



## Associazione Stomizzati Toscana

c/o: ISPRO - via Cosimo il Vecchio, 9  
50139 – Firenze – 055 32 69 78 04



www.astos.it

info@astos.it

338 766 49 51

NOTIZIARIO 4

## **INVERNO 2023/24: INIZIATIVE IN PROGRAMMAZIONE**

**occasioni e suggerimenti per superare difficoltà e migliorare la propria qualità di vita.**

L'associazione di pazienti ha l'obiettivo di difendere i nostri diritti ma non solo. Oltre al contributo di medici specialisti e di operatori sanitari come i nostri preziosissimi stomaterapisti, l'associazione vuole offrire occasioni di incontro anche per parlare o segnalare problemi e difficoltà.

Parlare con chi ha vissuto gli stessi problemi e difficoltà, confrontare le soluzioni trovate e capirle è un modo concreto per superare gli ostacoli che si possono incontrare. Questo è lo scopo anche delle nostre iniziative. Occasioni per l'approfondimento delle nostre problematiche, ma anche momenti di socializzazione e di confronto. Con questo spirito ti aspettiamo il 2 dicembre per trascorrere un pomeriggio insieme che si concluderà con una piccola gara solidale per premiare la migliore torta che avremo assaggiato! Monica Sgherri

**IPAAB IL FULIGNO sala della chiesa**

**Firenze – via Faenza, 45**

**SABATO 2 DICEMBRE**

**ORE 15,00**

**VIVERE BENE CON LA STOMIA**

**PICCOLI E GRANDI PROBLEMI**

**PARLANDONE INSIEME SI SUPERANO**

**MERENDIAMO**

**SFIDA DI ASSAGGIO**

**PREMIO ALLA TORTA MIGLIORE**

**INIZIATIVE IN CALENDARIO**

**PROGRAMMA DEFINITIVO**

SU [WWW.ASTOS.IT](http://WWW.ASTOS.IT)

**SABATO 24 FEBBRAIO – ORE 10**

**PREVENIRE LE COMPLICANZE:**

**PERCHE', COME, QUANDO**

**CON IL CONTRIBUTO DI COLOPLAST**

**SABATO 23 MARZO – ORE 10**

**SENTIRSI BENE NELLA PROPRIA PELLE:**

**MEGLIO PREVENIRE O CURARE?**

**CON IL CONTRIBUTO DI DANSAC-HOLLISTER**

**SABATO 13 APRILE – ore 10**

**ASSEMBLEA SOCI ASTOS**

**APPROVAZIONE BILANCIO 2022**

**BUFFET A FINE INIZIATIVE**



**Patto per un  
nuovo welfare  
sulla non  
autosufficienza**

***Ignorate 10 milioni di persone  
Sono gli anziani non autosufficienti,  
3,8 milioni di persone in Italia, e chi  
quotidianamente li assiste***

“L’Italia non ha bisogno di riformare l’assistenza agli anziani non autosufficienti: è quello che si evince dalla Legge di Bilancio appena varata per il 2024 dal Governo che, sulla scorta delle prime bozze circolanti, sembrerebbe ignorare completamente questo ambito del welfare. .... - la realtà del nostro Paese è ben altra”. ***È quanto dichiarano le realtà che aderiscono al Patto per un Nuovo Welfare sulla Non Autosufficienza, una rete che riunisce 57 tra associazioni e organizzazioni della società civile coinvolte nell’assistenza e nella tutela degli anziani non autosufficienti.***

“A marzo – prosegue il Patto - è stata approvata la legge di riforma dell’assistenza, un provvedimento atteso da 25 anni che potrebbe finalmente rappresentare la svolta. Purtroppo, però, la Legge di Bilancio non prevede alcuna misura per cominciare a tradurla in pratica. I condivisibili obiettivi della riforma – semplificazione, domiciliarità, residenzialità di qualità – rischiano di rimanere solo parole sulla carta, accrescendo la frustrazione dei tanti coinvolti. Al contrario, il Patto per un Nuovo Welfare sulla Non

## **LEGGE DI BILANCIO, PATTO NON AUTOSUFFICIENZA:**

Autosufficienza aveva proposto di sfruttare la Legge di Bilancio per avviare un Piano di Legislatura che attuasse progressivamente la riforma, con una proposta che secondo le nostre stime avrebbe anche un costo sostenibile per le casse dello Stato, pari a 1 miliardo e 306 milioni di Euro nel 2024. L’idea era, infatti, quella di dedicare la Legislatura a costruire un welfare migliore per gli anziani e loro famiglie. Tuttavia, la Legge di Bilancio sembrerebbe indicare che questo non sia necessario”.

“Noi del Patto per un Nuovo Welfare sulla Non Autosufficienza – concludono le organizzazioni - restiamo, invece, convinti che questo immobilismo non sia più tollerabile e che sia necessario agire senza indugi per iniziare a dare sollievo alle pressanti necessità delle persone che vivono la disabilità, portando avanti un progetto che punti a costruire il futuro ed a fornire risposte concrete. Per questo motivo il 24 ottobre promuoveremo un dibattito con le istituzioni politiche per condividere proposte ed azioni volte a riportare sul tavolo del Governo la riforma, trovando rimedio allo stallo indotto dall’attuale testo della manovra Finanziaria”.

Ringraziamo Fabio, per il contributo dato all’Associazione in ricordo di sua madre Caterina Nesi che da poco ci ha lasciato.

## **SANITA' TOSCANA EVITIAMO LE CODE**

Sicuramente tutti noi abbiamo molti ricordi su lunghe ore di fila la mattina per farsi le analisi del sangue. Ad esempio, a Firenze, alla piastra di Careggi, la coda iniziava a sportelli chiusi, alle 6.00 di mattina per essere tra i primi davanti alla porta di ingresso, poi preso il numerino continuava fino alle 9 e/o 10 e finalmente la colazione.

Ora tutto questo, è superato: giorno, orario, presidio ospedaliero si scelgono on line .

Si può prenotare, spostare o annullare la prenotazione, anche per le prestazioni specialistiche. La ricetta medica è indispensabile.

Condizione indispensabile per prenotare on line :

Ricetta elettronica e codice fiscale

## **IL FASCICOLO SANITARIO LA TUA SALUTE SEMPRE CONSULTABILE**

[fascicolosanitario.regione.toscana.it](http://fascicolosanitario.regione.toscana.it)

**Scarica APP Toscana Salute**

Un deciso miglioramento! Sempre con te, accessibile in un qualsiasi momento e aggiornata la nostra clinica con i relativi dati : vaccinazioni, referti del sangue e radiologia, ricoveri e lettera di accesso e dimissione al pronto soccorso, prescrizioni specialistiche farmaceutiche e farmaci erogati, eventuali esenzioni per patologia. Con il consenso sarà accessibile ai medici del SS.NN .

## **PER PRENOTARE VISITE SPECIALISTICHE E PRESTAZIONI**

- on line: [prenota.sanita.toscana.it](http://prenota.sanita.toscana.it)
- . con la APP Toscana Salute
- . con la APP OPEN TOSCANA
- . per telefono CUP - di persona agli sportelli

## **PER ACCEDERE**

Tessera sanitaria attivata,  
o carta di identità elettronica  
o credenziali spid

## **STOMIA: FA SEMPRE BENE UNA RINFRESCATINA**

Voglio ricordare a chi, magari stomizzato da molto tempo, gradisce una “rinfrescatina” sui punti focali da tenere presenti ma su cui spesso si tende, pian piano, a soprassedere.

**Nell'igiene quotidiana utilizzare solo ed esclusivamente sapone neutro** o meglio leggermente acido, da sciacquare con cura.

**NON cedere mai alla tentazione di “sgrassare” la pelle** con alcol, etere, o altro. Se il problema è aumentare la tenuta del presidio che tende a staccarsi non è questo il modo di risolverlo anzi se ne creeranno sicuramente altri.

**Evitare di infagottarsi in pannoloni, telini e cerate** per controllare le eventuali infiltrazioni. Rimanere giorni e giorni avvolti in strati impermeabili espone al serio rischio di sviluppare delle infezioni fungine della pelle definite proprio “micosi da pannolino”.

**la stomia non è una** ferita. Per l'igiene dello stoma, il materiale sterile, ad esempio le garze, sono una spesa inutile, i materiali più adatti sono: Panno carta, acqua potabile e sapone delicato.

**La persona con stomia non necessita di restrizioni alimentari specifiche** basta ricordarsi che alcuni alimenti influiscono sull'odore e questo può creare fastidio al momento di scaricare la sacca. Ricordiamo fra questi asparagi (cfr urostomia), ortaggi crociferi (broccoli, cavolfiore, cavoletti di Bruxelles), cibi affumicati e cipolle in quantità, ecc.

**anche se ve lo avranno detto fino alla nausea: bere, bere, bere.** (cfr urostomia e ileostomia) Almeno 1 litro e mezzo di acqua o altre bibite, tè, tisane, succhi di frutta. Ma anche aumentare la quantità di frutta consumata nella giornata aiuta: una fetta di cocomero in estate è un toccasana! Questo vi permette di diminuire drasticamente il rischio di contrarre infezioni urinarie.

**Parlare con qualcuno di un problema è per metà una soluzione** Infine ricordate che nell'Associazione troverete la possibilità di condividere il vostro vissuto.. *Vita Calandrino*

## **PAYBACK: FAIS**

### **SCRIVE ALLA PREMIER MELONI**

**Un testo semiserio del presidente FAIS per fotografare la situazione critica nel settore DM.**

Gentilissimo presidente Giorgia Meloni, abbiamo una richiesta da farle: lei che può cerchi di eliminare il #payback nel settore dei dispositivi medici. La richiesta è palesemente interessata perché da quando tiene banco questa situazione le aziende non erogano più contributi alle associazioni pazienti. Pensi che noi quest'anno abbiamo inviato provocatoriamente una lettera alle aziende che ci supportano regolarmente alle quali comunicavamo la nostra decisione di rinuncia al loro contributo 2023 per aiutarli ad affrontare gli esiti del #payback. Era un testo ironico, ma ci hanno preso talmente sul serio che non hanno avuto nemmeno la forza di fare una donazione a loro piacimento, come era stato suggerito a fine lettera, per supportare comunque l'attività ordinaria della mia associazione. Sicuri di un suo interessamento la saluto cordialmente.

Pier Raffaele Spina, presidente FAIS. Odv.

## **SIGLATO PROTOCOLLO INTESA**

### **FAIS - PALINURO**

**Alleanza tra associazioni per tutelare diritti persone incontinenti e stomizzate interessate da neoplasie uroteliali.**

Siglato un protocollo d'intesa tra le due associazioni che va a rafforzare le sinergie con altre realtà associative che operano in settori comuni. I presidenti delle due associazioni hanno ribadito la necessità di far convergere gli sforzi a livello nazionale per:

Promuovere attività comuni per ridurre le disuguaglianze presenti sul territorio nazionale Implementare progetti di informazione e comunicazione per sensibilizzare la comunità

Organizzare eventi e attività aperte al pubblico per sensibilizzare l'opinione pubblica

Promuovere e realizzare rilevazione dati e studi specifici

Coinvolgere i membri delle due associazioni nella realizzazione di attività di rappresentanza ai diversi livelli istituzionali

Collaborare con altre organizzazioni, istituzioni ed enti pubblici per il raggiungimento degli obiettivi comuni

Tutti obiettivi ambiziosi che però costituiscono azioni fondamentali per portare i temi comuni all'attenzione di un pubblico più vasto al fine di provare a cambiare un sistema che ancora oggi non garantisce un'assistenza adeguata sui territori.

## **L'ASSOCIAZIONE SIAMO NOI**

### **ISCRIVITI AD ASTOS**

### **RICORDATI DI RINNOVARE**

### **L'ISCRIZIONE**

**QUOTA ASSOCIATIVA EURO 20**

Conto Postale ccp 15833767

OPPURE Banco Posta

IBAN IT 35Y0760102800000015833767

**SCARICA IL MODULO SU [www.astos.it](http://www.astos.it)  
COMPILA, SCANNERIZZA O FOTOGRAFA  
E RIMANDA A [info@astos.it](mailto:info@astos.it)  
o per WZ 3387664951**

**CON L'ISCRIZIONE,**

**RICHIEDI LA TRAVEL CARD**

**(tessera di viaggio scritta in 4 lingue) .**

**Per richiederla: [www.astos.it](http://www.astos.it)**

**5X1000 : C.F. 94088470482**