



# Associazione Prevenzione Malattie Metaboliche Congenite

Clinica Pediatrica- Ospedale S.Paolo-Via A.di Rudini,8-20142 Milano-Tel. 028911062 Fax 0289150125  
www.apmmc.it - info@apmmc.it

Anno IX - Foglio 1 - Maggio 2006

## La Francia: I castelli della Loira e Parigi

Da anni il nostro desiderio era poter effettuare un bel viaggio visitando i tanto decantati castelli della Loira ed ecco che nell'agosto 2004 il nostro sogno si realizza. Non ritenendo opportuno spostare tutto il nostro bagaglio per una settimana di hotel in hotel, abbiamo optato per una sistemazione stanziale per 6 giorni, da dove partire per le visite quotidiane. Facendo parte la Francia della Comunità Europea, non vi è stata nessuna difficoltà nel trasporto di prodotti aproteici alla frontiera, ma avendo nessuna conoscenza della struttura di distribuzione dei nostri specifici prodotti sul luogo abbiamo preferito organizzarci. Una valigia è stata dedicata a pasta, pane, biscotti, farina, cioccolato aproteici e polvere aminoacidica. In questo modo abbiamo evitato di rimanere senza le nostre scorte e di inoltrarci in una ricerca presso le farmacie. Inoltre da anni ci siamo organizzati con un piccolo forno elettrico (sta in una valigia trolley) che ci segue ovunque e ci permette di preparare pizze e focacce. La nostra base era a Tours, bellissima cittadina a circa 80 km da Orleans. Abbiamo preso in affitto un piccolo appartamento con una piccolissima cucina, sala, bagno e 1 camera ( parcheggio esterno dietro casa) presso l' Appotel, e, tutto ha funzionato perfettamente. Ogni giorno le destinazioni erano diverse: in 6 gg. Abbiamo visitato circa 10 castelli, la città e la foresta di Orleans. In 1 settimana abbiamo macinato circa 1500 km. ma ne è valsa letteralmente la pena. Siamo stati favoriti da un clima stupendo, abbiamo visitato castelli con giardini unici e alla sera dalla nostra finestra potevamo apprezzare tutta la bellezza della cattedrale di Tours. Ecco i riferimenti dell'Appotel a Tours dove abbiamo soggiornato:

APPOTEL - 6, Avenue André Malraux - Tours - Tel. 0033 2 47616060  
Fax: 0033 2 649558 - E-Mail appotel@wanadoo.fr

Nel 2005, dopo aver visto una buona parte di Francia, abbiamo voluto visitare la capitale: Parigi. In questo caso, non avendo nessun contatto o riferimento, ci siamo affidati ad un'agenzia di viaggi la quale, dopo numerose ricerche ha trovato la soluzione ideale per noi. Abbiamo affittato una camera con cucina e bagno (garage compreso) presso Pierre et Vacances, un gruppo che offre soluzioni di hotel oppure residence. Anche durante questo viaggio ci siamo organizzati con la nostra valigia ricca di prodotti aproteici, della nostra formula aminoacidica e del nostro fornello. Il nostro piccolo appartamento era di fronte all'Expo di Parigi e sebbene la visuale dalla nostra camera non fosse certo quella che avevamo a Tours, a 5 minuti c'erano ristoranti, negozi di alimentari e soprattutto la metropolitana. La nostra auto è stata dimenticata in garage per tutto il tempo del nostro soggiorno: Parigi si gira benissimo con i mezzi. Anche la nostra visita a Versailles è stata fatta utilizzando il treno! Sono state esperienze indimenticabili che ci hanno aiutato a capire come, con un minimo di organizzazione sia possibile davvero visitare il mondo.... E quest'anno ci aspetta Vienna!!!

## PROGETTO U.S.A. 2005

Nella primavera del 2005 parte il nostro progetto "estate negli Stati Uniti". L'entusiasmo si deve misurare con alcuni effettivi problemi organizzativi legati alla dieta. Il primo punto da chiarire è legato alla possibilità di portare con sé in viaggio gli alimenti necessari. A seguito di contatti intercorsi con il Consolato USA a Milano e, successivamente con la Direzione Generale delle Dogane di Roma, si è chiarito che non esistono particolari vincoli o limitazioni al trasporto di alimenti confezionati di tipo dietetico. Per maggior sicurezza, la Clinica Pediatrica ha comunque redatto in lingua inglese una dichiarazione attestante la patologia e la necessità di seguire una dieta. Nella prenotazione dei voli intercontinentali e interni è stata fatta la richiesta di un menù vegetariano come previsto dall'offerta delle compagnie aeree. Nell'organizzazione logistica del viaggio abbiamo privilegiato l'albergo nella parte iniziale della vacanza e residences in quella successiva per avere la possibilità di preparare in loco i pasti e le cene. Il viaggio, della durata di circa quindici giorni, ha previsto un soggiorno di una settimana sulla costa orientale tra Washington (Courtyard Marriott Hotel) e New York (Radio City Apartments Manhattan), e una settimana nella Bay Area di San Francisco (Marriott's Residence Inn - Mountain View). L'acquisto di prodotti dietetici, ci siamo accorti sul posto, è semplice via internet ma non altrettanto presso supermercati o farmacie. Attraverso l'iscrizione alla mailing list dell'associazione Pku americana siamo anche entrati in contatto con una famiglia che abbiamo incontrato a New York. La pianificazione di questa vacanza e la sua realizzazione, uniti alla spirito di adattamento di Eugenio, che ha dimostrato peraltro di gradire "french fries" e sushi vegetariano, ci hanno confermati nella convinzione di poter intraprendere nuove esperienze di viaggio.

## Cari Genitori,

le vacanze si avvicinano e molti di noi sono spesso frenati dall'avventurarsi all'estero per la paura di non trovare delle soluzioni adatte che soddisfino le nostre esigenze e soprattutto quelle dei nostri figli.

Il comitato editoriale ha pensato di tradurre queste preoccupazioni in esperienze di viaggio vissute da famiglie della nostra associazione in luoghi e paesi diversi.

Oltre alla descrizione dei viaggi e alle sensazioni provate, vogliamo offrire, per chi desiderasse maggiori informazioni, tutti i riferimenti degli alberghi o residence che ci hanno ospitato.

Vorremmo ringraziare per la cortese collaborazione nella realizzazione di questo news la fam. Nobili, fonte inesauribile di idee ed esperienze, Silvia Della Pasqua e la sua famiglia per tutti gli esperimenti di viaggio fatti negli ultimi anni e la fam. Cassani nella persona di Veronica per aver redatto tutti i diari dei viaggi effettuati con i genitori.

Ricordiamo che le famiglie sopra indicate sono a disposizione di tutti coloro che volessero maggiori informazioni. I numeri di telefono sono disponibili sul foglio del comitato di accoglienza.

E allora... allacciate le cinture e... Buon viaggio...

Cristina Colombo e Anna Nobili

Il Comitato Editoriale

S  
P  
E  
C  
I  
A  
L  
E  
V  
I  
A  
G  
G  
I