

Perché vogliamo che un giorno il diabete non abbia più potere di decidere della vita di nessuno.

DONA ORA

- con la tua tessera sostenitore "Ci sono anch'io"
- con una donazione per un'occasione speciale
- per ricordare una persona cara
- con una donazione singola o regolare
- con un lascito o un legato

BANCA PROSSIMA S.p.A
IBAN: IT 51 E 03359 01600 100000063265

BOLLETTINO c/c postale 1030340093 intestato a: ASSOCIAZIONE DIABETE ROMAGNA

Indica sempre la tua anagrafica e il tuo codice fiscale. Potremo ringraziarti e potrai godere dei benefici fiscali previsti.

DIVENTA VOLONTARIO

- regala qualche ora del tuo tempo
- organizza un evento (cena, serata, concerto, evento sportivo di beneficenza).

DONA IL TUO 5x1000

Scrivi nella tua dichiarazione dei redditi il codice fiscale dell'Associazione 92008070408 nel riquadro "Onlus Volontariato".

DILLO A UN TUO AMICO

Chiedi ad un amico di sostenerci.

È il tuo sostegno che porta il sorriso a chi vive con il diabete ogni momento. **Grazie!**



Giornata Mondiale del Diabete

L'associazione Diabete Romagna Onlus promuove la sensibilizzazione sul diabete e sostiene il percorso di vita di bambini, adulti e persone non autosufficienti con diabete, affinché il diabete non rappresenti mai un ostacolo al mantenimento della salute e alla realizzazione personale di chi convive ogni giorno con questa delicata patologia.

Ti aspettiamo nelle piazze e centri commerciali della Romagna!

Associazione Diabete Romagna

Forlì - Cesena - Cesenatico
Savignano - Rimini - Riccione

mob. 388 1613262

info@diabeteromagna.it

www.diabeteromagna.it

ONLUS
DIABETE
Romagna
"la Zuppa che fa del bene"



Con questo prodotto solidale sostieni progetti a favore di adulti e bambini con diabete

Continua ad aiutarci!

Donna il tuo 5x1000 a Diabete Romagna Onlus

Perché vogliamo che un giorno il diabete non abbia più potere di decidere della vita di nessuno.

“Un bambino con diabete matura in fretta. Deve essere più adulto dei suoi coetanei, se vuol fare le stesse cose che fanno loro, insieme a loro. Deve comportarsi in modo diverso per essere uguale agli altri.

Differenziamoci dall'indifferenza. Aiutiamo questi bambini ad avere sempre meno bisogno di aiuto.”

Roberto Mercadini

Zuppa Ghiotta sfiziosa

(carboidrati per persona 50 g)

Ingredienti per 6 persone:

Zuppa ghiotta:	500 g
Carote	2
Sedano	2 coste
Cipolle	1
Patate medie	2
Pomodori ramati	200 g
Aglio	1 spicchio
Brodo vegetale	lt 1
Olio extra vergine oliva	3 cucchiari
Parmigiano Reggiano:	2 croste
Rosmarino	1 rametto
Timo	1 rametto
Alloro	1 foglia
Salvia	1 rametto

Preparazione:

Mettete in ammollo i cereali in acqua fredda per 12 ore. Preparare un trito con cipolla, aglio, sedano e carote. Soffriggere il trito nei tre cucchiari di olio, aggiungere i cereali e i legumi scolati. Mescolare per un minuto e coprire con brodo vegetale. Unire i pomodori spellati e tagliati a cubetti. Grattare croste di formaggio e aggiungerle in tegame (facoltativo). Unire un mazzetto di erbe aromatiche, legandolo al manico della pentola per non sparpagliarlo. Portare lentamente a bollore la zuppa, aggiustare di sale e coprire il tegame con un coperchio. Cuocere lentamente per almeno un'ora, aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale. Mezz'ora prima della fine della cottura, aggiungere le patate sbucciate e tagliate a piccoli cubetti. A cottura ultimata, eliminare il mazzetto aromatico, aggiustare di sale se necessario, e aggiungere olio EVO. Servire in ciotole o fondine.

Zuppa di legumi e cereali con crema di zucca e ricotta

(carboidrati per persona 45-60 g)

Ingredienti per 3/4 persone:

Zuppa ghiotta:	200 g
Zucca a cubetti	500 g
Scalognò	1
brodo vegetale	qb
Erba cipollina essiccata	2 cucchiari
Ricotta salata grattugiata	qb
Crostini	qb
Olio extra vergine oliva	2 cucchiari

Preparazione:

Mettere in ammollo i cereali in acqua fredda per 12 ore. Cuocere la zucca e lo scalognò in abbondante brodo vegetale. Frullare il tutto. Aggiungere i legumi e i cereali precedentemente lavati e scolati, lasciar cuocere a fuoco medio per un'ora, aggiungere brodo al bisogno. A fine cottura aggiungere l'erba cipollina. Servire con ricotta salata, altra erba cipollina, crostini a piacere e un filo di olio crudo.

GRAZIE A TE POSSIAMO CONTINUARE AD ASSISTERE ADULTI E BAMBINI CON DIABETE

Con **25 euro** offri ad un bambino con diabete un colloquio con lo psicologo.

Con **100 euro** regali un sensore ad un bambino con diabete.

Con **15 euro** doni la consulenza gratuita di un dietista.

Con **40 euro** regali un ciclo di sedute gratuito da una podologa.

Con **50 euro** offri una visita a domicilio ad una persona con diabete non autosufficiente.

Con **300 euro** garantisci la presa in carico per un anno di un paziente con diabete non autosufficiente.