

# Sassoforte

Anno XXXV  
• n. 2-3 Dicembre 2024

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: Viale Umberto I, 50 • Tel. 0522 296343 | 0522 287492 • [cralaus@cralsanita.re.it](mailto:cralaus@cralsanita.re.it) • [www.cralsanitavelmoredavoli.com](http://www.cralsanitavelmoredavoli.com)  
Quadrimestrale di informazione a carattere tecnico, ricreativo, culturale • Sped. in A.P. 70% FIL. EPI di RE, tassa riscossa • Taxe • Percue •

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

## Tesseramento 2025

a cura di Oscar Bizzarri



**D**a metà dicembre saranno disponibili le tessere per l'anno 2025. Come per il 2024 la tessera di socio comprende anche l'associazione alla polisportiva CRAL che, aderendo alla FITEL (Federazione Italiana Tempo Libero) consente un ampliamento di possibilità attraverso numerose convenzioni. Anche per il 2025 ai Soci verrà consegnato un carnet di buoni spesa CONAD per un valore (annuo) com-

piessivo di €60, davvero una opportunità conveniente! È quindi importante ritirare la tessera al più presto per utilizzare al meglio i buoni spesa. Tutte le altre nostre iniziative (teatro, viaggi, ecc.) le potete costantemente consultare sui nostri canali social e/o contattando l'ufficio negli orari di apertura. Che il 2025 sia un buon anno per tutti.  
*Il Presidente*

## Il pavimento pelvico e la riabilitazione pelvi-perineale nella donna

a cura di Lede Reggiani \*

**L'**attenzione alla **prevenzione** e alla tutela della salute pelvi perineale femminile necessita di conoscenze, competenze e abilità dell'ostetrica/o da adottare in tutte le fasi del ciclo biologico, sessuale e riproduttivo della donna utilizzando strumenti e metodologie per la valutazione del **percorso educativo, rieducativo e riabilitativo**. Il **pavimento pelvico (PP)** è costituito dall'insieme delle strutture muscolari e fasciali che vanno a chiudere inferiormente il bacino. Il muscolo elevatore dell'ano è la struttura principale del pavimento pelvico, ha la funzione di mantenere la continenza urinaria, fecale, sessuale e riproduttiva, sostiene gli organi pelvici ed interviene nella biomec-

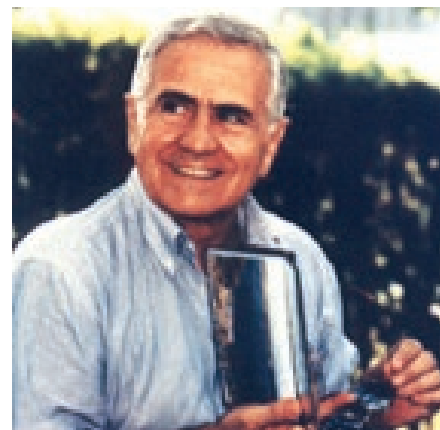
canica del cingolo pelvico. Il pavimento pelvico o diaframma perineale si estende dalla sinfisi pubica al coccige e va a chiudere in basso la cavità addominale, dove sono contenuti la vescica, l'utero e il retto. Mantiene il rapporto tra i visceri pelvici, la fascia e le strutture muscolari. Sul fondo della cavità addominale l'uretra, la vagina e l'ano si pongono in comunicazione con l'esterno. Ogni strato muscolare del pavimento pelvico svolge funzioni specifiche e contribuisce a contrastare gli aumenti improvvisi della pressione addominale (risata, tosse, starnuti, sollevamento di pesi ecc.). Il pavimento pelvico riveste una notevole importanza nella sua relazione  
*segue a pagg. 4 e 5*



## Caro Velmore

a cura di Oscar Bizzarri

**V**enticinque anni fa ci lasciava Velmore Davoli. Per chi è credente, quando si muore si va in cielo; Velmore in cielo c'era già e là è rimasto. Era su un aereo che portava aiuti nel Kosovo in guerra, stava facendo quello che a lui piaceva e in cui credeva, da volontario. Un esempio per noi indimenticabile e, anche per questo, abbiamo dato il suo nome al nostro CRAL. Grazie sempre caro Velmore.



Velmore Davoli

CRAL in occasione  
delle **FESTIVITÀ**  
sarà **CHIUSO** nei giorni  
**venerdì 27 e martedì**  
**31 DICEMBRE**

# CAU: centri di assistenza urgenza

a cura di **Dottorssa Marina Greci**  
**Direttrice Dipartimento Cure Primarie Aziendale**

I Centri di Assistenza urgenza (CAU) sono strutture territoriali destinate alla gestione delle urgenze a bassa complessità clinico-assistenziale che garantiscono il trattamento di prestazioni non complesse attualmente erogate nei Punti di Primo intervento (PPI) e nei Pronto Soccorso (PS). All'interno dei CAU opera personale medico e infermieristico adeguatamente formato per acquisire capacità diagnostica (strumentale e laboratorio) e adeguata conoscenza di percorsi per urgenze relativamente ad alcune branche specialistiche. Dispongono quindi di competenze clinico-assistenziali e strumentali in grado di fornire risposta ai problemi e ai bisogni di carattere acuto di modesta entità e alle situazioni di minore criticità e bassa complessità. Tale aspetto distintivo rappresenta un'importante implementazione dell'attuale offerta territoriale, consentendo un potenziamento della presa in carico e continuità della cura.

Ai CAU si accede telefonando al numero 0522/290001 attivo 7 giorni su 7 H24. A questo numero rispondono professionisti che attraverso un corretto triage indirizzano l'utente nella sede più appropriata al bisogno sanitario espresso (al CAU, al PS o dal medico curante).

Sinteticamente:

- **chi è il paziente che deve andare al CAU?**  
 È un paziente che cammina autonomamente  
 È un paziente con un quadro clinico a bassa criticità/complessità assistenziale  
 È un paziente con dolore addominale lieve-moderato;
- **Chi è il paziente che non deve andare al CAU?**  
 È un paziente dolore toracico acuto non traumatico  
 È un paziente dispnea acuta  
 È un paziente dolore addominale acuto  
 È un paziente con cefalea intensa e inusuale  
 È un paziente Sintomi riconducibili ad un disturbo neurologico acuto

In questi casi se dovesse succedere, trattandosi di quadri clinici Tempo- Dipendenti il paziente viene inviato con 118 al Pronto soccorso.

Nella tabella alcuni esempi di patologia trattabili al CAU:

## CASISTICA CAU

Acutizzazione di stati ansiosi
Cefalea emicrania
Coliche renali
Congiuntivite
Contrattura muscolare
Corpo estraneo congiuntivale (se supportato da specialista)
Corpo estraneo nell'orecchio esterno (se supportato da specialista)
Corpo estraneo oculare (se supportato da specialista)
Diarrea acuta non ematica
Disturbi anorettali
Disturbi del visus
Dolore addominale
Dolori articolari non traumatici
Dolore oculare
Ecchimosi periorbitale senza disturbi della funzione visiva
Emorragia sottocongiuntivale
Epistassi
Febbre / iperpiressia
Infezioni del tratto urinario inferiore/difficoltà alla minzione
Irritazione da lenti a contatto

Lombalgia (solo deambulanti)
Medicazioni e rimozioni punti (turisti/studenti fuori sede/assistiti privi di MMG/PLS)
Nausea e/o vomito ripetuto
Occhio rosso con secrezioni
Odontalgia
Ostruzione/sostituzione di catetere vescicale (paziente autonomo)
Otalgia/tappo di cerume
Otite esterna
Piccole ferite, traumi lievi senza impotenza funzionale
Problemi post-estrazione dentaria
Prurito, arrossamento/tumefazione della cute e annessi cutanei
Punture di insetto/pesce/morso di animale
Torcicollo
Tosse/congestione/sintomatologia vie aeree superiori
Variazione parametri pressori
Variazione parametri glicemici
Vertigini di lieve entità
Ustioni minori / solari

Delibera di Giunta Regionale n. 1206 del 17/07/2023

Il primo CAU nella nostra provincia è stato aperto il 20 dicembre 2023 a Reggio E. e subito a seguire, il 27 dicembre, il CAU di Correggio;

**CAU REGGIO E.:** presso la casa della salute Ovest in via Brigata Reggio - Attivo 7 giorni su 7 H24

**CAU CORREGGIO:** presso l'Ospedale san Sebastiano - Attivo 7 giorni su H 16 (8-24)

La prima settimana di dicembre 2024 verrà attivato il **CAU a SCANDIANO** presso l'Ospedale C.Magati. Sarà attivo tutte le sere dalle 20 alle 24 e dalle 8 alle 24 nei giorni festivi e prefestivi.

È stato un grande lavoro di squadra a cui tutti si sono dedicati con entusiasmo mettendo a disposizione le loro professionalità. Noi del Dipartimento cure Primarie abbiamo lavorato insieme con i colleghi del Dipartimento Emergenza Urgenza (DEU), dell'informatica, della formazione, e del servizio tecnico tutti con un unico obiettivo: mettere in piedi in poco tempo un servizio efficiente, di qualità e che garantisse la sicurezza sia dei nostri pazienti che dei nostri operatori. È una grande sfida che dovrebbe aprire la strada ad una innovazione della medicina territoriale. Se l'obiettivo prioritario è quello di togliere i codici bianchi e verdi dal PS (dato ad oggi non soddisfacente che si aggira attorno al -10%), ritengo che sia anche un'opportunità per potenziare le risposte del territorio verso le patologie trattabili ambulatorialmente.

Dai questionari che vengono somministrati agli utenti risulta un alto gradiente di soddisfazione rispetto alla qualità del servizio: più del 90% degli utenti ha dato un giudizio positivo della prestazione ricevuta al CAU.

### Attività dei due CAU dal giorno dell'apertura

CAU Reggio E. dal 20/12/23 al 04/11/24		
Numero viste	33.444	
Rinvio a domicilio	30.732	91,89%
Invio al PS	1.475	4,41%
Invio Visita specialistica	1.237	3,70%
Tempo medio di attesa	22 minuti	
CAU Correggio dal 27/12/23 al 04/11/24		
Numero viste	12.216	
Rinviato a domicilio	10.895	89,19%
Invio al PS	802	6,57%
Invio Visita specialistica	519	4,25%
Tempo medio di attesa	30 minuti	

# Ritorno al futuro

a cura di Marzia Prandi

“C” è un filo conduttore comune che unisce la ricorrenza del 50esimo dell’istituzione della Scuola Infermieri Professionali di Reggio Emilia ed il Cral: la persona di Velmore Davoli. L’alto valore umano e professionale di Velmore, si esprime anche nella formazione infermieristica di cui fu docente e attivo protagonista nello sviluppo dei programmi didattici”, così Oscar Bizzarri introduce l’incontro del 23 maggio scorso presso il “Buco Magico”, promosso dal Cral Sanità.



L’editrice Giuliana Lusuardi continua illustrando il percorso che ha portato alla realizzazione del libro: **L’Impronta**. Storia della Scuola Infermieri Professionali di Reggio Emilia; sottolineando inoltre: “Produrre un libro sulla storia di una scuola, quando si tratta di una realtà così qualificata come è stata la Scuola Infermieri Professionali di Reggio Emilia, è un’operazione culturale”.

I posti a sedere dell’ampia sala erano tutti occupati, una grande partecipazione.

La platea era composta da “addetti ai lavori” in ambito socio-sanitario (Direzione aziendale USL, professionisti, soprattutto infermieri, Ordini professionali), in attività o in pensione, volontari della Croce Verde e della Croce Rossa, ma anche da cittadini interessati al tema.

Il clima esprimeva un ascolto attento, coinvolto, emozionante. Ho avuto la sensazione, confermata anche da altri, di “sentirmi a casa”. Ritrovarsi in un comune senso di appartenenza e sentire la gratitudine per una storia e per le persone che le hanno dato vita,

credo abbiano contribuito a nutrire questa sensazione.

Massima la gratitudine verso Marcella Benassi e Ione Bartoli, per l’impronta indelebile che hanno lasciato e che continuano a tracciare con le loro parole, sempre attuali e lungimiranti. Marcella, sottolineando la centralità di un agire infermieristico specifico, competente e responsabile, con particolare riguardo all’osservazione ed all’ascolto del paziente/persona.

Ione, con un accorato messaggio: “Il nostro Servizio Sanitario Nazionale è stato conquistato, ma non è una conquista per sempre. Siamo tutti responsabili di questo!”.

A seguire, non poteva esserci momento migliore per ricordare Velmore Davoli, considerato l’orgoglio che manifestava per il sistema assistenziale pubblico.

Le parole dell’amico fraterno Giuliano Bedogni, e umilmente anche le mie, credo abbiano trasmesso il grande privilegio di averlo conosciuto, di avere apprezzato i suoi talenti, le sue passioni, le sue competenze, ma soprattutto i valori umani che ne hanno permeato la vita e le relazioni. La sua “impronta” senza tempo, rimarrà nel tempo.

Le condivisioni che si sono succedute (Pietro Ragni, Monica Guberti, Monica Torri, Franco Prandi, Antonio Boccia Zoboli, Maria Grazia Macchioni,



Franca Gambarati, Marzia Prandi); le riflessioni proposte da Rossano Fornaciari moderando l’incontro; le letture di brani tratti dal libro “L’impronta”; i tanti volti del video racconto, hanno dato il giusto valore alla professione dell’Infermiere ed ai protagonisti degli anni nei quali la formazione infermieristica reggiana ha sviluppato le proprie radici. Radici che andrebbero riscoperte poiché, in molti casi, hanno anticipato un futuro possibile. Il libro “L’impronta” lascia memoria di un “ritorno al futuro”.

Ho ricevuto il seguente messaggio da una cittadina che era presente quel pomeriggio: “Non faccio parte di questa storia professionale, ma ne sono parte come persona e come cittadina. Difenderò ciò che avete costruito, dimostrato e reso possibile. Spero non diventi un privilegio di pochi. Grazie!”.

Quando mi viene chiesto che cosa ha rappresentato per me l’esperienza formativa e professionale alla Scuola Infermieri, la risposta è sempre una: **“È stata una storia d’amore”**.



# Il pavimento pelvico e la riabilitazione pelvi-perineale nella donna

segue da pag. 1

ne con la sfera affettiva e sessuale, la ciclicità femminile, con l'inconscio, l'istinto, la capacità di accoglienza, con la creatività e l'autostima. Ogni alterazione della funzione fisiologica o dell'anatomia di questo importante supporto, si ripercuote automaticamente su tutte le strutture che sostiene, comportando sintomi e disfunzioni a livello urogenitale, sessuale ed intestinale. Il PP subisce il peso dell'addome, della gravidanza, la distensione durante il parto, le modificazioni del trofismo durante la menopausa e molto spesso anche le tensioni psichiche involontariamente si concentrano in questo centro vitale per il benessere femminile. E' la parte più emozionale, vulnerabile e allo stesso tempo la più forte della donna. Il piano perineale accompagna la donna nell'intero arco di vita.

## Problematiche del Pavimento Pelvico

Sono molteplici i disturbi femminili in cui è coinvolto il pavimento pelvico. Le problematiche più conosciute e più frequenti sono:

- **Incontinenza urinaria da sforzo:** quando si perdono involontariamente piccole quantità di urina compiendo uno sforzo, come sollevare un peso, tossire, starnutire o correre.

- **Incontinenza urinaria da urgenza:** quando lo stimolo della pipì è improv-

viso, imperioso, difficile da rimandare, può essere accompagnato da perdita di urina.

- **Incontinenza urinaria mista:** quando sono presenti entrambe le caratteristiche precedenti. Queste tre forme di incontinenza urinaria possono verificarsi in gravidanza, dopo il parto o in menopausa. Moltissime donne, sempre più giovani, soffrono di questo disturbo, legato in particolare a un'intensa attività sportiva. Perdere qualche goccia di pipì durante gli sforzi non è normale e il disturbo, se non trattato, rischia di evolvere e peggiorare.

- **Prolasso degli organi pelvici:** quando gli organi sostenuti dal pavimento pelvico, vescica, utero e retto, perdono la loro naturale posizione e scendono lungo il canale vaginale. Esistono vari gradi di prolasso e prima si interviene maggiori sono le possibilità di successo terapeutico.

- **Problematiche anali:** sono molteplici e comprendono la stipsi dovuta ad una cronica tensione muscolare, il dolore anale, ragadi, incontinenze e altri disturbi per i quali il pavimento pelvico riveste un ruolo complesso.

- **Difficoltà sessuali:** i muscoli del perineo sono responsabili di un'armonica sessualità per la componente sensitiva e motoria. Un eccessivo rilassamento o rigidità e tensione possono causare anorgasmia, dolore o alterazione della sensibilità durante i rapporti.

- **Dolore pelvico:** la tensione cronica dei

muscoli del perineo, chiamata ipertonico, può causare dolore pelvico, dispareunia, e vulvodinia, solo per citarne alcune. La Riabilitazione del Pavimento Pelvico tratta una sfera particolarmente intima della persona. Oggi l'informazione e le conoscenze hanno portato a parlare con più libertà delle problematiche del pavimento pelvico e a considerare il percorso di riabilitazione determinante nella cura delle patologie perineali. La riabilitazione pelvica consente di curare svariate problematiche del sistema genito-urinario e colon-proctologico grazie all'utilizzo di diverse terapie manuali e strumentali. Se sono presenti delle disfunzioni pelvi-perineali si utilizza una terapia rieducativa e riabilitativa per migliorare la tonicità vaginale e l'elasticità tissutale. La riabilitazione può essere il principale strumento terapeutico, quando indicato, oppure propedeutica e/o successiva all'attività chirurgica.

Le **indicazioni** alle terapie riabilitative sono legate principalmente al trattamento delle incontinenze, delle ritenzioni, dei prolassi e del dolore pelvico. Le tecniche riabilitative si prestano al raggiungimento di obiettivi specifici nell'ambito:

- » **Ginecologico**, con la prevenzione e/o terapia della statica pelvica;

- » **Urologico**, nella prevenzione e/o terapia dell'incontinenza urinaria, difficoltà di svuotamento vescicale e sindromi dolorose;

- » **Colon-proctologico**, nella prevenzione e recupero della funzione ano-rettale;

- » **Sessuologico**, nel miglioramento di patologie da dolore sessuale con positiva ripercussione sulla quantità e qualità di vita sessuale.

La **riabilitazione** è una metodica non invasiva che aiuta a risolvere molteplici disturbi. Durante la visita si aiuta la paziente partendo dall'informazione, la presa di coscienza, l'eliminazione di schemi errati, il rinforzo o il rilassamento dei muscoli perineali in base alla disfunzione o del danno presente. È importante l'attivazione che, durante il percorso riabilitativo la paziente acquisisca automatismi di tipo comportamentale durante il movimento, la respirazione e la postura.

**Riabilitare significa restituire un'abilità.** La riabilitazione pelvi-perineale si può effettuare durante:

- la **Gravidanza** per ottenere un perineo flessibile pronto all'apertura e per

**IN REGALO**



600€

**DI BUONI SCONTI**



La tua spesa vale di più!


**CONAD**

ti regala 12 buoni da 5€ da utilizzare su una spesa minima di 50€.

Approfittane, fai la spesa da noi e risparmi!

Il presente buono è valido esclusivamente nei punti vendita della città di Reggio Emilia.

 <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LE COLLINE</b> viale Luxemburg</li> <li>• <b>LE QUERCE</b> via Clementi</li> <li>• <b>LE VELE</b> viale Regina Margherita 33</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PRIMAVERA</b> via Pariati 11</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BARAGALLA</b> via Portella delle Ginestre</li> <li>• <b>PIEVE</b> via Fratelli Cervi</li> <li>• <b>VILLA CANALI</b> via Tolstoj</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>REGGIO EMILIA</b> via Leonardo da Vinci</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>REGGIO SUD</b> via Maietta 59</li> </ul>
---	---	--	--	--

prevenire l'episiotomia o eventuali lacerazioni;

- nel **Post-Partum** per aiutare il recupero completo del tono muscolare del perineo
- prima, durante e dopo la **Menopausa** come prevenzione o terapia delle disfunzioni perineali, delle atrofie;
- prima e dopo gli **Interventi uro-ginecologici** per stabilizzare i benefici dell'intervento e velocizzare la ripresa delle funzioni del perineo;
- nei casi di **Dolore pelvico cronico**, vulvodinia, endometriosi, dispareunia.

### Tecniche riabilitative a disposizione

La terapia del pavimento pelvico è una metodica finalizzata a migliorare il tono e la funzionalità del pavimento pelvico, a seconda del tipo di terapia ritenuta necessaria può servire la richiesta della specialista.

La **chinesiterapia pelvi-perineale (CPP)** serve per allenare i muscoli perineali al fine di migliorare la forza, la flessibilità e la resistenza e migliorare il controllo e la coordinazione muscolare. Tramite l'utilizzo di tecniche visive e stimoli tattili si guida e si facilita il rinforzo ed il corretto reclutamento muscolare, le manovre di allungamento e rilassamento muscolare e fasciale. La CPP aumenta la consapevolezza muscolare, la coordinazione e la sinergia dei muscoli addominali e perineali, aiuta a correggere dinamiche respiratorie.

**Biofeedback (BFB)** si tratta di una tecnica attiva che può essere Manometrica o Elettromiografica. L'utilizzo di sonde vaginali/analiche consente di registrare l'attivazione muscolare volontaria, misurandone l'intensità e la durata. Il segnale registrato consente uno stimolo visivo e uditivo tale da permettere un feedback con la paziente rendendola consapevole dei suoi muscoli pelvici e della loro funzionalità.

**Stimolazione Elettrica Funzionale (SEF)** è una terapia fisica strumentale eseguita con apposite sonde mono-paziente con elettrodi ad anello, da utilizzare per via vaginale o anale ed eventualmente elettrodi superficiali a placca, che conducono impulsi elettrici per stimolare la muscolatura a contrarsi e favorire il recupero di adeguati parametri muscolari.

**La Stimolazione Elettrica Funzionale e il Biofeedback** consentono la propriocezione, la consapevolezza, la personalizzazione della terapia. Si avvale di tecniche differenti per i diversi obiettivi terapeutici.

**Radio-Frequenza Ginecologica**, è

un'onda elettromagnetica ad alta frequenza. I dispositivi medici per la radiofrequenza permettono di regolare l'intensità delle onde elettromagnetiche emesse, garantendo trattamenti efficaci, sicuri e duraturi. Queste onde stimolano la produzione naturale di elastina e collagene delle mucose, facilitando un aumento della tonicità dei tessuti inducendo la neo-collagene-genesi tramite stimolazione dei fibroblasti.

**Elettroporazione Vaginale (EPV)** è possibile grazie a un dispositivo medico che consente di applicare impulsi innocui e indolori ad alto voltaggio alla mucosa con conseguente veicolazione e assorbimento in modo consistente di farmaci, anche ad elevato peso molecolare. L'EPV veicola principi attivi finalizzati all'idratazione e al nutrimento vulvo-vaginale tramite applicatori specifici, uno ridotto, uno standard e uno destinato alle patologie anali. L'EPV favorisce la rivascolarizzazione, la produzione di nuove strie di collagene e l'idratazione.

**Ossigeno-Terapia (C.F.)** erogata tramite un dispositivo medico innovativo e specifico per la somministrazione concomitante di acido ialuronico a basso peso molecolare e ossigeno topico ad alta concentrazione per via vaginale. Si utilizza materiale sterile monouso. Indolore ed efficace la terapia è indicata per atrofia-vulvo-vaginali, bruciore uretrale, candidosi recidivanti, incontinenza urinaria, lichen, secchezza vaginale e vestibolite.

**Tecnica Laser** si usa per trattamenti ginecologici, vaginali e vulvari è una terapia medica mini-invasiva e viene eseguita dal ginecologo. Favorisce il recupero dell'equilibrio della mucosa genitale.

**Device pelvici terapeutici** sono dispositivi medici marcati CE registrati al repertorio ministeriale utili nel percorso di riabilitazione pelvi-perineali. Si tratta di Pessari vaginali, Coni vaginali, Dilatatori, Ballon Epi-No. Occorre un'accurata prescrizione, un apprendimento della metodica, un corretto uso e manutenzione.

**Terapia comportamentale** si tratta di un approccio complesso, si basa sulla maggiore presa di coscienza della regione perineale, sulla gestione dei ritmi di svuotamento e contenzione tramite il "bladder training" o allenamento vescicale, sulla costipazione e defecazione dissinergica, e sulla corretta attivazione dei muscoli nelle attività quotidiane per evitare l'aumento della pressione addominale. Sono numerose le strategie, i consigli e le indicazioni per migliorare le problematiche relative al funzionamento del perineo.



Il primo ruolo dell'**Ostetrica specializzata nella riabilitazione del pavimento pelvico** sarà creare una relazione empatica e di fiducia con la paziente, creando un clima sereno in cui la donna possa esprimersi su argomenti delicati, senza imbarazzo e senza giudizio. L'Ostetrica saprà dedicare il giusto tempo all'ascolto, ad un'accurata raccolta anamnestica, all'esame obiettivo, all'individuazione degli obiettivi e alla programmazione del percorso terapeutico e del follow-up prima di iniziare il percorso terapeutico, affinché questo possa essere efficace nel più breve tempo possibile, attraverso sedute individuali dedicate, in un ambiente riservato e accogliente, proponendosi quindi come una figura chiave al supporto del benessere femminile. L'Ostetrica deve iniziare il percorso riabilitativo con una valutazione funzionale del pavimento pelvico femminile, educando la paziente alla conoscenza, alla protezione e all'utilizzo dei muscoli perineali soprattutto nei periodi più a rischio per la salute pelvi-perineale della donna, quali la gravidanza, il parto, il post-partum e la menopausa. L'Ostetrica non è la sola figura che si occupa del benessere femminile pelvico ma collabora e lavora in team con i vari professionisti specializzati nella cura e nella riabilitazione delle disfunzioni pelvi-perineali, comprendendo l'importanza del confronto e dell'approccio multidisciplinare.

*\*Ostetrica esperta in Riabilitazione del pavimento pelvico. Componente Gruppo Scientifico Nazionale TOOPP-AIVG Docente e Tutor Master I° Livello Ostetrica e Riabilitazione Pe..... - Università degli Studi dell'Aquila*

Per chi ha intenzione di rinnovare la tessera **SPENDIMEGLIO** del **GROS MARKET** la quota prevista per i soci **CRAL 2025** è di **€4,00** anziché **€ 8,00**. È necessario recarsi presso l'ufficio del **CRAL** per il rinnovo.

# Celebrando 160 anni di Solidarietà:



## Croce Rossa Italiana Comitato di Reggio Emilia

a cura di Felice Iamele

Quest'anno, la Croce Rossa Italiana celebra un traguardo storico: 160 anni di incessante impegno ed edizione verso chi ha più bisogno. Fondata nel 1864, la Croce Rossa Italiana ha attraversato secoli, guerre, crisi umanitarie e calamità naturali, restando sempre al fianco delle comunità italiane e internazionali. Nel corso degli anni, la Croce Rossa Italiana ha ampliato e diversificato le sue attività. Ecco alcuni dei principali interventi e servizi che caratterizzano l'opera dell'organizzazione:

- 1. Emergenze sanitarie:** Dalla gestione delle ambulanze al supporto durante pandemie come quella del COVID-19, la Croce Rossa è sempre in prima linea per garantire assistenza medica e sostegno psicologico.
- 2. Formazione e prevenzione:** Corsi di primo soccorso, educazione alla salute e programmi di prevenzione sono alla base del lavoro della Croce Rossa, con l'obiettivo di rendere la società più preparata e resiliente.
- 3. Supporto ai vulnerabili:** Distribuzione di cibo e vestiti, assistenza ai senza tetto, sostegno agli anziani e ai disabili sono solo alcune delle attività quotidiane svolte dai volontari.



**4. Gestione delle emergenze:** In caso di disastri naturali, come terremoti, alluvioni e incendi, la Croce Rossa Italiana fornisce immediato supporto logistico e umanitario, organizzando campi d'accoglienza e distribuendo beni di prima necessità.

**5. Inclusione sociale:** Progetti rivolti ai migranti, ai rifugiati e agli emarginati, con iniziative che promuovono l'integrazione e l'uguaglianza.

**6. Promozione della pace e dei diritti umani:** Campagne di sensibilizzazione e attività educative per diffondere i principi di umanità, imparzialità, neutralità, indipendenza, volontarietà, unità e universalità.

Questa celebrazione dei 160 anni non è solo un momento di riflessione sul passato, ma anche un'opportunità per guardare al futuro con rinnovata energia e determinazione.

La Croce Rossa Italiana continua a evolversi e adattarsi ai cambiamenti, pronta ad affrontare nuove sfide e a sostenere chiunque necessiti di aiuto. Un grazie speciale va ai migliaia di volontari e operatori che, con passione e dedizione, incarnano ogni giorno i valori della Croce Rossa. Con il loro lavoro instancabile, rendono possibile ciò che sembrerebbe impossibile.

### CORSI DI INTRODUZIONE ALLA FOTOGRAFIA A REGGIO EMILIA

I CORSI DI FOTOGRAFIA, ORGANIZZATI CON L'ASSOCIAZIONE REFOTO, SONO ARTICOLATI SU 3 LIVELLI INDIPENDENTI TRA LORO E PROPEDEUTICI L'UNO ALL'ALTRO

#### CORSO BASE 1

#### LE BASI CON LA REFLEX, MIRRORLESS, SMARTPHONE

DA LUNEDÌ 27 GENNAIO 2025, DALLE 21 ALLE 23

8 LEZIONI TEORICHE + 3 USCITE

COSTO: 95 EURO

IL CORSO VERRÀ PROPOSTO ANCHE NELLA SERATA DEL MARTEDÌ

**SOCI CRAL € 75,00**

#### CORSO BASE 2

#### LA COMPOSIZIONE E L'APPROCCIO AI TEMI

DA LUNEDÌ 24 MARZO 2025, DALLE 21 ALLE 23

8 LEZIONI TEORICHE + 3 USCITE

COSTO: 95 EURO

**SOCI CRAL € 75,00**

#### CORSO BASE 3

#### I TEMI FOTOGRAFICI

DA LUNEDÌ 29 SETTEMBRE 2025, DALLE 21 ALLE 23

9 LEZIONI TEORICHE + 4 USCITE

COSTO: 95 EURO

**SOCI CRAL € 75,00**

SEDI DEI CORSI:

REGGIO EMILIA - CASA DI QUARTIERE "SERGIO STRANIERI" VIA DON LUIGI STURZO, 1  
CORTE TEGGE, CAVRIAGO - SALA CORSI DI REFOTO, VIA BRUNO BUOZZI, 2



**ATTENZIONE! PER USUFRUIRE DELLO SCONTO, LE ISCRIZIONI DEVONO ESSERE EFFETTUATE PRESSO GLI UFFICI DEL CRAL**

## Lunedì 6 gennaio 2025 Festa Befana CRAL SANITÀ



**CINEMA EDEN!**

Via Teneggi, 1 a Puianello di Quattro Castella

**Inizio proiezione ore 10,00**

Non si distribuiranno giochi prima della fine del film

# Programma gite e soggiorni

## Per info & prenotazioni:

CRAL Sanità "Velmore Davoli" s.c.  
V.le Umberto I, 50 - REGGIO EMILIA  
Tel. 0522.29.63.43  
Whatsapp 334.6303024  
cralausl@cralsanita.re.it  
www.cralsanitavelmoredavoli.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

DICEMBRE 2024 | MAGGIO 2025

**LUCI DI LIONE E LA MAGIA DEL NATALE**  
DAL 07 ALL'08 DICEMBRE 2024  
SOCI CRAL € 272,00 | NON SOCI € 285,00

**IL RINASCIMENTO A BRESCIA**  
SABATO 07 DICEMBRE 2024  
SOCI CRAL € 85,00 | NON SOCI € 90,00

**INNSBRUCK & SWAROVSKY**  
SAB. 07, LUN. 16, DOM. 22 DICEMBRE 2024  
SOCI CRAL € 76,00 | NON SOCI € 80,00  
(INGRESSO MUSEO €21)

**FIERA DEGLI OH BEJ OH BEJ A MILANO**  
DOMENICA 08 DICEMBRE 2024  
SOCI CRAL € 48,00 | NON SOCI € 50,00

**MERCATINI NATALE DI RANGO E CANALE DI TENNO**  
SABATO 14 DICEMBRE 2024  
SOCI CRAL € 43,00 | NON SOCI € 45,00

**MERCATINI NATALE DI TRENTO E BARDOLINO**  
DOMENICA 15 DICEMBRE 2024  
SOCI CRAL € 53,00 | NON SOCI € 55,00

**MERCATINI DI NATALE MERANO**  
DOMENICA 15 DICEMBRE 2024  
SOCI CRAL € 57,00 | NON SOCI € 60,00

**CAPODANNO NAPOLI E COSTIERA AMALFITANA**  
29 DICEMBRE 2024 - 01 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 656,00 | NON SOCI € 690,00

**CAPODANNO VIENNA**  
DAL 29 DICEMBRE 2024 AL 01 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 656,00 | NON SOCI € 680,00

**CAPODANNO ALLE TERME DI PORTOROSE**  
DAL 29 DICEMBRE AL 02 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 950,00 | NON SOCI € 1.000,00

**CAPODANNO A LISBONA**  
DAL 29 DICEMBRE AL 02 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 556,00 | NON SOCI € 570,00

**CAPODANNO A PARIGI**  
DAL 29 DICEMBRE AL 01 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 508,00 | NON SOCI € 520,00

**CAPODANNO COSTA AZZURRA**  
DAL 30 DICEMBRE 2024 AL 01 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 466,00 | NON SOCI € 490,00

**CAPODANNO PUGLIA & MATERA**  
DAL 30 DICEMBRE 2024 AL 02 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 656,00 | NON SOCI € 690,00

**CAPODANNO AD AMSTERDAM**  
DAL 30 DICEMBRE AL 02 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 488,00 | NON SOCI € 500,00

**EPIFANIA IN UMBRIA**  
DAL 03 AL 05 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 367,00 | NON SOCI € 385,00

**EPIFANIA A BOLOGNA**  
LUNEDI' 06 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 62,00 | NON SOCI €65,00

**MUNCH, IL GRIDO INTERIORE**  
DOMENICA 12 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 95,00 | NON SOCI € 100,00

**MOSTRA PICASSO MILANO**  
DOMENICA 26 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 86,00 | NON SOCI € 90,00

**MOSTRA "IL CINQUECENTO A FERRARA"**  
DOMENICA 09 FEBBRAIO 2025  
SOCI CRAL € 85,00 | NON SOCI € 90,00

**CARNEVALE DI VENEZIA**  
DOMENICA 16 FEBBRAIO 2025  
SOCI CRAL € 81,00 | NON SOCI € 85,00

**TOUR DELLA CORSICA**  
DAL 30 APRILE AL 04 MAGGIO 2025  
SOCI CRAL € 905,00 | NON SOCI € 950,00

**ROBERTO BOLLE & FRIENDS**  
SABATO 25 GENNAIO 2025  
SOCI CRAL € 175,00 (PLATEA BASSA) ULTIMI POSTI  
SOCI CRAL € 145,00 (PLATEA ALTA)  
NON SOCI € 185,00 (PLATEA BASSA)  
NON SOCI € 155,00 (PLATEA ALTA)

**CIRQUE DU SOLEIL**  
SABATO 10 MAGGIO 2025  
DA € 126,00 A € 210,00 SOCI CRAL  
DA € 136,00 A € 225,00 NON SOCI

Scegli il  
**Tasso  
Zero**



## ProgettoAgos

Dedicato ISCRITTI

Consulente dedicato:  
Simone Arcidiacono  
340-4742675



CRAL sanità  
Velmore Davoli

### Prima volta con Agos?

Abbiamo una proposta per i tuoi progetti!

IMPORTO	RATE	IMPORTO RATE	TAN	TAEG
<b>900€</b>	<b>18</b>	<b>50€</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>

Se l'importo, la rata e i tassi che ti abbiamo proposto fanno al caso tuo, vieni a trovarci in filiale. Se hai altri progetti, necessità di importo, rata o durata diversi, possiamo trovare insieme il prodotto (combinazione importo, rata e durata) più adatto alle tue esigenze. In tal caso le condizioni riportate, in particolare in termini di TAN fisso e TAEG, saranno soggette a variazioni. Ogni soluzione di finanziamento inclusa l'offerta indicata, rimane soggetta all'approvazione di Agos.

### Soluzioni innovative per i tuoi progetti



Cerca il tuo  
consulente  
dedicato



Cerca  
filiale



Richiedilo ora,  
è semplice!

Richiedilo ora



Scarica Agos App per tenere  
tutto sotto controllo



Ti basterà presentare pochi documenti: carta di identità, tessera sanitaria e documento di reddito

Ti ricordiamo che la richiesta di prestito personale è soggetta ad approvazione di Agos Ducato S.p.A. Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per ulteriori informazioni richiedere in filiale Agos il "Modulo informazioni europee di Base sul credito ai consumatori" (SECCI) e copia del testo contrattuale. Offerta: importo totale del credito 900€ rimborsabili in 18 rate da 50€ al mese TAN 0% TAEG 0%. Il TAEG rappresenta il costo totale del credito espresso in percentuale annua e non include alcun costo a carico del cliente. Offerta valida fino al 31/12/2024.



**Sassoforte**

## Protagonisti

a cura di **Giuliana Lusuardi**

C'è una bella opportunità presso il Cral dell'Ausl di Reggio Emilia, i primi due volumi sui Protagonisti reggiani usciti qualche anno fa, si possono acquistare a soli 10 euro. Come saprete il terzo volume di questa collana è uscito nell'ottobre di quest'anno e costa 24 euro, mentre il primo e il secondo volume, uguali come formato e veste grafica cartonata, ci sono stati richiesti perché qualcuno vuole avere la collana completa. Questi libri contengono i "ritratti" di personalità reggiane del mondo della cultura, della politica, dell'economia e dello sport, mentre il terzo ha un capitolo sulle professioni.

I nostri "reggiani di riferimento" non sono accomunati da una comune identità ideologica, da comuni modelli di vita. Quasi tutti hanno avuto come punto di riferimento il mondo intero, sia che siano diventati leaders politici che grandi artisti o imprenditori di successo. Alcuni sono stati tenaci innovatori, ma tutti hanno conquistato i propri risultati con la tenacia, l'impegno quotidiano e una grande fiducia in quello che facevano. Nel primo volume ci sono personalità come Luigi Ghirri, Don Giuseppe Dossetti senior, Romolo Valli, Cesare Zavattini, Nilde Iotti, Alcide Cervi, Osvaldo Piacentini, Meuccio Ruini, imprenditori come Erminio Corghi, Angelo Ruggerini, Terzino Spaggiari, Renzo Landi e Valter Sacchetti, mentre per lo sport Giannetto e Chiarino Cimurri e Gino Bondavalli. Nel secondo volume abbiamo invece Augusto Daolio, Vittorio Cavicchioni, Rina Ferri, il Dott. Vittorio Lodini, Riccarda Nicolini, Giuseppe Soncini, il Dott. Umberto Parisoli e il Dott. Pampari, Rino Serri, Giorgio Prodi; tra gli imprenditori Ariello Bonetti, Emore Campioli, Franco Franzini, Carlo Ferretti Garsi, Giulia Fontanesi Maramotti, Giuliano Ruggerini e altri. Nello sport troviamo Nardino Previdi, Pietro Reverberi, Fabio Saccani e Carlo Visconti.

Ogni profilo è corredato da numerose fotografie, che rendono il libro accattivante e piacevole.

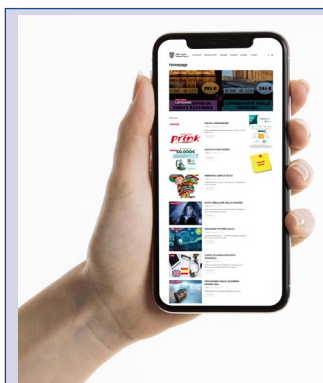
Tra le righe di questi profili c'è la nostra città e la nostra provincia con la sua storia e la sua evoluzione, con le sue luci e le sue ombre. Sono personalità esemplari che possono insegnarci tante cose anche oggi, visti i tempi difficili in cui viviamo. Abbiamo il dovere di conservare la loro memoria.



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