

Maggio 2015



DON SERAFINO RONCHI

RIABILITAZIONE - CURA - PREVENZIONE

InForma

Newsletter d'informazione e divulgazione
a cura dello staff medico e fisioterapico
del Centro Riabilitativo
don Serafino Ronchi

II DON SERAFINO RONCHI e l'associazione SMILE TO AFRICA sono lieti di presentarvi il progetto PAMOJA:

Formazione e prevenzione presso il Centro Kituo Tabasamu – Centro Sorriso, Pomerini, TANZANIA

FARE

Delle competenze sociosanitarie dei professionisti del Centro don Serafino Ronchi un bagaglio di esperienza da condividere e mettere al servizio degli operatori del Centro per minori Kituo Tabasamu - Centro Sorriso, a Pomerini, villaggio a 1850 mt sul livello del mare nella zona degli altipiani meridionali della Tanzania.

Dei 3500 abitanti presenti in questo villaggio, la cui età media è di 37 anni, la metà sono bambini sotto i 15 anni. La percentuale di mortalità è molto alta soprattutto nei primi mesi di vita, e come se non bastasse qui l'AIDS miete moltissime vite anche in giovane età: ci sono numerosi bambini orfani e spesso a loro volta ammalati.

*....è proprio per questi bambini che è stato pensato questo progetto....
è proprio per loro che ci serve il tuo aiuto!*

Fondazione Comunità Bresciana crede in questo progetto e ci aiuta a sostenerlo e realizzarlo.. Ma i bisogni di questa comunità sono infiniti e NOI vorremmo contribuire a migliorare la loro qualità di vita, per quanto possibile.

INSIEME

Gli esperti sociosanitari del Centro don Serafino Ronchi, gli educatori di Smile to Africa e i volontari, hanno ideato un percorso di educazione e di sensibilizzazione per l'accompagnamento socio-sanitario destinato ai bambini denutriti e affetti da HIV, ospiti del Centro di Pomerini. Vogliamo immaginare che questo sia solo l'inizio di un percorso, che ci piace condividere anche con TE!

ORA

3 specialisti del Centro don Serafino Ronchi, nell'autunno di quest'anno, trascorreranno 10 giorni presso il Centro Kituo Tabasamu – Centro Sorriso - per **formare** gli operatori locali nell'accompagnamento e nell'assistenza di questi bambini malati e delle loro famiglie.

COME

Contatta il Centro don Serafino Ronchi per ricevere tutte le informazioni relative alle iniziative in programma in questi mesi per la raccolta di fondi, attrezzature e materiali vari, per sapere come aiutarci nella divulgazione di questo progetto presso le scuole, le parrocchie, nel tuo ambiente di lavoro, tra i colleghi, tra le persone sensibili che vorranno darci una mano.



Novità

– Sono aperte le iscrizioni
per lo screening oculistico
del mese di maggio e
giugno

- CORSO ECM
Sabato 23 maggio
“Lo scompenso cardiaco”

Il don Serafino Ronchi è un nodo



NON PERDERE QUESTA OCCASIONE, grazie!

Poliambulatorio don Serafino Ronchi

Via Santa Lucia, 32 – 25018 Vighizzolo di Montichiari (BS)
tel./fax 030 9960938 segreteria@centroserafinoronchi.it
www.centroriabilitativodonserafinoronchi.it





DON SERAFINO RONCHI
RIABILITAZIONE - CURA - PREVENZIONE



e Associazione

UN GIOCO DI "SQUADRA" A FAVORE DI PAMOJA

PROGETTO DI FORMAZIONE, PREVENZIONE E SOSTEGNO PRESSO IL CENTRO KITUO TABASAMU, CENTRO SORRISO, A POMERINI IN TANZANIA.

Nell'autunno di quest'anno, 3 specialisti del Centro don Serafino Ronchi trascorreranno dieci giorni presso il Centro Kituo Tabasamu – Centro Sorriso per **formare/informare** gli operatori locali alle modalità più idonee e corrette per assistere bambini affetti da AIDS e dare supporto alle loro famiglie.

Fai un gesto concreto ed entra anche tu a far parte della squadra!

"UN MASSAGGIO PER PAMOJA"
con una "donazione" a partire da euro 25,00

Ogni sabato mattina, da maggio a ottobre 2015, i fisioterapisti del **Centro don Serafino Ronchi** offrono gratuitamente a favore del Progetto il loro tempo per un massaggio professionale a tutti coloro che desiderano aderire a questa ambiziosa iniziativa.

Contatta il Centro e prenota la tua seduta:
tel 030.9960938 - segreteria@centroserafinoronchi.it
Vighizzolo di Montichiari, via S. Lucia 32.

Il controvalore del tempo dei nostri specialisti e il tuo contributo saranno interamente devoluti al Progetto



pamoja

LE RICETTE DI NICOLETTA

La sana e buona alimentazione

Pasta integrale con crema di zucchine e ricotta

INGREDIENTI:

2 zucchine medie – mezza cipolla piccola – 1 tazza di vino bianco – 1 cucchiaino di olio EVO – 100gr di ricotta (o 50gr di Philadelphia o crescenza light)– 80gr pasta integrale

PREPARAZIONE:

-In una padella far soffriggere la cipolla con l'olio, mezzo bicchiere di acqua e un cucchiaio di vino bianco.

-tagliare a fiammifero o rondelle le zucchine e buttarle in padelle, continuando la cottura con l'aggiunta di altro mezzo bicchiere d'acqua.

-dopo circa 15 minuti, a fine cottura, sfumare con il restante vino bianco e far sciogliere la ricotta.

CONSIGLIO DELLA NUTRIZIONISTA:

Piatto unico da completare con una porzione di verdure di stagione cruda o cotta. Un buon piatto di pasta, ideale per la pausa pranzo, gustoso ed equilibrato, apporta la giusta quantità di *carboidrati* che servono al cervello e danno le giuste energie per poter affrontare la restante giornata, e un giusto apporto di *proteine e grassi*.

A cura della nutrizionista NICOLETTA CERRUTO

