

# a tutto CUORE

editoriale

## La malattia metafora della vita

La malattia é l'ultimo dei nostri pensieri, il più remoto e, quando la si incontra, il più disturbante. Ma perché parlare di malattia quando si avvicina il tempo delle vacanze e del tanto sospirato riposo? Perché è giusto e doveroso dedicare un piccolo spazio di riflessione alle persone che in questo periodo vivono nel dolore o assistono chi è stato travolto dalla malattia. Perché la malattia continua ad esistere anche d'estate, anche in tempo di vacanza. Gli ospedali si limitano alle urgenze e ai casi gravi eppure restano pieni. La malattia riporta la nostra attenzione sul lato oscuro della vita e ci impone una pausa diversa ed inattesa. Ci obbliga a ripensare la nostra vita e il senso che essa può avere nonostante il dolore o oltre il dolore. Nell'immediato la risposta alla malat-

tia propria o di una persona cara è di shock, di rabbia o di collera: perché proprio adesso? perché proprio a me? Sono le prime umanissime risposte emotive. Purtroppo è un modo inatteso e non desiderato di riconoscere che tutti i nostri programmi possono saltare in un minuto. C'è una via d'uscita? Rabbia e collera divorano solo energia vitale e possono diventare autodistruttive. Come affrontare dunque un periodo di sofferenza e di fatica se si deve assistere una persona malata? Per chi assiste è importante riservarsi uno spazio di ricarica, anche piccolo, magari una passeggiata, una nuotata, un giro in bicicletta. L'importante è che sia "fisico", per scaricare il nostro corpo da tutte le tensioni che ha accumulato. Per chi si ammala è di grande conforto sentire l'affetto e l'amore non sospirato di chi resta

> 02

## sommario

editoriale

01 **La malattia metafora della vita**

l'articolo medico

03 **Lo scompenso cardiaco  
e il suo ambulatorio**

04 **Patologia tiroidea e malattie  
cardiovascolari**

notizie dall'associazione

06 **Gita a Ferrara**

volontariato

08 **Gli Angeli dell'Angelo  
Il Gruppo di Volontari  
di Cardiocirurgia**

notizie dall'associazione

10 **Inferno e Paradiso**

11 **Giornata del Cuore**





per assistere, per aiutare, per limitare la sofferenza. Basta una carezza perché il contatto fisico è essenziale. Perché una carezza sulla pelle è una carezza per l'anima, dice più di tante parole e riesce a rompere il muro della solitudine e dello sconforto.

Vi racconto una storia, semplice ma piena di significato. E la storia di Mario. Mario è uno di noi, ha avuto un leggero ictus da cui si è ripreso ma che lo ha lasciato stanco e sfiduciato. Si è chiuso a riccio, non voleva più uscire, parlava poco. Forse era sfibrato dopo la sua lunga permanenza in ospedale e soprattutto aveva paura. Le figlie cercavano di incoraggiarlo. Lui per un po' cedeva alle loro istanze, poi tornava alla sua solitudine. Lui comunque ha un carattere forte e autoritario ma il bisogno degli altri lo rendeva suscettibile. Comunque sia un giorno è venuto in sede con una delle figlie, una signora gentilissima e molto preoccupata. Lei voleva che lui facesse la ginnastica di mantenimento ma lui nicchiava. Aveva già frequentato una palestra, privatamente, unico utente con a disposizione un fisioterapista ma evidentemente non aveva avuto alcun giovamento perché era solo. Abbiamo parlato un po' e siamo giunti ad un compromesso: sarebbe venuto in palestra (certo per compiacere la figlia) ma se era troppo gravoso fare ginnastica avrebbe smesso. Così fece: la prima volta era spaesato logicamente, non è facile adattarsi ad un ambiente dove tutti si conoscono, ma gli "amici" non negano mai un sorriso ed una buona parola a nessuno. Era anche traballante perché camminava con

il bastone e fare ginnastica senza è un'impresa. Pensavo di non rivederlo più e invece... è sempre presente. È successo un piccolo miracolo; Mario ora fa tutti gli esercizi, in piedi, alla sbarra, a terra. Non sembra più la stessa persona, lui parla, scherza, ogni tanto si siede se è stanco ma Daniela gli fa fare gli esercizi da seduto. Ora andiamo in gita a Ferrara, il primo a iscriversi è stato lui e guai se le figlie gli dicono che forse sarebbe meglio non partecipasse. Lui neppure le sta a sentire. Da questa storia si possono trarre tre considerazioni. Mario ha trovato un ambiente accogliente, in questo ambiente lui non è solo tutti fanno ginnastica e lui non vuole sentirsi "diverso". La riabilitazione, checché se ne dica, perché c'è ancora chi è contro, è utile e necessaria. Mario ha ritrovato fiducia, ha trovato conforto nelle parole e nei sorrisi di chi li sta vicino. Perché ho preso come esempio Mario? Beh soprattutto perché la sua trasformazione mi ha colpito, e poi perché lui sia di incoraggiamento ad altri. Susan Sontag (autrice e saggista americana) nel suo libro "Malattia come metafora" dice: "la malattia è il lato notturno della vita, una cittadinanza più onerosa. Tutti quelli che nascono hanno una doppia cittadinanza, nel regno dello star bene e in quello dello star male. Preferiremmo tutti servirci soltanto del passaporto buono, ma prima o poi ognuno viene costretto, almeno per un certo periodo, a riconoscersi cittadino di quell'altro paese". E vero. non possiamo evitare la malattia ma un modo c'è per superarla: umanizzare la propria vita e quella di chi soffre.

*Il Presidente*

**Marilena Maffei Lazzarini**

CON IL SOSTEGNO DEL



**BANCO SAN MARCO**  
PASSIONE E SENSIBILITÀ PER IL TERRITORIO

## Lo scompenso cardiaco e il suo ambulatorio

Lo scompenso cardiaco (SC) è una sindrome cronica, a significativo impatto clinico e sociale a causa dell'elevata morbilità e mortalità; è caratterizzato da un'alta prevalenza (0,3-2% della popolazione adulta, in Italia circa 600.000 pazienti già diagnosticati) e incidenza (0,1-0,2%, 87.000 nuovi casi/anno).

A causa dell'invecchiamento della popolazione, è previsto aumento del numero dei casi e quindi dei costi sociali nei prossimi anni, con elevato utilizzo di risorse (attualmente 2-2,5% della spesa sanitaria totale, 60-70% per le ospedalizzazioni, prima causa di ricovero negli ultra 65enni).

I pazienti con SC cronico possono presentare riacutizzazioni della malattia tali da rendere frequente il ricovero ospedaliero che, tuttavia, solo in una minoranza dei casi è appropriato. E' dimostrato, infatti, che il peggioramento del quadro clinico è spesso connesso a fattori precipitanti potenzialmente prevedibili e prevenibili.

A tale scopo è nato da molti anni, in tutta Italia, l'Ambulatorio per lo Scompenso Cardiaco con l'obiettivo di ottimizzare le cure per i Pazienti affetti da tale patologia, sulla base delle più recenti linee guida nazionali ed internazionali, al fine di ridurre la mortalità, prevenire le instabilizzazioni cliniche, migliorare la qualità di vita e ridurre il numero dei ricoveri ospedalieri. È caratterizzato da un accesso facilitato (prenotazione diretta, non tramite C.U.P.), un telefono diretto dedicato, una notevole flessibilità degli appuntamenti (in base alle condizioni cliniche).

Nella realtà mestrina l'Ambulatorio ha iniziato la sua attività circa 10 anni fa ad opera del Dott. Carlo Zanella e della Dott.ssa Patrizia Della Valentina; attualmente segue circa 200 pazienti ed è gestito dalla sottoscritta con la collabora-

zione della Dott.ssa Elisabetta Grolla e del Dott. Giovanni Ossena. Si avvale inoltre della fattiva collaborazione di Infermieri professionali (attualmente Sig.ra Antonella Zamengo e Sig.ra Laura Cercato), che si occupano della programmazione delle visite (a cadenza variabile in base alla gravità del caso) ed eventualmente delle telefonate programmate (per verificare le condizioni di salute del Paziente e la sua aderenza alla terapia), oltre ad effettuare, di volta in volta, l'elettrocardiogramma, la determinazione del peso, la misurazione della pressione arteriosa, il tipo di alimentazione seguita, annotando tutti i parametri nella cartella clinica del Medico, che valuterà la necessità di eventuali modifiche riguardanti la dieta, la conferma o l'aggiustamento della terapia, la effettuazione di ulteriori esami strumentali, l'invio ad ulteriori specialisti.

L'ambulatorio è operativo i lunedì mattina dalle ore 9:00 alle ore 14:00 (eccetto i giorni festivi). Durante questo orario vengono effettuate circa 11 visite. I numeri telefonici sono i seguenti 041-9657222 (diretto dell'Ambulatorio) e 041-9657206 (diretto della Segreteria del Servizio Ambulatoriale di Cardiologia).

**Dott.ssa Valeria Cutaia**



l'articolo medico

## Patologia tiroidea e malattie cardiovascolari



Le malattie tiroidee sono frequenti: secondo stime recenti sembra che esse riguardino dal 9 al 15% della popolazione adulta femminile e in misura leggermente minore quella maschile. E' noto che alcuni dei più frequenti e caratteristici segni e sintomi delle malattie

della tiroide sono legati all'effetto degli ormoni tiroidei sul sistema cardiovascolare. Sia l'ipotiroidismo (ridotta funzione), che l'ipertiroidismo (aumentata funzione), producono cambiamenti sulla forza di contrazione del cuore, sul suo consumo di ossigeno, sulla pressione arteriosa, sulla frequenza cardiaca, e nella maggior parte dei casi sono alterazioni reversibili, qualora la malattia tiroidea sottostante venga riconosciuta e trattata.

### IPERTIROIDISMO

L'ipertiroidismo si associa più frequentemente a comparsa di palpitazioni, tachicardia, fibrillazione atriale, ridotta tolleranza allo sforzo, dispnea da sforzo, aumento della pressione arteriosa sistolica (la massima), fino al dolore

toracico anginoso, all'ipertensione polmonare e allo scompenso cardiaco. Altri sintomi non cardiovascolari sono il calo ponderale, il senso di agitazione, i tremori e l'intolleranza al caldo. L'ipertiroidismo inoltre è un fattore di rischio indipendente per lo sviluppo di fibrillazione atriale che si manifesta nel 2-20% di questi pazienti e che risulta più frequente con l'avanzare dell'età e riguarda in misura maggiore le donne. Tuttavia bisogna ricordare che solo l'1% circa dei pazienti affetti da fibrillazione atriale presenta un quadro ipertiroidismo, che, comunque, va sempre considerato ed escluso poichè il suo trattamento condiziona significativamente il ripristino del ritmo sinusale. Dati di letteratura, infatti affermano che una buona terapia dell'ipertiroidismo, con l'ottenimento di normali valori di ormoni tiroidei, si associa al ripristino del ritmo sinusale in due terzi dei pazienti entro 2-3 mesi.

### IPOTIROIDISMO

La principali cause di ipotiroidismo sono la malattia di Graves (malattia autoimmune), la terapia con radioiodio e il deficit di iodio (legato a fattori ambientali). I sintomi cardiovascolari più frequenti legati all'ipotiroidismo, includono la bradicardia, l'aumento della pressione diastolica (la minima), la stanchezza. Altri



CENTRO DI SERVIZIO PER IL  
VOLONTARIATO

— DELLA PROVINCIA DI VENEZIA —

sintomi sono l'aumento di peso, l'intolleranza al freddo e la sonnolenza. L'ipotiroidismo determina, inoltre, un aumento del colesterolo totale, del colesterolo LDL (cattivo) e dei trigliceridi. Come risultato dell'aumento dei fattori di rischio cardiovascolare, i pazienti con ipotiroidismo hanno un rischio aumentato di aterosclerosi coronarica e sistemica, e quindi di infarto miocardico e ictus cerebrale. Inoltre, i pazienti con ipotiroidismo conclamato presentano frequentemente versamento pericardico. Da recenti studi sembra infine che l'ipotiroidismo condizioni negativamente la mortalità nei pazienti affetti da scompenso cardiaco.

### AMIODARONE E TIROIDE

L'amiodarone è un farmaco antiaritmico ricco di iodio, efficace nel trattamento di molte aritmie cardiache (atriali e ventricolari) e per questo molto usato. In virtù della sua composizione, esso può interferire con la funzione tiroidea modificando i valori sierici degli ormoni tiroidei e producendo uno stato di ipotiroidismo (nel 5-25% dei pazienti trattati) o meno frequentemente di ipertiroidismo (nel 2-10% dei pazienti trattati), che possono addirittura richiedere la sospensione del farmaco. L'ipotiroidismo si manifesta più frequentemente nelle femmine e nei pazienti più anziani. Tali effetti sono indipendenti dal dosaggio del far-



macoe si possono presentare in ogni momento dall'inizio della terapia e fino anche ad 1 anno dopo la sua sospensione. E' proprio per questo motivo che va valutata la funzione tiroidea prima e durante (ogni 3-6 mesi) e dopo il trattamento con amiodarone.

### COME VALUTARE LA FUNZIONE TIROIDEA?

Per la valutazione della funzione tiroidea è sufficiente un prelievo ematico, con la determinazione di TSH ( o tireotropina), T<sub>3</sub> (triiodotironina) e T<sub>4</sub> (tetraiodotironina) liberi. In presenza di alterati livelli di ormoni tiroidei, possono essere eseguiti ulteriori accertamenti di laboratorio (anticorpi antitiroidei) o strumentali (ecografia tiroidea), mirati, di volta in volta, all'identificazione della malattia tiroidea sottostante.

Dott.ssa Elisabetta Grolla



*Differente per forza.*

**BANCA DI CREDITO COOPERATIVO  
DI MARCON - VENEZIA**

PIAZZA MUNICIPIO, 22 - 30020 MARCON (VE)  
TEL. 041.5986111 - FAX 041.5950062

Filiali e Agenzie: FAVARO VENETO (VE) - CHIRIGNAGO (VE) - GAZZERA (VE)  
QUARTO D'ALTINO (VE) - PORTEGRANDI DI QUARTO D'ALTINO (VE) - JESOLO (VE)

Sito Internet: [www.bccmarconvenezia.it](http://www.bccmarconvenezia.it) - e-mail: [info@bccmarconvenezia.it](mailto:info@bccmarconvenezia.it)



notizie dall'associazione

## Gita a Ferrara







volontariato

## Gli Angeli dell'Angelo

### Il Gruppo di Volontari di Cardiocirurgia



La presidente dell'associazione Amici del Cuore, Marilena Maffei Lazzarini, mi ha chiesto di scrivere un articolo sull'attività di volontariato svolto nel reparto di cardiocirurgia dell'Ospedale di Mestre da un gruppo di soci dell'associazione stessa. L'attività

è nata alla fine del 2002 all'interno del progetto "Il volontario come risorsa umana in cardiocirurgia" e da allora tutti i giorni i volontari, in coppia, si alternano facendo visita ai pazienti del reparto.

In qualità di consulente psicologa lavoro a fianco del gruppo di volontari, incontrandoli mensilmente dal gennaio 2007. Ho ereditato questo incarico in un momento particolare del gruppo, caratterizzato da cambiamenti significativi: il caposala, riferimento per le attività, il primario del reparto di cardiocirurgia, la sede dell'ospedale. Un momento in cui il gruppo aveva bisogno di elaborare tali cambiamenti, con tutte le emozioni che essi sempre comportano. E' stato importante fermarsi a riflettere, come singoli membri e come gruppo, sulla propria identità e sul futuro. Ciò ha permesso di approfondire il significato di fare ed essere gruppo e di trasmettere ai ricoverati incontrati quotidianamente un messaggio di fiducia e presenza costante nel tempo, che travalica la disponibilità del singolo individuo e trova risposta nella forza appartenente al gruppo ("Se non troverai me, ci sarà un mio collega con cui parlare"). Ha consentito inoltre di enucleare alcuni ingredienti fondamentali, che alimentano l'anima del volontariato attraverso l'interazione produttiva, attiva e costante fra i suoi membri:

- **spirito di servizio**, fatto di passione, sacrificio, serietà e competenza nell'incontro con l'altro.
- **spirito di gruppo**, che cresce quando tutti gli

*individui sono motore di proposte, parte decisionale, presenza costante, ascolto e partecipazione del punto di vista altrui, in cui non vi è dipendenza, ma interdipendenza.*

- **motivazione**, che va sostenuta, ricalibrata sui propri cambiamenti e bisogni, misurata sulle aspettative, condivisa con il gruppo.
- **riconoscimento del lavoro svolto**, personale ed altrui, e della competenza acquisita.

Fare un buon volontariato richiede sempre lo sviluppo di questi aspetti: per tale motivo è fondamentale lo spazio di scambio che con costanza il gruppo ha deciso di riservarsi mensilmente e che con maturità ha ampliato per favorire un più adeguato momento di riflessione e incontro nel duro lavoro del volontario. E' questo lo spazio nel quale trasmettersi esperienze, passarsi comunicazioni, riflettere sugli stili personali e identificare le modalità più proficue per incontrare i pazienti del reparto, che comunicano paure e ansie, e rispondere ai loro bisogni, ad esempio di rassicurazione e identificazione verso chi ha già affrontato lo stesso percorso di cura.

Scrivere mi ha permesso di ripercorrere le varie tappe che in questi ultimi tre anni il gruppo ha percorso e fare il punto della situazione sugli ostacoli affrontati e superati. Dei soci, attualmente 22, alcuni rappresentano una presenza costante, altri si sono fermati con noi per un periodo, a volte tutti, come è normale che sia, hanno difficoltà nella vita che intrecciano la partecipazione.

Il gruppo, quindi, è eterogeneo per età, personalità, vicissitudini di vita (alcuni sono stati a loro volta pazienti nel reparto), anni di esperienza nel volontariato. Queste differenziazioni sono fonte sia di ricchezza, in quanto ognuno porta le proprie emozioni ed esperienze, ma anche di divergenze nelle modalità di interazione coi ricoverati. Entrambe sono importanti per la crescita, il confronto e la definizione dell'intervento da farsi. Un profondo lavoro dei volontari, motivato dal forte desiderio di usare le proprie risorse per dare aiuto e di migliorarsi per svolgere al meglio

il proprio compito, ha consentito al gruppo sia di comprendere l'importanza della vera unità di gruppo – fatta di coinvolgimento dei membri, di autenticità, di confronto, e a volte scontro, per poter crescere assieme –, sia di arrivare a definire le regole che il gruppo ha sentito il bisogno di darsi:

- *mettersi in gioco portando se stessi con le proprie idee e sensazioni.*
- *esprimersi con franchezza, sospendendo il giudizio e lasciando spazio di espressione a tutti.*
- *comunicare le assenze alle riunioni mensili e in reparto, in quanto la propria presenza o assenza è sentita dal gruppo (motivo per il quale si è anche deciso di redigere un verbale delle riunioni per tenere sempre aggiornato anche chi non può partecipare agli incontri).*

L'incontro mensile è diventato così il bagaglio dell'identità e della storia del gruppo, il punto d'incontro dove i membri si trovano a condividere la fatica, ad accrescere e scambiare le differenti abilità, preparazione, esperienza e tutto ciò che viene vissuto accanto al paziente ricoverato. Sta divenendo sempre di più un momento non solo di supervisione e aggiornamento, soprattutto per specifiche tematiche, ma anche di intervizione e scambio di emo-

zioni. In esso si parte da se stessi/e per capire meglio gli altri e si raccoglie quanto emerge per definire le buone prassi che rappresentino un fare comune e condiviso, che permetta di affrontare l'incontro con i pazienti con sufficiente serenità, imparando a mantenere la giusta distanza, o vicinanza, emotiva, attraverso modalità di gestione del colloquio stabilite assieme e comprese nel profondo. Gli incontri hanno quindi la sostanza di racconti emotivi, dove l'esperienza emozionale vissuta nel fare volontariato incontra il pensiero critico e in cui entrambi guidano il fare pratico.

Il mio lavoro consiste ora nell'accompagnare in questo cammino i volontari, mettendo a disposizione la mia competenza ed esperienza come risorsa del gruppo e agevolando la comunicazione e i processi di rete. Proprio allo scopo di rafforzare quest'ultimo aspetto, recentemente l'incontro mensile è stato integrato, ampliandolo nella durata, con un momento di scambio con i medici di cardiocirurgia, per essere sempre più sinergici e in sintonia con l'operato e gli obiettivi dei medici stessi e del personale infermieristico.

**Barbara Mazzardis**  
*Psicologa-Psicoterapeuta*





## Inferno e Paradiso

Un sant'uomo ebbe un giorno da conversare con Dio e gli chiese:  
"Signore, mi piacerebbe sapere come sono il Paradiso e l'Inferno".

Dio condusse il sant'uomo verso due porte.

Ne aprì una e gli permise di guardare all'interno. C'era una grandissima tavola rotonda. Al centro della tavola si trovava un grandissimo recipiente contenente cibo dal profumo delizioso. Il sant'uomo sentì l'acquolina in bocca.

Le persone sedute attorno al tavolo erano magre, dall'aspetto malato. Avevano tutti l'aria affamata. Avevano dei cucchiaini dai manici lunghissimi, attaccati alle loro braccia.

Tutti potevano raggiungere il piatto di cibo e raccoglierne un po', ma poiché il manico del cucchiaino era più lungo del loro braccio non potevano accostare il cibo alla bocca.

Il sant'uomo tremò alla vista della loro miseria e delle loro sofferenze.

Dio disse: "Hai appena visto l'Inferno".

Dio e l'uomo si diressero verso la seconda porta.

Dio l'aprì. La scena che l'uomo vide era identica alla precedente.

C'era la grande tavola rotonda, il recipiente che gli fece venire l'acquolina.

Le persone intorno alla tavola avevano anch'esse i cucchiaini dai lunghi manici.

Questa volta, però, erano ben nutrite, felici e conversavano tra di loro sorridendo.

Il sant'uomo disse a Dio:

"Non capisco!".

"È semplice - rispose Dio - essi hanno imparato che il manico del cucchiaino troppo lungo, non consente di nutrire se stessi... ma permette di nutrire il proprio vicino. Perciò hanno imparato a nutrirsi gli uni con gli altri!

Quelli dell'altra tavola, invece, non pensano che a loro stessi...

Inferno e Paradiso sono uguali nella struttura... La differenza la portiamo dentro di noi.

**Sulla terra c'è abbastanza per soddisfare i bisogni di tutti ma non per soddisfare l'ingordigia di pochi.**

**I nostri pensieri, per quanto buoni possano essere,  
sono perle false fintanto che non vengono trasformati in azioni.**

**Sii il cambiamento che vuoi vedere avvenire nel mondo.**

**Mahatma Gandhi**

**A tutto Cuore**  
gennaio-giugno 2010

**Direttore Responsabile:**  
Aldina Vincenzi

**Comitato di Redazione:**  
Francesco Di Pedè, Marilena  
Maffei Lazzarini, Elisabetta  
Grolla, Fausto Rigo

**Editore:**  
Studio LT2  
R.O.C. 17908 del 19.01.2009

**Progetto Grafico:**  
Idvisual (PD)  
[www.idvisual.it](http://www.idvisual.it)

**Stampa:**  
Litocenter s.r.l. - Limena (PD)



## Giornata del cuore





# ASSOCIAZIONE AMICI DEL CUORE

## CHI SIAMO

Un'associazione di volontariato apolitica, apartitica e aconfessionale. L'associazione è una ONLUS cioè organizzazione non lucrativa di utilità sociale. Nata nel 1999 è iscritta al Registro Regionale del Volontariato con il n. Ve 0416 - riconoscimento ufficiale. Inoltre è iscritta all'Albo Comunale delle associazioni n.1802.

## COSA FACCIAMO

L'Associazione promuove iniziative nel campo della prevenzione, riabilitazione secondaria, educazione sanitaria, e sostiene la ricerca sulle malattie cardiovascolari.

Svolge attività di informazione e sensibilizzazione dell'opinione pubblica tramite conferenze mensili tenute da medici cardiologi e cardiocirurghi. Promuove iniziative socio sanitarie come le Giornate del Cuore in collaborazione le U.O di cardiologia e cardiocirurgia. Organizza iniziative per sviluppare la prevenzione cardiologica sul territorio.

## ATTIVITÀ PERMANENTI

Favorire l'organizzazione di gruppi di attività fisica per cardiopatici finalizzata al mantenimento dello stato di salute. L'attività si svolge due giorni in settimana per quattro ore settimanali, condotta egregiamente dalla Prof. ssa Daniele Cassin e sotto controllo del Sig. Pitteri infermiere professionale dell'UCIC.

"Il Volontario come risorsa umana in Cardiocirurgia", un gruppo di circa 20 volontari che ogni giorno dedica un'ora del proprio tempo per assistere i pre e post operati.

Corsi di formazione seguiti dalla Dott.ssa Barbara Mazzardis, psico-terapeuta.

Incontri mensili anche con i cardiocirurghi. Promuovere nelle scuole di ogni ordine e grado i corsi di addestramento all'uso dei defibrillatori in collaborazione con il U.O di Urgenza-Emergenza (118) e comunque incentivare la cultura della salute già dalle prime classi.

Pubblicazione del Notiziario-quadrimestrale da distribuire gratuitamente.

## COME CI FINANZIAMO

Con le quote soci, donazioni, e le sovvenzioni di istituzioni come il CSV (centro di servizio per il Volontariato) e la Regione del Veneto che si basano essenzialmente su progetti presentati, oppure da privati di "buona volontà" o con la sottoscrizione del 5x1000.

---

**DESTINAZIONE 5 X MILLE**  
**COD.FISC.90062490272**

---

## COME SI DIVENTA SOCI

Chiunque sia interessato può diventare socio iscrivendosi all'associazione e versando direttamente alla sede la quota annuale, oppure utilizzando i seguenti c/c:

Banco posta  
cc. 48485221 (Poste centrali Mestre)

Banco San Marco  
cc. 48565 (Via Olivi 11 Mestre)

Banco di Credito Cooperativo  
cc.01/032000020

## SEDE ASSOCIAZIONE

Via Cà Rossa 10/c Mestre.

Apertura: lunedì e venerdì  
dalle 16 alle 18.30.

Tel. 041-5347054 oppure 347-7190866

E-mail: [amicidelcuoremestre@gmail.com](mailto:amicidelcuoremestre@gmail.com)

Sito Web: [www.amicidelcuore.net](http://www.amicidelcuore.net)

Scrivete le vs. richieste e

le vs. opinioni sul BLOG.

CHIUSURA SEDE:

LUNEDÌ 28 GIUGNO.

SI RIAPRE IN SETTEMBRE.

FINE CORSI DI GINNASTICA:

GIOVEDÌ 10 GIUGNO.

SI RIPRENDE AI PRIMI DI OTTOBRE.

