ROTARY INTERNATIONAL
DISTRETTO 2060 ITALIA
Governatore 2013-2014
Roberto Xausa

ROTARY CLUB TRENTO

Presidente 2013-2014 Tommaso Cai

Total Quality Management Rotarian Fellowship 2010 - "ECCELLENTE"

ENGAGE ROTARY CHANGE LIVES

Bollettino n. 35 del 26-05-2014 **Anno Rotariano 2013-2014**

Redatto da Alberto Michelotti, Disma Pizzini, Giuseppe Angelini, Mimmo Cecconi

PARTECIPAZIONE

Percentuale presenze : 43,42%

LEGENDA: **G.H.Trento** = Grand Hotel Trento

ARGOMENTO DEL GIORNO

"L'Ospedale Santa Chiara di Trento è "amico dei bambini""

Relatori: dr. Saverio Tateo
Primario U.O. Ostetricia e Ginecologia
Ost. Caterina Masè
Ostetrica referente sala parto
Presidente Collegio Ostetriche della Provincia di Trento
Ospedale Santa Chiara Trento

PROSSIME CONVIVIALI

Lunedì 2 Giugno

Sospesa
Festa della Repubblica

Martedì 3 Giugno

Ore 19.30 – GH – Trento
"Confessioni di un trafficante di uomini "
Relatori: Giampaolo Musumeci, giornalista
e Andrea Di Nicola, criminologo
Interclub con Trentino Nord

Lunedì 9 Giugno

"Rotary Club Trento in visita al MUSE"

Ore 18.15 Ritrovo presso l'ingresso del Muse
Ore 18.30 Visita guidata al Muse
a seguire Conviviale in loco
Importante: prenotarsi!

Se non diversamente precisato le conviviali si considerano aperte a signore ed amici.

Rotary Club Trento - Piazzetta Anfiteatro 8 - 38122 Trento (TN)
Tel. 329 7564426 - eMail: rctrento@rotary2060.eu - Internet: http://trento.rotary2060.eu

COMUNICAZIONI DEL PRESIDENTE

- Allegata al bollettino la lettera settimanale del Presidente Cai.
- Si allega la lettera mensile del Governatore del Distretto 2060, Arch. Roberto Xausa.

APPUNTAMENTI

- ✓ 7 Giugno - Seminario Nuovi Soci - Peschiera del Garda Hotel " il Fiore".
- ✓ 14 Giugno - Seminario Nuovi Soci – Mestre Hotel "Bologna"
- ✓ CONGRESSO DISTRETTUALE – 20 e 21 Giugno 2014 – Villa Contarini - Piazzola Sul Brenta (PD). Programma in allegato.

L'Ospedale Santa Chiara di Trento è "amico dei bambini"

Relatori: dr. Saverio Tateo: Primario U.O. Ostetricia e Ginecologia
Ost. Caterina Masè: Ostetrica referente sala parto
Presidente Collegio Ostetriche della Provincia di Trento
Ospedale Santa Chiara Trento

La serata inizia con i ringraziamenti del Presidente Cai ai due relatori, il Primario dell'U.O. di Ostetricia e Ginecologia dell'Ospedale Santa Chiara di Trento, dr. Saverio Tateo e l'Ostetrica Caterina Masè, Presidente del Collegio delle Ostetriche della Provincia di Trento e Responsabile della Sala Parto dell'Ospedale Santa Chiara di Trento. Le relazioni hanno come tema l'importante riconoscimento ottenuto dall'Ospedale Santa Chiara di Trento: accreditamento "Baby Friendly Hospital" (Ospedale amico del bambino). Si tratta di un'iniziativa internazionale dell'Unicef e dell'Oms per promuovere, proteggere e sostenere l'allattamento materno e la corretta alimentazione infantile. Nei giorni scorsi – informa l'Azienda sanitaria di Trento – è stata compiuta una visita da parte dei valutatori dell'Unicef che hanno consegnato la certificazione ufficiale. Il percorso per il riconoscimento dell'ospedale Santa Chiara come "Baby Friendly Hospital" prevede un insieme di interventi integrati di informazione e sostegno ai genitori (10 Passi) e il rispetto del Codice Oms sui sostituti del latte materno. "La valutazione appena conclusa – precisa l'Azienda sanitaria – ha verificato che la politica e tutta la documentazione prodotta dal gruppo di progetto, costituito da operatori dell'area materno-infantile dell'ospedale e del territorio e coordinato dalla dottoressa Anna Pedrotti, e relativa alla formazione degli operatori, alla informazione delle donne in gravidanza e delle madri e al rispetto del Codice Oms, è coerente con il raggiungimento degli standard previsti dal progetto, che verranno valutati nelle fasi successive". Il Primario Tateo ribadisce che

l'Ospedale Santa Chiara è l'unico Ospedale di terzo livello ad aver ricevuto questo riconoscimento. Terzo livello vuol dire un Ospedale che riesce a far fronte non solo a parti fisiologici ma anche all'assistenza di bambini con patologie importanti che richiedono la Terapia Intensiva Neonatale ed altre strutture di alta specializzazione.

L'Ostetrica Masè ripercorre tutti passi fatti per ottenere questo riconoscimento, illustrando ai Soci le varie attività. La serata si conclude con le molte domande e gli applausi.

Allegato: lettera settimanale del Presidente Cai

Carissimi,

il 2 Giugno è la Festa della Repubblica, ricordo della nascita della Nostra Repubblica. Il Presidente della Repubblica, Giorgio Napolitano ha affermato: «Celebriamo quest'anno la Festa della Repubblica con animo più fiducioso. Perché si è fatta strada la necessità di forti cambiamenti in campi fondamentali. Perché l'Italia può parlare a voce alta in Europa e contribuire a cambiarne le istituzioni e le politiche». Uniamoci al Presidente nel clima di fiducia e di cambiamento che stiamo vivendo! Come Rotariani possiamo fare tanto, dobbiamo fare tanto!

Buon 2 Giugno!

Buon Rotary!

Vostro,
Tommaso

Allegato: lettera di Giugno del Governatore Roberto Xauza

Fellowship nel Rotary
Amicizia e condivisione

Ed eccoci qua: siamo all'ultima lettera del mio anno!
Dodici mesi, dodici lettere, tutte passate con un soffio.

Il Rotary affida questa riflessione mensile al tema delle Fellowship Rotariane, quelle che in Italia sono tradotte e più conosciute come "Circoli del Rotary".
Se andiamo sul sito ufficiale del Rotary, alla voce fellowship troviamo una settantina di organizzazioni che in ogni angolo della Terra riuniscono Soci ed amici nelle attività più disparate.
Colgo, quindi l'occasione per introdurci, tutti assieme, in questo mondo fatto di sport e di tempo libero, di professioni e di curiosità, sperando che, alla fine, qualcuno di noi possa lasciarsi prendere da un modo diverso di fare Rotary.
Le attività sportive sembrano le più gettonate: dalla vela allo sci, dal golf al bicicletta per passare alla maratona, alla motocicletta, al tennis ed ancora molte altre.
Quelle del tempo libero si collegano al gioco delle carte, alla magia, ma anche alla musica jazz o allo studio dell'esperanto.
Rimango un po' perplesso di fronte agli appassionati delle "Doll Lovers" o dei "Carnival, Parades & Festivals", ma ci dobbiamo inchinare di fronte anche a chi trova il tempo e l'interesse per queste tipologie di fellowship.
Fellowship, amicizia, ma anche condivisione.
Nel nostro Distretto segnaliamo il tradizionale coinvolgimento per gli amici del Golf, della Bicicletta, del Carvan, della Motocicletta, ma da quest'anno, anche degli Alpini Rotariani.
Ritengo che questo gruppo, ufficialmente nato a Feltre da pochi mesi, ma che ha avuto il suo *battesimo del fuoco* sfilando alla grande Adunata alpina di Pordenone, interpreti nello spirito più intimo del gruppo i veri valori del "servire" rotariano.
Non vi sembra che la doppia veste di Rotariano/Alpino rappresenti un figura di uomo doppiamente motivato ad operare sul fronte del service?
Se esiste una attenzione, una sensibilità vera nei confronti della Società che ci circonda, dobbiamo credere anche nel gruppo, in quel gruppo che opera anche attraverso il ritrovarsi per una gita in bicicletta o in camper, ma che con lo stesso spirito opera e si attiva in iniziative a sostegno della Società stessa.
Qualcuno dice che la stupidità umana non ha limiti, mi piacerebbe pensare che anche l'intelligenza degli umani non può e non deve avere limiti.
Porre la nostra intelligenza al servizio degli altri, dei meno fortunati, vuol dire capire, saper interpretare e saper cogliere le cose che uniscono.... Ho trascorso un'intera giornata ad Albarella, circa 80 disabili, alcuni molto gravi, i loro genitori, i loro racconti, ognuno con una storia.

Per tutti un sorriso, quello dei volontari del Rotary che preparano, che distribuiscono i pranzi e le cene, che lavano i tavoli ed il pavimento, che assistono e consigliano chi ha bisogno. Una pattuglia di una trentina di nostri Soci, Soci come te, lettore di questa lettera, che hanno deciso di dedicare una settimana di vacanze a servizio degli altri.
Ma questi Soci non sono riconosciuti in una fellowship !
La loro vera fellowship sta nei loro cuori, nel sorriso che offrono a tutti e che non richiede neppure un grazie.
Sono uomini e donne che si parlano e si capiscono tra loro con un colpo d'occhio, che sanno anticipare le risposte prima delle domande.
Non è forse questa la vera matrice delle fellowship?
Siamo tutti certi che nel grande mondo del Rotary esistono cento, mille di questi gruppi che a volte rimangono invisibilmente chiusi dentro ai Club, ma molte altre volte sono aperti e presenti tra la gente con un riconoscimento del loro lavoro spesso non sufficientemente valorizzato.

Ma ora è giunto il momento di chiudere questa lettera e con essa anche la mia annata.
Cosa posso dire per far giungere a tutti il più grande dei ringraziamenti?
Ai Club, ai Soci ed alle Socie del Rotary, a tutti quelli che hanno avuto la pazienza di scorrere le "lettere del Governatore", ma anche a tutti quelli che con un sorriso mi hanno accolto come un amico. Grazie.
Non potrò mai dimenticare le ore trascorse con ciascuno dei nostri 85 Club, i volti, la domande, le ansie e le soddisfazioni, le gioie e qualche volta anche i dolori, che tanti nostri Soci anno voluto condividere, coinvolgendomi spesso in un racconto di vita, non parlando ad un Governatore del Rotary, ma ad un Amico.
Per tutti, un arrivederci, spero, ad altre occasioni.

Roberto

Allegato: rassegna stampa

Rotary Club del Trentino

in collaborazione con: l'Adige

a cura di MediaAlpi PUBBLICITÀ

Progetto RI-VA

Intervento di valutazione e riduzione del **RI**schio **VA**scolare

LE MOLTEPLICI ATTIVITÀ DELL'INSULINA

Mentre ci stiamo rapidamente avviando alla conclusione della prima tornata di raccolta dei dati sui mille e più volontari che hanno aderito al nostro progetto, anch'io mi appresto a concludere le informazioni riguardanti il metabolismo degli zuccheri per passare, nelle prossime settimane, ad indicazioni dietetiche di carattere pratico per prevenire le malattie cardiovascolari.

La lunga introduzione sul metabolismo dei carboidrati era indispensabile per sottolineare il fondamentale ruolo svolto dall'insulina, non solo nella regolazione della glicemia, ma anche nel promuovere la produzione e l'accumulo di grasso, e nel favorire la produzione di colesterolo. Se osservate la figura accanto potete capire come il ruolo del fegato nel nostro metabolismo sia fondamentale. Da una parte il glucosio ed i grassi di origine alimentare entrano all'interno delle cellule del fegato, sotto l'azione permissiva dell'insulina, e, a partire da essi, viene avviata la produzione di colesterolo e di trigliceridi che, come abbiamo visto, sono l'espressione dell'eccessiva assunzione di zuccheri e di amidi.

Il colesterolo è una molecola fondamentale per tutte le nostre cellule, è un elemento strutturale delle membrane ed è indispensabile per la produzione di numerosi ormoni. Data la sua importanza il fegato si incarica di produrre il colesterolo per tutti gli organi e lo produce in quantità direttamente proporzionale alla quantità di grassi saturi presenti nella nostra dieta. Però, come potete notare dalla figura, i grassi possono anche derivare da una produzione endogena, a partire dall'eccessiva assunzione di zuccheri. Per produrre il colesterolo è indispensabile l'intervento dell'insulina. Vedete come si incrociano frequentemente le vie metaboliche della trasformazione del glucosio e dei grassi.

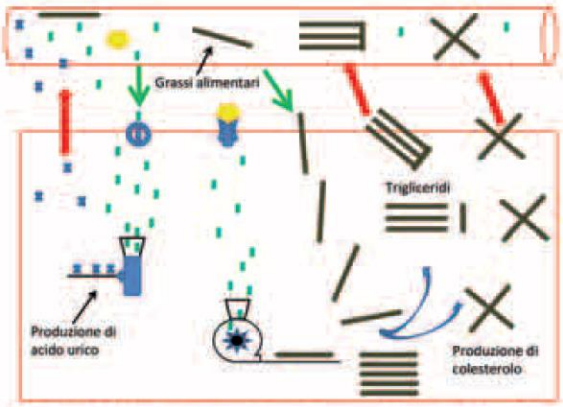

Fig. 1 Il fegato, a partire dal glucosio, produce acido urico e grassi, che assieme a quelli alimentari consentiranno la produzione di trigliceridi e colesterolo.

Probabilmente qualcuno di voi avrà già potuto osservare dallo schema che un'alimentazione troppo ricca di zuccheri semplici può portare anche alla formazione di acido urico. Ho rappresentato l'acido urico con una piccola crocetta, perché da esso si possono formare dei cristalli che bloccano le articolazioni e causano il tipico attacco di gotta all'alluce, che risulta essere talmente doloroso da non permettere di sopportare nemmeno il peso del lenzuolo.

Chissà quante volte il vostro medico, in presenza di valori elevati di acido urico nel sangue, vi ha consigliato di ridurre il consumo di carne, e faceva benissimo. Ma quello che è che si è osservato negli ultimi anni è che anche un'alimentazione ricca di zuccheri favorisce la produzione di purine, sostanze dal cui smaltimento si produce acido urico. Se nell'individuo normale la produzione di acido urico a partire dagli zuccheri è minima, nella sindrome metabolica tale via è preponderante. Ma non è finita. Un azione poco nota dell'insulina, è quella di favorire una ritenzione di sodio, questo trattiene una maggior quantità di liquidi e, come è noto, favorisce l'ipertensione.

Ricapitolando, Valori elevati di glicemia fanno aumentare l'insulina, che a sua volta obbliga il fegato ad una superproduzione di colesterolo, di acido urico e di trigliceridi che, accumulati nei depositi di grasso dentro l'addome, danno un aumento della circonferenza della vita.

Ipertrigliceridemia, ipercolesterolemia, ipertensione ed iperuricemia sono spesso causate da iperinsulinemia. Se vogliamo ridurre il rischio vascolare, dobbiamo imparare cosa e come mangiare per tenere bassa l'insulina nel sangue.

info@michelepizzinini.it

L'APPUNTAMENTO

Questa sera presso la sala Francesco Giuseppe dell'Grand Hotel Imperial di Levico Terme ad ore 20.30, il Rotary Club Valsugana con il Lions Club Valsugana organizza un incontro gratuito su un tema di grande attualità aperto a tutta la comunità dal titolo I BAMBINI NELLA RETE. La conferenza porrà in evidenza gli effetti negativi che le tecnologie di informazione e comunicazione possono avere sulle nostre vite. Con l'abuso dei social network si possono infatti creare dipendenze, cyber bullismo, incentivare tentativi di adescamento, giungendo così anche a travisare il ruolo dei buoni educatori. Relatori della serata la Dott.ssa Tiziana Pagnozzi, Dirigente ufficio pedofilia del Compartimento della Polizia Postale e delle Comunicazioni del Trentino Alto Adige, il Sov. Mauro Berti, Responsabile dell'ufficio pedofilia del Compartimento della Polizia Postale e delle Comunicazioni del Trentino Alto Adige e la Dott.ssa Serena Valorzi psicoterapeuta. I relatori hanno maturato una specifica esperienza in materia per cui risultano preparati per proporre adeguate soluzioni agli argomenti trattati e fornire indicazioni circa le tutele da attuare per i nostri giovani. Si auspica una massiccia partecipazione di chi quotidianamente deve confrontarsi con una generazione "tecnologica" che necessita sia di nuovi ma anche di migliori orizzonti educativi.