accedere a contenuti sulla celiachia sempre più precisi e ad un linguaggio condiviso e puntuale, affinché i futuri professionisti della ristorazione siano in grado di accogliere e rispettare il cliente celiaco ancor prima di affacciarsi al mondo del lavoro.

La finale si disputerà a marzo/aprile 2020 tra le prime tre classificate e in quell'occasione i ragazzi, sostenuti dai nostri chef, oltre alla gara predisporranno il buffet per accompagnare e festeggiare le premiazioni. ♦

Celiachia ... qb!
Formazione per gli Istituti Alberghieri

FORMAZIONE DOCENTI:
CALENDARIO INCONTRI anno scolastico 2019 - 20

I sessione c/o Istituto Pietro d'Abano PD 24 ottobre 2019 teoria 30 ottobre 2019 pratica	II sessione c/o Istituto Beltrame TV 29 ottobre 2019 teoria 6 novembre 2019 pratica
III sessione c/o Istituto Gornara VE 7 novembre 2019 teoria 13 novembre 2019 pratica	

Informazioni e iscrizioni: AIC Veneto: 049.8808802 - veneto@celiachia.it

CUOCHI A LEZIONE DI ALIMENTAZIONE SENZA GLUTINE



Trentacinque cuochi della provincia di Belluno hanno partecipato al corso di formazione per la preparazione dei pasti senza glutine organizzato dal Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'Ulss 1 Dolomiti, in collaborazione con AIC. La prima edizione del corso, tenutasi a Belluno, ha preso avvio il 7 novembre, mentre la seconda edizione, tenutasi a Feltre, è iniziata il 21 novembre. Il corso, della durata complessiva di 6 ore, ha previsto una parte teorica condotta dalla dietista Michela Da Rold, dal tecnico della prevenzione dell'Ulss 1 Dolomiti Monica Tissi e da

Carmelita Di Giorgio per AIC. La parte pratica si è svolta in due sedi: l'Istituto Alberghiero "Dolomieu" di Longarone, grazie alla collaborazione del prof. Gianluigi Sandi, e l'istituto Enaip Veneto di Feltre, grazie alla collaborazione di Mauro Cavallet. Il corso ha avuto lo scopo di migliorare le conoscenze sulla gestione dei pasti senza glutine all'interno delle cucine partendo dalle materie prime utilizzate, il loro stoccaggio e la modalità di preparazione per evitare possibili contaminazioni, e garantire così alla persona celiaca di poter consumare un pasto adeguato. ♦

A SPASSO NEL 2019 CON IL TEAM AFC



Le attività del TEAM AFC di AIC Veneto non si fermano mai!

Il Team AFC a fine anno era composto da:

- 47 Tutor volontari
- 1 Volontaria addetta al sollecito attività di monitoraggio, Donatella Fasolato
- 1 Volontario Consigliere e Referente AFC, Alessandro Poli
- 1 Dipendente part time, Carmelita De Giorgio
- 1 Professionista AFC, Federica Fiorenzato.

Il 2019 è stato un anno positivo ma anche molto impegnativo per le attività programmate nel progetto AFC, nell'ambito del quale sono stati organizzati i seguenti corsi:

- 10 corsi base (anche in loco) di accesso ad AFC per nuove strutture: 38 le nuove strutture partecipanti. Di queste, 25 hanno seguito l'iter formativo in loco fino alla conclusione, che prevede la prova pratica e la firma del protocollo d'intesa per l'attivazione nel network;
- 7 corsi di aggiornamento in loco per la formazione di nuovo personale, richiesti dalle strutture già presenti nel network AFC.

Sempre nel corso del 2019 sono entrate nel network 25 nuove strutture di varie tipologie e ne sono uscite 10 (5 per cessata attività, 2 rinunce al progetto, 3 per cambio titolare e/o tipologia attività). Alla data del 31 Dicembre

le strutture presenti nel network AFC erano 242 e sono stati svolti in totale circa 300 monitoraggi senza evidenziare particolari problematiche. Alla stessa data tutte le strutture sono state regolarmente monitorate con l'obiettivo raggiunto di "0 monitoraggi a fine anno". Quindi grazie ai tutor per il lavoro svolto e grazie anche a tutti gli altri che hanno contribuito!

Come ogni anno, in previsione della chiusura delle attività AFC annuali, sono stati organizzati i corsi di aggiornamento dedicati alle strutture che già aderiscono al progetto AFC in tutto il territorio regionale. Ottima affluenza di partecipanti alle due sessioni di corso organizzate in collaborazione con AIC Friuli Venezia Giulia, che ringraziamo di cuore, ciascuna di 3 ore teoriche:

- 1° sessione Martedì 17 Dicembre 2019 a Verona, al quale hanno preso parte 30 strutture con 87 partecipanti;
- 2° sessione Lunedì 13 Gennaio 2020 a Zelarino (VE), al quale hanno preso parte 33 strutture con 79 partecipanti.

I tantissimi partecipanti hanno ottenuto adeguate informazioni su AIC e sul progetto Alimentazione Fuori Casa (AFC), Celiachia e dieta senza glutine (ABC), normative e etichettatura alimenti senza glutine, Regole fondamentali AIC per un'alimentazione senza glutine con analisi delle criticità.

Soddisfatti per ciascun piccolo o grande traguardo raggiunto, continua l'impegno nel 2020 del TEAM AFC e dei Tutor, per rendere il progetto sempre più "preparato" e conforme alle regole senza glutine! È sempre gradita la segnalazione di eventuali strutture che offrono pietanze senza glutine ma che ancora non fanno parte del network AFC e sono interessate ad entrare. ♦

"SENZA PENSIERI"

La tua spesa senza glutine

Autorizzata ritiro buoni U.L.S.S.

ZANÈ (VI) - Via Cellini 1/b - Tel. 0445 382653

Aperto dal Lunedì al Sabato
Venerdì: orario continuato

Bar senza glutine all'interno

www.senzapensieri.net

CELIACHIA SU MISURA: UNO SPAZIO PER I SOCI

“Celiachia su Misura” è per i soci un punto d'accoglienza e di riferimento dove conoscere AIC, l'associata del Veneto, l'ABC della dieta senza glutine, al fine di migliorare la qualità di vita sociale del celiaco e dei suoi familiari. Il primo approccio con i nuovi soci avviene telefonicamente o via mail: vengono date tutte le informazioni riguardanti l'associazione, le attività e i progetti. Ma abbiamo sempre dedicato uno spazio ai nuovi diagnosticati tenuto da un nutrizionista per affrontare al meglio gli aspetti dell'alimentazione senza glutine. Proprio per questo, nel 2017 è stato creato “Celiachia su misura”, un incontro riservato ai soci, condotto da due figure professionali che lavorano in sinergia: un educatore (Laura Brun, Responsabile dei progetti In Fuga dal Glutine e Celiachia qb) e da un economo-dietista (Federica Fiorenzato, Professionista Progetto AFC e Celiachia qb).

“Celiachia su misura” quindi è pensato per i neo diagnosticati che si trovano improvvisamente catapultati nel mondo della celiachia, la cui cura richiede un cambio immediato delle abitudini alimentari, ma anche per chi nel tempo si ritrova ad affrontare nuove pro-

blematiche nella quotidianità. È uno spazio che si costruisce intorno alle necessità e “cucito su misura” per chi lo richiede, perché la celiachia non è solo seguire la dieta, ma seguirla mantenendo un giusto equilibrio nelle relazioni sociali. Accogliamo i familiari di un bambino, i genitori e il preadolescente, adulti, ragazzi con diverse abitudini di vita (sportivi, universitari, lavoratori, viaggiatori, ecc).

Come si accede

È sufficiente prendere appuntamento chiamando la segreteria allo 0498808802 o scrivendo a veneto@celiachia.it

Un po' di numeri

Inizialmente lo sportello, sulla scia del passato, era aperto a tutti, ma poi, essendo un servizio personalizzato, è stato riservato ai soli soci (dal 2018):

nel 2017: 26

nel 2018: 12

nel 2019: 14

I soci incontrati per lo più provenivano dalle province di Padova, Venezia e Vicenza, ma il servizio è dedicato ai soci di tutto il Veneto. ♦

24 ORE DI SAN MARTINO (BL)



La 24 ore di San Martino è sempre un successo di partecipanti, pubblico e solidarietà, ed un'occasione per radunare in pista, e soprattutto

to attorno alla pista, il meglio delle passioni sportive e iniziative di volontariato.

Anche quest'anno la squadra di AIC ha partecipato a questa importante manifestazione che da 46 anni si rinnova a Belluno.

L'esito è stato veramente soddisfacente sia per le numerose visite allo stand dell'associazione che per la bella prestazione sportiva degli atleti AIC.

L'impegno organizzativo dei numerosi volontari bellunesi è sempre notevole, ma ampiamente ricompensato dall'ottima riuscita generale della manifestazione. ♦

“SU E XO PA EA VOLTA” 2019



Una fredda mattina del 1° dicembre accoglie la prima partecipazione del Team AIC alla quarantesima edizione della marcia non competitiva “Su e xo pa ea Volta” organizzata dal Gruppo podistico di Voltabarozzo, che prevedeva percorsi di 7, 12, 17, 21 km.

Quest’anno gli organizzatori di questa seguitissima marcia hanno chiesto ad AIC di creare un punto di ristoro per i tanti runners celiaci. Pochi sanno, infatti, che questi runners quando partecipano a una marcia devono portarsi da casa i loro “rifornimenti”.

Il team AIC, in loco sin dalle prime luci dell’alba (le marce iniziano alle 8!), ha preparato un ben fornito e simpatico punto di ristoro con bevande e cibarie di vario tipo.

Inoltre, in attesa dell’arrivo dei corridori, AIC ha fornito informazioni sulla celiachia ai tanti curiosi che gironzolavano per la piazza della Chiesa di Voltabarozzo. Piazza gremita dai gazebo di varie associazioni e sponsor incitati dallo sprone costante “ma pensa te...” del simpatico speaker della marcia: “Ma pensa te c’è anche AIC oggi con noi!”.

Grande soddisfazione per noi al momento dell’arrivo presso il nostro gazebo dei tanti runners celiaci che sottolineando con un “finalmente...” hanno approfittato del punto ristoro.

Un ringraziamento in più all’organizzazione per la sensibilità verso il prossimo e la volontà di far sentire tutti i partecipanti parte integrante della corsa.

La mattinata si è conclusa con la consegna dei premi ai tanti gruppi sportivi presenti, dopodiché il punto AIC ha chiuso i battenti con il team infreddolito ma soddisfatto. ♦



5 X 1000AIC

IL TUO 5X1000
È CON **Chiara**

Chiara sta male da anni,
ma solo il mese scorso
ha ricevuto la diagnosi
di celiachia. Ora può
finalmente stare meglio.

AIC È CON CHIARA

La celiachia è una malattia cronica che colpisce oltre 600.000 persone in Italia. Circa 400.000 pazienti ignorano di essere affetti da celiachia esponendo la propria salute a gravi rischi. AIC si impegna per ridurre il tempo di diagnosi e il

numero di celiaci non diagnosticati. **Non costa nulla, unisciti a noi, destina il tuo 5X1000 alla migliore ricerca scientifica, ai progetti a favore dei celiaci, a chi ogni giorno difende i loro diritti.**

FIRMA ANCHE TU E INSERISCI IL CODICE FISCALE AIC:

1 1 3 5 9 6 2 0 1 5 7

Ulteriori informazioni su: www.5x1000.celiachia.it

AiC  Associazione
Italiana
Celiachia

Cambia in meglio la vita delle persone celiache.

Facciamo Festa?

Arrivano le CURVIES Senza Glutine!



FESTAIOLA

SAPOROSA

CALIENTE



Croccanti, sottili e divertenti. CURVIES sono le irresistibili chips dal gusto inconfondibile. Disponibili in 3 varianti di gusto: ORIGINAL, la festaiola che non perde mai un'occasione per divertirsi; PAPRIKA, l'anima caliente che scatena la festa; BBQ, la saporosa che accende l'appetito di tutti. Passa il tubo e...che la festa cominci!



Best in Gluten Free