



IL FOGLIO DELL'ANDOS



LA NOSTRA GITA

Urbino - Senigallia - Sirolo

21 e 22 SETTEMBRE 2019



Urbino



Senigallia



Sirolo



Anche quest'anno, fino ad esaurimento dei posti, avremo modo di stare insieme durante la gita annuale che il 21 E 22 settembre prossimo ci porterà a visitare la bellissima Urbino ricca di storia e, a seguire, un po dimare: Senigallia e Sirolo dove potremo gustare anche dell'ottimo pesce. Il programma lo abbiamo fatto già pervenire a tutte voi e comunque potrete trovarlo sul nostro sito www.andosverona.com

PER INFORMAZIONI RIVOLGERSI A: ANNAMARIA NALINI cell. 348 3227312

ASSEMBLEA GENERALE STRAORDINARIA

NUOVO STATUTO A.N.D.O.S. OVD Comitato di Verona

Lo scorso 27 giugno 2019, in occasione dell'Assemblea Straordinaria dei soci dell'A.N.D.O.S. Onlus Comitato di Verona tenutasi presso la Sala Convegni Hotel Holiday-Inn di San Martino Buon Albergo, è stato approvato il Nuovo Statuto in attuazione codice terzo settore D.Lgs. 117/17 .

Tale modifica si è resa obbligatoria e fondamentale per tenere in vita l'Associazione ed avere quindi la possibilità di continuare a ricevere il 5/1000 (indispensabile per l'attuazione dei nostri progetti), stipulare convenzioni con gli ospedali, con enti pubblici, e tanto altro. E' stata elaborata sulla base di quanto predisposto dalla Regione Veneto, integrandone il contenuto con le disposizioni dell'Andos Nazionale e adattandolo alle necessità della nostra Associazione, al fine di addivenire al nostro inserimento nel Registro Unico del Volontariato (RUNTS). Il lavoro svolto per la giusta redazione dello Statuto ha avuto la supervisione del CSV Centro Servizi per il Volontariato di Verona, al quale va il nostro ringraziamento, con particolare riferimento alla dr.ssa Elena D'Alessandro con la quale abbiamo avuto modo di confrontarci.

La scelta di portare in approvazione integralmente un nuovo statuto, è stata dettata oltre che dalla necessità dell'adeguamento normativo imposto, anche dal fatto di adeguare il nostro precedente statuto a nuove esigenze e necessità emerse nel corso degli anni per la vita e i lavori dell'associazione medesima. Non nascondiamo che lo sforzo e l'impegno profuso per arrivare alla stesura di questo nuovo strumento è stato considerevole, in quanto ha visto la nostra partecipazione a più corsi all'uopo organizzati dal Csv di Verona, precedentemente dall'Andos Nazionale e dibattuto nell'ultimo Congresso Nazionale Andos di San Donà di Piave lo scorso maggio. Lo studio del D.Lgs. 117/2017 è stato oggetto di molti momenti di confronto e di dibattito. Il Codice del Terzo Settore D.Lgs. 117/2017, in continua evoluzione, sarà quindi la base per le Organizzazioni di Volontariato OdV ed ha lo scopo di uniformare e dare delle linee guida a livello nazionale a cui attenersi al fine di ottenere i relativi riconoscimenti.

Il nuovo è consultabile presso il nostro sito internet www.andosverona.com o presso le sedi di Verona, Colognola ai Colli e Villafranca di Verona.

A seguito di quanto sopra, la nostra nuova denominazione sarà A.N.D.O.S. ODV - Comitato di Verona, mentre non varierà il nostro codice fiscale (93049710234)

Il nostro grazie va a tutte le socie che numerose hanno presenziato all'appuntamento, comprendendo la criticità e l'importanza del momento, e che hanno consentito la regolare costituzione dell'Assemblea.

IL DIRETTIVO



Run
for
Life



QUATTRO PASSI TRA LE RISAIE

DOMENICA 15 SETTEMBRE 2019

**In collaborazione con
Fiera del Riso di Isola della Scala**

PASSEGGIATA GUIDATA DI CIRCA 4 KM TRA LE RISAIE DI ISOLA DELLA SCALA.

L'EVENTO È FINALIZZATO A SOSTENERE L'ASSOCIAZIONE **A.N.D.O.S.**, CHE OFFRE SUPPORTO MATERIALE E PSICOLOGICO ALLE DONNE OPERATE DI TUMORE AL SENO.

PROGRAMMA:

- **ORE 08.30:** Ritrovo al PALARISO per la registrazione dei partecipanti.
- Partenza scaglionata dei vari gruppi per visita guidata a:
 1. Complesso fieristico;
 2. Santuario romanico della Bastia (XII sec.) nella sua architettura e con i suoi affreschi parietali;
 3. Torre Scaligera sul fiume Tartaro;
 4. Passeggiata fra le risaie lungo il fiume di risorgiva Negrina per conoscere non solo la flora, la fauna ittica ed ornitologica della risaia, ma anche le tecniche di coltivazione del riso;
 5. Riseria moderna per conoscere la più avanzate tecniche di lavorazione del riso.

DURATA: 3 ore circa. Si consigliano scarpe comode ed adeguate.

Evento promosso da ALUK

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: OFFERTA LIBERA

Tutto il ricavato sarà devoluto all'associazione A.N.D.O.S.

Per chi volesse fermarsi per il pranzo presso il Palariso, sul sito della Fiera del Riso troverà le indicazioni dove acquistare i buoni per i risotti ad un prezzo agevolato. L'acquisto dei buoni dovrà avvenire prima del 11 Settembre

OTTOBRE IN ROSA 2019

Come ogni anno, il prossimo mese di ottobre sarà dedicato alla prevenzione e diagnosi precoce del tumore al seno. Saremo impegnate, assieme alla nostra Commissione Scientifica, a diffondere fra la popolazione l'importanza della diagnosi precoce spiegando cosa possiamo fare per poter ammalarci di meno anche attraverso stili di vita corretti e per far conoscere le attività della nostra associazione.

Qui di seguito anticipiamo le date (di massima) delle manifestazioni già in programma. I dettagli maggiormente aggiornati delle singole manifestazioni, li potrete trovare sul nostro sito www.andoverona.com oppure telefonando alle nostre sedi di Verona (045-8009334), Caldiero-Colognola (393-8944070) e Villafranca di Verona (393-9193757) negli orari di segreteria.

PROGRAMMA DEL MESE

5 ottobre: COLOGNOLA AI COLLI (la Scalinata in rosa)

Ore 18,00 - Santa Messa, illuminazione in Rosa della scalinata Zandomeneghi e buffet presso Fondazione A. Marangoni A seguire serata musicale: OMAGGIO A BATTISTI

12 e 13 ottobre: VILLAFRANCA DI VERONA (Il Castello in rosa)

- **Sabato 12** - ore 18,00 Santa Messa in Duomo e, a seguire, illuminazione in Rosa del Castello
- **Domenica 13** - dalle ore 9,00 alle ore 17,30 presenza delle volontarie in piazza Castello

16 ottobre: SAN GIOVANNI LUPATOTO (la Torre dell'Acquedotto)

Ore 20,15 - illuminazione in Rosa della Torre dell'acquedotto e a seguire, presso la sala civica, conferenza "Donna, moglie, mamma: come vivere la malattia"

17 ottobre: SAN GIOVANNI ILARIONE

Ore 20,15 - illuminazione in Rosa del castello A seguire conferenza dal tema "Difendi il tuo Seno"

18 - 19 ottobre: CALDIERO

- **Venerdì 18** - Conferenza dal titolo "Le nuove frontiere nella chirurgia senologica e ricostruttiva" presso la Sala dei Volti - P.zza Matteotti
- **Sabato 19** - dalle ore 8,30 alle ore 12,30 Gazebo con le volontarie Andos in p.zza Marcolungo

20 ottobre: OPPEANO

Ore 10,30 - Santa Messa a seguire, sul sagrato della chiesa, le volontarie Andos distribuiranno materiale informativo

23 ottobre: RALDON

Ore 20,30 - Conferenza "Le nuove frontiere della chirurgia senologica e della ricostruzione mammaria" presso il Centro Comunitario di Raldon-via San Giovanni Bosco

26 ottobre: VERONA (l'Arena in rosa)

Dalle ore 9,00 alle ore 13 - presenza in piazza Bra delle volontarie Verrà distribuito materiale informativo

Ore 17,15 - Sulla scalinata di Palazzo Barbieri: Concerto gruppo CHORUS con la partecipazione di BEATRICE PEZZINI e DANIELA CAVICCHINI a seguire, intervento delle autorità e illuminazione in Rosa dell'Arena

MOZZECANE (programma da confermare)

DURANTE TUTTE LE MANIFESTAZIONI VERRANNO RACCOLTE LE ADESIONI PER ESAMI SENOLOGICI

Come donne, dobbiamo sentirci tutte coinvolte ed impegnate a sostenere, anche attraverso la nostra presenza, la campagna di informazione e le iniziative dell'ottobre rosa.

37 ° CONGRESSO NAZIONALE ANDOS A SAN DONA' DI PIAVE

Dal 23 al 25 maggio 2019 si è tenuto l'annuale Congresso Nazionale dell'Andos Onlus. Quest'anno il titolo del congresso è stato "La Comunicazione di salute a 360 gradi".

Come di consueto, vi hanno partecipato, in rappresentanza del nostro comitato di Verona, la Presidente Anna Maria Nalini e la Vice Presidente Maria Rosa Vicentini.

Il tema della comunicazione, coinvolgente e quanto mai attuale, è stato trattato declinandolo in vari momenti e sessioni. Sarebbe lungo, anche se molto interessante, citare tutti gli interventi e gli approfondimenti fatti riguardanti questo tema. Ne citeremo alcuni ringraziando tutti i relatori (medici, psicologi e psicoterapeuti, giornalisti e pedagogisti, docenti di scienze motorie e altri specialisti) estremamente competenti, qualificati ed esaurienti nelle loro relazioni.

Naturalmente si è parlato della comunicazione tra medico e paziente mettendo in luce le aspettative dei pazienti e sottolineando quanto in questi anni sia stato fatto dalle parti dei medici per migliorare la loro capacità di comunicare diagnosi, piani terapeutici ecc...

Tutti concordavano sul fatto che la comunicazione chiara ed empatica aiuta i pazienti a mantenere la speranza e a seguire con costanza le terapie consigliate creando una solida alleanza terapeutica. Un intervento particolarmente toccante ha affrontato il tema di come parlare ai figli della malattia rispettando le varie età e la loro sensibilità.

Si è anche parlato del ruolo del farmacista, delle sue competenze in oncologia, soprattutto nella comunicazione e accoglienza in farmacia delle persone affette da patologie oncologiche.

Una sessione molto interessante riguardava le buone pratiche di corretta comunicazione ed informazione contro le fake news (notizie false) e la comunicazione sui media e sulla stampa in ambito della salute. La raccomandazione è stata quella di verificare sempre le fonti e l'attendibilità delle notizie che compaiono sui vari siti in internet

C'è stata una sessione divertente e molto interessante (come ritorna spesso e non a caso questo aggettivo!) dedicata alla comunicazione con il corpo tramite le tecniche dello psicodramma e della comunicazione non verbale.

L'ultima mattina è stata dedicata allo scambio di esperienze tra i vari comitati di tutta Italia e ancora una volta si è ricreata la magia dell'incontrarsi tra donne di diverse parti del nostro Paese che hanno saputo tessere delle reti di aiuto e sostegno per altre donne in difficoltà.

E' molto bello scambiare le nostre esperienze nelle varie attività, ritrovarsi tra "vecchie" e nuove amiche, ridere e commuoversi insieme.

Un particolare ringraziamento e tutti nostri complimenti al comitato di S.Donà di Piave per l'impeccabile organizzazione e accoglienza, per le prelibatezze che ci ha preparato e le "coccole" che ci ha riservato.

Grazie ad Antonella Pasquariello, instancabile Presidente del Comitato di S. Donà e grazie alla Presidente Nazionale dell'Andos, Flori Degrassi, per il suo appassionato e commovente intervento di chiusura del Congresso.



ATTIVITÀ MOTORIE 2019

Continuano le attività motorie che si svolgeranno, a seconda della disponibilità dei centri sportivi, in giorni ed orari diversi anche per venire incontro alle varie esigenze delle socie. I corsi sono rivolti a tutte le iscritte, con precedenza alle donne operate al seno, sino ad esaurimento dei posti. Chi intendesse partecipare deve dare la propria adesione alle referenti entro il 3 settembre 2019.

LE PARTECIPANTI DOVRANNO OBBLIGATORIAMENTE ESSERE IN REGOLA CON IL CERTIFICATO MEDICO GIA' ALLA PRIMA LEZIONE, E CON L'ISCRIZIONE ALLA PISCINA PAGANDO (solo le socie non operate) L'ISCRIZIONE PER IL 2019 DIRETTAMENTE ALLO SPORTELLLO DELLA PISCINA STESSA.

Chiediamo a tutte le partecipanti ai corsi la massima puntualità e continuità nelle presenze alle varie lezioni. I corsi, infatti, sono a numero chiuso e, ricevendo molte richieste di adesione, sono molte anche le persone in attesa di essere inserite nelle varie attività.

Si fa appello al senso di responsabilità di tutte nel non saltare lezioni se non per seri motivi, avviando subito le referenti dei vari corsi se si è nell'impossibilità di proseguire l'attività.

Vi ringraziamo di cuore per avere queste attenzioni che ci permetteranno di far usufruire delle varie attività al maggior numero possibile di persone e di evitare che l'Andos si faccia carico economicamente di quote di partecipazione non utilizzate.

CORSI DI ACQUA-GYM

PISCINA	PERIODO	GIORNO	ORARI
LE GRAZIE Borgo Roma	17.09.2019 - 19.12.2019	Martedì e Giovedì	dalle 15,45 alle 16,30
MONTEBIANCO S.Michele	16.09.2019 - 20.12.2019	Lunedì e Mercoledì	dalle 10,30 alle 11,15
SAN FELICE - Illasi	16.09.2019 - 19.12.2019	Lunedì e Giovedì	dalle 10,15 alle 11,00
SAN FELICE - Illasi	16.09.2019 - 19.12.2019	Lunedì e Giovedì	dalle 17,15 alle 18,00

Per informazioni su tutte le piscine o per iscriversi telefonare a Giulia 348.8857048

CORSI DI GINNASTICA DOLCE:

Presso: palestra "Palazzetto dello Sport" Colognola ai Colli - Martedì e Venerdì
per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a Annalisa cell 3402573872 (ore serali 19/21)



AVVISI

Si ricorda che per la prenotazione degli esami è necessario trasmettere le impegnative a mezzo fax / mail / segreteria nei giorni di Martedì e Mercoledì pomeriggio

Nei mesi di Luglio ed Agosto la segreteria rimarrà chiusa ma per ogni necessità, anche per prenotazioni di esami, potrete sempre contattare Annamaria 348.3227312 o Giulia 348.8857048

5 x 1000



per **A.N.D.O.S. COMITATO DI VERONA**
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno

L'associazione **A.N.D.O.S. Onlus** ha lo scopo di promuovere, avviare e sostenere tutte le iniziative utili per la riabilitazione delle **donna operata al seno** e promuovere la conoscenza della **diagnosi precoce**.

Sostieni l'Associazione destinando la quota del **5 x mille** della tua imposta apponendo la firma sulla dichiarazione dei redditi nello spazio riservato a questa scelta.

A TE NON COSTA NULLA, A NOI PUOI DONARE TANTO

Firma e scrivi il codice fiscale **A.N.D.O.S. Verona**

Codice fiscale:

93049710234

ORARI DELLA SEGRETERIA

VERONA tel. 045 800 93 34

Lunedì

dalle 9,30 alle 12,00

Martedì - Mercoledì - Giovedì

dalle 15,00 alle 17,00

COLOGNOLA/CALDIERO tel. 393-8944070

martedì e mercoledì dalle 15:00 alle 17:00

VILLAFRANCA DI VERONA tel. 393-9193757

sabato dalle 15:30 alle 17:30

Sono attivi 24 ore su 24 solo per le urgenze i cellulari di:

Annamaria 348 3227312 e Giulia 348 8857048

problemi riguardanti la nostra patologia. Le richieste dovranno pervenire alla nostra segreteria.

MEDICO LEGALE IN SEDE

Il primo martedì di ogni mese dalle ore 15:30.

Prenotazioni in segreteria.

APPELLO PER VOLONTARIE

La nostra segreteria ha sempre bisogno di aiuto. Se puoi dedicare anche poche ore alla settimana del tuo tempo per l'Associazione, ti invitiamo a telefonare a Giulia al numero 348-8857048.

IL MEDICO RISPONDE

I medici della Commissione Scientifica risponderanno, attraverso il giornale, a informazioni o chiarimenti, su

LE SOCIE SCRIVONO

Per la rubrica dedicata alla cucina: inviate le vostre ricette alla nostra segreteria: fax 045-8041660.

IL FOGLIO DELL'A.N.D.O.S.

Periodico dell'A.N.D.O.S. ONLUS Associazione Nazionale Donne Operate al Seno - Comitato di Verona
Autorizzazione del Tribunale di Verona n.1436 del 28/03/2001

Direttore Responsabile: Gaudio Pedalino (giornalista pubblicitario)

Comitato di Redazione: Giorgia Fioretti

Redazione: Sede dell'A.N.D.O.S. ONLUS comitato di Verona - Via Santa Chiara, 14 - 37129 Verona - tel. 045 800 93 34 - fax 045 804 16 60

sito internet: www.andosverona.com - e-mail: andoscomitatoverona@gmail.com

Grafica, stampa e confezione: Arti Grafiche Studio 83 - Vago di Lavagno Verona

GARANZIA DI RISERVATEZZA

Il trattamento dei dati che La riguardano viene svolto nell'ambito della banca dati dell'A.N.D.O.S. e di quanto stabilito dalla legge 196/03 sulla tutela dei dati personali. Il trattamento dei dati, di cui Le garantiamo la massima riservatezza, è effettuato al fine di aggiornare sulle iniziative dell'A.N.D.O.S. I suoi dati non verranno comunicati o diffusi a terzi e potrà richiederne in qualsiasi momento la modifica o la cancellazione scrivendo al direttore responsabile.

Le nostre attività sono rese possibili anche grazie al contributo di:

FORUM **bimbi**
• INFANZIA 0-14 • INTOLLERANZE ALIMENTARI
di **GRiSi**

GIOCHI, ABBIGLIAMENTO, PASSEGGINI, CARROZZINE,
ALIMENTAZIONE, DERMOCOSMESI PELLI DELICATE

VI ASPETTIAMO

in Via Strà, 37 - S.R.11 - 37030 Colognola ai Colli - VR - Tel. 045 6170959

CATTOLICA

SOCIETA' CATTOLICA DI ASSICURAZIONE

DAL 1896