

Chef e medici gastroenterologi propongono ricette
per valorizzare GUSTO e SALUTE

A cena in salute



Questa guida è disponibile presso
la Biblioteca Scientifica e per Pazienti
del CRO di Aviano

Progetto realizzato dal gruppo
Patient Education & Empowerment
del CRO di Aviano,
formato da medici, infermieri, ricercatori
e personale dell'istituto, volontari e pazienti,
che si formano e si informano a vicenda
e creano una sinergia
per migliorare i percorsi di cura.



GENTILI OSPITI,

siamo lieti di questo vostro interesse e
coinvolgimento sul tema di una sana alimentazione.

Questa occasione ha una doppia valenza:
da una parte l'aspetto informativo-divulgativo
sia per voi, che vi siete interessati al tema di
un'alimentazione sana e di un gustoso e raffinato
menù che rispetta il Decalogo del Codice Europeo
Contro il Cancro, sia per gli studenti del Centro
Turistico Alberghiero;
dall'altra il supporto che concretamente date al
Progetto RESTART, della Gastroenterologia Oncologica
Sperimentale del Centro di Riferimento Oncologico di
Aviano.

Ci auguriamo che gli spunti che vi abbiamo suggerito
possano diventare parte della vostra quotidianità.

*Il Gruppo Patient Education & Empowerment
e la SOC di Gastroenterologia Oncologica e Sperimentale
del CRO di Aviano*

MENÚ

5 *Introduzione*

Aperitivi

6 *Finocchio, mandorle, arancia e alici marinate (4,8)*

7 *Mela, noci e popcorn di fagioli cannellini (8)*

8 *Ananas, cappuccio rosso e quartirolo lombardo (7)*

Antipasti

9 *Hummus di ceci ai carciofi e tarallo integrale alla curcuma (1,8,11)*

10 *Couscous di tre cavoli con olive taggiasche e filettino di sogliola in beccafico (4)*

12 *Tagliolino di seppia con insalata di valeriana, fragole e limetta (14)*

Primi Piatti

13 *Lasagnetta croccante con ricotta fresca, mele friulane e misticanze di primavera (1,7)*

14 *Risotto carnaroli allo zafferano con polpa di rombo e crema di broccolo alle mandorle (4,7,8)*

16 *Penne di farina di lenticchie rosse al pesto di pomodori secchi e peperoni arrosto*

Secondi Piatti

18 *Filetto di sgombro al basilico su passata di datterini confit (4)*

20 *Farinata di ceci alla cipolla rossa e timo fresco
Tagliata di melanzana con champignon all'erba*

22 *cipollina, glassa di Modena e Parmigiano 30 mesi (7)*

Contorni

23 *Zucca, sedano rapa e topinambur arrosto*

Dessert

24 *Frolla al mais, cake al miele, mela e crema al timo limone (1,3,7)*

26 **Codice Europeo Contro il Cancro**

28 **Il piatto del mangiar sano di Harvard**

29 **Biblio-sitografia**

32 **Contatti**

LISTA DEGLI ALLERGENI

- | | |
|--------------|--------------------|
| 1. glutine | 8. frutta a guscio |
| 2. crostacei | 9. sedano |
| 3. uova | 10. senape |
| 4. pesce | 11. sesamo |
| 5. arachidi | 12. solfiti |
| 6. soia | 13. lupini |
| 7. latte | 14. molluschi |

AUTORE DELLE RICETTE

Alberto Bombardella, chef



Piatti realizzati dagli studenti del 4° anno
e servizio in sala curato dai ragazzi del 3° anno

"Siamo ciò che mangiamo".

Quante volte abbiamo sentito ripetere questa frase?
Quanti di noi si sono ripromessi di avere una
alimentazione più sana, trovandosi poi in difficoltà
nel momento di mettersi ai fornelli?

Grazie alla preziosa collaborazione dello
Chef Alberto Bombardella e all'entusiasmo
dei suoi studenti presso lo IAL di Aviano abbiamo
voluta tradurre le indicazioni scientifiche sulla sana
alimentazione in bellissimi e buonissimi piatti da
condividere con le persone a cui vogliamo bene.

Da qui nasce questa collezione di ricette:
modi facili per preparare piatti bilanciati
dal punto di vista nutrizionale senza in alcun
modo rinunciare al piacere che sempre ci deve
accompagnare quando ci sediamo a tavola con
la nostra famiglia o i nostri amici.
BUON APPETITO!

Dr. Stefano Realdon

FINOCCHIO, MANDORLE, ARANCIA E ALICI MARINATE

Ingredienti per 2 persone

- 1 finocchio fresco
- 50g di mandorle a fette
- 1 arancia
- 6 alici marinate
- 1 cucchiaio di olio EVO
- un pizzico di sale
- una macinata di pepe

Lavare bene il finocchio eliminando la prima foglia esterna, tagliarlo molto sottile e metterlo in una terrina con acqua, ghiaccio e succo di mezzo limone per mantenere la croccantezza.

Pelare e tagliare a cubetti l'arancia, mescolare il finocchio ben scolato, unire le mandorle e condire. Posizionare l'insalata in una piccola boule e completare con le alici marinate.



MELA, NOCI E POPCORN DI FAGIOLI CANNELLINI

Ingredienti per 2 persone

- 2 mele
- 60g di noci sgusciate
- 200g di fagioli cannellini
- 2 cucchiaini di olio EVO
- sale q.b.
- pepe nero q.b.
- spezie q.b. (es. paprika, rosmarino e timo)

Mettere i fagioli ben asciutti in una ciotola e condirli con olio extravergine di oliva, sale, pepe nero e spezie a piacere. Trasferire i popcorn di fagioli in una teglia antiaderente, tutti dovranno stare a contatto con la base, non accavallarli e, preferibilmente, non mettere sotto la carta forno, altrimenti non diventano croccanti. Cuocere i popcorn di fagioli in forno preriscaldato a 220°C per 20-25 minuti, dovranno risultare ben dorati. Tagliare a fette sottili le mele e disporle in un piatto fondo, con della misticanza, sbriciolare le noci e completare con i fagioli cannellini una volta raffreddati.



ANANAS, CAPPUCCIO ROSSO E QUARTIROLO LOMBARDO

Ingredienti per 2 persone

- mezzo ananas fresco
- 200g di cappuccino rosso
- 100g di quartirolo lombardo
- 2 cucchiaini di olio EVO
- pepe nero q.b.
- spezie q.b.

Tagliare a fette sottili l'ananas e disporle in un piatto piano. Condire il cappuccino rosso tagliato a strisce sottili con l'olio, le spezie a piacere e il succo di mezzo limone. Disporre sopra l'ananas e completare con il quartirolo a cubetti.



HUMMUS DI CECI AI CARCIOFI E TARALLO INTEGRALE ALLA CURCUMA

Ingredienti per 2 persone

- 300g di ceci cotti
- 300g di fondi di carciofo cotto a vapore
- 1 cucchiaio di tahina
- 1 spicchio di aglio
- succo di limone
- prezzemolo
- sale q.b.
- 6 taralli integrali

Mescolare assieme ai ceci e ai carciofi un cucchiaio abbondante di tahina, uno spicchio di aglio, del succo di limone, abbondante prezzemolo e un pizzico di sale. Frullate tutto in un mixer. Mettere in un piatto i taralli con qualche foglia di spinacina fresca, guarnire con la nostra crema di hummus e un pizzico di curcuma.



COUSCOUS DI TRE CAVOLI CON OLIVE TAGGIASCHE E FILETTINO DI SOGLIOLA IN BECCAFICO

Ingredienti per 2 persone

- 500g di ciuffi cavolfiore colorati
- 50g di olive taggiasche
- 4 filettini di sogliola
- 60g di pangrattato
- 1 cucchiaio di uvetta ammollata
- 1 cucchiaio di pinoli

Tostare i pinoli in una padella antiaderente per pochi minuti finché non prendono colore.

Nel frattempo in una ciotola miscelare pangrattato, uvetta, prezzemolo, pasta d'acciughe, scorza d'arancia e da ultimo i pinoli tostati.

Stendere i filetti di platessa con la pelle verso il basso, cospargerli al centro con 2/3 (due terzi) del pangrattato aromatizzato, arrotolarli e disporli nella teglia.

Tagliare a spicchi i pomodori, tagliare lo spicchio d'aglio a metà, tagliare un paio di fette di arancia, e unire il tutto in una teglia.

Cospargere il tutto con il pangrattato restante, il sale e il pepe a piacere.

Oliare a filo e infornare a 200°C per 15 minuti circa. Nel frattempo sbollentare in acqua acidulata i cavolfiori e raffreddarli in acqua e ghiaccio.

Asciugarli e passarli velocemente al mixer per creare l'effeto couscous, condire con sale e olio extravergine di oliva, disporre nel piatto alla base e completare con i filettini di sogliola e le olive taggiasche.

- 1 ciuffetto di prezzemolo fresco tritato
- 1 cucchiaino di pasta d'acciughe
- 2 pizzichi di sale
- 1 cucchiaio di olio EVO
- 1 arancia
- pepe nero q.b.
- 120g di pomodori maturi
- 1 spicchio di aglio in camicia



TAGLIOLINO DI SEPPIA CON INSALATA
DI VALERIANA, FRAGOLE E LIMETTA**Ingredienti
per 2 persone**

- 200g di seppia
- 90g di valeriana
- 150g di fragole fresche
- 1 limetta
- 1 cucchiaio di olio EVO
- sale q.b.
- pepe q.b.

Pulite le seppie dalla sacca interna, lavatele accuratamente e tagliatele a striscioline sul lato lungo, con uno spessore di 0,3 cm. Sbollentate le seppie in acqua bollente per 1 minuto circa, schiacciate l'aglio in camicia dentro una padella, fatelo rosolare con olio extravergine di oliva e aggiungete le seppie facendole saltare a fuoco vivo per 2 minuti. Aggiustate di sale e spegnete il fuoco.

A parte pulite e tagliate a spicchi le fragole e conditele con il succo della limetta, mettete la valeriana in un piatto fondo, adagiatevi al centro le tagliatelle di seppia, completate con le fragole e un filo di olio extravergine di oliva.

LASAGNETTA CROCCANTE CON RICOTTA
FRESCA, MELE FRIULANE E MISTICANZE
DI PRIMAVERA

Cuocere la lasagnetta in acqua bollente per 6 minuti e raffreddarla in acqua corrente. Far appassire in padella le misticanze e la mela tagliata a piccoli cubetti in poco olio extravergine di oliva; regolare di sale e mescolare con la ricotta. Comporre la lasagnetta a strati inframezzando ripieno e pasta, alla fine completare con la ricotta affumicata, olio evo e gratinare in forno per 15 minuti a 180°C.

**Ingredienti
per 2 persone**

- 120g di lasagna senza glutine
- 200g di ricotta fresca
- 1 mela rossa friulana
- 50g di misticanze di primavera a piacimento
- 50g di ricotta affumicata
- 2 cucchiai di olio EVO
- sale q.b.



RISOTTO CARNAROLI ALLO ZAFFERANO CON POLPA DI ROMBO E CREMA DI BROCCOLO ALLE MANDORLE

Ingredienti per 2 persone

- 160g di riso carnaroli semi-integrale
- mezza cipolla bianca
- 120g di polpa di rombo fresca
- 200g di broccolo pulito
- 50g di mandorle pelate
- 30g di olio EVO
- 30g di burro



Per la crema:

Sbollentare il broccolo per 8 minuti in acqua salata e raffreddarlo in acqua e ghiaccio.

Metterlo in un mixer con le mandorle, l'olio extravergine di oliva e due cucchiai dell'acqua di cottura, regolare di sale e conservare a parte.

Per il risotto:

Sbucciate e tritate finemente la cipolla; fatela appassire a fuoco basso in una casseruola con un cucchiaio d'olio evo, aggiungete il riso e lasciatelo tostare fino a quando non diventa traslucido.

Versare un mestolo di brodo bollente e lasciarlo assorbire, a metà cottura aggiungere la polpa di

rombo tagliata a cubetti e, aggiungendo dell'altro brodo, portare a cottura il riso. Mescolare spesso.

Quando il riso è quasi cotto sciogliere lo zafferano in polvere in poco brodo e unirlo al risotto.

Se necessario aggiustare di sale.

Continuando a mescolare spegnere la fiamma, incorporare il burro e una parte di grana grattugiato, coprire e fare riposare per 5 minuti. Aggiungere il restante grana.

Se il riso risultasse troppo asciutto aggiungere del brodo. Guarnire con i pistilli di zafferano e la crema di broccolo.

- 30g di Grana Padano Dop grattugiato
- 2 l di brodo vegetale
- sale q.b.
- zafferano in pistilli 0,1 g

PENNE DI FARINA DI LENTICCHIE ROSSE AL PESTO DI POMODORI SECCHI E PEPERONI ARROSTO

Ingredienti per 2 persone

- 180g di penne alla farina di lenticchie
- 1 peperone rosso maturo
- 1 spicchio d'aglio
- 5 -6 foglie di basilico fresco
- 1 cucchiaio di capperi di Salina



Lavare il peperone accuratamente sotto l'acqua corrente, controllare che non vi sia terra tra le pieghe asciugarlo e disporlo su una griglia di ghisa o in forno e fare grigliare il peperone fino a quando la buccia non sarà diventata abbrustolita. Togliero e disporlo in una busta di carta per il pane, chiudere e lasciarlo raffreddare per circa 20 minuti. Lavare i capperi per rimuovere il sale e mettere a bagno per circa 20 minuti i pomodori secchi in acqua tiepida. Se si usano le acciughe sotto sale lavarle sotto l'acqua corrente e asciugarle con della carta da cucina.

Togliere il peperone dalla busta e romperlo così da ottenere delle falde, rimuovere la pelle e i semi. Metterlo nel mixer e unire i capperi, i pomodori secchi a pezzetti, l'aglio sbucciato, le alici, le foglie di basilico e quelle del prezzemolo lavate e olio extravergine di oliva. Frullare il tutto fino ad ottenere una crema. Cuocere la pasta al dente e condire con il pesto aggiungendo, se necessita, un poco d'acqua di cottura.

- 4 falde di pomodoro secco siciliano
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 2 acciughe
- 1 piccolo peperoncino
- 50g di olio EVO

FILETTO DI SGOMBRO AL BASILICO SU PASSATA DI DATTERINI CONFIT

Ingredienti per 2 persone

- 4 filetti di sgombro fresco
- 8 pomodorini datterini
- 10 foglie di basilico
- 2 spicchi di limone
- olio EVO
- sale q.b.
- pepe q.b.



Prima di tutto preparare i pomodorini confit: lavare e tagliate a metà i pomodorini, disporli man mano in una teglia da forno leggermente unta di olio con la parte aperta verso l'alto, condire con una spolverata di sale, erbe aromatiche a scelta, un filo di olio su tutta la superficie dei pomodorini e aggiungere un pizzico di zucchero (circa 1 cucchiaino); tagliare lo spicchio d'aglio con tutta la buccia e aggiungerlo nelle insenature della teglia. Cuocere in forno caldo a 140°C per circa 2 ore. Il tempo è indicativo e può variare a seconda del forno, ma anche a

seconda della grandezza dei vostri pomodorini.

Lavare i filetti e asciugarli tamponandoli con della carta assorbente, coprire una teglia con della carta forno, ungerla con un filo d'olio e disporre i filetti uno accanto all'altro, condire con sale e pepe, il basilico fresco e aggiungere a fianco il limone.

Terminare il tutto con una spolverata di foglioline di timo fresco, un filo d'olio e infornare a 180°C gradi per 15 minuti circa.

Nel frattempo passare al mixer i pomodorini per ottenere una crema saporita e liscia, disporre nel piatto con del basilico a guarnizione.

- 1 ciuffo di timo fresco
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio

FARINATA DI CECI ALLA CIPOLLA ROSSA E TIMO FRESCO

Ingredienti per 2 persone

- 200g di farina di ceci
- 700 ml d'acqua
- 1 cucchiaio di olio EVO (più quello per la teglia)
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cipolla rossa
- 1 rametto di timo fresco



Mettere in una ciotola la farina di ceci e aggiungere l'acqua poco alla volta continuando a mescolare con una frusta a mano per evitare che si formino dei grumi. Unire un cucchiaio d'olio extravergine d'oliva, il sale, mescolare e lasciare riposare per circa 4 ore. Trascorso il tempo necessario rimuovere, con l'aiuto di un mestolo, la schiuma biancastra che si è formata sulla superficie.

Oliare una teglia rotonda e versare all'interno il composto appena preparato. Infornare in forno ventilato preriscaldato a 220°C per circa 8/10 minuti nel ripiano più

basso del forno.

Nel frattempo sbucciare le cipolle rosse e tagliarle finemente.

Passati i 10 minuti estrarre la teglia e distribuire la cipolla e il timo sulla superficie della farinata.

Rimettere in forno la teglia e lasciare cuocere per altri 15 minuti.

TAGLIATA DI MELANZANA CON
CHAMPIGNON ALL'ERBA CIPOLLINA, GLASSA
DI MODENA E PARMIGIANO 30 MESI

**Ingredienti
per 2 persone**

- 1 melanzana
- 200g di champignon tagliati
- 1 ciuffo di erba cipollina
- 2 cucchiaini di olio EVO
- 1 cucchiaino di glassa ristretta di balsamico
- 40g di Parmigiano a scaglie

Dividere per la lunghezza le melanzane, spennellarle con olio extravergine di oliva e salarle. Preparare una teglia rivestita con carta forno e cuocere per 15/18 minuti a forno ventilato a 200/180°C. Cucinare per 2 minuti in padella a fiamma alta gli champignon con l'erba cipollina regolando di sale. Quando le melanzane saranno pronte, tagliarle a fette spesse 1 cm e mezzo e disporle su un piatto.

Completare con i funghi, il Parmigiano e la glassa all'aceto balsamico.



ZUCCA, SEDANO RAPA
E TOPINAMBUR ARROSTO

**Ingredienti
per 2 persone**

- 150g di topinambur
- 150g di zucca
- 1 spicchio d'aglio
- 1 rametto di rosmarino fresco
- 1 rametto di timo fresco
- 1 rametto di maggiorana
- 1 cucchiaino di olio EVO
- sale q.b.
- pepe q.b.

Lavare la zucca, tagliarla a fette regolari e non troppo sottili, quindi eliminare i semi e i filamenti. Lavare e spazzolare bene i topinambur, usando una spazzola e tagliarlo a pezzi da 2 cm circa di spessore. Tritare abbondanti foglie di rosmarino e metterle in una teglia antiaderente, unire timo, maggiorana, olio e altrettanta acqua, sale e pepe e mischiare. Aggiungere zucca, topinambur e aglio e mescolare delicatamente per insaporire. Mettere la teglia in forno ventilato già caldo a 190°C per 40-45 minuti.



FROLLA AL MAIS, CAKE AL MIELE, MELA E CREMA AL TIMO LIMONE

Ingredienti per 2 persone

Frolla:

- 350g di farina di mais precotta
- 120g di burro
- 100g di zucchero
- 1 uovo



Per la frolla: Mescolare assieme tutti gli ingredienti tranne l'uovo che andremo ad aggiungere una volta ben amalgamati gli altri ingredienti. Stendere ad uno spessore di 1 cm e cuocere in forno a 160°C per 15 minuti circa.

Per il cake al miele: Montare tutti gli ingredienti con il mixer, versare in 2 stampini di carta da muffin e infornare a 160°C per 15 minuti circa.

Per la crema al limone: Scaldare la panna fino a 90°, aggiungere la cioccolata bianca, la colla di pesce precedentemente ammollata e l'olio essenziale. Raffreddare in frigorifero per almeno 4 ore e

montare con le fruste.

Comporre il piatto partendo dalla frolla e terminando con la crema e la composta di mele.

Cake al Miele:

- 30g di uovo
- 30g farina00
- 25g zucchero
- un pizzico di lievito
- 10g di burro
- 30g di panna
- 20g di miele

Crema al limone:

- 160g di panna fresca
- 55g di cioccolato bianco
- 1g di colla di pesce
- 2g di olio essenziale al timo limone

50g di composta di mele

CODICE EUROPEO CONTRO IL CANCRO

12 modi per ridurre il tuo rischio di cancro

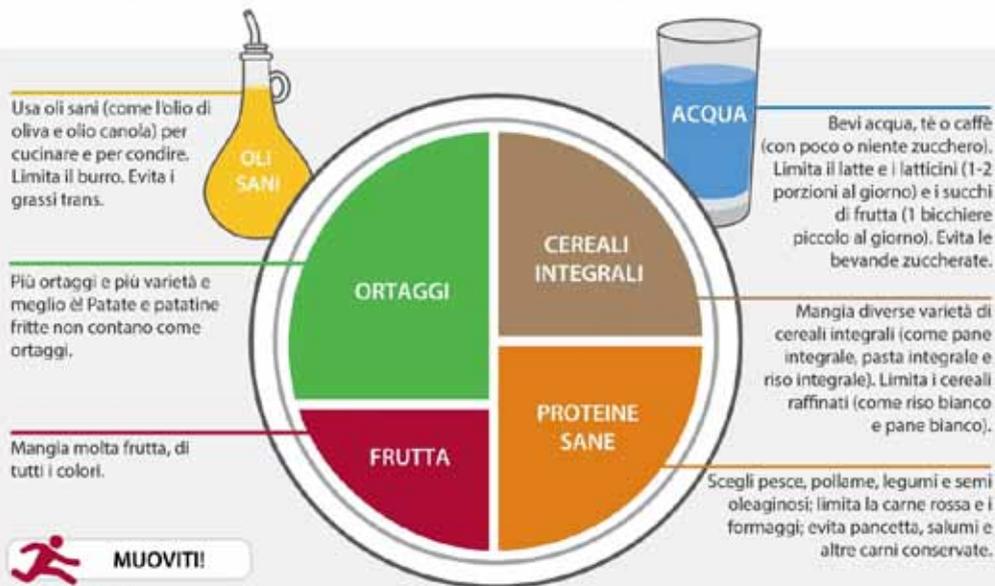
01. Non fumare. Non consumare nessuna forma di tabacco.
02. Rendi la tua casa libera dal fumo. Sostieni le politiche che promuovono un ambiente libero dal fumo sul tuo posto di lavoro.
03. Attivati per mantenere un peso sano.
04. Svolgi attività fisica ogni giorno. Limita il tempo che trascorri seduto.
05. Segui una dieta sana:
 - Consuma molti e vari cereali integrali, legumi, frutta e verdura.
 - Limita i cibi ad elevato contenuto calorico (alimenti ricchi di zuccheri o grassi) ed evita le bevande zuccherate.
 - Evita le carni conservate; limita il consumo di carni rosse e di alimenti ad elevato contenuto di sale.
06. Se bevi alcolici di qualsiasi tipo, limitane il consumo. Per prevenire il cancro è meglio evitare di bere alcolici.
07. Evita un'eccessiva esposizione al sole, soprattutto per i bambini. Usa protezioni solari. Non usare lettini abbronzanti.
08. Osserva scrupolosamente le istruzioni in

materia di salute e sicurezza sul posto di lavoro per proteggerti dall'esposizione ad agenti cancerogeni noti.

09. Accerta di non essere esposto a concentrazioni naturalmente elevate di radon presenti in casa. Fai in modo di ridurre i livelli elevati di radon.
10. Per le donne:
 - L'allattamento al seno riduce il rischio di cancro per la madre. Se puoi, allatta il tuo bambino.
 - La terapia ormonale sostitutiva (TOS) aumenta il rischio di alcuni tipi di cancro. Limita l'uso della TOS.
11. Assicurati che i tuoi figli partecipino ai programmi di vaccinazione contro:
 - l'epatite B (per i neonati)
 - il papillomavirus umano (HPV) (per le ragazze).
12. Partecipa a programmi organizzati di screening per il cancro:
 - dell'intestino (uomini e donne)
 - del seno (donne)
 - del collo dell'utero (donne).

<https://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/it/>

IL PIATTO DEL MANGIAR SANO



 **MUOVITI!**

© Harvard University

 Harvard T.H. Chan School of Public Health
The Nutrition Source
www.hsph.harvard.edu/nutritionsource

Harvard Medical School
Harvard Health Publications
www.health.harvard.edu


BIBLIO-SITOGRAFIA

Tutte le fonti sono state consultate a marzo 2024

01. <https://smartfood.ieo.it/>
02. <https://www.airc.it/cancro/prevenzione-tumore/alimentazione/stili-di-vita-anti-cancro>
03. <https://www.salute.gov.it/portale/nutrizione/dettaglioContenutiNutrizione.jsp?lingua=italiano&id=5566&area=nutrizione&menu=educazione>
04. *L'intestino in testa: il ruolo guida dell'intestino per la salute di tutto il corpo.* Moschetta, Antonio. Mondadori 2019
05. *Mangiar sano, bere sano, vivere sano: la guida all'alimentazione della Harvard Medical School.* Willett, Walter C. Mondadori 2018
06. *La dieta del microbioma.* Mosley, Michael. Vallardi, 2018
07. *La grande via: alimentazione, movimento, meditazione per una lunga vita felice, sana e creativa.* Fontana, Luigi e Berrino, Franco. Mondadori 2017
08. *La dieta della longevità.* Longo, Valter. Vallardi 2016
09. *Io mi voglio bene: gli indispensabili in cucina: i miei alimenti del benessere e 300 idee per cucinarli.* Bianchi, Marco. Saggi Mondadori 2015
10. *Che cavolo mangio? La cucina preventiva porta in tavola il sorriso.* Tibs, Sarah. Tecniche nuove 2015
11. *Scegli ciò che mangi: guida ai cibi che aiutano a proteggere la salute.* Villarini, Anna. Sperling & Kupfer, 2013

<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/translations/italian/>

CONTATTI

Per ulteriori informazioni sul materiale informativo

Biblioteca Pazienti, CRO Aviano

Tel. 0434-659467

email: people@cro.it

Per informazioni sul progetto RESTART

Gastroenterologia Oncologica e Sperimentale, CRO Aviano

Tel. 0434-659275

email: stefano.realdon@cro.it

Per informazioni sulle ricette

e sul Centro Turistico Alberghiero **IAL Aviano**

Tel. 0434-652362

email: ial.aviano@ial.fvg.it



Solo il testo di questa pubblicazione (immagini escluse) è distribuito con Licenza Creative Commons Attribuzione Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Questa guida è disponibile a stampa presso la Biblioteca Scientifica e per Pazienti del CRO Aviano

Revisori del testo

Chiara Cipolat Mis,

bibliotecaria

Emanuela Ferrarin,

farmacista, documentalista

Impaginazione

Nancy Michilin,

bibliotecaria

Tutti afferenti al CRO di Aviano

La font bianconero® è disegnata da Umberto Mischi per biancoenero edizioni, rispettando accorgimenti visivi che facilitano la lettura di tutti, in particolare dei lettori dislessici.

Finito di stampare ad agosto 2024



Centro di Riferimento Oncologico di Aviano (CRO) IRCCS
Via Franco Gallini, 2 - 33081 Aviano (Pn)
www.cro.it