



## AVVISO

### Ordine

- ❖ Ordine: Corsi ECM
- ❖ Bacheca: annunci lavoro
- ❖ Quota iscrizione 2024

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

- ❖ Mani e piedi freddi, quali sono le cause?
- ❖ EMICRANIA: i Sintomi con cui riconoscerla
- ❖



### Prevenzione e Salute

- ❖ Qual è la Distanza ideale Casa-Ufficio? Se ci tieni alla Salute, meno di 3 km
- ❖ Menopausa: la dieta portfolio per abbassare il colesterolo
- ❖ Il Sale: scrub fai da te per piedi sensuali e perfetti



**APRIRE UNA FARMACIA  
NON È MAI STATO COSÌ  
FACILE**

maggiori info su  
[farmavesuvio.it](http://farmavesuvio.it)

Proverbio di oggi.....

**Sorridi la Felicità parte sempre da Te**

## Qual è la Distanza ideale Casa-Ufficio? Se ci tieni alla Salute, meno di 3 km

*Stress, sovrappeso, insonnia: uno studio svedese sullo stile di vita dei pendolari dimostra che la salute psicofisica dipende anche dalla lunghezza del tragitto da percorrere per andare in ufficio.*

**Stai pensando di cambiare lavoro o di trasferirti?** Occhio alla distanza che dovrai percorrere per andare in ufficio, perché non sono solo i lavori sedentari a causarci problemi di salute ma anche quelli che ci costringono a fare i pendolari. Lo ha dimostrato uno studio svedese che ha indagato sulla **correlazione tra la distanza casa-ufficio** e lo **stile di vita**. Risultato?

- ✓ Più aumenta la distanza da percorrere per arrivare al lavoro, più aumenta il rischio di essere in sovrappeso, di essere sotto stress e di dormire male.

**MENO TEMPO PER LO SPORT.** Dalla ricerca è emerso che quando la distanza casa-ufficio superava i 3 Km, i pendolari avevano problemi di sovrappeso, erano più stressati e avevano carenza di sonno.

E ancora più a rischio erano coloro che lavoravano più di 40 ore e viaggiavano per più di cinque ore alla settimana rispetto a coloro che facevano i pendolari da una a cinque ore alla settimana.

**La motivazione?** La scarsa attività sportiva. Infatti, i lavoratori che viaggiavano per meno di 3 Km erano più attivi fisicamente, probabilmente perché la minor distanza da percorrere rendeva più facile recarsi al lavoro a piedi o in bicicletta, o anche perché un tragitto più breve offriva loro più tempo libero per praticare uno sport. Insomma, se pensate di trasferirti più lontano dall'ufficio, fate anche dei conti in termini di Km e di tempo.

E puntate sulla **bicicletta**: è ecologica e salutare. (Focus)



## SCIENZA E SALUTE

## MANI e PIEDI FREDDI, QUALI SONO le CAUSE?

*Alcune persone sembrano non riuscire ad abituarsi mai al freddo, e anche quando cominciano ad alzarsi le temperature, possono sentire **freddo a mani e piedi**.*

In questi casi, potrebbe essere dovuto a **problemi di circolazione** o semplicemente all'esposizione alle basse temperature.

### **Ipersensibilità al freddo: cosa può causarla?**

Durante la stagione invernale, può essere difficile distinguere se il **freddo costante** alle mani e ai piedi sia causato solo dal clima rigido o se ci siano problemi vascolari sottostanti. Quando le **temperature scendono**, il corpo riduce automaticamente la circolazione sanguigna superficiale in alcune parti per mantenere caldi gli organi interni, una risposta fisiologica normale. Tuttavia, se le **dita delle mani** e dei piedi rimangono **ghiacciate anche al caldo**, potrebbe essere un segnale di un problema di salute che non dovrebbe essere sottovalutato, come un'**ipersensibilità al freddo**.



Tra cause dell'ipersensibilità al freddo indichiamo:

- *anemia; diabete, ipertiroidismo; alcuni farmaci;*
- *abitudine al fumo; cardiopatie; ipotensione arteriosa*

Il **Fenomeno di Raynaud** è una condizione particolare, non molto comune, in cui il microcircolo periferico si restringe eccessivamente e in modo anomalo in presenza di stimoli scatenanti come sbalzi di temperatura, emozioni intense, stress o abitudine al fumo. Questo disturbo può **alterare il flusso sanguigno** nelle zone periferiche del nostro organismo, in particolare nelle dita. Tuttavia, data la complessità dell'argomento, il Fenomeno di Raynaud merita una trattazione a parte.

### **Problemi alla circolazione, quali sono i sintomi?**

Tra i sintomi di una cattiva circolazione elenchiamo:

- *ipotermia delle estremità persistente, accompagnata spesso da **alterazioni della sensibilità**;*
- *presenza di **vene varicose**; presenza di **ulcere** agli arti inferiori;*
- *cambiamenti nel colore della pelle; **edema**, soprattutto agli arti inferiori;*
- *crampi alle articolazioni o ai muscoli;*
- *sensazione di stanchezza o dolore muscolare agli arti inferiori, che insorge durante la deambulazione, con riduzione dell'autonomia di marcia; perdita di memoria e difficoltà a concentrarsi.*

Una **visita specialistica**, spesso accompagnata da un esame ecocolordoppler, può rapidamente determinare se i sintomi riferiti sono causati da una patologia vascolare, o almeno escluderla e indirizzare il paziente verso ulteriori approfondimenti. Se la malattia non viene diagnosticata e trattata precocemente, progredisce naturalmente causando alterazioni nei tessuti a causa della riduzione del flusso di ossigeno circolante.

### **Problemi alla circolazione, cosa fare?**

Ecco alcuni consigli da seguire in caso si soffra di cattiva circolazione:

- *smettere di fumare; fare attività fisica per almeno 30 minuti al giorno; **bere molta acqua**;*
- *evitare cibi grassi e salati, seguendo una dieta sana; controllare il proprio peso;*
- *evitare prolungate posture cosiddette "a rischio", per esempio lo stare a lungo seduto con gli arti inferiori scarsamente mobilizzati;*
- *cercare di gestire lo stress; non appoggiare mai estremità fredde su fonti di calore.*

Sarà lo **specialista** a fornire tutti i consigli terapeutici, sulla base di quanto riscontrato all'esame clinico e strumentale. (*Salute, Humanitas*)

## PREVENZIONE E SALUTE

## MENOPAUSA: la Dieta portfolio per Abbassare il COLESTEROLO

Con la **menopausa** aumenta il rischio di malattie cardiovascolari, infarto e ictus, in correlazione con l'incremento del colesterolo cattivo LDL, particolarmente comune nella popolazione femminile in età avanzata.

La **dieta portfolio** punta a ridurre il colesterolo alto, come evidenziato dai risultati di recenti studi pubblicati sulla rivista *Circulation* dell'American Heart Association.

Approfondiamo l'argomento con la dottoressa Maria Bravo, biologa nutrizionista di Humanitas San Pio X.

### COLESTEROLO E PRESSIONE: PERCHÉ AUMENTANO IN MENOPAUSA

Il **colesterolo LDL**, insieme ai trigliceridi, è composto da molecole specifiche di grasso trasportate dal fegato a tutto l'organismo attraverso il sangue.

Un'eccessiva presenza di colesterolo (**ipercolesterolemia**) e trigliceridi (**ipertrigliceridemia**) nel tempo può provocare l'accumulo di grassi nelle arterie, dando luogo alla formazione di **placche aterosclerotiche**, costituendo così una minaccia per la salute cardiovascolare. L'ipercolesterolemia e l'ipertrigliceridemia sono considerate disturbi dislipidemici, rappresentando tra i principali fattori di rischio per le malattie cardiache, e possono causare *ictus e infarto*.

Le **persone di sesso femminile** traggono benefici per gran parte della loro vita dagli **estrogeni**, che esercitano un'azione protettiva sulla salute cardiovascolare favorendo la vasodilatazione delle arterie, migliorando la loro elasticità e facilitando l'assorbimento del colesterolo LDL da parte del fegato.

Tuttavia, con l'arrivo della **menopausa** e la conseguente **diminuzione degli ormoni estrogeni**, si verificano cambiamenti nei vasi sanguigni che comportano la perdita di elasticità arteriosa, con possibili conseguenze quali l'aumento della pressione arteriosa (*ipertensione*), un incremento dei livelli di colesterolo LDL e, di conseguenza, una maggiore predisposizione alla formazione di placche aterosclerotiche.

Questi cambiamenti sono spesso aggravati da una **dieta ricca di grassi saturi e grassi trans**, sovrappeso e **obesità**, inattività fisica, malattie metaboliche come il diabete, una predisposizione ereditaria all'ipercolesterolemia e il fumo di sigaretta, il quale può contribuire all'indurimento delle arterie.

### CHE COS'È LA DIETA PORTFOLIO?

Per ridurre il colesterolo alto, potrebbe essere necessario l'uso di farmaci, ma si consiglia sempre di abbinare una **dieta salutare a basso contenuto di grassi saturi** e uno stile di vita attivo.

La **dieta portfolio** è una **dieta a base vegetale** che, secondo recenti studi, ha dimostrato di abbassare significativamente i livelli di colesterolo LDL nel sangue, nonché di prevenire le dislipidemie e le malattie cardiovascolari.

Il principio della dieta portfolio non si discosta dalla dieta mediterranea, che è caratterizzata da un'ampia varietà di **vegetali, legumi e frutta**, e da un *basso consumo di carni, pesce e grassi animali*. Tuttavia, a differenza della dieta mediterranea, la dieta portfolio **esclude completamente l'assunzione di proteine animali**. La dieta portfolio si concentra sull'assunzione giornaliera di circa 2 grammi di steroli vegetali, che sono lipidi di origine vegetale presenti nella frutta secca e negli oli vegetali. Gli steroli vegetali sono noti per ridurre l'assorbimento del colesterolo e contribuire così alla diminuzione dei suoi livelli nel sangue. Oltre agli steroli, la dieta portfolio promuove un elevato consumo di fibre e cereali integrali, che aiutano a mantenere livelli ottimali di colesterolo HDL.



## DIETA PORTFOLIO: COSA MANGIARE E COSA EVITARE

Per ottenere i benefici della dieta portfolio, è essenziale consumare una varietà di alimenti vegetali come indicato, anche combinandoli tra loro, senza restrizioni particolari sulla quantità, soprattutto se si conduce uno stile di vita attivo e si pratica regolarmente attività fisica.

### Proteine di origine vegetale dai legumi

- fagioli; piselli; soia; lenticchie; fave; ceci

### Grassi da oli vegetali, con acidi grassi monoinsaturi

- semi di lino; olio extravergine di oliva; noci e altra frutta secca

### Carboidrati ricchi in fibre

- cereali integrali; orzo; avena; farro

### Fibre da frutta e verdura di stagione.

Non sono presenti nella dieta portfolio i seguenti alimenti:

- carni lavorate; insaccati; formaggi grassi, burro/strutto e prodotti che li usano
- snack confezionati salati e dolci, patatine e merendine; salse ricche di grassi
- dolci; prodotti da forno non integrali.

(Salute, Humanitas)

## PREVENZIONE E SALUTE

# IL SALE: Scrub fai da te per PIEDI SENSUALI e PERFETTI

*Un ingrediente low cost per levigarli e tonificarli a prova di sandali e infradito*

L'estate, si sa, è il tripudio di sandali, infradito e piedi nudi. Ecco quindi un **rimedio naturale a base di sale** per **pieди morbidi** e super sexy. Avete capito bene, sale. Lo avreste mai considerato un vero e proprio alleato di bellezza? Sempre presente sulla nostra tavola, mescolato con acqua o altri ingredienti, il sale vi permette di levigare e tonificare la pelle, eliminando le cellule morte e contrastandone così gli inestetismi.

**SCRUB FAI DA TE** - Mescolare mezza tazza di sale marino fino con un cucchiaino di olio d'oliva extravergine e uno di argilla, sino ad ottenere un ottimo **scrub casalingo**. Eseguite con regolarità il trattamento e in poco tempo ridarete morbidezza ai vostri piedi. Se volete estendere il trattamento alle gambe, vi consigliamo di effettuare invece uno **scrub al caffè**.



**MASCHERA DI BELLEZZA PER MANI E PIEDI** – Per dire addio alla pelle secca e screpolata dai vostri piedi, mescolate in un recipiente un cucchiaino di sale fino, un cucchiaino di sale grosso, uno di bicarbonato, uno di yogurt bianco naturale e uno di olio d'oliva extravergine. Dopo aver mescolato il tutto, massaggiare con movimenti delicati il composto sui piedi. Risciacquare con abbondante acqua tiepida e applicare la vostra crema idratante usuale.

**NON SOLO PER I PIEDI, MA ANCHE COME RIMEDIO ANTICELLULITE** – Ebbene sì, il sale contrasta anche gli effetti antiestetici della **cellulite**. Come? Provare per credere! Basterà preparare un composto a base di sale grosso e olio d'oliva extravergine, e massaggiare gambe e glutei energicamente. (Salute, Donna, Tgcom24)

## SCIENZA E SALUTE

## EMICRANIA: i Sintomi con cui riconoscerla

*L'emicrania è una patologia comune caratterizzata da un forte dolore alla testa che persiste per alcune ore o giorni, se non trattato, con grande impatto sulla qualità di vita.*

Spesso, alcuni sintomi non “dolorosi” precedono l’insorgenza dell’attacco. Ma da cosa è causata e come si presenta esattamente l’emicrania?

Ce lo spiega il professor Maurizio Versino, neurologo di Humanitas Mater Domini e dei Centri Medici Humanitas Medical Care.

### COME RICONOSCERE UN ATTACCO DI EMICRANIA?

Durante un attacco di emicrania, il sintomo principale è la **cefalea**, ovvero un dolore che colpisce la testa, che può essere preceduto da diverse fasi. È possibile che i primi sintomi si manifestino diverse ore prima dell’attacco effettivo, con sensazioni di **stanchezza e malessere** generalizzati, **irritabilità, sonnolenza** e tendenza a sbadigliare. Il dolore inizia in modo graduale; tipicamente, ma non necessariamente, è di tipo pulsante (“il cuore batte in testa”); la sua intensità è tale da interferire o, addirittura, impedire lo svolgimento delle attività quotidiane.



La durata dell’attacco può variare **da 4 a 72 ore** e, di nuovo, tipicamente, ma non necessariamente, interessa “metà testa”, da cui la denominazione di emicrania. Spesso si localizza nella **zona delle tempie e degli occhi**, ma può coinvolgere anche la regione della nuca o la cervicale, il che può erroneamente far attribuire il problema a problemi cervicali. L’emicrania si presenta con maggior frequenza nel  **Sesso femminile**, spesso insorgendo per la prima volta con l’inizio del ciclo mestruale.

Infine il dolore è peggiorato dal movimento: durante l’attacco, aspettando che l’antidolorifico faccia effetto, le persone preferiscono stare ferme.

### OLTRE AL DOLORE, QUALI SONO I SINTOMI DELL’EMICRANIA?

Uno dei sintomi di accompagnamento è la **nausea** che può arrivare, seppur raramente, fino al **vomito**. Occorre ricordare che è l’emicrania a scatenare i sintomi gastrici e non il contrario.

Durante l’attacco emicranico il paziente manifesta un’“ipersensibilità”, caratterizzata da **fastidio a luce, rumori e odori**.

In alcune persone, la cefalea è preceduta da sintomi non dolorosi che sono chiamati “**aura**”: più spesso si tratta di sintomi visivi quali non vedere o vedere delle luci in una parte del campo visivo, ma anche una alterazione della sensibilità in una parte del corpo o una difficoltà nel parlare. Questi sintomi possono durare dai 5 ai 60 minuti, sono fortunatamente reversibili, e sono seguiti dalla cefalea entro 60 minuti dalla loro fine. Infine, il mal di testa può essere seguito da una sensazione di **malessere generale**.

### QUALI SONO I FATTORI CHE SCATENANO L’EMICRANIA?

In generale si può dire che gli emicranici non amano i cambiamenti di ritmo. Nelle diverse persone questo può manifestarsi come attacchi indotti dalla carenza o dall’eccesso di sonno, di cibo, di stress. Alcuni cibi possono fungere da fattore scatenante. Nelle donne tipicamente l’emicrania risente delle variazioni ormonali.

Dato che si tratta di una patologia complessa e grave, è necessaria una **valutazione accurata** da parte di uno specialista per una **diagnosi corretta**; solo in questo modo sarà possibile seguire un trattamento mirato e personalizzato. La tempestività è fondamentale per evitare che la condizione diventi cronica e per impostare la **corretta terapia farmacologica** per il sollievo dal dolore durante gli attacchi acuti. (*Salute, Humanitas*)

# Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

## LA BACHECA

### ORDINE: ELENCO CORSI PIANO FORMATIVO ECM MESE DI GIUGNO

DATA	TITOLO	Crediti ECM	RELATORI
------	--------	----------------	----------

#### COME PARTECIPARE

#### Si può partecipare

1. in **PRESENZA** recandosi presso la sede dell'Ordine la sera dell'evento
2. a **DISTANZA**: la diretta live si può seguire in doppia modalità
  - a) collegandosi alla pagina facebook dell'Ordine  
<https://www.facebook.com/ordinefarmacistinapoli/>
  - b) collegandosi sulla piattaforma zoom al link che sarà inviato via whatsapp

Lunedì 3 Giugno h. 21.00	Donare un Organo è ridonare la VITA: Linee Guida per il Farmacista	25 CF FAD	Dott. A. Corcione Coordinatore Centro Regionale Trapianti Campania
Lunedì 10 Giugno h. 21.00	Prevenzione, Trattamento e Cura per le Patologie Gastrointestinali: Linee Guida per il Farmacista	25 CF FAD	Da confermare
Martedì 18 Giugno h. 21.00	SOS Ferite, Scottature e Ustioni: Cosa Fare in Farmacia	25 CF FAD	Prof. G. Monfrecola
Lunedì 24 Giugno h. 21.00	Diete Alimentari: Caratteristiche, Vantaggi e Svantaggi Linee Guida per il Farmacista	25 CF FAD	Da confermare

# Elenco Corsi FAD inseriti nel Piano formativo 2024 di FOFI Provider ECM.

Schema riepilogativo di alcuni degli eventi formativi fruibili sulla Piattaforma

[WWW.FADFOFI.COM](http://WWW.FADFOFI.COM)

## CORSI su [WWW.FADFOFI.COM](http://WWW.FADFOFI.COM)

ID EVENTO	TITOLO	DATA INIZIO	DATA FINE	ORE	CREDITI
388195	HERPES ZOSTER, HPV, PNEUMOCOCCO: NUOVE STRATEGIE PER CURA E PREVENZIONE	15/06/2023	14/06/2024	3	5,4
405931	RICOGNIZIONE E RICONCILIAZIONE DELLA TERAPIA FARMACOLOGICA	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
405967	MONITORAGGIO DELL'ADERENZA ALLA TERAPIA FARMACOLOGICA NEI PAZIENTI CON DIABETE TIPO 2 E SCREENING	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
405972	MONITORAGGIO DELL'ADERENZA ALLA TERAPIA FARMACOLOGICA NEI PAZIENTI CON IPERTENSIONE	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
405985	MONITORAGGIO DELL'ADERENZA ALLA TERAPIA FARMACOLOGICA NEI PAZIENTI CON BPCO	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
405997	SERVIZI DI TELEMEDICINA: AUTO-SPIROMETRIA	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
406009	SERVIZI DI TELEMEDICINA: MONITORAGGIO AMBULATORIO DELLA PRESSIONE ARTERIOSA	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
406030	SERVIZI DI TELEMEDICINA: HOLTER CARDIACO	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
406039	SERVIZI DI TELEMEDICINA: ECG	15/01/2024	14/01/2025	3	5,4
406051	SUPPORTO ALLO SCREENING DEL SANGUE OCCULTO NELLE FECI	01/03/2024	28/02/2025	3	5,4
406055	SERVIZI DI FRONT-OFFICE SERVIZIO FASCICOLO SANITARIO ELETTRONICO (FSE): ATTIVAZIONE, ARRICCHIMENTO, CONSULTAZIONE	01/03/2024	28/02/2025	3	5,4

## Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli LA BACHECA

### ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

Per segnalare disponibilità di lavoro in Farmacia e/o Parafarmacia basta inviare messaggio whatsapp

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Annuncio
Ercolano	FT/PT	farmaciasantadele@gmail.com	27 Maggio
Napoli Via Manzoni	FT/PT	351 117 5560	27 Maggio
Marano	FT/PT	329 022 5271	27 Maggio
Quarto	FT/PT	338 858 2655	27 Maggio
Calvizzano	FT/PT	337 848 031	16 Maggio
Napoli Arenella	FT/PT	farm.municino@libero.it	16 Maggio
Casoria	FT/PT	338 800 8379	16 Maggio
Casoria	FT/PT	339 525 2888	16 Maggio
Casoria	FT/PT	farmaciamandanici@yahoo.it	16 Maggio
Acerra	FT/PT	329 148 7134	13 Maggio
Pomigliano	FT/PT	333 260 6197	13 Maggio
Napoli – Centro Storico	FT/PT	393 955 1096	13 Maggio
Afragola	FT/PT	353 404 4612	07 Maggio
Napoli Rione Alto	FT/PT	farm.alsantuariosnc@libero.it	07 Maggio
Napoli Arenella	FT/PT	farm.municino@libero.it	07 Maggio
Aversa	FT/PT	338 504 3557	07 Maggio
Boscoreale	PT	331 653 4853	02 Maggio
Arzano	FT/PT	333 924 8537	02 Maggio
Napoli Chiaia	FT/PT	danilo.alfano@farmaciameo.com	02 Maggio
Napoli Fuorigrotta	FT/PT	339 450 1105	02 Maggio

# Destinazione del **5 X 1000** alla FONDAZIONE dell'Ordine dei Farmacisti della Provincia di NAPOLI

Anche per l'anno **2024** sarà possibile destinare una quota pari al **5 per mille** dell'Irpef alla Fondazione dell'Ordine dei Farmacisti della provincia di Napoli, **per valorizzare la professione del farmacista e per sostenerne tutte le attività di carattere sociale promosse dall'Ordine.**

*Devolvi il 5 x 1000 nel 730 o CUD alla Nostra Fondazione inserendo il C.F. **09571771212** sotto lo spazio indicato dalla freccia:*

**A Te non costa nulla.**

**DESTINA IL TUO 5X1000 ALLA FONDAZIONE ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI NAPOLI**



### COME DEVOLVERE:

**1.** Compila il Modulo **730**, il **CUD** o il **modello Unico**

**2.** Firma nel riquadro:

Sostegno del Volontariato e delle altre Organizzazioni **NON** lucrative di Utilità Sociale, delle Associazioni di Promozione Sociale e delle Associazioni e Fondazioni riconosciute che operano nei Settori di cui all'art. 10, C. 1, lett. A, del D.L.GS. N. 460 del 1997

**3.** Indica il Codice Fiscale: **09571771212**

**SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)**

<p><b>SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CUI ALL'ART. 10, C. 1, LETT A), DEL D.L.GS. N. 460 DEL 1997</b></p> <p>FIRMA <b>SANTAGADA VINCENZO</b></p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) <b>09571771212</b></p>	<p><b>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA E DELLA UNIVERSITA'</b></p> <p>FIRMA</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>
<p><b>FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SANITARIA</b></p> <p>FIRMA</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>	<p><b>FINANZIAMENTO DELLE ATTIVITA' DI TUTELA, PROMOZIONE E VALORIZZAZIONE DEI BENI CULTURALI E PAESAGGISTICI (SOGETTI DI CUI ALL'ART. 2, COMMA 2, DEL D.P.C.M. 28 LUGLIO 2016)</b></p> <p>FIRMA</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>
<p><b>SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' SOCIALI SVOLTE DAL COMUNE DI RESIDENZA</b></p> <p>FIRMA</p>	<p><b>SOSTEGNO ALLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE RICONOSCIUTE AI FINI SPORTIVI DAL CONI A NORMA DI LEGGE CHE SVOLGONO UNA RILEVANTE ATTIVITA' DI INTERESSE SOCIALE</b></p> <p>FIRMA</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>
<p><b>SOSTEGNO DEGLI ENTI GESTORI DELLE AREE PROTETTE</b></p> <p>FIRMA</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale)</p>	

**AVVERTENZE** Per esprimere la scelta a favore di una delle finalità destinarie della quota del cinque per mille dell'IRPEF, il contribuente deve apporre la propria firma nel riquadro corrispondente. Il contribuente ha inoltre la facoltà di indicare anche il codice fiscale di un soggetto beneficiario. La scelta deve essere fatta esclusivamente per una delle finalità beneficitarie.