

Dal 1987 al fianco
dei celiaci e delle loro famiglie
in provincia di Trento





Dal 1987 siamo il punto di riferimento per i celiaci in provincia di Trento

L'Associazione Italiana Celiachia del Trentino, membro della federazione AIC, aumenta di anno in anno il proprio impegno per fornire informazione e sostegno ai celiaci e alle loro famiglie, in un dialogo costante con le istituzioni e le associazioni di categoria per la salvaguardia dei diritti dei celiaci.

Lo facciamo perché la celiachia è una cosa seria. La mancata diagnosi o un'alimentazione non corretta possono creare gravi danni!

Cos'è la celiachia?

La celiachia è un'inflammatione cronica dell'intestino tenue, scatenata dall'ingestione di glutine in soggetti geneticamente predisposti. Il glutine è la frazione proteica contenuta in alcuni cereali, quali frumento, farro, spelta, orzo e segale.

L'incidenza nella popolazione mondiale è stimata in un soggetto ogni 100 persone: in Italia i celiaci potenzialmente sarebbero circa 600.000, ma ad oggi poco più di un terzo è stato diagnosticato.

La celiachia colpisce di più le donne rispetto agli uomini (con un rapporto di 2:1) e ogni anno vengono effettuate 10.000 nuove diagnosi con un incremento annuo che si aggira intorno al 10%.

Attualmente la dieta senza glutine è l'unica terapia che garantisce al celiaco un perfetto stato di salute. Infatti l'assunzione di glutine, anche in piccole quantità, può provocare gravi conseguenze a lungo termine.

Basta veramente poco per star male: meno di 20 parti per milione di glutine; quindi non basta che un prodotto sia naturalmente privo di glutine, ma bisogna prestare attenzione anche alle possibili contaminazioni durante stoccaggio, preparazione e servizio dei cibi.

Ti siamo sempre vicini per darti le informazioni giuste

Se hai bisogno di noi, trovarci è facile. Le nostre risorse sono a tua disposizione.

Sportello informativo

È a disposizione per rispondere a tutte le richieste, sia presso la sede che all'indirizzo info@aictrentino.it

Spazio ascolto

Specie all'inizio, può risultare difficile adeguare le proprie abitudini alle nuove esigenze da neodiagnosticato. Per fornire aiuto, offriamo colloqui individuali e percorsi di mutuo aiuto (il servizio è riservato agli associati).



Materiale informativo

La rivista **Celiachia Notizie**, inviata gratuitamente ai soci, esce tre volte all'anno per fare il punto sui grandi temi della celiachia. Abbiamo creato anche depliant e libretti ricchi di informazioni, consigli e ricette. Puoi trovarli presso la nostra sede o scaricarli dal sito.

Video di sensibilizzazione

Sul nostro canale YouTube puoi trovare il cartone **La mia vita con Sglut**, oltre a spot, video di ricette, incontri, tavole rotonde e molto altro.

Momenti di informazione e socializzazione

Ogni anno offriamo vari incontri informativi sia online che in presenza dedicati alla cittadinanza, e momenti di socializzazione per grandi e piccini riservati agli associati.



Ce la mettiamo tutta per permetterti di mangiare cibi buoni e sicuri

Per un celiaco le difficoltà maggiori iniziano quando si siede a tavola, per questo siamo attenti a sostenerti in tutte le situazioni critiche.

Corsi di cucina

Uno dei maggiori ostacoli che il celiaco si trova a dover superare in cucina riguarda l'utilizzo delle farine. Quelle senza glutine sono infatti varie e molto diverse tra loro a seconda della miscela di cereali consentiti da cui sono composte. L'assenza di glutine rende inoltre diversa la lavorazione e la coesione dell'impasto a cui si è solitamente abituati. Con i nostri consigli potrete ottenere pane e pizza gustosi come quelli tradizionali: la nostra Associazione organizza periodicamente corsi pratici di cucina sia di base che avanzati per cimentarsi in ricette più complesse.



Alimentazione Fuori Casa

Il programma **Alimentazione Fuori Casa** nasce dall'esigenza di creare un Network di locali informati sulla cucina senza glutine, a cui i celiaci possano rivolgersi in sicurezza e con serenità. Le strutture aderenti devono frequentare un corso di informazione base a cui fanno seguito incontri informativi nelle singole strutture a cura dei nostri Tutor volontari. Il percorso si conclude con la firma di un protocollo che segna l'ingresso della struttura nel Network; successivamente vengono eseguiti monitoraggi periodici per controllare il rispetto delle indicazioni fornite.

I **Tutor AiC** rimangono sempre a disposizione della struttura per qualsiasi dubbio o necessità di chiarimento. I locali interessati al programma possono trovare maggiori informazioni sul nostro sito, dove è possibile scaricare anche la scheda per essere invitati ad uno dei nostri corsi di informazione.

Informazione specifica per le mense scolastiche

A partire dalla Scuola dell'Infanzia, in tutte le scuole della provincia gli alunni celiaci **hanno diritto ad un pasto senza glutine** equivalente a quello tradizionale. Ai genitori non deve essere richiesto di portare alcun alimento a scuola.

La nostra responsabile è a disposizione per tutte le richieste di informazione da parte del personale e per offrire supporto ai genitori nel caso di problemi o errori nella somministrazione dei pasti senza glutine.

Puoi inviare una mail: info@aictrentino.it



Manifestazioni

La collaborazione della nostra Associazione con svariate manifestazioni enogastronomiche e non solo, ha prima di tutto lo scopo di mettere gli organizzatori nelle condizioni di offrire menù senza glutine e quindi di favorire la partecipazione anche a chi purtroppo spesso rimane escluso da questo tipo di eventi.

La nostra presenza è inoltre occasione per sensibilizzare tutti i partecipanti sulla nostra realtà.

Stai organizzando una manifestazione e vorresti offrire un menù senza glutine? Contattaci ed i nostri Tutor AFC ti daranno tutte le informazioni per poterlo fare in tutta sicurezza!



Lavoriamo per un futuro migliore mettendo la scuola al primo posto

Dalla scuola dell'infanzia all'università, il nostro impegno è costante per informare e sensibilizzare le nuove generazioni

In fuga dal glutine

Rivolto all'ultimo anno delle Scuole dell'Infanzia e alle Scuole Primarie, il progetto intende presentare la celiachia come una delle molteplici differenze con cui i bambini si trovano a contatto, in una realtà sempre più multietnica e differenziata.

Accanto alle intolleranze alimentari vengono quindi prese in considerazione le particolari esigenze dovute a motivi personali o religiosi, attraverso un intervento educativo volto a mostrare ai bambini come queste non siano una minaccia, ma uno stimolo per prestare attenzione e comprendere l'unicità di ciascuno. Il progetto si compone di due momenti, uno informativo rivolto ai docenti delle classi interessate e uno di gioco in cui **si stimola la partecipazione sia a livello cognitivo che emotivo.**



**“Vuoi portare il progetto nella tua scuola?
Sul nostro sito puoi scaricare il libretto con la presentazione del progetto e le indicazioni con cui i docenti possono richiederlo**

Informazione alle scuole alberghiere

Per i celiaci la possibilità di mangiare fuori in tutta tranquillità e sicurezza, potendo scegliere da menù analoghi a quelli classici, è ancora tutt'altro che scontata. Nonostante la celiachia sia più conosciuta che in passato, negli addetti alla ristorazione spesso manca ancora la sensibilità e l'attenzione necessaria per fornire un servizio di qualità.

Per cercare di migliorare questa situazione **AIC Trentino** continua a dedicare le proprie energie ad un progetto che prevede **corsi di informazione**

e pratici dedicati agli studenti delle scuole alberghiere, in modo da investire sui professionisti di domani.

Una prima parte si focalizza sulla contaminazione e sulle procedure da adottare per lo stoccaggio degli alimenti, preparazione e servizio in tavola.

La parte pratica è invece mirata a far acquisire dimestichezza con tutte le preparazioni che il celiaco fatica maggiormente a trovare nei locali: pane, pasta fresca, dolci...

Premio alla migliore tesi sulla celiachia

Lo studio della celiachia e delle problematiche ad essa connesse è fondamentale per migliorare la qualità della vita dei celiaci. Per questo motivo, grazie al generoso lascito di una nostra simpatizzante, Alda Waldner, AIC Trentino ha creato un **premio** che ogni anno verrà attribuito alla **tesi sulla celiachia** più meritevole.



Per continuare la nostra attività abbiamo bisogno del tuo aiuto!

Se vuoi sostenerci, hai molti modi per farlo:

- Associandoti potrai aiutare a finanziare le nostre attività e darai alla nostra associazione maggiore peso in ambito istituzionale.
- Collaborando come volontario ci aiuterai nella sensibilizzazione sui temi della celiachia, ad aumentare l'offerta di menù sicuri nella ristorazione e la nostra presenza ad eventi e manifestazioni.
- Puoi aiutarci anche con il cinque per mille! Non costa nulla e contribuirà a sostenere la ricerca scientifica e dei progetti che AIC porta avanti per migliorare la qualità della vita dei celiaci e delle loro famiglie. Trovi tutte le indicazioni sul nostro sito.



Associazione Italiana Celiachia Trentino

Via Bolghera, 9 - 38122 Trento

Telefono 0461 391553

info@aictrentino.it

[**www.aictrentino.it**](http://www.aictrentino.it)



www.aictrentino.it