

Stato e prospettive L'unificazione della Struttura Ospedaliera Oculistica di RE

dr. Carlo Alberto Zatti

Dagli ultimi mesi del 2021, in seguito alla riunificazione della Azienda Ospedaliera S. Maria Nuova e della Azienda AUSL di Reggio Emilia, è avvenuta la fusione delle due Strutture Oculistiche prima presenti sul nostro territorio provinciale, sotto la guida di un uni-

co Dirigente, il Dott. Marco Vecchi, precedente Direttore della Struttura Complessa Oculistica AUSL. Questo ha comportato una complessa riorganizzazione delle attività assistenziali, con i vincoli legati alla presenza di più sedi ospedaliere operative (Ospedale S. Maria Nuova di

Reggio Emilia, Ospedali di Correggio, Montecchio, Castelnovo né Monti, in precedenza anche Guastalla e Scandiano) e delle problematiche aggiuntive legate alla emergenza COVID, che hanno avuto importanti ripercussioni soprattutto sulla logistica

segue a pag. 2

Vi aspettiamo numerosi PARTECIPATE!

Cari saluti a tutti/e, come potete vedere dall'annuncio a lato siamo già all'assemblea annuale di bilancio: è ancora un bilancio che risente dello stop dovuto alla pandemia, ma il nostro impegno verso il pareggio è costante e si nota.

Mi preme ricordare ai Soci che non hanno ancora ritirato la tessera di provvedere quanto prima, anche perché al ritiro viene consegnato il carnet di buoni spesa (CONAD) mensili; è una opportunità da non perdere!

Seguite tutte le nostre iniziative attraverso i social e buona estate!

Il Presidente
Oscar Bizzarri

CRAL chiuso per **FERIE**
dall'08 al 28 agosto compresi

Informiamo i soci che l'ufficio osserverà i seguenti orari:

Lunedì e Giovedì: 8,30 - 12,00 | 14,30 - 16,30
Martedì e Venerdì: 8,30 - 12,00



ASSEMBLEA ORDINARIA CRAL-SANITÀ "V. DAVOLI"

I Soci della sopra intestata cooperativa sono convocati in assemblea generale ordinaria in prima convocazione per il giorno 29 aprile 2024 alle ore 7.00 presso la sede del CRAL in v.le Umberto I, 50 a Reggio Emilia, ed in seconda convocazione il giorno

Mercoledì 22 maggio 2024 alle ore 18.00
presso la sede del CRAL in viale Umberto I, 50

per discutere e deliberare il seguente sul seguente

ordine del giorno:

1. Discussione ed approvazione del Bilancio chiuso al 31/12/2023 e delibere conseguenti;
2. Varie ed eventuali.

Partecipate numerosi!

DELEGA

Il sottoscritto

Delega il socio del CRAL Sanità "VELMORE DAVOLI" s.c.

A rappresentarlo
nell'Assemblea Ordinaria del 22/05/2024

In fede

N.B. Non è possibile delegare i consiglieri CRAL

L'unificazione della Struttura Ospedaliera Oculistica di RE

segue da pag. 1

delle nostre attività chirurgiche. Come in generale tutta la medicina, la nostra branca specialistica, data la estrema importanza della vista che sicuramente è la regina delle funzioni sensoriali e la cui menomazione, probabilmente ancora di più nei paesi moderni, determina una gravissima invalidità non solo individuale ma anche lavorativa e sociale, ha visto negli ultimi decenni, un forte aumento della richiesta di prestazioni da parte della popolazione, con liste di attesa che hanno raggiunto livelli critici.

Questo aumento è legato a vari fattori: miglioramento delle possibilità diagnostiche e terapeutiche (il che porta a poter curare più efficacemente patologie prima non trattabili ma spesso le cure risultano complesse, costose e si prolungano nel tempo), aumento della incidenza delle cosiddette "malattie del benessere", in particolare la retinopatia diabetica e le complicanze anche visive legate alla obesità, progressivo invecchiamento della popolazione con esponenziale aumento delle malattie oculari legate

all'invecchiamento, quali cataratta e degenerazione maculare senile, aumento delle richieste di prestazioni a carattere medico-legale (infortuni, certificazioni di malattia e/o invalidità, certificazioni per la guida e altri tipi di permessi).

Dal punto di vista chirurgico, la nostra struttura è tra le prime della regione Emilia Romagna per numero annuale di interventi di alta chirurgia oculare (in particolare chirurgia vitreoretinica, ma anche glaucoma, strabismo, chirurgia della cornea). Questi interventi vengono effettuati prevalentemente in regime Day Surgery presso gli Ospedali S. Maria Nuova di Reggio Emilia e San Sebastiano di Correggio. Presso gli Ospedali S. Anna di Castelnovo né Monti e Franchini di Montecchio vengono invece effettuati interventi di minore complessità, quali cataratta e chirurgia degli annessi. Attualmente i trattamenti iniettivi intravitreali per le maculopatie e le malattie vascolari retiniche vengono effettuati presso il S. Maria Nuova.

Dal punto di vista medico, sono in fase di adozione una serie di provvedimenti per ottimizzare le risorse sanitarie disponibili sul nostro territorio, in modo da limitare il più possibile gli spostamenti dei malati, soprattutto per le patologie a minore complessità gestionale, e consentire una diagnosi e trattamento tempestivi, in particolare nei casi in cui un ritardo rischia di peggiorare l'esito. Grazie all'ammmodernamento del sistema informatico sanitario regionale e anche alla unificazione Aziendale, è ora possibile ai medici ed agli specialisti SSN accedere agli archivi informatici dei referti dei pazienti a livello provinciale per conoscere loro i precedenti sanitari, il che ha consentito un significativo miglioramento della tempestività ed accuratezza diagnostica e prescrittiva.

È in corso un potenziamento delle attività di screening:

- a livello infantile, è stata adottata negli ultimi anni in maniera siste-

matica l'esecuzione su tutti i neonati dell'esame del riflesso rosso del fondo in coordinamento con i Neonatologi e Pediatri, inoltre sono state potenziate le valutazioni ortottiche prescolastiche, per individuare patologie oculari precoci;

- attualmente è stata avviata anche attività di consulenza specialistica dedicata per pazienti affetti malattie rare in collaborazione con la Pediatria e la Genetica Clinica, con la prospettiva di individuare pazienti trattabili con terapia genetica;
- è in corso la acquisizione di apparecchiature strumentali per esami di screening a livello ambulatoriale territoriale per il monitoraggio di pazienti affetti da patologie quali diabete e patologie retiniche maculari.

A fronte di questi progressi, rimangono peraltro importanti criticità, non risolvibili a livello organizzativo. La riduzione della disponibilità di Oculisti di Specialistica territoriale, legata anche alla difficoltà di sostituire i medici che hanno raggiunto il pensionamento, sta obbligando la nostra Struttura a dirottare una parte importante delle risorse verso le visite oculistiche di primo livello, il che porta ad un aumento dei tempi di attesa per le attività di livello superiore, sia diagnostiche che terapeutiche.

L'aumento esplosivo dei pazienti sottoposti a trattamento con farmaci intravitreali, dovuto in larga misura proprio alla efficacia di queste terapie nel mantenere per lungo tempo una capacità visiva utile in pazienti che fino a 10-15 anni fa erano praticamente non curabili, determina un crescente squilibrio nella allocazione delle risorse disponibili a scapito delle altre branche della nostra Specialistica, sia per il costo dei farmaci, che per essere davvero efficaci vanno somministrati frequentemente, che per la necessità di monitoraggio periodico e prolungato dei pazienti affetti da questo tipo di patologie.

CRAL SANITA'
MORA' D'AVOLI

Carissimi Soci,
vi ricordiamo di passare a ritirare presso i nostri uffici il carnet di buoni sconto mensili da utilizzare presso tutti i Conad del comune di Reggio Emilia.
Certi di fare cosa gradita vi aspettiamo.

IN REGALO
60€
DI BUONI SCONTI

Buoni validi solo per i punti vendita di Reggio Emilia città

CONAD Concessionari CONAD OFF Turkey

Le associazioni di volontariato del territorio scandinavo Insieme per un progetto di sostegno al disagio psichico

dr. Maurizio Rosi

“**S**ostegno & Zucchero” è un’Associazione di volontariato che opera a Reggio Emilia dal 1993 nel campo della salute mentale, con l’obiettivo di sostenere le persone e le famiglie che vivono il disagio mentale. L’associazione ha cercato la collaborazione delle associazioni Avo, Auser e il sostegno del CSM del Distretto di Scandiano, per realizzare il “cyber caffè”, un luogo d’incontro per utenti e familiari.

CHIEDIAMO ALLA SIG.RA IACCHERI SILVANA VOLONTARIA DI SOSTEGNO & ZUCCHERO, REFERENTE DEL PROGETTO, DI DESCRIVERE CON MAGGIORE DETTAGLIO IL “CYBER CAFFÈ”

Come dice il nome, è proprio un caffè dove le persone si possono incontrare, partecipare alle iniziative che via via si vanno organizzando, o semplicemente stare in compagnia come nei caffè di una volta. C’è la presenza di una pluralità di soggetti: persone con problemi di disagio psichico in fase di relativo compenso, volontari con vari compiti e mansioni (trasporto, preparazione della merenda, organizzazione dei giochi di società, dei momenti di lettura, delle attività manuali e motorie ecc), familiari. L’attività è iniziata nel mese di marzo 2022 presso il circolo ricreativo Bisamar di Scandiano.

Gli incontri avvengono tutti i Lunedì e Mercoledì dalle 15,00 alle 17,00.

QUAL È L’OBIETTIVO PRINCIPALE DI QUESTA ATTIVITÀ?

Promuovere la socializzazione degli utenti è la finalità primaria, che si traduce comunque in tanti piccoli obiettivi secondari adattabili ai bisogni e alle potenzialità dei diversi partecipanti, ad esempio si organizzano:

- passeggiate e ginnastica dolce per contrastare l’abitudine alla sedentarietà
- gioco delle carte creando tavoli adatti alle capacità e agli interessi dei partecipanti
- piccoli corsi di cucina per migliorare le conoscenze sull’utilizzo dei prodotti alimentari più sani, le modalità per cucinarli e conservarli
- la cura dell’orto e la realizzazione di piccoli manufatti artigianali per condividere il piacere di produrre qualche cosa di buono o di bello
- a tutti gli incontri la merenda e, una volta al mese, la

tombola per favorire la convivialità.

Dalla primavera scorsa abbiamo iniziato tutti i lunedì a proporre un momento di lettura con insperato successo.

ANNA È UNA VOLONTARIA AVO ED EX INFERMIERA DI CHIRURGIA CHE CI CONFERMA L’INTERESSE PER QUESTA ESPERIENZA

Ho dato la mia disponibilità a partecipare a questo progetto con un po’ di preoccupazione perché si trattava per me di un’esperienza nuova in un ambito dove non avevo mai operato, o meglio, nella mia attività avevo incontrato tanti malati psichiatrici bisognosi di cure chirurgiche, ma in tali occasioni il mio ruolo era ben definito e sostenuto dal contesto di reparto. Un approccio non ospedaliero è stata un’esperienza del tutto nuova dove mi sono rivista non più come figura professionale, ma come “amica” in un rapporto paritario e solidale. Le tante nuove relazioni instaurate con i partecipanti, mi hanno dato e mi stanno dando molto, indubbiamente occorre rimodulare tutti i codici relazionali, i tempi, le attese, ma alla fine gli effetti positivi non mancano. Il risultato lo si può misurare dalla partecipazione assidua dei ragazzi (in media circa trenta per pomeriggio) e dalla continua richiesta di nuovi ingressi. Quest’ultima condizione, se da una parte incoraggia, dall’altra costituisce, a mio parere, una criticità: un gruppo troppo numeroso pregiudica la conoscenza ed ancor più l’ascolto dei singoli.

MARZIA È UNA VOLONTARIA AUSER DI CASALGRANDE, SI OCCUPA DEL TRASPORTO DEI PARTECIPANTI, ORGANIZZA LE PASSEGGIATE E PARTECIPA AL GIOCO DI CARTE. CHIEDIAMO ANCHE A LEI DI RACCONTARCI LA SUA ESPERIENZA.

All’inizio ero molto scettica, mi sono lasciata coinvolgere perché ero consapevole che le iniziative sul territorio per il disagio psichico erano poche o assenti del tutto mentre il bisogno era tanto. Non ritenevo di poter instaurare facilmente una relazione di amicizia con questa tipologia di persone, che nella mia fantasia rimanevano malati di un mondo a sé. In realtà dopo un periodo iniziale di reciproca conoscenza, le difficoltà si sono appianate ed il rapporto è diventato diretto e sincero.

segue a pag. 4



Il 31 maggio scade il termine per il TESSERAMENTO 2024

Ricordiamo ai soci del Cral che ancora non avessero provveduto al versamento della quota annuale, di regolarizzare la loro posizione al più presto.

Per chi versa la quota annuale con trattenuta in busta paga, ricordiamo, di passare a ritirare la tessera del 2024!

Presentazione del libro **L'impronta**

Il CRAL - Sanità "Velmore Davoli" nella ricorrenza dei 50 anni trascorsi dall'istituzione della Scuola per Infermieri Professionali di Reggio Emilia, promuove la presentazione del libro.

Introducono:

Oscar Bizzarri presidente CRAL Sanità "Velmore Davoli"

Giuliana Lusuardi Editrice e co-curatrice del libro

Intervengono

Marcella Benassi Prima Direttrice della Scuola Infermieri Professionali di Reggio Emilia

Ione Bartoli, già Assessora regionale e Assessora provinciale con delega alla Scuola ed alla Formazione professionale dal 1980 al 1986

Ricordando Velmore Davoli

Giuliano Bedogni (medico e docente)

Marzia Prandi (co-curatrice del libro)

Le testimonianze di alcuni dei protagonisti del libro "L'impronta"

Interventi dal pubblico presente

Moderatore: Rossano Fornaciari Infermiere - Assistente

sanitario Consigliere CRAL Sanità

Voce narrante: Patty Garofolo Attrice e formatrice

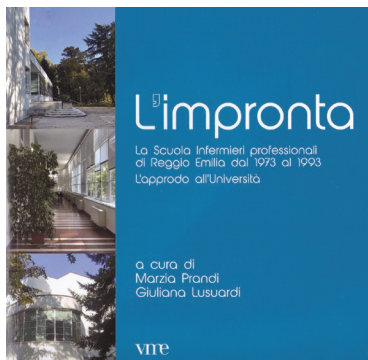
Video racconto: Marzia Prandi, Sara Bortolin Progettista culturale

Giovedì 23 Maggio 2024

ore 17:00 – 19:30

Centro Sociale "Buco Magico"

Via Martiri di Cervarolo,
47 - Reggio Emilia



**INCONTRO APERTO
A TUTTI:**

gradita la prenotazione

entro martedì

21 maggio

Marzia Prandi whatsapp

o sms 339 5018568

marzia.prandi@virgilio.it

Insieme per un progetto di sostegno al disagio psichico

segue da pag. 3

SIMONA INFERMIERA DEL CSM E GIULIA ATELIERISTA CREATIVA SONO LE DUE OPERATRICI CON CUI IL DIPARTIMENTO DI SALUTE MENTALE PARTECIPA AL PROGETTO.

Simona ci racconta di lavorare da molti anni in ambiente psichiatrico e di aver sempre creduto che sia necessario

integrare il percorso terapeutico classico con iniziative di socializzazione, nel contesto di vita del malato. Il cyber caffè, secondo Simona, sta diventando un importante strumento di supporto al malato e alla sua famiglia e un luogo dove sente di realizzare pienamente anche la sua professionalità.

Stagione Teatro Municipale Valli, Ariosto e Cavallerizza 2024/2025

Ricordiamo che nel mese di giugno usciranno i nuovi programmi della Stagione teatrale 2024/2025.

I Soci che sono in possesso dell'abbonamento/i sono tenuti a comunicare al momento della pubblicazione del programma la conferma o la disdetta degli abbonamenti.

Il CRAL Sanità si impegna ad inviare il programma dell'intera stagione.

Chi è intenzionato a sottoscrivere un nuovo abbonamento è pregato di comunicarlo entro il 30 giugno.

I biglietti singoli saranno disponibili dal mese di settembre. Vi chiediamo di comunicarci il numero dei biglietti **entro il 05 agosto** (comunque entro e non oltre il 24 agosto), tenendo conto che gli uffici saranno chiusi dal 08 al 28 agosto compresi.

PER INFO & AGGIORNAMENTI

www.cral-sanita-velmore-davoli.com

cralausl@cral-sanita.re.it

Facebook: CRAL Sanita Velmore Davoli soc. coop.

IO CHE SCRIVO SONO UN MEDICO IN PENSIONE, MI È STATO CHIESTO LA PRIMAVERA SCORSA DI ATTIVARE UN GRUPPO DI LETTURA

L'entusiasmo dei volontari ha consentito di superare le mie perplessità e provare, nonostante sia un pessimo lettore. Al Cyber caffè ho trovato un ambiente sereno, cordiale amichevole, una partecipazione spontanea alle iniziative senza obblighi o condizioni. I partecipanti, sempre educatissimi, mi hanno avvicinato come un amico un po' più anziano, un approccio caloroso accogliente, senza diffidenza. I ragazzi sono molto differenti fra loro per patologia e sensibilità, per capacità di comprensione e di attenzione. Scegliere letture appropriate d'interesse comune non è stato facile, ma alla fine col gruppo è stata individuata una rosa di testi che, opportunamente ridotti, hanno stimolato interesse all'ascolto. In parte si legge, in parte si racconta e si commenta insieme, c'è spazio per domande e chiarimenti e per raccontare le proprie esperienze. Nel dicembre scorso il gruppo ha richiesto di incrementare i momenti di lettura anche il mercoledì quando non sono previste altre iniziative.

Una piccola curiosità: inizialmente al Cyber mi chiamavano **dott.** a distanza di un anno sono diventato un **prof.** (in materie letterarie naturalmente), non avrei mai pensato di poter diventare un cattedratico in così pochi mesi !!! ma si sa al Cyber può succedere l'impossibile.

Terremoto in Irpinia 1980

di Melioli Marinella

Questo articolo prende inizio da uno scritto effettuato per il cinquantesimo anno della Scuola Infermieri per il libro "L'Impronta".

Testimonianze fornite da: Patrizia Beltrami, Carla Bagnacani, Rosario Giannino, Rosanna Guatteri, Marco Guion, Annamaria Marzi, Salvatore Marziano, Daniela Maselli, Marinella Melioli.

Alle 19,00 di Domenica 23/11/1980 un terremoto di magnitudo 6,8 della scala Richter sconvolse la Campania centrale e la Basilicata con epicentro a Conza e Conza della Campania.

Giorni dopo a Bagnolo in Piano Patrizia Lusoli e Marco Guion allievi del 2° scuola Infermieri 1979/1982 pensarono di portare soccorso alle popolazioni terremotate, una volta tornati a scuola esposero la loro idea alle varie classi.

Cominciò così una trattativa con la direzione della scuola, preoccupata di inviare giovani ragazzi senza avere una meta precisa in zone pericolose con una formazione infermieristica non completata, alla fine però ci riconobbero e tramutarono il tempo passato in Irpinia in ore di tirocinio, questo a riprova che hanno creduto in noi studenti poco più che maggiorenti.

Ci recammo in tanti luoghi per partire in breve tempo: Comune, Croce Rossa, Caritas ci mise a disposizione due pulmini.

Nel frattempo ci recammo in un grande magazzino alimentare a comprare viveri e in un negozio che vendeva materiali da campeggio ad acquistare beni che ci potessero servire.

Alla scuola era iniziata una raccolta fondi capeggiata dalla Caposala Didattica Marzia Prandi, altre donazioni furono date dalla Parrocchia di Gavassa e dal circolo il Torrazzo di Bagnolo in Piano per una somma pari a 5 milioni di lire.

Partimmo dall'ospedale Spallanzani con 2 pulmini ed un mezzo che veniva utilizzato per effettuare le schermografie condotto dal tecnico di radiologia Mario Crotti, di fianco la Caposala Didattica, Annamaria Marzi che aveva in custodia il denaro raccolto dal-

le donazioni che fu dato alla Caritas di Avellino.

Gli studenti che partirono erano: Bagnacani Carla, Patrizia Beltrami, Davoli Naira, Rosanna Guatteri, Iori Renzo, Marco Guion, Patrizia Lusoli, Maselli Daniela, Melioli Marinella del 2° anno scuola infermieri 1979/1982 Ascia Leone, Marziano Salvatore, Rosario Giannino Tumino Angelica del 1° anno corso straordinario 1980/83. Ogni mezzo era autonomo con materiale alimentare, acqua, sacchi a pelo, brandine, torce da illuminazione, fornellini per cucinare e altro.

Viaggiammo tutta notte ed in mattinata giungemmo a Capua (Caserta) dove c'era un centro che tentava di destinare risorse nei vari luoghi del terremoto, inizialmente pensarono di destinarci a posizionare le persone decedute dentro alle bare, ci inviarono invece alla Prefettura di Avellino per avere una successiva destinazione.

Durante il viaggio il pulmino su cui viaggiamo si ruppe, fummo aiutati a ripartire da ragazzi del luogo, questo inconveniente ci fece perdere tanto tempo, quella notte dormimmo sui pulmini nel parcheggio di un ospedale.

Guatteri Rosanna e Mario Crotti furono inviati a lavorare in ospedale.

La mattina seguente recammo alla Prefettura di Avellino ci inviarono nella zona industriale della città in un grosso capannone vuoto dove all'esterno c'erano operai licenziati e in stato di agitazione contro l'azienda, non fummo ben accolti da queste persone che vedevano occupare la loro precedente sede di lavoro.

Il nostro compito nel capannone era quello di organizzare e distribuire beni che arrivavano con camion da tutta Italia come materiali alimentari, vestiti e scarpe, materiale da lavoro come tute e stivali, guanti, coperte, vettovaglie e persino bare.

Dovevamo vagliare il materiale che arrivava, purtroppo come sempre accade avevano inviato anche materiale sporco o deteriorato e secondo la tipologia veniva posizionato negli appositi scaffali; purtroppo abbiamo assistito a persone che approfittava-

no della situazione.

Questo ci ha fatto vedere, amaramente, uno spaccato di umanità che non pensavamo così privo di decenza. Nel magazzino faceva molto freddo, dormivamo su brandine coi sacchi a pelo, a turno si preparavano i pasti, il bagno era posto fuori dal capannone provvisto solo di un piccolo lavandino per poterci lavare quando c'era l'acqua.

In un tempo successivo fummo affiancati da ragazzi provenienti dalla Calabria ed altri dalla città.

Nel frattempo continuavano le scosse sismiche.

Andammo successivamente in una farmacia a comprare garze, disinfettanti e tanto altro materiale ci recammo poi in zone montagnose difficilmente raggiungibili percorrendo strade con gravi danni strutturali, vedemmo tanta devastazione e tante zone con improvvisate tendopoli.

Casualmente trovammo una anziana signora con importanti ulcere sacrali, col materiale a disposizione fu medicata. In una tendopoli trovammo un bambino dentro ad una roulotte con un distress respiratorio si fece un aerosol invitando i genitori a portarlo al più presto dal pediatra.

Restammo ad Avellino una quindicina di giorni, portandoci a casa le immagini viste e vissute.

Nessuno ha dimenticato gli interi paesi rasi al suolo e le persone che avevano perso famigliari, amici e le loro abitazioni.

Negativo il fatto che mancasse una organizzazione di gestione dei soccorsi e dei soccorritori, le risorse venivano inviate senza una logica precisa; la Protezione Civile infatti nacque nel 1992 con la legge 225 col compito di "tutelare l'integrità della vita, i beni, gli insediamenti e l'ambiente dal pericolo di danni derivanti da calamità naturali, da catastrofi o altri eventi calamitosi.

In un discorso dell'allora Presidente della Repubblica Sandro Pertini al ritorno da una visita delle zone colpite denunciava il ritardo dei soccorsi: **"tutti gli Italiani devono andare in aiuto dei fratelli colpiti dalla sciagura perché il modo migliore di ricordare i morti è andare in soccorso ai vivi"**.

Per noi l'esperienza di formazione alla Scuola Infermieri è stata anche questo.

Programma gite e soggiorni

Per info & prenotazioni:

CRAL Sanità "Velmore Davoli" s.c.
v.le Umberto I, 50
42123 REGGIO EMILIA
0522.29.63.43
cralausl@cral-sanita.re.it
www.cral-sanita-velmore-davoli.com



Hotel Cavour

Viale Raffaello Sanzio, 37
Valverde - Cesenatico

SOCI CRAL:
sconto dal 5% all'8%
su prezzi di listino
inclusi vino, acqua, bibite,
ombrellone, sdraio

Hotel Buratti

Viale Italia, 194
Pinarella di Cervia - RA

SOCI CRAL:
sconto 8% su prezzi di listino

Prenotazioni presso il CRAL

MAGGIO | OTTOBRE 2024

PARIGI

DAL 25 AL 28 MAGGIO 2024
SOCI CRAL € 905 | NON SOCI € 950
(PACCHETTO EURODISNEY + € 320,00 A PERSONA)

PORTOGALLO E SANTIAGO

DAL 27 MAGGIO AL 03 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 1.463 | NON SOCI € 1.540

LE TERRE DI ULISSE E PONZA

DAL 01 AL 04 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 485 | NON SOCI € 510

SOLE EOLIE... E NON SOLO

DAL 02 AL 07 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 1.093 | NON SOCI € 1.150

CICLABILE SAN CANDIDO-LIENZ E LAGO DI BRAIES

DALL'08 AL 09 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 200 | NON SOCI € 210

NAVIGAZIONE SUL BRENTA E VILLE VENETE

DOMENICA 9 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 131 | NON SOCI € 137

IL VITTORIALE DEGLI ITALIANI E NAVIGAZIONE SUL LAGO DI GARDA

DOMENICA 09 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 86 | NON SOCI € 90

SOLE LOFOTEN E CAPO NORD

DAL 10 AL 17 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 2.560 | NON SOCI € 2.690

LE CINQUE TERRE E IL GOLFO DEI POETI

DOMENICA 16 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 88 | NON SOCI € 92

SOGGIORNO A SAN BENEDETTO DEL TRONTO

DAL 17 AL 27 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 1.065 | NON SOCI € 1.120

SERATA MAGICA A VENEZIA

SABATO 22 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 133 | NON SOCI € 140

TRESCORE, ABBAZIA DI SAN PAOLO D'ARGON (BERGAMO)

DOMENICA 23 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 91 | NON SOCI € 95

PORTOFINO E SAN FRUTTUOSO

DOMENICA 23 GIUGNO 2024
SOCI CRAL € 75 | NON SOCI € 79

SOGGIORNO NEL CILENTO

DAL 30 GIUGNO AL 07 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 950 | NON SOCI € 1.000

LE CINQUE TERRE E IL GOLFO DEI POETI

DOMENICA 06 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 88 | NON SOCI € 92

IRLANDA

DAL 10 AL 16 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 1.892 | NON SOCI € 1.990

APERICENA IN VELIERO ASUL LAGO DI GARDA

DOMENICA 13 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 119 | NON SOCI € 125

LAGO DI LEDRO E SENTIERO DEL PONALE

SABATO 20 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 71 | NON SOCI € 75

SCOZIA

DAL 17 AL 23 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 2.140 | NON SOCI € 2.250

ROVIGNO (ISTRIA)

DOMENICA 21 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 129 | NON SOCI € 135
BAMBINI 2-13 ANNI € 95 SOCI | € 99 NON SOCI

CANTON VALLESE

DAL 27 AL 28 LUGLIO 2024
SOCI CRAL € 418 | NON SOCI € 440

LAGO DI MOLVENO E CASTELLO DI THUN

DOMENICA 04 AGOSTO 2024
SOCI CRAL € 76 | NON SOCI € 80

PRAGA E I CASTELLI DELLA BOEMIA

DAL 14 AL 18 AGOSTO 2024
SOCI CRAL € 742 | NON SOCI € 780

SOGGIORNO A SAN BENEDETTO DEL TRONTO

DAL 26 AGOSTO AL 05 SETTEMBRE 2024
SOCI CRAL € 1.093 | NON SOCI € 1.150

NORMANDIA E CASTELLI DELLA LOIRA

DAL 01 AL 07 SETTEMBRE 2024
SOCI CRAL € 1.200 | NON SOCI € 1.260

SARDEGNA

DALL'08 AL 15 SETTEMBRE 2024
SOCI CRAL € 1.095 | NON SOCI € 1.150

SOLA DEL GIGLIO E GIANNUTRI

DAL 14 AL 15 SETTEMBRE 2024
SOCI CRAL € 238 | NON SOCI € 250

GRECIA CLASSICA E METEORE

DAL 23 AL 29 SETTEMBRE 2024
SOCI CRAL € 1.160 | NON SOCI € 1.220

TOUR ANDALUSIA E MADRID

DAL 29 SETTEMBRE AL 06 OTTOBRE 2024
SOCI CRAL € 1.325 | NON SOCI € 1.390

e tante altre in programmazione !!!

“La natura ama nascondersi”



L'Associazione Refoto collegata con il CRAL Sanità Velmore Davoli di Reggio Emilia collabora con l'organizzazione della manifestazione reggiana **Fotografia Europea** fin dalla sua prima edizione nel lontano 2006 ed in particolare all'interno dell'edizione 2024 organizza diversi eventi espositivi ai quali tutti i soci CRAL sono invitati.

A seguire l'elenco delle sedi espositive con le relative mostre realizzate dall'Associazione Refoto per la XIX edizione di **Fotografia Europea** dal tema **“La natura ama nascondersi”**.

• Mostre presenti nello spazio Galleria Santa Maria, 2 collegata a Piazza Pramponini in centro a Reggio Emilia - **Inaugurazione Sabato 27 Aprile alle ore 17.00**
Storie di giovani Sikh
- a cura del **Laboratorio fotografia Sociale di Refoto**

L'evento espositivo intende, tramite il linguaggio fotografico, raccontare storie di giovani Sikh, le loro difficoltà, i loro sogni e le loro aspettative, anche in relazione alle esperienze lavorative ed ai rapporti sociali.
Autori: Ciro Bedin, Daniele Bigi, Magda Bonini, Brunella Borghi, Antonella Pietraggalla, Anna Prodi, Barbara Vigilante
La natura del luogo

- a cura del **Laboratorio fotografia dei Luoghi di Refoto**
“L'irrecuperabilità del malato è spesso implicita nella natura del luogo che lo ospita...”. Franco Basaglia - Morire di classe, 1969
Spazi che, pur vuoti e abbandonati, sono

animati dalla memoria delle tante vite che qui sono passate, recluse, ignorate. Una volta entrati, la preoccupazione era andare in punta di piedi, osservando un silenzioso rispetto. Non è bastato. Per non disturbare, ci siamo fatti ombre tra le ombre. Immagini realizzate all'interno dell'Ex OPG collocato in centro a Reggio Emilia

Autori: Dario Aureli, Gabriella Becchi, Valeria Calevro, Stefania Cangiarì, Fabio Cervi, Sonia Coccomeri, Federica Cortellazzi, Letizia De Blasis, Anna Fantuzzi, Rosa Lagioia, Graziano Lusuardi, Amedeo Negri, Davide Sorte, Tiziana Teodori, Cristiano Zanetti

MOSTRE PERSONALI

Daniele Bigi “Vis Naturae”
Luca Castignani “Di Natura e Polvere”
Carmen Teslevici “Mungibeddu”

MOSTRE PERSONALI

Anselmo Croci “Un magico inverno” - Living
Ilaria Imperiali “La metamorfosi del mondo avviene in silenzio” - Mascotte Café
In Provincia

Amanda Cavaletti “Ipotesi Gaia” presso il Palazzo Bentivoglio a Gualtieri

Progetto Refoto La Piccola “Dalla natura al vino” presso Tenuta La Piccola Montecchio
Autori: Simonetta Gattamelati, Francesca Mori, Angela Tincani, Paulina Wietrzykowska
Mostre in collaborazione con Refoto

In questa esposizione siamo invitati a compiere un viaggio attraverso il tempo e lo spazio, esplorando i luoghi iconici del nostro territorio in epoche diverse con uno sguardo attento al mutare dell'ambiente cittadino.
<https://off2024.fotografiaeuropea.it/item/aa-vv-progetto-contest/>
<https://off2024.fotografiaeuropea.it/item/aa-vv-progetto-contest-2/>

Vi aspettiamo, non mancate!

Passione per la vela e il mare



Fuorirootta asd - aps è il Circolo Velico di RE

Siamo un bel gruppo di appassionati che si ritrova nei locali del CRAL dell'Ospedale di Reggio Emilia per passare qualche serata in compagnia e raccontarci di esperienze vissute, progetti ed imparare cose nuove sempre nell'ambito velico.

Anche quest'anno siamo alle porte di una stagione che si sta aprendo, che ci vedrà impegnati in un confronto serrato nelle regate Montecristo e 151 Miglia che si disputeranno entrambe nel Tirreno nel mese di Maggio '24.

Strizziamo piacevolmente però l'occhio anche ai giovani velisti che vogliono provare un'esperienza indimenticabile, quella del Vascello dei Corsari. Parliamo di una settimana in barca a vela, con vita a bordo h24 dalla domenica sera al venerdì pomeriggio.

Ci saranno attività di diverso tipo, quali gara di nodi, si impara a riconoscere e parlare di vento e di stelle, di rotte e di bussola, di vele ed andature... si condideranno spazi stretti per una settimana con gli altri piccoli e grandi componenti dell'equipaggio. Si faranno i turni di pulizia e di cucina; verrà nominato il cambusiere e l'aiuto marinaio. Insomma, un'esperienza di crescita!!

Oltre a queste attività ci rivolgiamo anche ai nostri soci che vogliono passare una giornata in barca anche solo per rilassarsi o per un evento tipo compleanno addio al celibato/nubilato, team building ecc...

Per informazioni
www.fuorirootta.net - vela@fuorirootta.net
CIONI VALERIO 334 3613550

ProgettoAgos

Abbiamo una proposta per i tuoi progetti visita il sito:
www.cralnitavelmoredavoli.com

Sconti su libri di testo e cancelleria

Ricordiamo ai nostri soci che per usufruire del rimborso dei libri di testo è necessario l'acquisto presso le librerie convenzionate, esibendo tessera dell'anno in corso e ricevuta.

Elenchiamo di seguito le cartolerie che effettuano direttamente lo sconto su **cancelleria e libri**:

CARTOLERIA CROTTI • 20% [sconto diretto]
SOLO cancelleria escluso nastri e cartucce

LA CONTABILE • 20% [sconto diretto] su cancelleria (escluso Buffetti, Casio, Smemoranda)
Via Cafiero, 22 . RE
Galleria Cavour Megastore • **convenzione libri**

GIOCOLIBRERIA SEMOLA • 15% [sconto diretto] su cancelleria
Via De Amicis, 5 . Cavriago • **convenzione libri**

LO SCARABOCCHIO • 20% [sconto diretto] su cancelleria escluso dizionari
Via F.lli Cervi, 29/a . Montecavolo • **convenzione libri**

Attenzione cessata convenzione con UVER

L'attività fisica attraverso "Mobilità Attiva"

Dott. Maria Cristina Gherardi Consigliere Ordine dei Medici di RE e socio ISDE

Tra tutte le funzioni istituzionali che assolve l'Ordine dei Medici di Reggio Emilia, vi è anche quella di favorire le iniziative intese a facilitare il progresso culturale degli iscritti e l'informazione dei cittadini, in particolare sulla conoscenza dei fattori di rischio per la salute, anche tramite Gruppi di Lavoro.

Tra questi "Salute Globale, tutela dell'Ambiente, sviluppo e cooperazione", da me coordinato, ha voluto realizzare un progetto di collaborazione e supporto medico-scientifico, nell'ambito di una campagna di comunicazione e sensibilizzazione con il Comune di Reggio Emilia, in specie, con l'Assessorato alle Politiche per la Sostenibilità, grazie all'appoggio dell'Assessora Carlotta Bonvicini, e con i Servizi Mobilità e Comunicazione.

Il proposito di collaborazione si è concretizzato nell'elaborazione di un **poster didattico-divulgativo** che raccomanda la **MOBILITÀ ATTIVA**, intesa come scelta di andare a piedi per coprire percorsi di breve durata o usare la bicicletta per distanze medio-lunghe, grazie alla presenza di infrastrutture dedicate alla ciclabilità e pedonalità, curate e mantenute, ben ramificate nel tessuto urbano e sottolinea i benefici sulla salute.

MOBILITÀ ATTIVA o MOBILITÀ DOLCE e MOBILITÀ SOSTENIBILE sono inscindibili.

La **MOBILITÀ ATTIVA** riguarda principalmente l'Individuo, la sua salute, il suo benessere e non produce emissioni. Il beneficio della salute è quindi doppio: diretto = movimento fisico, indiretto = minor inquinamento con riduzione di malattie.

La **MOBILITÀ SOSTENIBILE** rispetta principalmente l'Ambiente nella scelta di muoversi tra diverse modalità di trasporto a impronta ecologica e minor utilizzo dei ve-

MOBILITÀ ATTIVA

Camminare, andare in bicicletta, fare le scale, ballare: sono movimenti semplici, un'ATTIVITÀ FISICA che si pratica nella quotidianità, economica, alla portata di tutti che, se praticata con regolarità, ha significativi benefici per la nostra salute fisica e mentale ed è rispettosa dell'ambiente.

L'attività fisica attraverso la mobilità attiva

MIGLIORA L'AMBIENTE SCEGLIENDO DI MUOVERTI:

- a piedi o in bicicletta
- utilizza i mezzi di trasporto pubblici
- oppure mezzi di trasporto privato condivisi

meno possibile

0-5 volte a settimana

3-5 volte a settimana

ogni giorno

RENDI L'ATTIVITÀ FISICA PARTE INTEGRANTE DELLA TUA VITA A TUTTE LE ETÀ.

LA SALUTE HA BISOGNO DI MOVIMENTO "POKO VALE MOLTO" LG OMS 2020

Message chiave (Linee Guida OMS 2020)

- L'attività fisica fa bene al cuore, al corpo e alla mente
- Qualsiasi quantità di attività fisica è meglio di niente e di più è meglio
- Costa ogni tipo di attività fisica
- Il rafforzamento muscolare giova a tutti
- Un comportamento troppo sedentario può essere dannoso
- Tutti a ogni età e con ogni abilità possono trarre vantaggio dall'aumento dell'attività fisica e dalla riduzione del comportamento sedentario

Effetti sulla Salute (Linee Guida OMS 2020)

- rafforza il sistema immunitario
- migliora l'umore e la qualità del sonno, riduce stress e ansia
- riduce la frequenza di malattie croniche (ipertensione, diabete, malattie cardiovascolari...)
- previene l'osteoporosi e aumenta il tono muscolare
- attiva il metabolismo e aiuta nel controllo del peso

Per saperne di più: www.comune.re.it/casascuola www.odmeo.re.it

coli a motore, minor produzione di sostanze tossiche con riduzione dei problemi di inquinamento atmosferico, di rumore, di congestione e di incidentalità (ISPR 2023), quindi indirettamente più salute.

MOBILITÀ ATTIVA è la più sostenibile tra le forme di spostamento, poiché riduce gli impatti ambientali e socio-sanitari della mobilità motorizzata. Significa utilizzare la propria energia, la scelta di usare la bicicletta o andare a piedi per i propri spostamenti individuali (lavoro, scuola, ecc), in alternativa all'uso di veicoli a motore e ridurre la dipendenza dalle auto private.

MOBILITÀ ATTIVA è andare in bicicletta o percorrere dei tragitti a piedi per gli spostamenti abituali può essere considerata attività fisica moderata, cumulando almeno 150 minuti settimanalmente

garantirebbe il raggiungimento dei livelli minimi di attività fisica raccomandati da OMS, indipendentemente dall'attività fisica praticata nel tempo libero o durante l'attività lavorativa. Camminare è e rimane l'attività più antica e naturale dell'uomo. Questa preferenza si lega a diversi fattori: possibilità di essere svolta all'aperto, nessuna necessità di particolari attrezzature, nessuna richiesta di abilità motorie specifiche o di elevati livelli di forma fisica.

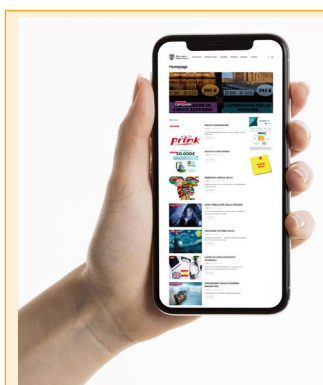
MOBILITÀ ATTIVA si integra con la **VITA ATTIVA** stile di vita che deve integrare l'attività fisica nella routine quotidiana e portare ad un cambiamento di comportamento in funzione dei benefici psico-fisici manifesti. E' scegliere di cambiare in meglio il nostro modo di muoverci e di vivere lo spazio pubblico. Muoversi a piedi o in bicicletta è la base per uno stile di vita sano a tutte le età, purchè costante, efficace strumento di prevenzione delle malattie, ma anche precisa strategia di cura non farmacologica per il sovrappeso, l'obesità, l'ipertensione e il diabete.



seguici su Facebook



seguici su Instagram



Per ricevere le nostre iniziative comunicateci un **CELLULARE** o un indirizzo di **POSTA ELETTRONICA**

Sassoforte

CRAL - SANITÀ "VELMORE DAVOLI" Soc. Coop.va a r.l.

Autorizzazione Tribunale di Reggio Emilia n. 781 del 12/12/1990

PROPRIETARIO: Cral Sanità "Velmore Davoli" S.C.

DIRETTORE RESPONSABILE: Franco Davoli

LEGALE RAPPRESENTANTE: Oscar Bizzarri

REDAZIONE: Nerina Bonacini, Emilio Barilli, Bonacini Tania

Sede: Viale Umberto I, 50 - Reggio Emilia

Grafica e impaginazione:

Compograf srl - Via Degani, 1 - Reggio Emilia