



Una Giornata contro la Trombosi

Non passa giorno senza che, aprendo i giornali, troviamo notizia di una giornata contro qualcosa: una malattia, la mafia, la fame. Un mondo affollato, con tanti messaggi, meritevoli di ascolto.

*Non poteva mancare una Giornata contro la Trombosi: il primo **killer** degli europei, adesso e negli anni futuri, insostenibile dal punto di vista economico per lo Stato, le famiglie, la società tutta.*

E insostenibile dal punto di vista morale, perché sappiamo che può essere battuto, neutralizzato almeno in un caso su tre:

*vuol dire evitare un **Ictus**, un **Infarto**, un **Embolia** a 200.000 italiani ogni anno, due milioni in dieci anni. Un numero enorme. Merita la nostra attenzione.*

Da soli non si può: lo abbiamo capito subito, quando è stata fondata ALT.

*In 25 anni di lavoro abbiamo combattuto questa battaglia affrontando di petto il problema dell'**informazione**, dell'**educazione** a un corretto **stile di vita**,*

lanciando messaggi in ogni modo possibile, e con risorse limitate,

a un pubblico a volte riluttante o annoiato, ma più spesso interessato e addirittura sorpreso.

*Un'indagine commissionata da ALT ha rilevato che la **percezione** del problema **Trombosi**, un tempo molto sfumata, è ora **migliorata**, in tutto il Paese.*

Quando si sposa una causa sociale si vorrebbe ottenere tutto e subito.

Non è realistico, ma non per questo abbiamo rinunciato: con pazienza, tenacia, competenza la squadra di ALT ha combattuto per tutti, soprattutto per voi.

*E la Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi è nata, e crescerà, ogni anno, contando sull'appoggio di tutti coloro che vorranno collaborare per migliorare la **salute** dei cittadini italiani, per **prevenire** le malattie cardiovascolari:*

*per noi, che possiamo godere di chi amiamo a lungo e in serenità, per i nostri **bambini**, perché possano davvero arrivare almeno fino a 65 anni senza **malattie cardiovascolari** evitabili.*

Questo è un obiettivo raggiungibile, e per questo ci battiamo.

Per questo diciamo, a nome di tutti, grazie ai tanti, Istituzioni e privati cittadini, che hanno collaborato e collaboreranno nei prossimi anni.

*Il Presidente
Lidia Rota Vender*

ANNO XXII - N. 72

Settembre 2012

Direttore responsabile
Claudia Rota

Testi di
Lidia Rota Vender
Isabella Melchionda
Tommaso Solesin

Editore
ALT - Associazione
per la Lotta alla Trombosi e
alle malattie cardiovascolari - Onlus
Via L. da Viadana, 5
20122 Milano
tel. 02 58.32.50.28
fax 02 58.31.58.56
alt@trombosi.org
www.trombosi.org

Comitato scientifico

Valentin Fuster
John Francis Martin
Irwin H. Rosenberg
Zaverio M. Ruggeri
Giorgio Agrifoglio
Rosario Brancato
Angelo Branzi
Gaetano Crepaldi
Leandro Gennari
Gian Franco Gensini
Daniela Mari
Roberto Sterzi

Segreteria scientifica

Francesco Saverio Dioguardi
Marco Moia

Realizzazione grafica

Pasquale Graffeo

Realizzazione editoriale

Stampa
Leva Arti Grafiche S.p.A
Viale Edison, 605
20099 Sesto San Giovanni

Abbonamento annuo 20 euro
c/c postale n. 50 29 42 06

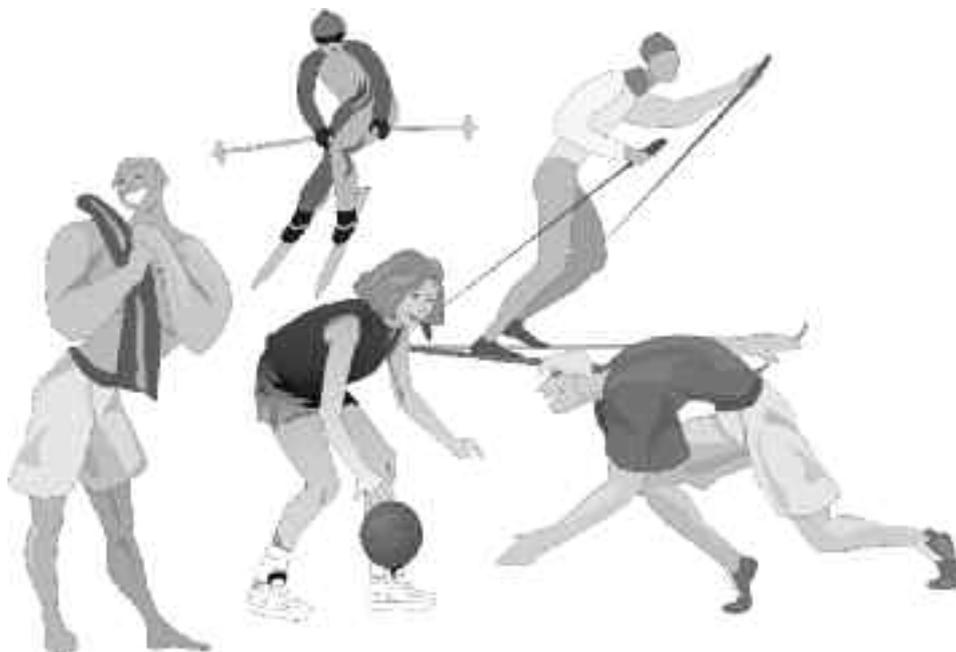
In questo numero:

<i>Un SALTO speciale</i>	2
<i>Una finestra sull'Europa</i>	3
<i>Lavori in corso 2012</i>	4
<i>Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi</i>	5
<i>www.trombosi.org si rinnova</i>	21
<i>Dobbiamo dire grazie a molti</i>	22

Questo numero di SALTO è dedicato alla Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi. Abbiamo fatto questa scelta per tre semplici ragioni. Innanzi tutto per **condividere** con voi i risultati ottenuti: è grazie voi che ALT fa quotidianamente passi in avanti nel campo della lotta alle malattie cardiovascolari da Trombosi, ed è giusto che voi siate a conoscenza di ogni **successo**.

In secondo luogo per **ringraziare** tutti coloro che sono stati al nostro fianco. La diffusione del messaggio della Giornata è stata incredibile grazie alla partecipazione di persone, Enti, Istituzioni ed Aziende che hanno sposato la causa di ALT. A tutti loro, grazie.

La terza ragione per cui dedichiamo questo numero di SALTO alla Giornata è per cercare **nuovi compagni** di viaggio. La forza di questo messaggio sta anche nel suo ripetersi ogni anno, ingrandendosi. È importante diffondere la promozione di **stili di vita sani** con sempre più forza, coinvolgendo più persone, Enti, Istituzioni ed Aziende. Parlate con i vostri cari, i vostri amici e conoscenti. Fate loro leggere ciò che ALT ha fatto per combattere le malattie cardiovascolari da Trombosi e invitateli a fare parte della nostra Squadra. Insieme, per **salvare** 200mila vite ogni anno.





Lovanio (Bruxelles) - Si è svolto dal 23 al 25 maggio l'incontro annuale di EHN, European Heart Network, alleanza di 33 associazioni e fondazioni europee che si battono per la lotta alle malattie cardio e cerebrovascolari. Tre giorni di lavoro intenso, con l'obiettivo di **condividere** strategie e campagne di comunicazione per coordinare a livello europeo gli sforzi delle singole associazioni.

Ancora una volta filo conduttore dei molti interventi è stato il tema della **prevenzione** delle malattie cardiovascolari attraverso la scelta di un sano stile di vita.

ALT- Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus, come rappresentante di EHN in Italia, è consapevole dell'importanza di questa sfida: fare **Cultura della Salute** vuole dire rispondere non solo ad un bisogno sociale, ma anche ad uno economico. Le malattie cardio e cerebrovascolari **costano** ai paesi dell'Unione Europea 190 miliardi di euro l'anno tra cure mediche e perdita di produttività.

per formare una generazione di **giovani** preparati in grado di affrontare gli ostacoli di domani.

Palazzo Regione Lombardia - Milano - nell'ambito del progetto EuroHeart II, finanziato dalla Commissione Europea e guidato da EHN, ALT, in collaborazione con FipC, Fondazione Italiana Per il cuore, ha organizzato un Workshop Europeo intitolato **"Dieta, attività fisica e prevenzione delle malattie cardiovascolari in Europa"**.

Lo scopo del workshop è stato quello di disegnare strategie condivise per raggiungere gli obiettivi a medio e lungo termine proposti da EHN riguardanti alimentazione e attività fisica. Allo stesso tavolo si sono quindi riuniti i rappresentanti delle fondazioni e delle associazioni dedicate alla prevenzione cardiovascolare di Italia, Spagna, Portogallo e Belgio che si sono confrontati con scienziati, economisti, esperti di comunicazione, rappresentanti dei consumatori, dell'industria alimentare, del



Da 20 anni - Proprio quest'anno ricade il ventennale della fondazione di EHN, occasione per riconoscere i successi ottenuti, analizzare le sconfitte e progettare il **cammino futuro**. Lidia Rota Vender, Presidente di ALT, ha partecipato alla costituzione del Network.

Durante uno dei suoi interventi ha espresso soddisfazione per il lavoro svolto, e la speranza che la **collaborazione** tra le associazioni e le fondazioni si faccia ancora più stretta per condividere le conoscenze e le capacità e

Provveditorato agli Studi e del Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca. La strategia per raggiungere gli obiettivi è applicabile solo attraverso un **gioco di squadra** importante tra governi, associazioni e mondo dell'impresa a sostegno di una vita più sana.

Un monito, quello di lavorare in concerto, sottolineato anche dall'Assessore alla Sanità della Regione Lombardia, Luciano Bresciani, in apertura dei lavori.

Lavori in corso 2012

Febbraio

MILANO CONFERENZA STAMPA 2012

Nella sala conferenze di Palazzo Reale si è svolta il 1 febbraio la conferenza stampa **“Prevenire le malattie cardiovascolari da Trombosi non è mai troppo presto: cominciamo dai bambini”** con l’obiettivo di aggiornare i media e il pubblico sulle attività e l’impegno di ALT per prevenire le malattie cardiovascolari da Trombosi e per finanziare progetti di ricerca scientifica. Durante l’incontro sono stati presentati i preoccupanti dati d’incidenza dell’**obesità nei bambini** in Italia e in Europa ed è stata spiegata la stretta relazione tra obesità infantile e il **rischio** di incorrere in malattie **cardiovascolari** mortali o gravemente invalidanti nell’età adulta.

Sono intervenuti F. Saverio Dioguardi, Alessandro Sartorio, Zaverio Ruggeri, Paolo Simioni e il Presidente di ALT per gli argomenti scientifici. Roberto Dadda, Carlo Noseda, Flavio Vitali e Tommaso Solesin per presentare le campagne di comunicazione attuate da ALT per informare la popolazione su una **missione possibile**: prevenire le malattie cardiovascolari da Trombosi attraverso uno stile di vita sano.

Moderatrice Nicoletta Carbone di Radio 24 e ospite speciale Marco Bianchi, che ha animato il Cooking Show spiegando alcuni principi base per sottolineare che “Chi mangia sano non è in castigo!”

L’evento è stato trasmesso in diretta streaming su Corriere.it e patrocinato dal Comune di Milano e da Fondazione Cariplo: ALT ringrazia.

Aprile

SMS SOLIDALE 2012

Per il terzo anno consecutivo, dal 12 al 22 aprile, è stata data la possibilità di sostenere la ricerca scientifica sulle malattie cardiovascolari da Trombosi donando 2 euro con un sms o 2/5 euro con una chiamata da rete fissa.

Grazie alla disponibilità di Telecom Italia, Fastweb, Tim, Tiscali, Poste mobile, Vodafone, Wind, 3, CoopVoce, Noverca e Teletu, ALT potrà **finanziare** il Progetto di Ricerca in corso presso l’Università di Ferrara “Livello di FXIII nell’infarto del miocardio: un nuovo marker prognostico? Dalla farmacogenetica alla terapia personalizzata”.

BARCLAYS MILANO CITY MARATHON

ALT ha partecipato come charity alla Barclays Milano City Marathon del 15 aprile allestendo uno stand all’arrivo della maratona.

Tutti i partecipanti potevano misurarsi la pressione del sangue e rilevare un’eventuale **fibrillazione atriale**, un disordine del ritmo del cuore che disturba l’afflusso di sangue agli organi.

È uno dei fattori che aumenta il rischio di eventi di tipo trombotico.

Ottobre

VIAGGIO DELLA SALUTE: A BERENICE

Dal 20 al 27 ottobre una settimana di benessere, alimentazione sana e ginnastica, perché anche chi ha conosciuto da vicino una malattia da Trombosi può vivere bene, viaggiare e scegliere uno stile di vita sano e intelligente.

L’appuntamento è a Berenice al Lahami Bay Beach Resort: un’ampia baia di spiaggia sabbiosa con dune naturali e ricchi tratti di barriera corallina. Chi partecipa al viaggio fa bene a se stesso, sostiene ALT e contribuisce alla ricerca scientifica sulle cause della Trombosi.

Per informazioni telefonare allo 02 58.32.50.28 oppure manifestazioni@trombosi.org.



1^a GIORNATA NAZIONALE
PER LA LOTTA ALLA
TROMBOSI 18 aprile 2012

**ATTIVITA' FISICA
E SANA
ALIMENTAZIONE**

La prevenzione delle malattie cardiovascolari inizia dalle nostre scelte quotidiane.

Una vita attiva e un'alimentazione corretta sono armi a disposizione di ognuno di noi per combattere la più grande epidemia dei giorni nostri.

La dichiarazione di San Valentino rispecchia la missione di ALT: "Ogni bambino nato nel nuovo millennio ha il diritto di vivere almeno fino a 65 anni senza soffrire di malattie cardiovascolari evitabili".

Bruxelles, 14 febbraio 2000



EVENTO IDEATO, PROMOSSO E REALIZZATO DA ALT
Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari Onlus
Con il patrocinio di



Rai Segretariato Sociale



FEDERAZIONE
CENTRI PER LA DIAGNOSI
DELLA TROMBOSI E LA
SORVEGLIANZA DELLE TERAPIE
ANTITROMBOTICHE (FCGSA)



18 aprile 2012



Ogni bambino nato nel nuovo millennio ha il diritto di vivere almeno fino a 65 anni senza soffrire di malattie cardiovascolari evitabili.

Declarazione di E. Wentham - Brundage, 14 febbraio 2000

www.giornatatormbosi.it

ALT
Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari
www.trombosi.org

LA PREVENZIONE È UN GIOCO: GIOCALA!

Le sane abitudini scendono in campo. Non restare in panchina: gioca insieme a noi. Possiamo salvare 200.000 vite ogni anno.

La Locandina della Giornata

Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi

Un'occasione per invitare le persone di ogni età a scendere in campo per la prevenzione delle malattie cardiovascolari da Trombosi.

Si è svolta mercoledì 18 aprile la prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi, organizzata da ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus.

L'obiettivo della Giornata è stato quello di promuovere uno stile di vita sano, fondamentale strumento di prevenzione e controllo dei principali fattori di rischio della Trombosi.

ALT ha incontrato gli italiani su tutto il territorio nazionale con talk show,

performance urbane, concerti e conferenze per ribadire l'importanza di una sana alimentazione e di una costante attività fisica per prevenire malattie cardiovascolari potenzialmente letali come Ictus, Infarto, Embolia polmonare e Trombosi venose e arteriose, che ogni anno in Italia uccidono 200mila persone, il 44% di tutti i decessi, e causano l'invalidità di altrettante. Due sono le armi per combattere le malattie da Trombosi: la prevenzione e la ricer-

ca. La prima passa soprattutto attraverso l'informazione, la seconda attraverso studi che offrano alla medicina nuovi strumenti contro questa emergenza.



Il logo della Giornata

Chi è ALT 1987-2012

ALT è un'associazione libera, indipendente e senza fini di lucro che dal 1987 è impegnata nella prevenzione delle malattie cardiovascolari da Trombosi e nel sostegno alla ricerca scientifica interdisciplinare. Da 25 anni realizza sul territorio nazionale campagne educative mirate a creare consapevolezza sui fattori di rischio e sui sintomi precoci delle malattie che la Trombosi determina. Sostiene finanziariamente la specializzazione di giovani medici e finanzia i progetti di ricerca di giovani scienziati in questo campo. Dal 1995 rappresenta l'Italia in EHN - European Heart Network, un'alleanza europea di 33 associazioni e fondazioni per il cuore, che ha un ruolo fondamentale nella prevenzione e riduzione delle malattie cardiovascolari in Europa. Per maggiori informazioni: www.trombosi.org.

Il ruolo di ALT

Informazione

Ictus Cerebrale, Embolia Polmonare e Infarto prendono il nome dai diversi organi che colpiscono. Pochi sanno che la causa comune è un coagulo di sangue inopportuno.

La Trombosi è la prima causa di morte nei paesi industrializzati.

La Trombosi si può prevenire adottando uno stile di vita sano.

Promozione

Attività fisica quotidiana: almeno 40 minuti.

5 porzioni di frutta e verdura al giorno. Poco sale, molta acqua, almeno 2 litri ogni giorno.

NO AL FUMO, ALLE DROGHE E ALLA VITA SEDENTARIA.

Ricerca Scientifica

Finanziamento al RITI: Registro Italiano Trombosi Infantili.

Finanziamento Ricerca Università di Ferrara: "Livello di FXIII nell'infarto del miocardio: un nuovo marker prognostico? dalla farmacogenetica alla terapia personalizzata".

Perché una Giornata Nazionale

Solo un italiano su tre conosce il significato della parola "Trombosi" e più della metà non sa che le malattie da Trombosi si possono evitare, soprattutto i cittadini del centro-sud.

Il drammatico ritratto della povertà delle conoscenze in questo campo nel nostro Paese è stato fotografato da un'indagine voluta da ALT e svolta nella prima decade del mese di aprile da Datanalysis, istituto di ricerche demoscopiche nell'area salute, su un campione rappresentativo di mille italiani con un'età compresa tra i 18 e i 77 anni.

La ricerca ha evidenziato che anche tra il 33% di italiani che conoscono le malattie da Trombosi e le loro cause, la maggioranza ignora la loro reale incidenza.

Alla domanda che chiedeva loro se il tumore alla mammella nella donna colpisce di più o meno della Trombosi, quasi la maggioranza del campione non ha saputo rispondere e solo il 10% degli intervistati ha dato la risposta corretta, riconoscendo la maggiore incidenza della Trombosi tra la popolazione femminile rispetto al cancro.

Lavorare con Enti ed Istituzioni: i Patrocini

È importante che a fianco delle Associazioni si muovano Enti ed Istituzioni con a cuore la salute dei cittadini. ALT ringrazia il **Ministero della Salute**, il **Segretariato Sociale Rai**, la **Lega Nazionale Professionisti SERIE A**, il **CONI** (Comitato Olimpico Nazionale Italiano), la **SISSET** (Società Italiana per lo Studio dell'Emostasi e della Trombosi) e la **FCSA** (Federazione Centri per la Diagnosi della Trombosi e la Sorveglianza delle Terapie Antitrombotiche) per aver concesso il Patrocinio all'evento.

GLI EVENTI

MILANO: SQUADRA DELLA SALUTE

In sala Buzzati una mattina all'insegna della prevenzione con la Squadra della Salute, il Direttore de La Gazzetta dello Sport, Andrea Monti e il giornalista Daniele Redaelli.

BOLOGNA: SI PUÒ AMARE LA BUONA TAVOLA

All'Accademia Filarmonica per fare il punto sul rapporto tra un'alimentazione corretta e la prevenzione della Trombosi.

BARI: LA PREVENZIONE È UN GIOCO DA RAGAZZI

Workshop universitario nella sala Conferenze dell'Ordine dei Medici sull'obesità infantile in Puglia.

NAPOLI: INFO DESK

Incontri con cittadini campani sui fattori di rischio della Trombosi e capire come evitarli.

MILANO: COOK FOR GOOD

Performance urbana all'interno del Public Design Festival. Cibo sano e Design si incontrano.

MILANO: CITY MARATHON

All'arrivo della maratona, ALT misura la pressione del sangue dei partecipanti e rileva un'eventuale fibrillazione atriale.

BIELLA: GARA DI GOLF

Solidarietà e lotta allo stress sui campi da Golf del Club di Biella.

Al nostro fianco

Chi ci ha sostenuto
rendendo possibile
il progetto

ARIETE

BAYER

BOEHRINGER

INGELHEIM

CONSORZIO

GRANA PADANO

FEB31ST

MICROLIFE

SONY



Il sito della Giornata, www.giornatatrombosi.it

Il contesto socio-economico

Sane abitudini come la dieta mediterranea e la vita all'aria aperta sono sempre meno praticate, in favore di scelte alimentari sbagliate e vita sedentaria.

Studi condotti a livello Europeo illustrano in modo dettagliato i benefici che un corretto stile di vita, in termini di sana alimentazione e attività fisica regolare, porta alle diverse fasce della popolazione. È da considerare, inoltre, l'enorme impatto economico che la diffusione epidemica delle malattie cardiovascolari ha sulla società. Dai dati analizzati, attuali e prospettici, risulta evidente quanto sia vantaggioso ed efficace, in termini economici, l'investimento nell'educazione alla prevenzione delle malattie cardiovascolari.

La definizione del bisogno

La popolazione ignora importanti informazioni circa la propria salute ed è spesso poco incentivato a seguire uno stile di vita sano. Si stima che solo con l'adozione di semplici e corrette abitudini di vita un terzo delle morti dovute alle malattie da Trombosi potrebbe essere evitato, salvando 200mila vite l'anno. È importante comunicare alla popolazione che malattie diverse come Infarto cardiaco, Ictus cerebrale ed Embolia polmonare prendono il nome dall'organo che colpiscono, ma sono tutte causate dalla formazione di un Trombo, un coagulo di sangue inopportuno. Allo stesso modo è indispensabile far sapere che le malattie da Trombosi si possono prevenire e che la probabilità di soffrirne è strettamente correlata allo stile di vita: cambiare stile di vita equivale a ridurre la probabilità di andare incontro a un Infarto, a un Ictus, a una Trombosi. Nessuna economia sarà in grado di sostenerne l'impatto di queste malattie nei prossimi anni se non si investe subito in prevenzione e in ricerca.

HANNO LAVORATO CON NOI

LA GAZZETTA DELLO SPORT

Coordinamento e
presentazione della
Giornata, convocazione
della Squadra della Salute,
supporto nell'attività di infor-
mazione e divulgazione

GRUPPO 36

Realizzazione concept grafi-
co e sito giornatatrombosi.it

MARCO BIANCHI

Lo chef ricercatore è stato
protagonista e animatore
dell'evento Cook for Good



Andrea Monti, Lidia Rota Vender e Dan Peterson

La Squadra della Salute

Il 16 aprile *La Gazzetta dello Sport* è scesa in campo in Sala Buzzati a Milano a favore di ALT per presentare gli obiettivi e il programma delle varie iniziative della Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi.

A promuovere il progetto di prevenzione è scesa in campo una squadra fortissima, la Squadra della Salute, composta da campioni dello sport e dello spettacolo e guidata da coach Dan Peterson. A fianco della Dr.ssa Lidia Rota Vender, Presidente ALT, si sono schierati il direttore della *Gazzetta dello Sport* Andrea Monti e il caporedattore Daniele Redaelli, per spiegare che la salute di ognuno di noi passa attraverso la voglia di mettersi in gioco in prima persona scegliendo uno stile di vita sano. La metafora dello sport e del gioco è servita a incoraggiare tutta la popolazione a essere protagonista della propria salute. Al termine del talk show i campioni presenti hanno

sottoscritto il Manifesto della Squadra della Salute, che evidenzia le mosse necessarie per sconfiggere le malattie cardiovascolari sul nascere. "Il rischio più concreto ed evidente è il grasso addominale, che corrisponde al grasso intorno al cuore, di solito il risultato di una vita sedentaria ed eccessivo consumo di cibi grassi e di alcol" ha spiegato Lidia Rota Vender, Presidente di ALT. "La strategia migliore per contrastare questi nemici della salute è l'attacco, cioè l'attività fisica quotidiana, associata a un'alimentazione corretta, scelte che vanno condivise con gli amici e la famiglia. L'obiettivo di questa giornata è portare nelle piazze e nelle case di tutti gli italiani la consapevolezza che tante gravi malattie si possono prevenire efficacemente, se ci si mette in gioco in prima persona e si scende in campo con determinazione e convinzione, adottando con costanza semplici ma preziosi accorgimenti che possono salvare la vita".

LA SQUADRA DELLA SALUTE

Andrea Monti
 Daniele Redaelli
 Lidia Rota Vender
 Dan Peterson
 Franco Baresi
 Beppe Bergomi
 Max Bardone
 Giorgio Di Centa
 Domenico Fioravanti
 Giacobbe Fragomeni
 Matteo Morandi
 Renato Pasini
 Alessandro Pittin
 Giuliano Razzoli
 Mason Rocca
 Alessandro Betti
 Walter Leonardi
 Antonella Lo Coco



Daniele Redaelli e Andrea Monti



Andrea Monti, Lidia Rota Vender, Dan Peterson - La Squadra della Salute

Agli ordini di Dan Peterson si sono schierati grandi campioni che con carica ed entusiasmo hanno risposto alle curiosità di più di 30 studenti di seconda media dell'Istituto Statale "Elsa Morante" di Milano. All'appello di ALT hanno aderito agli storici capitani di Milan e Inter, Franco Baresi e Beppe Bergomi, il capitano dell'EA7 Armani basket Mason Rocca, il due volte olimpionico di nuoto Domenico Fioravanti, l'ex campione del mondo dei massimi leggeri Giacobbe Fragomeni e il grande specialista degli anelli Matteo Morandi. Dalle piste innevate sono arrivati i fondisti Giorgio Di



Intervista a Lidia Rota Vender

Centa, campione olimpico, e Renato Pasini, campione del mondo. A completare la Squadra della Salute Alessandro Pittin, primo italiano a vincere nella combinata nordica, Giuliano Razzoli, olimpionico dello slalom, e Max Blardone, 7 vittorie in gigante nella coppa del Mondo.

Gli attori Alessandro Betti e Walter Leonardi, campioni di simpatia, sono riusciti a trasmettere il messaggio di salute ai ragazzini presenti. Ad aiutarli ci ha pensato Antonella Lo Coco, giovane promessa del panorama musicale italiano.



Domande da parte dei ragazzi

Attività fisica: amica della salute

La scienza combatte ogni giorno, in mille laboratori, battaglie giuste, contro il cancro, le malattie del sistema nervoso, le malattie congenite: ma spesso la vittoria è un traguardo lontano. Eppure abbiamo in casa un nemico facile da battere: l'Infarto, l'Ictus, la Trombosi venosa e arteriosa, l'Embolia, malattie cardiovascolari che non solo uccidono ma colpiscono impietosamente ogni giorno centinaia di migliaia di persone del pieno della loro vita attiva. Batterle si può, ma serve che ognuno si impegni. Chi fa le leggi potrebbe aiutarci, ma le armi più efficaci le abbiamo in tasca: si chiamano intelligenza, meno quantità di cibo nel nostro piatto, meno pigrizia e più movimento. Abbiamo un corpo sofisticato e affascinante che ci permette di muoverci, di comunicare, di amare, di relazionarci con il mondo, di inventare. Non possiamo delegare ad altri la manutenzione di questa macchina meravigliosa, dobbiamo farlo noi e sappiamo che la prevenzione funziona. Allora diamoci da fare: la nostra salute e quella delle persone a cui vogliamo bene è preziosa. Per non rammaricarci, quando sarà troppo tardi, di non averlo fatto per tempo. Sarebbe un peccato, uno spreco ingiusto.

LIDIA ROTA VENDER



Dall'alto verso il basso
La Squadra della Salute, Alessandro Betti e
Walter Leonardi, Antonella lo Coco



Il Manifesto

Prima di scendere in campo, come ogni giocatore ti guardi allo specchio: il grasso sull'addome corrisponde al grasso intorno al cuore.

All'inizio della sfida, studia i tuoi avversari: Fumo, Vita Sedentaria, Alcool, Cibi Grassi. Fissa gli obiettivi e la strategia per combatterli.

Parti all'attacco, con intensità e costanza ma senza esagerare. Ogni giorno, minimo 40 minuti consecutivi. L'attività fisica funziona quando inizi a sudare.

Impara ad alimentarti correttamente: ogni giorno 5 porzioni di frutta e verdura, almeno 2 litri di acqua e non più di un cucchiaino di sale. Preferisci carni bianche e fai scorta di omega3.

Durante la partita bisogna giocare di squadra, coinvolgi gli amici, racconta i risultati che stai raggiungendo e sfidali a fare meglio di te.

Solo dopo qualche giorno inizi a sentirti più in forma. Anche il cuore lavora meglio: si affatica di meno. La noia se n'è andata. L'attività fisica crea assuefazione.

L'allenamento ti aiuta a conoscere meglio il tuo corpo. Sai percepire quando tutto fila liscio e quando invece è necessario fare un tagliando. Impara a consumare le calorie necessarie per alimentare il tuo motore.

Per vincere adotta tattiche diverse: balla in compagnia, fai le scale al posto dell'ascensore, scendi dal tram due fermate prima della tua. Se hai una bicicletta, pedala!

Attento agli auto goal: non perdere la concentrazione e non farti travolgere dall'ansia. L'allenamento costante combatte la produzione degli ormoni responsabili dello stress.

Ormai hai imparato, non fermarti. La prevenzione è un gioco che va giocato ogni giorno. Anche quando la strada è in salita: "Non mollare mai!".

BOLOGNA

Patrocini

Facoltà di Medicina e Chirurgia
Università degli Studi di Bologna

Ordine dei Medici di Bologna

SIMMG

EXPOSANITÀ

Al nostro fianco

ALFAWASSERMANN

CAMPA

CIZETA MEDICALI

CONSORZIO MARCHIO
STORICO DEI LAMBRUSCHI

MODENESI

LA MOLISANA



Il Professor Sergio Coccheri, vice Presidente di ALT

Si può amare la buona tavola e mantenere una buona salute?

Presso la Sala Mozart della Accademia Filarmonica di Bologna importanti esponenti del mondo scientifico si sono incontrati per discutere insieme sul tema: "Si può amare la buona tavola e mantenere una buona salute?".

Scopo dell'incontro è stato quello di trasferire un'informazione scientificamente corretta sulla prevenzione delle malattie cardiovascolari da Trombosi, principale causa di morte nel nostro Paese, attraverso un linguaggio semplice e comprensibile a persone di ogni età, invitando i cittadini emiliani a diventare protagonisti attivi di un cambiamento che può salvare migliaia di vita.

Tra gli esperti sono intervenuti: Sergio Coccheri, Giovanni De Gaetano, Helmut Failoni, Claudio Rapezzi, Davide Festi, Alfio Amato, Giovanni Gasbarrini, Gualtiero Palareti, Donato Zocchi.

Il pomeriggio si è concluso con un Concerto della pianista Michelle Callodi sulle note di Chopin, Scriabin, Chabrier. Introduzione di Angela Maria Gidaro, Direttore Artistico dell'Accademia Pianistica Internazionale, Imola.



Coordinatore dell'evento: Professore Sergio Coccheri, vice Presidente di ALT

"Nessun alimento, nessun cibo è nocivo in sè. Le crociate anti-grassi, anti-carne rossa, oppure le diete iperproteiche o assolutamente prive di carboidrati, rispecchiano atteggiamenti estremi che non giovano alla salute e distruggono l'aspetto psicologico e conviviale del "mangiare assieme", un valore fondante della nostra cultura materiale. L'uomo è animale sapientemente onnivoro: la varietà dei cibi è essenziale perché permette di ridurre le quantità relative di ogni componente attenuandone così le valenze negative e potenzialmente dannose.

In definitiva, si può continuare a mangiare bene, e quindi a mangiare insieme, gustandosi anche un buon bicchiere di vino (meglio rosso); e non è nemmeno vero che un buon caffè faccia male al cuore!"

Patrocini

Regione Puglia
Provincia di Bari
Comune di Bari
I.A.M.
Università degli Studi di Bari
Accademia Pugliese delle Scienze
Accademia dei Georgofili
Comune Mola di Bari
FIMP-SIP

Al nostro fianco

CIA
CCDD Bari
SOMED
GALSEB
SAN DOMENICO HOTELS
ENECRA
APEO
COLTIVATORI DIR. BITRITTO
TECHNOGYM
PANE DI ALTAMURA



La Professoressa Paola Giordano e il Dottor Nicola Ciavarella

Coordinatori dell'evento

Paola Giordano,
Professore associato
di Pediatria-Univ. Bari

"La costante crescita, anno per anno, delle informazioni contenute nel Registro Italiano Trombosi Infantili (RITI) ci permetterà di conoscere l'epidemiologia della patologia trombotica in età evolutiva e, quindi, poter attuare adeguati protocolli di ricerca e cura".

Nicola Ciavarella,
Medico internista

"La sana alimentazione e la costante attività fisica rappresentano le principali armi di prevenzione delle malattie cardiovascolari. Con grande entusiasmo l'Università Degli Studi di Bari collabora con ALT nella diffusione di questo messaggio così importante per la salute e il benessere di tutti".

La prevenzione è un gioco da ragazzi

Sostenere la missione di ALT racchiusa nella Dichiarazione di San Valentino, sottoscritta congiuntamente il 14 febbraio 2000 a Bruxelles dalle Istituzioni e dai Responsabili della Salute dei Cittadini Europei, che recita: "Ogni bambino nato nel nuovo millennio ha il diritto di vivere almeno fino a 65 anni senza soffrire di malattie cardiovascolari evitabili".

Questo è stato l'obiettivo del workshop organizzato dall'Università degli Studi di Bari, mercoledì 18 aprile, dalle 9 alle 17, in occasione della prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi. Nella prima sessione si è parlato del Registro Nazionale delle Trombosi Infantili, della sindrome metabolica in età pediatrica e del ruolo svolto dall'alimentazione mediterranea per la salute e il benessere dell'organismo. Nella seconda parte si è analizzata l'arma della prevenzione nella lotta all'obesità infantile e sono state presentate alcune ricerche sugli stili di vita e l'alimentazione degli adolescenti. L'incontro si è concluso con la tavola rotonda "Mi Piace se Ti Muovi", in cui si sono confrontati atleti, medici, presidenti di federazioni sportive e rappresentanti di associazioni.

CON LA COLLABORAZIONE di:

Dott. Domenico Accettura, Presidente Puglia Federazione Medico Sportiva Italiana, Giuseppe Lassandro, Presidente Puglia Federazione Italiana Badminton, Movimento Pro-Me-Diet, CONI Puglia, CUS Bari, Associazione di Pazienti.

UN POMODORO RIPIENO DI SALUTE

Come cucinare
per proteggere
il nostro cuore

1. Meno sale, più spezie
2. Olio Extravergine
d'oliva, quanto basta
3. Acqua, almeno 2 litri
al giorno
4. Frutta e verdura,
5 porzioni al dì
5. Meno carni rosse,
più carni bianche
6. Mangia pesce almeno
2 volte alla settimana

esterni

È un'impresa culturale con sede a Milano che dal 1995 progetta spazi pubblici, disegna servizi per piccole e grandi comunità, promuove e realizza eventi di aggregazione, sviluppa campagne di comunicazione.



L'invito all'evento Cook for Good

Cook for Good - Chi mangia sano non è in castigo

Ricette sane e cucina creativa durante la settimana del Salone del Mobile, tra le attività del Public Design Festival.

Nei locali di Un posto a Milano, Cascina Cuccagna, si è svolta una gara di cucina non competitiva aperta a tutti i cittadini. Di fronte ad ogni partecipante un pomodoro e tanti ingredienti sani. Tra i barattoli di spezie, frutta e verdura, a disposizione di tutti i cuochi improvvisati, anche qualche "alimento vietato", impossibile da usare, però, poiché riposto in barattoli ermeticamente sigillati! La gara si è svolta in sessioni da 15 minuti, scandite da Marco Bianchi, ricercatore nutrizionista e presentatore televisivo. Tra taglieri, basilico e frullatori si sono alternati numerosi partecipanti dagli otto ai settant'anni. L'obiettivo di Cook for Good è stato quello di insegnare, attraverso il gioco, semplici "trucchi" per preparare ricette buone e sane allo stesso tempo. Un'alimentazione corretta è il primo ingrediente della ricetta della salute e, soprattutto, non è un castigo, né una dieta!



Cuochi di ogni età al lavoro durante Cook for Good



Il tavolo di Cook for Good negli spazi di Un Posto a Milano, Cascina Cuccagna

La Prevenzione è un gioco: giocala!

Lo sappiamo bene: con la salute non si scherza. Non ditelo a noi, che da 25 anni combattiamo contro la malattia responsabile di quasi la metà dei decessi in Italia. La Trombosi causa Ictus, Infarti ed Embolie. Ogni anno causa 600mila morti. Con la Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi, però, gridiamo un qualcosa di diverso. Un messaggio di speranza. Evitare questo killer è possibile, almeno in un caso su tre.

È un gioco che va giocato, la prevenzione. È fare qualcosa che abbiamo imparato da bambini: correre, divertirsi, fare attività fisica.

È mangiare sano, evitare il cibo spazzatura e limitare l'assunzione di determinati alimenti. È dire di no al fumo, alla droga, alla vita sedentaria. Non parliamo di diete e sacrifici, adottare uno stile di vita sano è facile, basta mettersi in gioco. Scendi dal

tram due fermate prima, usa la bicicletta e non la macchina, impara ad usare le spezie al posto del sale, vai a ballare. Muoviti, insomma! Questo gioco è per tutti, ragazzi. Con la salute non si scherza nemmeno da giovani. Per la salute devi metterti in gioco da subito. In campo scende chi ha coraggio. Qualsiasi siano le tue motivazioni, non rimanere in panchina, gioca insieme a noi, scegli la salute. Lotta con noi, aiutaci a diffondere questo messaggio. Possiamo salvare 200mila vite ogni anno!

La raccolta fondi

Dal 12 al 22 aprile è stato possibile donare 2 euro attraverso SMS solidale e o 2 o 5 euro tramite telefonata da rete fissa per sostenere ALT nel finanziamento alla ricerca scientifica. È sempre possibile sostenere le iniziative di ALT tramite Bonifico Bancario, Bollettino postale, Donazione online oppure telefonando al numero 02 58 32 50 28.



Marco Bianchi

MARCO BIANCHI

Chef, ricercatore e presentatore televisivo, si appassiona alla cucina e alla chimica sin da bambino. Promessa di FoxLife, conduce il programma "Tesoro, salviamo i ragazzi!" mirato alla rieducazione alimentare di bambini in sovrappeso e "In linea con Marco Bianchi" che insegna come curare salute e bellezza attraverso il cibo.



MassMedia & Network

TV
RADIO
FACEBOOK
TWITTER
GIORNATATROMBOSI.it
TROMBOSI.org
DIRETTA STREAMING SU
GAZZETTA.it

BIELLA

Numerosi giocatori sono scesi in campo per dire ALT alla Trombosi.

Un'altra occasione per dimostrare come lo stress, fattore di rischio delle malattie da Trombosi e cardiovascolari, possa essere superato grazie all'attività fisica, divertendosi in squadra e all'aria aperta.



NAPOLI

Presso il Circolo Nautico Posillipo e il Circolo Tennis Club Green Park il Dr. Pierpaolo Di Micco ha incontrato i cittadini del territorio campano per rispondere ad ogni dubbio sulla prevenzione della Trombosi. "Le patologie trombotiche cardiovascolari - afferma il Dr. Di Micco - sono le più diffuse nei Paesi europei. Conoscerle per prevenirle è una necessità, aiutare la popolazione a conoscerle una scelta".



Dal basso verso l'alto
desk informativo e momenti del torneo di golf
18 aprile 2012

Lo stress

Lo stress può causare Trombosi perché aumenta la tendenza del sangue a coagulare. Un aumento della capacità del sangue di coagulare può formare un Trombo che chiude un'arteria e provoca una Trombosi. Ma non solo, lo sbilanciamento del sistema della coagulazione può accelerare la formazione di aterosclerosi e quindi la Trombosi. Un ambiente familiare e sociale positivo e uno stato di serenità o di felicità si correlano con un minor grado di attivazione della coagulazione del sangue.



Sopra e sotto: ALT alla Milano City Marathon



Quale attività fisica

Per migliorare le prestazioni del cuore e dei polmoni sono consigliabili le attività aerobiche, cioè quelle che vengono svolte in modo prolungato e continuo, consentendo una regolare respirazione, anche se più veloce e profonda, e un numero di battiti cardiaci più o meno costante durante tutto il periodo di attività. In particolare: camminata veloce, corsa, ciclismo, aerobica, pattinaggio, nuoto.

MILANO



Logo Milano City Marathon

Barclays Milano City Marathon

ALT ha partecipato come charity alla Barclays Milano City Marathon allestendo uno stand all'arrivo della maratona.

A tutti i partecipanti è stata offerta la possibilità di misurare la pressione del sangue e di rilevare un'eventuale fibrillazione atriale.

La fibrillazione atriale è un disordine del ritmo del cuore che disturba l'afflusso di sangue agli organi.

È uno dei fattori che aumenta il rischio di eventi di tipo trombotico.

Conferenza Stampa di ALT - 1 febbraio 2012

In Italia un bambino su 3 è in sovrappeso e uno su dieci è obeso. Una condizione pericolosa che li porterà quasi certamente a subire malattie cardiovascolari nell'età adulta.

ALT ha lanciato l'allarme in occasione della conferenza stampa annuale, svoltasi il primo febbraio 2012 a Palazzo Reale con il **Patrocinio del Comune di Milano e di Fondazione Cariplo**. Un binomio letale, quello tra chili di troppo e Trombosi, enfatizzato anche all'interno del report pubblicato da EHN - European Heart Network, che riunisce 33 associazioni e fondazioni, tra cui ALT, in rappresentanza di 26 Paesi europei. Il report scientifico illustra in modo dettagliato i benefici che un corretto stile di vita, fondato soprattutto su un'alimentazione sana e una regolare attività fisica, porta alle varie fasce di popolazione, bambini, donne per primi.

EHN ha proposto due serie di obiettivi, intermedi e a lungo termine, che ogni Stato membro dell'Unione Europea deve raggiungere per prevenire l'epidemia di malattie cardiovascolari. Per fornire esempi concreti, EHN raccomanda la

"L'attenzione sul rischio trombotico non deve mai venire meno, anche nel campo della ricerca. In questi anni sono stati fatti notevoli passi avanti ed è merito dei progressi scientifici se oggi molte persone sopravvivono a un grave evento trombotico. È importante continuare a impegnarsi per capire in dettaglio i complessi meccanismi che si sono sviluppati come difesa dell'organismo ma che divengono invece causa di malattie gravi causate da ostacoli alla circolazione del sangue: i trombi. Dalla comprensione di questi meccanismi arriveranno farmaci sempre più specifici ed efficaci".

Zaverio Ruggeri, Ricercatore allo Scripps Research Institute di La Jolla, California.

revisione della formulazione dei prodotti alimentari per ridurre il contenuto di sale, grassi e zuccheri, l'emanazione di leggi che impongano l'eliminazione dei grassi pericolosi dai prodotti industriali, la facilitazione dell'attività fisica nelle scuole e nei luoghi di lavoro. In questo scenario la comunicazione di informazioni corrette è determinante per contribuire in maniera concreta all'educazione dei più giovani e della popolazione in generale.

"Quando parliamo ai nostri pazienti di Trombosi

il loro pensiero corre immediatamente alle tromboflebiti degli arti inferiori - ha spiegato Sergio Coccheri, Professore Ordinario di Malattie Cardiovascolari all'Università di Bologna e vice Presidente di ALT - La disinformazione è tale che la maggior parte del pubblico non sa che il termine Trombosi ha un significato ben più vasto".

La manifestazione è stata anche l'occasione per il lancio della Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi.

Ha concluso la conferenza stampa il cooking show di Marco Bianchi, chef divulgatore scientifico, che, cucinando sul posto piatti sani e gustosi, ha dimostrato come la dieta sana non sia sinonimo di sacrificio. L'evento è stato trasmesso in diretta streaming su Corriere.it.

"La prevenzione dell'obesità infantile deve iniziare fin dai neonati, favorendo il più possibile l'allattamento protratto al seno e tenendo sotto controllo l'eccessivo incremento ponderale nei primi anni di vita. È infatti dimostrato che quasi la metà dei bambini obesi si manterranno tali anche da adulti e che gli adolescenti obesi presentano una prevalenza elevata di sindrome metabolica, strettamente connessa al tipo di alimentazione".

Alessandro Sartorio, Primario Endocrinologo dell'Istituto Auxologico Italiano, IRCCS Milano.

"L'obesità e la arteriosclerosi sono collegati: gli ultimi dati americani ci dicono che nel biennio 2009-2010, il 9,7% dei lattanti e dei bambini fino a 2 anni era obeso, valore che sale al 16,9% tra i bambini di un'età compresa tra i 2 anni ed i 9 anni. Purtroppo stiamo andando nella stessa direzione in Italia. La Trombosi è causata dall'arteriosclerosi, cioè dall'accumulo di placche nelle arterie, che stringono il diametro dei vasi sanguigni fino al punto che l'apporto di sangue diventa inadeguato e i tessuti vengono danneggiati, con conseguenze spesso fatali come nel caso di infarti e ictus".

Saverio Dioguardi, Professore di Medicina Interna all'Università degli Studi di Milano.

"Insieme alla prevenzione, è fondamentale anche la diagnosi precoce, perché molte persone, bambini inclusi, presentano fattori ereditari che li predispongono a eventi cardiovascolari anche in giovane età, perché il loro sangue tende a coagulare più facilmente. Se il rischio viene riconosciuto per tempo può essere curato con farmaci efficaci e tenuto sotto controllo con uno stile di vita sano che li metta al riparo da possibili recidive".

Paolo Simioni, Professore di Medicina Interna all'Università di Padova.

ALT Ringrazia:

ACCADEMIA DEI GEORGOFILI
ACCADEMIA PUGLIESE
DELLE SCIENZE
Alfio Amato
ALFAWASSERMANN
Giulio Anselmi
APEO
Ariete
BAYER
Marco Bianchi
BOEHRINGER INGELHEIM
CAMPA
Nicoletta Carbone
CCDD Bari
CIA
Nicola Ciavarella
CIZETA MEDICALI
Sergio Coccheri
COLTIVATORI DIR. BITRITTO
COMUNE DI BARI
COMUNE DI MILANO
COMUNE MOLA DI BARI
CONI
CONSORZIO GRANA PADANO
CONSORZIO MARCHIO STORICO
DEI LAMBRUSCHI MODENESI
CORRIERE DELLA SERA
Roberto Dadda
Ferruccio de Bortoli

Giovanni De Gaetano
Paolo Di Micco
Saverio Dioguardi
ENTECRA
ESTERNI
EXPOSANITA'
FACOLTA' DI MEDICINA
E CHIRURGIA UNIVERSITA'
DI BOLOGNA
Helmut Failoni
FCSA
FEB31st
Davide Festi
FIMP-SIP
FONDAZIONE CARIPLO
FONDAZIONE DIETA MEDITERRA-
NEA
GALSEB
Giovanni Gasbarrini
Paola Giordano
GRUPPO 36
H24
I.A.M.
IL CIRCOLO DI GOLF DI BIELLA "Le
Betulle"
LA GAZZETTA DELLO SPORT
LA MOLISANA
La Squadra della Salute
LEGA NAZIONALE PROFESSIONISTI
SERIE A

Francesco Marabotto
MICROLIFE
MINISTERO DELLA SALUTE
Andrea Monti
M&C SAATCHI
ORDINE DEI MEDICI DI BOLOGNA
Gualtiero Palareti
PANE DI ALTAMURA
PROVINCIA DI BARI
Claudio Rapezzi
Daniele Redaelli
REGIONE PUGLIA
Madina Ricordi
Zaverio Ruggeri
SAATCHI & SAARCHI HEALTH
SAN DOMENICO HOTELS
Alessandro Sartorio
SEGRETARIATO SOCIALE RAI
Paolo Simioni
SIMMG
SISET
SOMED
SONY
TECHNOGYM
UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI BARI
UN POSTO A MILANO
VISION MEDIA & RELATION
Donato Zocchi
tutti i volontari, soci, amici
e sostenitori di ALT.

Chi ha parlato di noi

Corriere della Sera
La Repubblica
La Gazzetta dello Sport
Corriere di Bologna
Il Resto del Carlino -
Cronaca di Bologna
Il Resto del Carlino
Automobile Club
La Gazzetta del
Mezzogiorno
La Nazione
Il Giorno
Avvenire
La Repubblica - Ed. Bari
Corriere dell'Irpinia
Nuovo Corriere Barisera
I Fatti del Nuovo Molise
Puntoeffe
Vivimilano
Cronacaqui
Oggi
Io Donna
Intimita' della Famiglia
Sapere & Salute
Vero Salute
Diva e Donna
Viversani & Belli
Essere & Benessere
Pubblicita' Italia Today
La Discussione

Daily Media
Brand News
Pubblico Today
La Freccia
La Provincia di Cremona
Vero
Tv
TGRegione Puglia
Telenova
Antennasud
Tele 7Gold
Teleradiopadrepio
Radio
Radio24 Essere e Benessere
Radio Bollate
Radio Lombardia
Radiolnblu
Web
Ansa.it
Adnkronos.it
Agi.it
Corriere.it
Lastampa.it
Larepubblicanews.it
Gazzetta.it
Ecodibergamo.it
Unita.it
Ecodibergamo.it
Notiziarioitaliano.it
Famiglia Cristiana
Bari.Repubblica.it
Corrieredelgiorno.com

Televideo.Rai.it
Antennasud.com
Saluteincucina.it
EcodelMolise
La-cronaca.it
Quotidiano24.it
Unita.it
La-cronaca.it
EcodelMolise
Informamolise.com
Panorama (Blog)
Paperblog.com
Kidzone.Blogosfere.it
Giaden Informa Blog
Paperblog.com
Azsalute.it
Clicmedicina.it
Cybermed.it
Atnews.it
Humanitas Salute
paginemediche.it
paginemediche.it
Salutedomani.com
MedicinaLive
Vogliadisalute.it
Salus.it
GoSalute
Clicmedicina.it
Sanitaliaweb.it
Humanitas Salute
Diariodelweb.it
PiusaniPiubelli.it

Virgilio.it
wellMe.it
Virgilio.it
Farmacia.it
Viverein armonia.it
Rss-notizie.it
Intrage.it
ConfiniOnline
Bolognadavivere.com
Vita di Donna Community
inTOPIC.it
Puglialive.net
Rssnews.it
Newsfood.com
Giornal.it
Informazione.it
Calcioitaliano
Virgilio.it
Viverein armonia.it
Parrotized.it
inTOPIC.it
Globalmedianews.it
AsseSempione.info
Fastweb.it
Nuova Societa'
Spotandweb.it
Modernariatoedesign.com
Viverein armonia.it
Pubblicitaitalia.it
Italiafruit.net
Globartmag.com
Tafter.it



Le malattie da Trombosi provocano infarto, ictus, Embolia polmonare: colpiscono ogni anno 800.000 persone e sono la prima causa di morte in Italia. Con la ricerca è possibile trovare le cause di queste malattie, prevenirle e combatterle.

Dal 12 al 22 aprile 2012 sostieni ALT Onlus, dona 2 € con un SMS o 2 o 5 € con una chiamata da rete fissa al 45505.

www.trombosi.org

Donna 2 € con SMS da cellulare personale



Donna 2 € con chiamata da rete fissa

tel e tu

Donna 2 o 5 € con chiamata da rete fissa

TELECOM ITALIA, FASTWEB, tiscali:

SCENDI IN CAMPO! GIOCA LA SECONDA EDIZIONE CON NOI!

IL TEAM

Tommaso Solesin
Isabella Melchionda
Claudia Rota
Simona Bernabei
Maria Chiara Chistoni

CONTATTI UTILI

alt@trombosi.org
T: 02 58 32 50 28
F: 02 58 31 58 56
www.trombosi.org
www.giornatatrombosi.it

www.trombosi.org si rinnova



Una veste grafica più moderna e pagine speciali per rispondere alle domande di chi vuole saper-

si.org potete accedere a contenuti multimediali ed effettuare **donazioni online**.

HANNO PARLATO DI NOI

La Prima Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi ha permesso ad ALT di fare rete in Italia con eventi dei quali hanno parlato i mezzi di comunicazione, TV, Radio, Stampa e social network. L'annuncio della Giornata è stato anticipato durante la Conferenza Stampa annuale di ALT tenutasi il 1 febbraio 2012 a Palazzo Reale a Milano (e in diretta streaming su Corriere.it). Grazie al prezioso e appassionato aiuto di "La Gazzetta dello Sport" in Sala Buzzati, sempre a Milano e in diretta streaming su Gazzetta.it. La giornata è stata ufficialmente comunicata il 16 aprile in un incontro aperto al pubblico, durante il quale è stata presentata la Squadra della Salute che ha rilanciato lo slogan: "La prevenzione è un gioco, giocala!".

Dal 22 marzo al 19 aprile ALT ha diramato 9 comunicati stampa ripresi e amplificati da moltissimi mezzi di comunicazione: questo straordinario supporto ha permesso ad ALT di ottenere una visibilità a 360° raggiungendo tutto il Paese.

DOBBIAMO DIRE GRAZIE A MOLTI

Per i **Patrocini** al Ministero della Salute, al CONI, a Siset - Società Italiana per lo Studio dell'Emostasi e della Trombosi, a FCSA - Federazione Centri per la diagnosi della trombosi e la Sorveglianza delle terapie Antitrombotiche, Segretariato Sociale RAI, alla Lega Nazionale Professionisti Serie A.

Per la **diffusione del messaggio** all'ANSA, Gazzetta Dello Sport, Corriere della Sera.

Per il **sostegno e la testimonianza** a tutti gli atleti e i componenti della Squadra della Salute: Andrea Monti, Daniele Redaelli, Dan Peterson, Franco Baresi, Beppe Bergomi, Max Blardone, Giorgio Di Centa, Domenico Fioravanti, Giacobbe Fragomeni, Matteo Morandi, Renato Pasini, Alessandro Pittin, Giuliano Razzoli, Mason Rocca, Alessandro Betti, Walter Leonardi, Antonella Lo Coco.

Al Prof. Sergio Coccheri, al Dr. Nicola Ciavarella, alla Prof.ssa Paola Giordano, al Dr. Pier Paolo Di Micco che hanno organizzato gli **eventi a Bologna, a Bari, a Napoli**, e ai loro collaboratori.

A Marco Bianchi per l'organizzazione e la conduzione dell'evento *Cook for Good* tenutosi a Un posto a Milano, Cascina Cuccagna.

Alle agenzie di stampa: ANSA, AGI, Adnkronos Salute, ANSA Emilia Romagna, Dire, Italtel, OmniMilano.

Alla Stampa: la Gazzetta dello Sport, Il Corriere della Sera, la Repubblica, il Corriere di Bologna, Il Resto del Carlino Nazionale e di Bologna, La Gazzetta del Mezzogiorno, La Nazione, Il Giorno, Avvenire, La Repubblica e La Repubblica Bari, il Corriere dell'Irpinia, il Nuovo Corriere Barisera, I Fatti del Nuovo Molise, DailyNet, CronacaQui, Pubblicità Italia Today, La Discussione, Viversani & Belli, Corriere Medico, Io donna, Il Corriere della Sera-Salute, Intimità, La Repubblica - Salute, il Corriere della Sera - ViviMilano, Oggi, Vero e Più de La Provincia, Punto Effe in Farmacia, Più sani più belli, Sapere&Salute, la Freccia, AutomobileClub e Panorama Travel.

Al mondo WEB: ansa.it - adnkronos.it - asca.it -agi.it - corriere.it - lastampa.it - larepubblicanews.it - gazzetta.it - ecodibergamo.it - unita.it - notiziarioitaliano.it - famigliacristiana.it - bari.repubblica.it - repubblica.it - chetempocheferai.it - corrieredelgiorno.com - televideo.rai.it - antennasud.com - saluteincucina.it - salute.agi.it - ecodelmolise - la-cronaca.it - quotidiano24.it - informamolise.com - ilfarmacistaonline.it - fondazione niccolocusano.it - laprovinciadivarese.it - laprovinciadilecco.it - laprovinciadicomio.it - laprovinciadisondrio.it - scienza.panorama.it - paperblog.it - 7gioni.info - kidzone.blogosfere.it - giadeninformablog.it - azsalute.it - clicmedicina.it - cybermed.it - atnews.it - humanitasalute.it - paginemediche.it - salutedomani.com - medicinalive.com - vogliadisalute.it - salus.it - gosalute.it - laboratorioperunapoliziademocratica.blogspot.it - clicmedicina.it - sanitaliaweb.it - diariodelweb.it - pisanipiubelli.it - virgilio.it - wellme.it - farmacia.it - vivereinarmonia.it - intrage.it - confinionline.it - bolognadavivere.com - vitadidonna.org - intopic.it - puglialive.net - rssnews.it - newsfood.com - giornal.it - informazione.it - calcioitaliano.it - parrotized.it - globalmedianews.it - assesempione.info - fastweb.it - nuovasocietà.it - sportandweb.it - modernariatoedesign.com - pubblicitaitalia.it - italiafruit.net - globartmag.com - tafter.it - quotidianosanita.it - villaggiodelsalute.com - farmaciadelleterme.it - osservatoriomalattierare.it - picsolution.com - retedeldono.it - triesteabile.it - angelipress.com - medicina.forumfree.it - ultimaoranotizie.it - blog.ok-salute.it - consulenzabenessere.com - focus-online.it - giornal.it - casadicuratorella.it - centro-meteoitaliano.it - informa veneto.eu - webtvconversano.it - newsclck.it

Alle radio: Radio Lombardia, Radio 24, Circuito Marconi, Radio Zeta, Ciao Como Radio, Radio Panda, Radio Milano e Radio Bollate.

Alle TV: RAI, MEDIASET, Tg3-Regione Puglia, Tele7Gold, Telereporter e Antenna Sud.

L'importanza dei mezzi ma soprattutto la convinzione con cui ci hanno sostenuto, ha permesso ad ALT di raggiungere sul territorio nazionale un numero inaspettato di persone, con una readership calcolata secondo i dati AUDI PRESS 2012 di 25 e 30 milioni. Un successo straordinario, del quale dobbiamo con il cuore dire grazie a tutti. Inclusa la squadra di ALT, che non si è risparmiata, suscitando entusiasmo in tutte le persone con le quali è entrata in contatto.

RENDICONTO AL 31 DICEMBRE 2011

ALT – Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari – Onlus
Via Ludovico da Viadana, 5 – 20122 Milano
C.F. 97052680150 – P.IVA 10096950158

ENTRATE

Quote soci, donazioni e raccolta fondi	472.095
Proventi finanziari e straordinari	6.692
Totale entrate	478.787

USCITE

Finanziamenti alla ricerca, formazione e materiale educativo	156.806
Spese di gestione ordinaria e consulenze professionali	94.346
Costi del personale	86.131
Affitti	17.339
Spese associative, oneri finanziari e straordinari, ammortamenti e svalutazioni	11.511
Totale uscite	366.133

RISERVE PER IL FINANZIAMENTO ALLA RICERCA E FORMAZIONE

Fondo Adotta un nuovo medico contro la Trombosi	63.017
Fondo Ricerca Prof. Gemmati	100.000
Fondo Donne e Trombosi	20.000
Fondo Infermieri Adelino Rota	18.372
Fondo Trombosi e Tumori	2.228
Fondo Trombosi Cerebrali	23.515
Fondo Trombosi Infantili	82.193
Fondo European Heart Network	6.437
Fondo Malattie del Polmone	7.385
Totale	323.147

Il rendiconto di ALT è certificato gratuitamente da Deloitte & Touche e risponde ai criteri del Codice della Trasparenza di Summit della Solidarietà
ALT ringrazia

valori espressi in Euro



Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari

Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus

Via L. da Viadana, 5 - 20122 Milano - tel. 02 58.32.50.28 - fax 02 58.31.58.56

SALTO 72

LA TROMBOSI È UN NEMICO CHE POSSIAMO COMBATTERE INSIEME

Ho scelto di diventare:

<input type="checkbox"/> Socio Ordinario € 20	<input type="checkbox"/> Socio Benemerito € 300
<input type="checkbox"/> Socio Sostenitore € 60	<input type="checkbox"/> Nuovo <input type="checkbox"/> Rinnovo

I contributi possono essere versati utilizzando:

- ★ Conto corrente postale n. 50294206
- ★ Assegno bancario non trasferibile intestato a ALT - Onlus
- ★ Bonifico bancario Banca Popolare Commercio & Industria Ag. 4 - Milano
IBAN: IT 38 V 05048 01604 000000013538
- ★ Carta di credito:
 - telefonando al numero **02 58.32.50.28**
 - sul sito **www.trombosi.org** con una donazione online

Avrò diritto a ricevere SALTO in abbonamento postale a questo indirizzo

Nome Cognome _____

Via _____ N. _____

CAP _____ Città _____

Provincia _____ Età _____ Telefono _____

I contributi devoluti ad ALT (ad esclusione delle quote associative) sono deducibili per le persone fisiche e per le persone giuridiche nel limite del 10% del reddito complessivo dichiarato e nella misura massima di 70.000 euro all'anno, come previsto dal D.L. n° 35 del 14/03/2005.

In ottemperanza al TESTO UNICO PRIVACY (D.lgs.n.196/2003), Le ricordiamo che i Suoi dati anagrafici sono registrati all'interno dei nostri database a seguito di un Suo esplicito consenso. La nostra informativa privacy, insieme all'elenco aggiornato dei responsabili e ai diritti d'accesso dell'interessato, è pubblicata sul nostro sito Internet www.trombosi.org, nella sezione Informativa.

XXIV Trofeo



CALENDARIO GARE 2012

• 19/02	Circolo Golf Is Molas	CA
• 04/03	Green Club Lainate	MI
• 31/03	Il Laghetto Golf Club	MI
• 01/04	Golf Club Menaggio & Cadenabbia	CO
• 09/04	Circolo Golf Villa d'Este	CO
• 18/04	Golf Club Monticello	CO
• 21/04	Golf Club Biella	BI
• 01/05	Golf Club Milano	MB
• 02/06	Terme di Saturnia Golf Club	GR
• 07/06	Circolo Golf Bogogno	NO
• 05/07	Golf Club Punta Ala	GR
• 07/07	Golf Feudo di Asti	AT
• 07/07	Barlassina Country Club	CO
• 14/07	Molinetto Country Club	MI
• 29/07	Country Club Castelgandolfo	RM
• 13/10	Circ. di Campagna Zoate G. C.	MI
• 21/10	Pevero Golf Club	SS
• 01/11	Franciacorta Golf Club	BS
• 01/11	Croara Country Club	PC
• 04/11	Il Picciolo Golf Club	CT
• 04/11	Golf Club Alpino di Stresa	VB
• 04/11	Golf Marco Simone	RM
• 04/11	Riviera Golf Club	RN
• 10/11	Circolo Golf Margara	AI
• 25/11	Golf Club Vigevano	PV
• 01/12	Asolo Golf Club	TV
• dicembre	San Domenico Golf	BR
• da scegliere	Circolo Golf Ca' degli Ulivi	VR

Golf è prevenzione e salute!

18 BUCHE STABLEFORD 2 o 3 CATEGORIE

Premi: 1°-2° Netto per categoria - 1° Lordo - 1° Lady - 1° Senior



Associazione per la Lotta alla Trombosi
e alle malattie cardiovascolari
1987-2012

ringrazia:



I CIRCOLI

DIMENSIONI INFISSI

ART&DIL srl

DARIO BERTE



LADY
GOLF



PER INFORMAZIONI

ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus
Via Lva Viadana, 5 - 20122 Milano - Tel 02 58 32 50 28 - Fax 02 58 31 58 56
alt@trombosi.org - www.trombosi.org - Codice Fiscale: 97052680150