

CUOREAMICO INFORMA 2024

*Volontariato
È difficile spiegare
A una persona
Cosa significa dare
Il proprio tempo
Per fare una cosa buona!*

*Capire che la tua giornata
È colma di lavoro
E mai pagata!*

*Ma la nostra soddisfazione
Viene da un sorriso
Un grazie
È una piccola elargizione!*



*In Associazione siamo in tanti
Che ci diamo da fare
Ma siamo una gocciolina nel mare.*

*Mi sale un grido
dal mio profondo
Fate volontariato
Per far girare
Meglio il mondo!!!*

Marina Sandrin

PROTAGONISTI A MUGGIA



IN DATA 29 OTTOBRE 2020 È STATO RINNOVATO LO STATUTO ADEGUANDOLO AL NUOVO **CODICE DEL TERZO SETTORE - Decreto legislativo 3 luglio 2017 n. 117**, CHE RIORDINA LA DISCIPLINA VIGENTE IN MATERIA E DEFINISCE GLI ENTI CHE NE FANNO PARTE. LA NOSTRA ASSOCIAZIONE FA PARTE DELLE ORGANIZZAZIONI DI VOLONTARIATO E LA SUA CORRETTA DENOMINAZIONE È **ASSOCIAZIONE CUORE AMICO MUGGIA ODV**

I SALUTI DEI PRESIDENTI



Giorgio Mauro

In queste poche righe desidero esprimere innanzitutto la mia riconoscenza alle due persone che hanno evitato la chiusura definitiva dell'Associazione "CUORE AMICO MUGGIA": Teresa e Giorgia.

Ho presieduto, per 22 anni, l'Associazione, con massimo impegno. Ho ricavato tante soddisfazioni da questo incarico ed ho imparato cosa significhi la parola "Volontariato", questo grazie a tutti i miei collaboratori che si sono impegnati alla pari nella conduzione dell'Associazione.

All'età di ottantadue anni ho deciso di lasciare la carica di responsabile. Non avendo trovato un sostituto ero pienamente deciso a "chiudere". L'ho dichiarato nell'ultima Assemblea sociale. A seguire si sono presentati i due Angeli soprannominate ad offrire la propria disponibilità per salvare l'Associazione da probabile chiusura. A loro sono particolarmente grato per non vedere perso l'operato di 34 anni (1989-2023).

Ringrazio:

- tutti i collaboratori;

- il Consiglio Direttivo (oggi: ODA: Organo di Amministrazione);
- le nostre infermiere: Mila, Neva e Iolanda che con il loro impegno sono state sempre presenti ad ogni nostra chiamata;
- i Cardiologi ed il loro Staf.

Un abbraccio a TUTTI.

Il nostro attuale problema è riavere la Sede di via Roma in concordato con l'Amministrazione Comunale.

Dove siamo ora è molto gravoso per il nostro bilancio, in quanto siamo soggetti ad un affitto troppo pesante.

Io sarò sempre disponibile e presente, finché potrò.

Una raccomandazione ai Soci e Non:

Siate vicini a CUORE AMICO MUGGIA che penso sia stata e sia una valida Associazione.

Ultimo invito all'Amministrazione Comunale (Sindaco in particolare):

ABBIATE UN PO' DI APPRENSIONE PER NOI E PER CIO' CHE FACCIAMO E VORREMMO FARE: PRENDETE IN CONSIDERAZIONE I NOSTRI PROBLEMI ED AIUTATECI.



Maria Teresa Bertelli

Con grande piacere mi rivolgo a voi, soci e simpatizzanti di Cuore Amico Muggia. Dallo scorso anno sono alla guida di questa associazione e, assieme ai miei collaboratori, abbiamo ripreso l'attività sospesa a causa della pandemia. Ma, prima di mettervi a conoscenza dei nostri progetti, vorrei presentarmi. Mi chiamo Maria Teresa, sono un'infermiera pediatrica in pensione, ho due figli che vivono fuori Trieste e mi sono avvicinata a questa associazione perché cinque anni fa ho avuto un infarto e avevo bisogno di fare attività fisica controllata per cardiopatici. Mi sono così ritrovata in una nuova e bella realtà con persone, tutte volontarie, che dedicano il loro tempo con impegno, passione e professionalità per far vivere la nostra associazione. Con me ha iniziato anche Giorgia, la vicepresidente, che segue tutta la parte progettuale dell'associazione con esperienza ed entusiasmo, dando un contributo prezioso e inestimabile. Un grande grazie lo devo fare al presidente uscente, Mauro Giorgio, che ci ha lasciato questa splendida eredità e che ha guidato per vent'anni Cuore Amico Muggia con tanti volontari che non ci sono più o che ci sono ancora. Giorgio ci sta ancora accompagnando in questa fase di transizione, ed è un punto di riferimento per tutti noi.

Mi piace sintetizzare lo scopo della nostra associazione con una frase che mi è stata detta da un cardiologo in ospedale al momento della dimissione dopo l'infarto:

"può fare tutte le cose che poteva fare prima ma, questa volta, in modo corretto".

Prevenzione, quella parola sentita dire mille volte e mai ascoltata, sia nell'attività fisica che nel regime alimentare o nello stile di vita. Fare prevenzione è il nostro compito fare informazione, essere un punto di ascolto per chi ne abbia bisogno o abbia subito eventi cardiaci importanti, coinvolgendo i cittadini con un'educazione alla protezione, alla prevenzione è la nostra mission.

Lo scorso anno la Regione FVG ci ha finanziato un progetto biennale dal nome "Protagonisti a MUGGIA" che vede come responsabile Giorgia. Nelle pagine del giornalino troverete specificate le nostre attività, tanto quelle che facciamo da sempre quanto le nuove: prelievi ematici e pressione, corsi di informatica anche con l'uso del cellulare (es. spid e cie) e conferenze tenute da diversi professionisti sanitari di rilievo. Il prof. Sinagra sulle patologie cardiache, il prof. Murena sulle cadute in età avanzata e sull'osteoporosi, la prof.ssa Zanetti su come alimentarsi in modo corretto. Inoltre, dopo la conferenza dello scorso anno su "Come riconoscere il dolore cardiaco", abbiamo iniziato a fare corsi di primo intervento sull'arresto cardiaco aperto a tutti i cittadini. Altre iniziative le troverete sfogliando il giornalino.

Grazie a tutti voi per esserci vicini, per darci suggerimenti, per organizzare insieme un modo di vivere sano, facendo attività fisica, camminando, alimentandoci correttamente, volendoci bene. Solo così avremo abitudini di vita che ci faranno stare bene e vivere più a lungo.

Vi aspetto in sede.



ELEZIONI PER IL RINNOVO CARICHE

L'Assemblea dei soci di data 30 novembre 2022 ha eletto i nuovi consiglieri e il 16 dicembre 2022 l'Organo di Amministrazione (ODA) ha così votato:



Bertelli Maria Teresa
Presidente



Sbrizzi Giorgia
Vicepresidente



Zivoli Livio
Segretario



Schiavone Pasquale
Tesoriere



Mauro Fulvio
Consigliere



Simicich Pia
Consigliere



Moretto Miriam
Consigliere

INAUGURAZIONE NUOVA SEDE

In seguito al protrarsi dei lavori di ristrutturazione della sede legale di via Roma 22 è sorta la necessità di trovare una sede operativa che permetta ai consiglieri di avere un luogo dove relazionarsi con soci e simpatizzanti che abbiano piacere di partecipare alle varie attività organizzate e di poter riordinare e archiviare i documenti necessari per la vita dell'associazione. All'Assemblea dei soci del 13 aprile 2023 viene comunicato l'indirizzo del sito individuato in via Dante 11/a e inaugurato subito dopo il termine dell'assemblea.





PROTAGONISTI A MUGGIA

Con il contributo di



L'idea di presentare questo progetto alla Regione FVG nasce dal desiderio degli amministratori di ricominciare con rinnovato vigore dopo il lungo periodo di inattività dovuto alla pandemia, proponendo iniziative atte a sensibilizzare la popolazione sulle problematiche cardiache. Il bando regionale per un invecchiamento attivo ci ha dato questa possibilità e grazie al valido e professionale contributo della nostra collaboratrice Silvia Canossi siamo riusciti ad ottenere un finanziamento che ci permette di attuare la nostra idea progettuale.

Il progetto - iniziato a maggio 2023 finirà ad aprile 2025 - si rivolge principalmente ai cittadini di Muggia over 65 e a loro sono dedicate, in maniera prioritaria, le attività che verranno realizzate principalmente con i seguenti attori: il Comune di Muggia, la Parrocchia Santi Giovanni e Paolo - Fili d'argento, l'AIDA Associazione internazionale Donne Assieme, la DSMO Associazione degli Sloveni di Muggia Kiljan Ferluga.



Di seguito le attività organizzate nel secondo semestre de 2023.

CONFERENZE

Martedì 24 ottobre 2023 alle ore 17.00 nella sala comunale Millo in piazza della Repubblica 4 a Muggia alla presenza del Sindaco Paolo Polidori, si è tenuta la conferenza dal titolo

COME RICONOSCERE IL DOLORE CARDIACO

La relazione esposta dal **prof. Gianfranco Sinagra** Direttore presso Dipartimento Attività Integrata Cardioracovascolare dell'ASUGI e Direttore presso Struttura Complessa di Cardiologia, ha riscosso un notevole interesse tanto da riempire quasi completamente il centinaio di posti disponibili.



Tra le varie patologie che possono colpire il cuore quella più frequente è la malattia delle arterie coronarie (ossia i vasi che forniscono sangue, ossigeno e nutrienti al muscolo cardiaco), causata dalla riduzione del flusso di sangue in una o più di esse, dovuta all'accumulo di materiale lipidico in depositi denominati placche aterosclerotiche.

La malattia coronarica inizia quando le pareti del vaso coronarico risultano danneggiate dai vari fattori di rischio cardiovascolare: un alto tasso di colesterolo nel sangue, il fumo, la pressione alta, l'obesità o il diabete.

La malattia coronarica ha diverse manifestazioni: se si presenta improvvisamente è definita sindrome coronarica acuta (infarto miocardico, angina instabile) ed è dovuta ad un'acuta riduzione del flusso sanguigno a livello del cuore; se invece esiste una condizione di cronica mal perfusione coronarica, si avrà un quadro di angina cronica stabile. L'angina è una sensazione dolorosa e fastidiosa che può essere percepita al petto, alla schiena, alle braccia, al collo o alla mandibola. Questa sensazione non necessariamente si presenta come un dolore intenso ed acuto al petto, ma può anche manifestarsi con un leggero fastidio (come quello causato da una indigestione) e può essere avvertita in diverse zone della parte superiore del corpo. Solitamente un attacco di angina compare sotto sforzo, dura pochi minuti e spesso scompare con il riposo o dopo l'assunzione dei farmaci anti anginosi. Un dolore associato a sudorazione fredda o mancanza di fiato configura in genere una sintomatologia più severa.

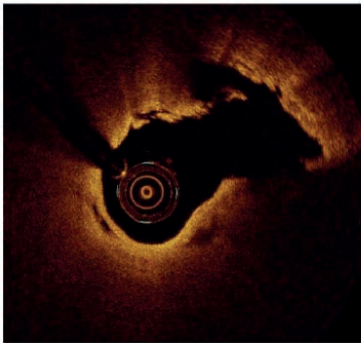


Figura 1 - Interno di un vaso coronarico con una placca instabile in un soggetto con sindrome coronarica acuta.

I pazienti che soffrono di angina dovrebbero instaurare alcuni cambiamenti nello stile di vita che possono aiutare a prevenire e/o ridurre gli attacchi. Ma quali sono le abitudini più adeguate a salvaguardare la salute del cuore? La prima raccomandazione riguarda la necessità di praticare attività fisica regolare (almeno 150-300 minuti a settimana di esercizio di intensità moderata o 75-150 minuti a settimana di attività vigorosa), ovviamente commisurata all'età ed alle proprie condizioni di salute. Un soggetto in età avanzata può ad esempio dedicarsi ad una camminata di 45 minuti a passo svelto tre-quattro volte alla settimana, mentre per i più giovani è preferibile impegnarsi regolarmente in attività quali la corsa, il nuoto o la ginnastica.

Altrettanto importanti sono le corrette abitudini alimentari, che aiutano a prevenire o controllare obesità, ipercolesterolemia, sindrome metabolica e diabete mellito di tipo II. La dieta dovrebbe essere equilibrata e varia, prevedere un regolare consumo di pesce (almeno 2 volte alla settimana) ed un limitato consumo di grassi saturi (insaccati, burro, formaggi, latte intero), essere povera di sodio (preferibilmente meno di 5 grammi/die) e ricca di frutta e verdura (almeno 400 grammi/die). Bisognerebbe poi evitare di consumare bevande ricche di zuccheri e cibo preconfezionato e limitare l'assunzione di alcol ad un massimo di 100 g a settimana. Controllare il peso corporeo, mantenendo un Body Mass Index (BMI) fra 20 e 25, sarebbe auspicabile.

È indispensabile smettere di fumare (si pensi che un fumatore ha un'aspettativa di vita minore di 10 anni rispetto ad un non fumatore della stessa età!). Poiché anche il fumo passivo comporta l'inalazione involontaria di sostanze nocive, è fortemente consigliato evitare di esporvisi.

Bisogna poi controllare rigorosamente i valori pressori (ottimali se compresi fra 120-130 e 80-85 mmHg) ed i valori di colesterolo LDL, il cui limite dipende dal profilo di rischio cardiovascolare individuale. Inoltre una buona igiene del sonno e la riduzione dei fattori psico-sociali stressanti sono stati correlati ad un minor rischio di eventi cardiovascolari.

Accanto a questa strategia, alcuni farmaci possono essere utilizzati. La nitroglicerina e i nitroderivati alleviano l'angina e si utilizzano sia come terapia in cronico che per risolvere rapidamente gli attacchi qualora si presentino.

I betabloccanti e i calcio antagonisti riducono la domanda di ossigeno da parte del cuore rallentando la frequenza cardiaca e diminuendo la pressione sanguigna.

Gli antiaggreganti (aspirina, clopidogrel, prasugrel e ticagrelor) riducono la tendenza ad aggregarsi delle piastrine a livello delle placche e prevengono la progressione della malattia coronarica.

Se i soli farmaci non riescono a controllare l'angina, per curare la malattia coronarica potrebbe rendersi necessario un trattamento interventistico (angioplastica) o chirurgico (by pass aorto-coronarico). Queste procedure, che richiedono il ricovero ospedaliero, possono migliorare l'apporto di sangue o di ossigeno al cuore, riaprendo o by-passando le arterie ostruite.

Un accorgimento molto semplice da seguire per monitorare la frequenza degli attacchi di angina è tenere un diario annotando gli episodi di dolore, la loro durata, l'intensità (su una scala da 1 a 4) e la correlazione con lo sforzo o con altri eventi scatenanti (emozioni, freddo).

Se qualche ramo delle arterie coronarie si dovesse chiudere completamente, si avrebbe l'interruzione completa e improvvisa del flusso sanguigno a una parte del cuore. Senza l'apporto di sangue ricco di ossigeno, essa cessa di funzionare: si verifica così l'infarto miocardico.

È fondamentale essere consapevoli che il danno dell'infarto diventa sempre più grave con il passare delle ore e l'efficacia degli interventi terapeutici è tanto maggiore quanto più precocemente iniziati: l'ideale sarebbe metterli in atto entro la prima ora dall'inizio dei sintomi. Non bisogna, perciò, sottovalutare qualsiasi tipo di fastidio al centro del petto o allo stomaco e chiedere subito l'intervento del 112. Un elettrocardiogramma potrebbe essere determinante per distinguere un infarto da un banale malesse-

Figura 2. Studio non invasivo delle coronarie mediante Angio-TC in un soggetto con Angina già trattato con Angioplastica e stent





re, e aspettare di vedere cosa succede non serve a nulla: “time is heart, il tempo è muscolo”, non bisogna perdere tempo prezioso!

Il dolore dell’infarto è tipicamente di tipo oppressivo o gravativo, come un “peso” al centro del torace, e irradiato alla gola, alle spalle e al braccio sinistro. Ha una durata generalmente superiore ai 15 minuti, e di solito persiste nonostante l’assunzione di nitroderivati. Spesso, inoltre, è accompagnato da una sensazione di mancanza di fiato, nausea e sudorazione.

Talvolta, però, l’infarto si può anche manifestare con sintomi “atipici”, in particolare nelle donne o nei diabetici: il dolore può essere urente (senso di bruciore), essere localizzato alla bocca dello stomaco o al lato sinistro del torace, irradiarsi ad entrambe le braccia o soltanto al destro, e questo può creare confusione nel paziente che non riconosce l’attacco cardiaco.

La terapia è l’immediata riperfusione, vale a dire la riapertura della coronaria interessata mediante l’angioplastica, una procedura interventistica che si effettua allargando il vaso (gonfiando un palloncino) e inserendovi una rete metallica (stent) per mantenerlo aperto. Dopo questa procedura è fondamentale introdurre una terapia medica basata su antiaggreganti, statine e beta bloccante, che prevengono la chiusura dello stent e aiutano l’ossigenazione del cuore.

Dopo l’infarto è previsto un periodo di degenza in ospedale per monitorare ed eventualmente trattare possibili complicanze, quali problemi del ritmo cardiaco, infiammazioni al pericardio (la membrana che avvolge il cuore) e problemi di pompa (scompenso cardiaco, rottura di cuore).

In alcuni casi di malattie coronariche i vasi che devono essere trattati sono multipli o possono associarsi ad altre patologie delle valvole o dell’aorta. In questi casi può rendersi necessario un intervento cardiocirurgico.

di Gianfranco Sinagra e Maddalena Rossi

**Dipartimento Cardioracovascolare, SC Cardiologia,
Ospedale di Cattinara, ASUGI ed Università di Trieste**

CORSI

APRITI SESAMO!



*Come difenderci dai MOSTRI !!!
Spid? Sesamo? Truffe online?
Cloud?....*



Nei mesi di ottobre e novembre 2023, presso la ristrutturata Sala Fratelli Tutti del Ricreatorio Penso di Muggia, l’Associazione ha realizzato due **corsi gratuiti** mensili, di 16 ore ciascuno, dedicati all’alfabetizzazione informatica.

L’obiettivo è stato ambizioso e – ce ne siamo accorti strada facendo – di assoluta utilità (oltre che attualità):

formare i partecipanti rispetto ai nuovi servizi digitali.

Abbiamo deciso di bypassare quasi completamente quello che normalmente viene insegnato in questa tipologia di corsi, spesso superato o già facente parte delle nozioni ‘base’ dei partecipanti (...dopotutto: tutti sappiamo accendere lo smartphone o il PC, no?) e focalizzarci su un utilizzo pratico e non astratto di quello che il mondo digitale mette oggi a disposizione: accesso ai servizi della PA (Pubblica Amministrazione), utilizzo dello SPID, utilizzo dei motori di ricerca, creazione di account per poter accedere ai servizi.

In particolare, ampio spazio è stato dato al tema della sicurezza informatica, in modo che i partecipanti potessero avere il minimo bagaglio di conoscenze per **evitare i pericoli delle truffe online.**”

**Nell’anno 2024 il corso verrà riproposto nei mesi di marzo, aprile (corso avanzato),
ottobre e novembre nelle giornate di lunedì e mercoledì dalle 9.30 alle 11.30.**

Vi aspettiamo in sede per le iscrizioni!



GINNASTICA POSTURALE



Il 2023 ha nuovamente visto riempirsi la palestra di allievi desiderosi di seguire le indicazioni dell'insegnante.

L'obiettivo della ginnastica posturale è la correzione della postura cercando di limitare il dolore e le rigidità muscolari, tramite esercizi mirati, la conoscenza e la consapevolezza di una corretta respirazione. Una ginnastica posturale continuativa può aiutare a prevenire altre patologie legate alle posture scorrette a livello muscolo-scheletrico.

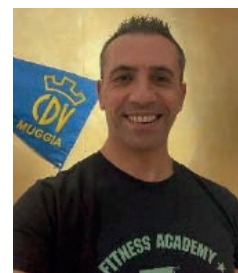
I benefici sono: un graduale miglioramento e/o recupero di una postura scorretta che inevitabilmente influisce sul fisico e sulla mente, la riduzione delle tensioni muscolari, la maggiore consapevolezza dei propri movimenti

attraverso una giusta combinazione di esercizi e respirazione, il miglior lavoro del cuore con conseguente miglioramento della circolazione sanguigna di tutto il corpo. In sintesi:

- Correzione e miglioramento postura
- Rinforzo catene muscolari
- Miglioramento elasticità muscolare
- Migliore funzione motoria
- Miglior afflusso di sangue nel corpo
- Riduzione e miglioramento dello Stress

I corsi per cardiopatici e non e di mantenimento sono tenuti presso il Circolo della Vela di Muggia da ottobre a maggio con frequenza bisettimanale.

Per informazioni e iscrizioni vi aspettiamo in sede!



Insegnante di ginnastica
Giuseppe Pappalardo



ACQUAGYM

Nella splendida cornice della Base Logistico-Addestrativa dell'Esercito a Lazzaretto si sono svolte le lezioni di acquagym nei mesi di luglio e agosto. La ginnastica in acqua migliora la circolazione del sangue, la flessibilità dei muscoli, le funzioni respiratorie, la forza fisica, l'equilibrio e i riflessi. Gli effetti sul fisico si proiettano anche sulla mente trasmettendo agli anziani maggior serenità mentale e lucidità.





DIAMOCI UNA MANO!



Dopo la conferenza del prof. Gianfranco Sinagra tenutasi in ottobre, nei mesi di novembre e dicembre con frequenza bimensile sono stati organizzati quattro corsi gratuiti di primo intervento con la presenza di otto-dieci partecipanti.



I corsi della durata di circa tre ore continueranno anche nel 2024.

Chi ha piacere di iscriversi può passare in sede sociale o telefonare negli orari di segreteria al n. **tel. 040 2338622.**

ALTRE ATTIVITÀ

CAMMINIAMO INSIEME



Ogni mercoledì mattina (tempo permettendo!) chi ha piacere di fare una camminata in compagnia può raggiungerci alle ore 9.30 o 10.00 (a seconda della stagione) nel piazzale davanti all'entrata della palestra del Circolo della Vela. La partecipazione è liberissima e non comporta iscrizione. **Per informazioni 3402276800.**





UN CAFFÈ IN PIAZZA

Questa attività è nata dal presupposto che l'**invecchiamento non deve essere letto come una malattia o un tempo di attesa ma come un periodo di ulteriore crescita, di relazione, di scambio.**

Tra gli over 65 che soffrono maggiormente di solitudine e marginalità a Muggia, come altrove, ci sono senz'altro gli anziani delle case di riposo. Con il supporto della rete dei partner, in accordo con la direzione sanitaria delle due case di riposo di Muggia, si intende:

trasportare degenti con mezzi attrezzati in piazza all'aria aperta e rivedere le calli del centro storico; andare al mare o a giocare a tombola in ricreatorio dove incontrare vecchi amici e bere un caffè in compagnia; essere stimolati a ricordare, raccontare, condividere. Fino a ora ha aderito all'iniziativa la casa di riposo Brioni così che da ottobre a dicembre siamo riusciti ad accompagnare una volta al mese 5/6 anziani al ricreatorio Penso per giocare e trascorrere qualche ora assieme.

L'attività continuerà pertanto abbiamo bisogno di volontari che possano dare una mano per l'accompagnamento. **Per informazioni contattare Giorgia Sbrizzi cell. 3479409794 o don Fulvio 3927913572.**



E ANCORA...

Inoltre negli orari di apertura della sede:

RILEVAMENTO DELLA PRESSIONE ARTERIOSA

e il 1° e 3° giovedì di ogni mese dalle 8.00 alle 10.00

PRELIEVI EMATICI

Con risultati immediati dei valori colesterolo, LDH, HLD, glicemia e trigliceridi



Il 23 aprile 2023 abbiamo partecipato numerosi alla Mujalonga sul mar e grazie al coinvolgimento di amici e parenti abbiamo ottenuto il premio come gruppo più numeroso: PROSCIUTTONE E BIBITE che abbiamo condiviso in seguito nella sede sociale.



Gruppi di partecipanti



A NATALE

VISITA ALLA CASA DI RIPOSO COMUNALE



Alcuni consiglieri in visita annuale alla casa di riposo comunale per la consegna dei panettoni.

PRANZO SOCIALE ALLA TRATTORIA AL CASTELLO 8 Dicembre



CI HANNO LASCIATO

IN QUESTI ULTIMI ANNI CI HANNO LASCIATO

Cuore Amico li ricorda con stima e amicizia:

*Giuseppe Apollonio, Rosamaria Cannas, Rodolfo Colbasso,
Piero Delise, Gastone Della Pietra, Nevio Ellero, Riego Marassi,
Ferruccio Petrini, Marisa Raseni*

ROSAMARIA CANNAS

Il 7 novembre 2021 la nostra Segretaria Rosamaria (Rosemie) Cannas, ci ha lasciato dopo venti anni di volontariato presso la nostra Associazione. Era in attesa di un responso medico quando ha detto: "se l'esito sarà buono mi iscriverò a Cuore Amico per collaborare". Così è stato. La sua partecipazione è stata molto attiva. Nominata Segretaria, ha svolto il suo compito con forte interesse e dedizione, operando in modo assiduo e ricco di iniziative. È stata la promotrice di progetti assieme a Franco Bartolini, pure lui prematuramente scomparso, di due progetti dei quali sono stati pubblicati due libretti. Fondatrice ed autrice del giornalino "Cuoreamicoinforma" per ventidue edizioni annuali, coinvolgendo cardiologi, medici e paramedici. Poi il solito male del secolo ce l'ha portata via lasciando un profondo vuoto in tutti noi collaboratori. Con queste righe vogliamo ricordare e ringraziare Rosemie per l'intenso e proficuo contributo dato all'Associazione. Ci mancherai Rosi! Cuore Amico Muggia.



Rosamaria Cannas

FERRUCCIO PETRINI

Ottimo collaboratore, sempre disponibile, attivo, tranquillo, silenzioso. Si è unito a noi e subito ha collaborato alla realizzazione delle "Giornate degli esami ematici" e delle "Giornate del Cuore". In silenzio è entrato ed ugualmente in silenzio è uscito, lasciandoci prematuramente. Grazie Ferruccio, sentiamo la tua mancanza. Un caro saluto da tutti noi.



Ferruccio Petrini

IL 5 PER MILLE

I modelli per la dichiarazione dei redditi hanno uno spazio riservato al 5 x mille.

1. **Firma** nel riquadro dedicato alle Organizzazione di Volontariato (ODV)
2. **Inserisci** il codice fiscale dell'**ASSOCIAZIONE CUORE AMICO MUGGIA ODV**

90040310329

sede legale: Via Roma 22 – 34015 Muggia
sede operativa: Via Dante 11/A
tel.: 040 2338622
cell 3355752522/3479409794
cod. fisc.: 90040310329

e-mail: info@cuoreamicomuggia.org
pec: cuoreamicomuggia@pec.csvfvg.it
pagina facebook: Cuore Amico
Sito: www.cuoreamicomuggia.org
IBAN IT08U0200836480000105816427