

Conoscere la celiachia tramite corsi di formazione e incontri: aperte iscrizioni all'AIC

VARESE, 2 dicembre 2019-Ricevere il **Prontuario AIC degli Alimenti** e la guida che permette di trovare in tutta semplicità le strutture aderenti al **progetto Alimentazione Fuori Casa**, usufruire di **sconti e agevolazioni** presso attività convenzionate e accedere all'**applicazione AIC mobile** da tre dispositivi diversi.

Sono solo alcuni dei buoni motivi per iscriversi all'**Associazione Italiana Celiachia Lombardia**, realtà che da oltre 40 anni è al fianco dei celiaci che vivono in Regione. Nata nel **1979** dall'iniziativa di un gruppo di genitori, medici e operatori sanitari che decisero di affrontare insieme la celiachia, la Onlus conta oggi **49 volontari distribuiti su tutto il territorio** e, stando alle ultime cifre, **oltre 5.000 associati**. Tra le attività messe in campo da AIC Lombardia rientrano, inoltre, l'implementazione del **progetto Alimentazione Fuori Casa** che permette a chi convive con la Spiga Barrata di mangiare fuori casa in tutta tranquillità, numerosi **incontri informativi** nelle scuole, **pubblicazioni** per grandi e piccini ideate per fare cultura sulla celiachia, la campagna realizzata con il duo di youtuber "The Coniugi" nonché **eventi** conviviali e manifestazioni podistiche.

"Iscriversi ad AIC Lombardia non solo consente di accedere a tanti vantaggi, ma permette anche di sostenere l'associazione – spiega **Isidoro Piarulli**, presidente di AIC Lombardia – Grazie a questo contributo, infatti, siamo in grado di portare avanti svariate iniziative sul territorio, attività che possono davvero fare la differenza per i 36.500 celiaci

diagnosticati che risiedono in Lombardia. Per iscriversi bastano meno di 11 centesimi al giorno: la quota associativa annuale è, infatti, di 40 euro. Si tratta di un piccolo contributo, ma che rende possibili iniziative che aiutano a migliorare la qualità di vita di tutte le persone celiache che vivono nella Regione con più diagnosticati in Italia”.

Tra le attività di AIC Lombardia spicca l'implementazione del network **Alimentazione Fuori Casa**, ideato per rispondere al bisogno dei celiaci di mangiare in tutta sicurezza fuori dall'ambiente domestico. Attualmente, il network vanta in Lombardia quasi **440 locali informati** e, con una **crescita complessiva del 20% nel biennio 2016-2018**, può ritenersi un modello a livello nazionale. Nel progetto rientrano anche i **corsi tenuti periodicamente dall'associazione** con lo scopo di informare gli operatori delle strutture AFC: solo nel 2018 sono stati 25, oltre 2 al mese.

Sempre nell'ottica di migliorare l'accoglienza del celiaco in ristoranti, bar, hotel e altre strutture del settore turistico, AIC Lombardia organizza **lezioni a tema celiachia presso le scuole alberghiere della Regione**. Il progetto è attivo da oltre 10 anni e in questo arco di tempo ha interessato **123 classi e quasi 2500** futuri operatori di servizi di enogastronomia, sala, vendita e accoglienza turistica. Per i bambini è stato pensato, invece, **“Non solo glutine...”** che raggiunge attualmente quasi **50 classi l'anno** tra scuole dell'infanzia e primarie, **coinvolgendo la quasi totalità delle ATS lombarde**. L'obiettivo dell'iniziativa è migliorare il benessere nell'ambiente scolastico, aiutando i bambini celiaci a sentirsi più coinvolti e compresi nelle loro esigenze. Tanto il progetto scuole alberghiere quanto **“Non solo Glutine...”** raggiungono capillarmente gli studenti della Regione e hanno coinvolto fino ad oggi **12.000 tra bambini e ragazzi**. L'impegno di AIC Lombardia Onlus nelle scuole si esprime anche attraverso la **realizzazione di pubblicazioni** ideate per aiutare genitori e insegnanti ad

accogliere al meglio il bambino celiaco.

Fra le iniziative che hanno contrassegnato quest'anno, merita una menzione particolare la collaborazione con il duo di youtuber **The Coniugi** che ha portato alla pubblicazione di un video che in un solo mese ha collezionato **quasi 100 mila visualizzazioni**. Caratterizzata da un linguaggio scanzonato e da un approccio leggero, AIC Lombardia ha scelto questa campagna con l'intento di affrontare il tema della celiachia con un sorriso e aiutare i suoi soci a viverla con più serenità.

Grande importanza è ricoperta, inoltre, dagli **eventi sul territorio**, una preziosa occasione di incontro: nel corso del 2019 sono stati una decina i **pranzi o cene conviviali** organizzati in diverse province lombarde, da Brescia a Lecco, passando per Como, Mantova, Sondrio e Varese. La Onlus, con il fondamentale sostegno dei suoi volontari, ha poi preso parte a numerose **manifestazioni podistiche**, come la Milano Marathon, con desk informativi e punti di ristoro gluten free, che hanno permesso anche agli atleti celiaci di poter gustare uno snack lungo il percorso. Al fine di fare cultura sulla celiachia attraverso lo sport, l'associazione si è fatta promotrice del torneo **"Un calcio alla celiachia"** che nel giugno scorso ha visto scendere in campo in provincia di Mantova le formazioni di altre AIC regionali e squadre locali in una giornata all'insegna dell'allegria e delle sportività. Al torneo hanno preso parte anche due glorie locali: il portiere Alessandro Micai e il vicecampione mondiale Roberto Boninsegna.

Infine, AIC Lombardia è sempre a disposizione dei soci per **fornire consigli nutrizionali**, un servizio prezioso **ritenuto utile da 8 persone su 10** secondo quanto emerge da un'indagine condotta dall'associazione stessa. Anche il **variegato ricettario** disponibile sul sito di AIC Lombardia può rivelarsi uno strumento particolarmente efficace per semplificare la vita del celiaco, fornendo nuovi spunti per

dilettarsi ai fornelli scoprendo che senza glutine non significa affatto senza gusto. Non solo, la Onlus **non dimentica l'ambiente**: da qualche anno è infatti possibile richiedere di non ricevere le copie cartacee del Prontuario e della guida AFC, consultandole in digitale tramite l'applicazione AIC Mobile. Una **scelta consapevole** che permette di evitare gli sprechi e schierarsi dalla parte del Pianeta.

Dopo le tante attività dell'anno del suo quarantennale, l'associazione non si ferma e ha già fissato gli **obiettivi per il 2020**: nuovi dépliant e schede informative per guidare il celiaco alla scoperta della malattia, più ricette da pubblicare sul sito e sui social da realizzare insieme ai ragazzi delle scuole alberghiere, agli chef e ai food blogger e un numero maggiore di incontri sul territorio così da avvicinarsi ulteriormente ai soci.