ASSOCIAZIONE VOLONTARI OSPEDALIERI TORINO

AVO TORINO INFORMA

Periodico di formazione e informazione dell'Associazione Volontari Ospedalieri di Torino

N. 64 NOVEMBRE 2013

12 ottobre 2013
GITA SOCIALE
AL LAGO
D'ORTA

Isola di san Giulio

La via del silenzio e della meditazione

Nel silenzio accetti e comprendi

Il silenzio è il linguaggio dell'amore

Il silenzio è musica e armonia

Il silenzio è la pace dell'io

Il silenzio è verità e preghiera

Nel silenzio incontri il Maestro

Ascolta l'acqua, il vento, i tuoi passi

I muri sono nella mente

Ogni viaggio comincia da vicino

Il saggio sbaglia e sorride

Sii semplice, sii te stesso

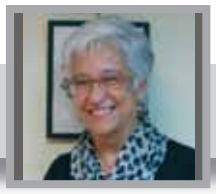
Il momento è ora, qui, adesso

Apri il tuo essere

Quando sei consapevole
il viaggio è finito.

Direttore responsabile: Marina Sajia Chiarmetta
Aut.trib.n.3675 dell'8/7/86

Redazione Via S. Marino, 10
Stampa Tipografia Impronta - Nichelino (To)
con il contributo Fondazione CRT



EDITORIALE

di Eugenia Berardo

Sull'isola di san Giulio, meta della nostra gita sociale del 12 ottobre, si percorre un'unica strada concentrica: in un senso è la via della Meditazione, nell'altro è la via del Silenzio. Lungo il percorso, volgendo leggermente lo sguardo verso l'alto, si possono leggere alcuni cartelli con massime che invitano alla riflessione, scritte da Madre Anna Maria Cànopi, badessa del monastero dell'isola.

Penso che questo giro ad anello si possa collegare in qualche modo anche al nostro essere volontari: possiamo scegliere da che parte iniziare il percorso, ma ci unisce un'unica strada; lungo il tragitto possiamo diversificare pensieri e azioni, ma finiamo sempre per ritrovarci uniti per un bene comune.

È questo il senso di tutte le iniziative che l'Associazione propone. Quando si parla di aggregazione, senso di appartenenza, condivisione, confronto, formazione, gioia di stare insieme, visibilità, ecc. si percorre insieme una strada concentrica per arrivare nel miglior modo possibile all'essenza del nostro volontariato: il servizio al malato.

Aggregazione. La gita sociale è stata una bella occasione, una giornata dedicata a noi, da trascorrere insieme all'insegna dell'armonia e della reciproca conoscenza. Eravamo oltre duecento: un bel numero! E tutto ha funzionato alla perfezione.

Confronto. Il 19 ottobre, alcune associazioni che operano sul territorio con finalità affini alle nostre nel campo socio assistenziale, hanno accettato di unirsi a noi in una Tavola Rotonda al Circolo dei Lettori per un confronto su quali siano e come si possano affrontare le nuove istanze, i nuovi bisogni, le nuove solitudini.

Al termine del convegno, il titolo "Dall'io al noi" è stato trasformato in un nuovo slogan per il futuro: "Dall'io, al noi, all'altro". L'obiettivo è quello di costruire insieme una rete andando nella stessa direzione: accanto al malato e al sofferente a domicilio, vale a dire al di là dei confini ospedalieri e delle strutture sanitarie.

Gioia di stare insieme. I volontari si sono poi ritrovati nel pomeriggio per uno spettacolo al Teatro san Giuseppe: un monologo con sottofondo di musiche di Verdi e il concerto di un trio di arpe che hanno stupito per la dolcezza dei suoni e la bravura nelle esecuzioni di musiche antiche e moderne.

Visibilità. Nel frattempo, in un gazebo allestito in via Lagrange, erano presenti i giovani per offrire piantine di salvia e fare pubblicità all'Associazione.

Partecipazione. Il giorno successivo, domenica, in via san Marino, negli uffici dell'Associazione, c'è stata l'inaugurazione della *"Mostra artistica dei volontari"* con l'esposizione di una vasta gamma di opere dei volontari: dalla ceramica al ricamo, dalla pittura alla scultura, dall'oggettistica alla scrittura. Per l'occasione, gli uffici dell'AVO sono stati temporaneamente soprannominati in modo scherzoso gli "Uffizi dell'AVO"!. Anche attraverso la creatività possiamo conoscerci meglio.

I promotori e gli organizzatori di tutte queste iniziative, che sottintendono sempre grande impegno di tempo, fatiche e ansie, sono stati premiati dal grande successo di adesioni e di partecipazione. Grazie! a nome di tutti i volontari.

Un pensiero va a tutti coloro che per vari motivi non hanno potuto condividere e partecipare e in special modo ai nostri amici volontari dell'AVO di Mirandola con cui siamo gemellati: sono ancora molte le difficoltà, come potete capire dalla lettera pubblicata a pag.11.

Buone Feste a tutti da parte mia e della redazione, con l'augurio di percorrere molte strade, ma di ritrovarci insieme in quella via concentrica che ci unisce.

P.S. La Redazione ha cercato di dare il maggior spazio possibile alle immagini. Le immagini parlano da sole, senza bisogno di commenti.

Ricordiamo che Nello Gallo sul sito www.avotorino.it ha inserito un'ampia carrellata di foto di tutti gli avvenimenti.

In redazione:
Eugenia Berardo, Marina Chiarmetta, Angela De Liberato, Onofrio Di Gennaro, Elena Ferrario, Antonio Gallo, Franco Marchisio, Lucia Nicoletta, Dario Oitana, Roselena Testore

In questo numero

2 Editoriale

3 Riflessioni scomode

4-5 Spunti di autoformazione
- *Stare nel Qui e Ora: come non perdersi il meglio della vita*

6 Finestra sul mondo
- *Le scelte di un medico di fronte alla morte*

7-9 Cronache e Appuntamenti
- *Galleria fotografica Gita sociale a Orta, isola di s. Giulio e Sacro Monte*
- *Tavola Rotonda "Dall'io al noi" Insieme per un bene comune*
- *V Giornata Nazionale Galleria di immagini*

10 Avo Giovani

11-12 Oggi in bacheca
- *Filo diretto con Mirandola*
- *Benvenute!*
- *Liebestraum n.3*
- *Il dolore psichiatrico: testimonianza di una mamma*
- *Post-it da Roma*
- *Conchiglie*

13-14 Notizie dagli ospedali

15 Dal mio *block notes*
- *Alla scoperta dei vecchi quartieri di Torino: il Moschino*

16 Dove siamo

RIFLESSIONI SCOMODE

di Dario Oitana

SOFFRIRE IN SOLITUDINE

«È infinitamente più facile soffrire comunitariamente che in solitudine. È infinitamente più facile soffrire nel corpo che nello spirito. È infinitamente più facile soffrire pubblicamente e ricevendone onore, che appartati e nella vergogna. È infinitamente più facile soffrire ubbidendo a un ordine dato da un uomo, che nella libertà dell'azione responsabile personale. Cristo ha sofferto nella libertà, nella solitudine, appartato e nella vergogna, nel corpo e nello spirito, e da allora molti cristiani con lui».

Così si esprime, riflettendo su vari tipi di sofferenza, il teologo protestante Dietrich Bonhoeffer, giustiziato dai nazisti poco prima della fine della guerra.

Partendo dal primo caso (soffrire in solitudine), occorre considerare il fatto che, quando si soffre «insieme», se ne parla, ci si incoraggia, ci si consola. Banalmente, «mal comune, mezzo gaudio». Se un problema è sentito e dibattuto da molte persone, tanto più ci si può organizzare, protestare, far valere i propri diritti. È infatti impensabile un corteo, un sindacato, un movimento, un partito composto da persone sole, da depressi, da disabili, da mendicanti, da infelici che vivono le loro patologie nell'isolamento più completo.

Ma non sempre la sofferenza in compagnia porta sollievo. Purtroppo capita che negli ospedali, nelle case di riposo, nelle stesse famiglie, la vicinanza di più persone con lo stesso problema non porti a una maggiore solidarietà. Anzi si può verificare una guerra tra poveri, una guerra tra sofferenti. Come tra i «polli di Renzo» che, legati assieme, continuano a beccarsi tra loro. «Come accade troppo spesso tra compagni di sventura», conclude amaramente il Manzoni.

Più facile soffrire nel corpo che nello spirito? È naturale, è relativamente facile parlare delle malattie del corpo, anche se spesso l'ascoltatore non ha nessun consiglio da impartire. Delle patologie della mente è meglio tacere. Esitiamo a parlare di qualcosa che mal si presta ad analisi precise. Nutriamo un malcelato timore di fronte a punti oscuri che scopriamo non solo negli altri, ma anche nell'intimo della nostra psiche. E non raramente può capitare che la stessa malattia «dello spirito» sembri costringere il sofferente a rifiutare qualsiasi compagnia, qualsiasi aiuto. «Lasciatemi solo, lasciatemi in pace». E che dire dei dolori causati dalla mancanza d'affetto, dalle incomprensioni, dall'odio? «I panni sporchi si lavano in famiglia», dicono i "saggi". Ma che succede quando è proprio la famiglia la fonte della sofferenza? E talvolta la sofferenza è vissuta in modo atroce solo dal singolo che non se la sente di esibire i propri "panni sporchi" e non osa confidarsi con altri che, forse, lo potrebbero aiutare.

Soffrire ricevendone onori? Soffrire nella vergogna? Pensando alla morte (e chi non ci pensa, qualche volta?) la mia fantasia mi ha portato quasi a invidiare coloro che muoiono martiri, gridando «Viva la libertà!». Oppure, in forma meno eroica, possiamo immaginare di essere circondati da persone piangenti a cui distribuire parole di saggezza e di perdono. Ma può darsi che si muoia bofonchiando parole senza senso, tra persone che provano fastidio e non vedono l'ora che sopraggiunga la fine. Bonhoeffer, da bravo teologo, fa notare che Gesù non è morto con l'aureola di martire. È morto senza gloria, senza essere visto come un esempio da seguire. Deriso fin sulla croce, abbandonato da tutti, con la sensazione di essere stato dimenticato anche da Dio. I discepoli riusciranno a superare la delusione e l'angoscia solo dopo uno straordinario intervento di Dio, secondo la fede dei primi credenti.

Soffrire ubbidendo a un dittatore? Soffrire in nome di un partito? Sono milioni e milioni le persone che hanno affrontato enormi sacrifici per costruire un Reich millenario, un'Italia grande e potente, un mondo in cui ogni forma di ingiustizia, di sfruttamento e di violenza fosse eliminata per sempre. Molto più difficile soffrire giorno per giorno, cercando di migliorare qualcosa senza sogni irrealizzabili, fra il disprezzo sia da parte degli ultraconservatori, sia da parte degli ultrarivoluzionari.

Che cosa possiamo fare noi, modesti volontari, per diminuire la sofferenza di coloro che siamo chiamati ad assistere?

Chi è veramente solo? Una risposta immediata sarebbe: «chi non riceve visite». Occorre approfondirne le cause. E capire che si può essere anche "soli in compagnia". Occorre intuire fino a che punto le sofferenze fisiche sono in parte accresciute da problemi psichici o affettivi.

Certamente è decisivo l'ascolto. Ascoltare con partecipazione. Partecipare in qualche modo anche alle sofferenze di chi incontriamo. Entrare nel dolore altrui, sentirlo come proprio, unire spiritualmente i propri dolori grandi e piccoli con quelli degli altri anche solo per qualche minuto, vincendo la tentazione di autocompiangerci. Non è solo un aspetto indispensabile della "terapia dell'amicizia": contiene in sé un qualcosa di profetico.

È un piccolo anticipo di quello che il Vangelo ci lascia intravedere per la fine dei tempi: l'immagine di un grande banchetto. A quella festa gli invitati d'onore saranno «poveri, storpi, zoppi, ciechi», persone sole, pietre scartate, personaggi malfamati, malati di mente… E tutto sarà condiviso, anche la sofferenza. La sofferenza solidale costituirà per tutti il rasserenante sollievo di avere reso ogni dolore «infinitamente più facile» da sopportare.

Proviamoci. Almeno qualche minuto ogni tanto.

SPUNTI PER L'AUTOFORMAZIONE

a cura di Elena Ferrario

STARE NEL QUI E ORA: COME NON PERDERSI IL MEGLIO DELLA VITA

Non ci accontentiamo mai del presente. Anticipiamo il futuro perché tarda a venire, come per affrettarne il corso, o richiamiamo il passato per fermarlo, come fosse troppo veloce; così, imprudentemente, ci perdiamo in tempi che non ci appartengono e non pensiamo al solo che è il nostro, e siamo tanto vani da occuparci di quelli che non sono nulla, fuggendo senza riflettere il solo che esiste.

Blaise Pascal, Pensieri

La mente è uno strumento eccezionale se utilizzata nel modo giusto. Usata nel modo sbagliato diventa però molto distruttiva. Per essere più precisi, il punto non è tanto che voi utilizzate la mente in modo sbagliato, quanto che non la usate affatto. E' la mente che vi usa. Questa è la malattia. Voi credete di essere la vostra mente. Questa è l'illusione. Lo strumento si è impadronito di voi. È quasi come foste posseduti senza saperlo, per cui scambiate per voi stessi l'entità che vi possiede.

Eckart Tolle, Il potere di adesso.

Ieri è storia, domani è mistero, oggi è un dono e per questo si chiama presente.

Kung Fu Panda

Quante volte ci è già capitato di impazzire nella ricerca affannosa di qualche oggetto che ci serve nell'immediato, come ad esempio gli occhiali o le chiavi della macchina, per non aver fatto attenzione a dove li abbiamo lasciati? O di dover uscire di nuovo in tutta fretta per comprare l'unica cosa veramente urgente che abbiamo dimenticato di inserire nella spesa appena portata a casa, di ritorno dal supermercato? "Ma dove avevo la testa?", ci chiediamo allora con un moto di stizza. Fin qui, a parte incresciose perdite di tempo, i danni della nostra deconcentrazione non sono poi così gravi. Ma quanti incidenti drammatici o addirittura mortali, avvengono ogni giorno nel mondo, imputabili a momenti di distrazione di qualcuno? Le cronache ce ne forniscono immancabilmente delle liste da incubo: bambini morti in automobile, dimenticati per ore e ore al caldo cocente da qualche adulto che non ci stava con la testa, disastrosi scontri frontali fra automobili, treni deragliati con centinaia di vittime, bisturi dimenticati nel corpo di qualche paziente in sala operatoria... Tutto questo e molto altro ancora può accadere se invece di stare concentrati su quello che si sta facendo, si innesca il pilota automatico lasciando vagare altrove i propri pensieri.

Ma anche senza doverci riferire a casi estremi come quelli appena evocati e focalizzandoci semplicemente sul grado di consapevolezza che dovrebbe accompagnare tutte le azioni che compiamo nello stato di veglia, dobbiamo riconoscere con un po' di allarme che la nostra mente è in continua fuga da ciò che andrebbe svolto con attenzione.

In una recente ricerca, applicata a più di mille persone e apparsa su una prestigiosa rivista internazionale, *"Science"*, gli esperti hanno tracciato una mappa delle divagazioni della nostra mente: ne risulta che ben oltre la metà del tempo in cui siamo svegli, la trascorriamo pensando ad altro rispetto all'attività a cui - apparentemente - ci stiamo dedicando.

Sono veramente poche le occasioni in cui siamo concentrati sul qui e ora, su quello cioè che stiamo vivendo nel presente: tali occasioni si verificano in genere per momenti di intensa emozione, nel caso di certi incontri particolari o quando si è di fronte ad un pericolo. Assai più spesso per molti di noi, la divagazione è il modo operativo dominante del cervello e si instaura in automatico quando proprio non siamo costretti ad impegnarci: mentre lavoriamo, mentre conversiamo, mentre ci spostiamo da un luogo ad un altro.

Dove ci conduce la mente? Le piace molto vagare sulla nostra linea del tempo e così ci proietta sul passato, su ciò che ormai è accaduto e compiuto, o sul futuro, cioè su quello che po-

trebbe accadere ma di cui non vi è alcuna certezza, facendoci perdere, perversamente, la capacità di vivere e di goderci il presente che è invece l'unico tempo reale e certo.

È così che, distogliendo la nostra attenzione da quello che stiamo facendo in un preciso momento, il tiranno spietato di cui siamo preda - la mente appunto - ci sballotta tra processi di pensiero meccanici e compulsivi. E se talvolta ci induce a rimuginare su qualche fatto o emozione gradevole ormai conclusi, o a sognare eventi idilliaci che forse non accadranno mai, molto più spesso i suoi andirivieni tra passato e futuro ci inquinano i pensieri di spazzatura psichica: malinconie, sospetti, pettegolezzi, criticismi, paure, ossessioni, rancori, gelosie, invidie, rabbie, bramosie, insensate disperazioni.

Finché restiamo dei "posseduti" dalla nostra mente, per usare l'espressione di Eckart Tolle (che cito nel riquadro e dei cui libri raccomando vigorosamente una lettura meditativa), non solo saremo esposti al rischio di pericolose distrazioni, ma ci perderemo il meglio della vita.

Vivendo in una vallata alpina, ho la gioia di godere la bellezza, la maestosità, la sacralità della natura che mi circonda. Conosco bene ormai tutte le sfumature di suono del torrente che scorre a due passi da casa mia, il chiacchiericcio degli uccelli all'alba e al tramonto di tranquille giornate estive, la festa di colori e di profumi del bosco in autunno. Per godere queste cose la mente deve essere in quiete. Altrimenti si guarda ma non si vede, si ascolta ma non si ode, si annusa ma non si sente. Vengono a volte amici di città a trovarmi, ma sono talmente prigionieri della loro mente, invasi da pensieri vecchi, morti, da non riuscire a percepire questa bellezza. La verifica deludente avviene ogni volta che chiedo a qualcuno di loro se sia rimasto colpito dal tale o tal altro particolare ben evidente, durante una visita del territorio. La risposta ormai scontata è quasi sempre: "A dire il vero non l'ho notato!"

Volendo, le risorse non mancano per non essere più tenuti in ostaggio dalla nostra mente e per disattivare i pensieri automatici che ci tengono lontani da tutto quello che stiamo compiendo. Fra le varie strategie da mettere in atto, la più semplice è quella di correggere a poco a poco i nostri automatismi più comuni. Ad esempio, al mattino, la cattiva abitudine di trangugiare in fretta e furia il caffè, con la mente che è già arrivata al luogo di parcheggio della macchina o fors'anche sul posto di lavoro, può essere modificata decidendo di riservarsi dieci minuti per fare colazione seduti al tavolo. In tal modo prendiamo consapevolezza di sensazioni non ben analizzate in passato. Ci concentriamo sui colori, le forme, i sapori, i profumi, i suoni che percepiamo nella stanza, sulle sensazioni che ci provoca l'assunzione del cibo e della bevanda. Relativamente agli altri pasti che assumiamo nella giornata, si può decidere di lasciare la tv spenta, facendo a meno delle notizie . Quello che è accaduto non si può cambiare; quindi ci si può concentrare sul gusto del cibo, sulla gratitudine per chi ha preparato la mensa, sulla comunicazione con i familiari o, se si è soli, sulla fortuna di potersi nutrire secondo i propri gusti e il proprio appetito.

Un'altra strategia, da attuare in qualunque momento della giornata e per pochissimi istanti, consiste nell'imparare ad ascoltare le nostre sensazioni corporee che cambiano e ci danno gli elementi per sentire le nostre emozioni e trasformarle in pensieri: il mio respiro è calmo, mi sento bene, sono in pace col mondo intero; ho una stretta allo stomaco, sento rabbia, questa situazione mi ha stancato.

Chissà quante volte abbiamo percorso a piedi quel certo tratto di strada che conduce a casa nostra, probabilmente assorti in mille pensieri, dai più impegnativi ai più superficiali. Dalla prossima volta decidiamo di portare l'attenzione su tutto quello che ci sta intorno. Proviamo a descriverlo mentalmente come se parlassimo ad un compagno di strada non vedente. Gli diciamo i colori, la tipologia dei negozi, gli descriviamo il giornalaio o la signora che ci ha venduto il pane.

Ho lasciato per ultimo un esercizio di concentrazione che io sperimento già da lungo tempo, con effetti molto benefici sul mio pensiero, e che fa parte di una serie di cinque esercizi per la crescita interiore, ideati da un grande maestro dello spirito: Rudolf Steiner. Scopo fondamentale dell'esercizio è di aiutare a diventare padroni del proprio pensiero. Questo è del resto anche il mio auspicio, che formulo in chiusura della presente riflessione.

Proporsi cinque minuti al giorno (non di più, anzi, all'inizio possono essere anche solo tre minuti), durante i quali si prende un oggetto di uso quotidiano, il più semplice possibile (un bicchiere, un chiodo, una matita…) e per quei pochissimi minuti ci si sforza di pensare soltanto pensieri inerenti a quest'oggetto. (p. e.: pensieri inerenti alla forma, al materiale di cui è fatto, all'utilità, agli usi che se ne possono fare, ecc. ecc.). Questo esercizio va ripetuto ogni giorno, con costanza.

Qui e Ora secondo la saggezza orientale

Non esiste ne' passato ne' futuro. Quello che fai, lo fai sempre qui e ora. L'istante è il solo luogo dell'esperienza in cui la vita possa essere afferrata, provata, sentita. Il passato e il futuro appartengono al regno della fantasia e sono inconsistenti come i vapori della nebbia.

Impara ad agire a partire dall'istante se vuoi cambiare la tua vita. Non aspettare domani. Approfitta dell'istante per regolare i conti in sospeso con gli altri. Non fissarti sui tuoi sogni e sulle tue delusioni. Impara a dare nell'istante, senza aspettare.

FINESTRA SUL MONDO

a cura di Marina Chiarmetta

LE SCELTE DI UN MEDICO DI FRONTE ALLA MORTE

A partire da questo numero la rubrica curata da Marina Chiarmetta si intitolerà "Finestra sul mondo". Sarà uno spazio per descrivere, evidenziare e confrontarci con storie e fatti non solo di casa nostra.

Si dà sovente per scontato che un medico a cui viene diagnosticata una malattia con esito letale possa avere maggiori strumenti per affrontarla rispetto a quanti non appartengono alla classe medica e quindi avere una facoltà di scelta terapeutica più valida per accompagnare il suo fine vita, dopo aver tentato ogni cura possibile.

Da un articolo pubblicato sulla rivista *"Internazionale"* (n.968 del 28/9/2012), apprendiamo invece dalla testimonianza di un medico statunitense che molti medici, quando comprendono che la fine è vicina, rifiutano ulteriori cure e trascorrono ciò che rimane della loro vita insieme ai familiari.

I medici non ricevono più cure rispetto alla maggior parte degli statunitensi. Quando tocca a loro, tendono ad affrontare il momento con serenità. Naturalmente sanno che cosa sta per succedere, conoscono le scelte che hanno a disposizione. Possono accedere alle cure mediche che desiderano, ma preferiscono non entrare nel vortice che sta loro davanti e scelgono di andarsene in silenzio. Ovviamente non è che i medici vogliano morire. Conoscono però la medicina moderna molto bene. Hanno visto morire molti malati e sanno di che cosa hanno paura le persone: di morire soffrendo e da soli. Spesso ne hanno parlato con i loro familiari. Di conseguenza, quando arriva il loro momento, desiderano essere sicuri che nessuno, per esempio, fratturi loro le costole per praticare una rianimazione cardiopolmonare. Hanno visto nella loro vita professionale pazienti sottoposti al cosiddetto accanimento terapeutico, l'impiego di tecnologie all'avanguardia su persone molto malate o in fin di vita. Pazienti che vengono intubati, bombardati di farmaci nei reparti di terapia intensiva, con risultati di grande sofferenza sia per il paziente che per i familiari.

È possibile che i medici prescrivano tante cure e che poi non le vogliano per loro stessi? Bisogna considerare il rapporto tra medico-paziente e il sistema.

Quando qualcuno perde conoscenza e viene portato in pronto soccorso, non si è mai preparati per una situazione del genere. I familiari vanno in panico e chiedono al medico che venga fatto tutto il possibile per salvarlo. A volte le famiglie vogliono davvero che "che si faccia di tutto", ma più spesso quello che intendono è che si faccia "tutto ciò che è ragionevole". Invece purtroppo, un po' a causa del sistema che incoraggia sempre l'eccesso terapeutico, e un po' per la paura che i medici hanno di essere incriminati per qualche negligenza, avviene che questo "fare di tutto" non abbia più niente di ragionevole. E così il medico, per evitare problemi o guai giudiziari, finisce per fare tutto quello che gli si chiede.

Infatti nell'articolo che ho già citato all'inizio, un medico racconta di un suo paziente di 78 anni, malato da tempo e operato tante volte. Aveva già comunicato al medico che non avrebbe mai voluto essere tenuto in vita da una macchina. Ebbe un infarto, fu portato in pronto soccorso incosciente, fu rianimato e tenuto in vita artificialmente in terapia intensiva. Il suo medico arrivò in ospedale dopo aver parlato con la moglie. Mostrò al personale le volontà scritte del paziente e pertanto furono spente le macchine. (Contrariamente alle nostre normative vigenti, negli Stati Uniti la legislazione permette di dare seguito alle volontà del paziente *n.d.r.*).

Più tardi il medico scoprì che un infermiere lo aveva denunciato alle autorità come possibile omicida. Per fortuna il testamento del paziente potè scagionare del tutto il medico.

Lo stesso medico evoca un secondo caso di accanimento terapeutico dissennato.

Sconsigliò vivamente un intervento chirurgico molto rischioso ad una sua paziente anziana, gravemente diabetica e con enormi problemi circolatori. Ciononostante, la paziente si rivolse all'esterno ottenendo un intervento di baypass ai condotti vascolari delle gambe. La circolazione non migliorò. I piedi le andarono in cancrena e dovettero amputarle le gambe. Dopo due settimane morì nella famosa clinica dove si era fatta ricoverare.

Al riguardo di questa irragionevolezza terapeutica, mi viene in mente il racconto di un infermiere in una RSA di casa nostra dove il medico aveva fortemente sconsigliato un intervento chirurgico ad una paziente molto anziana. In disaccordo con il medico, i suoi familiari l'avevano fatta ricoverare in ospedale, dove, a seguito dell'intervento, era morta 15 giorni dopo, probabilmente con molte sofferenze.

Per concludere, dall'articolo emerge che quando i medici devono decidere per se stessi, conoscendo le conseguenze dell'accanimento terapeutico, cercano di morire a casa loro, gestendo naturalmente il dolore al meglio ed evitando terapie inutili.

La qualità della vita è più importante della quantità.

12 ottobre: GALLERIA FOTOGRAFICA della Gita sociale a Orta, Isola di san Giulio e Sacro Monte

"Orta è un soffio, a volte gelido invernale, a volte caldo.
Un pulsare di nostalgia anche per chi la vede per la prima volta.
Un luogo dell'anima, per anime in pena e per anime salve.
Il luogo ideale per passeggiare senza avere nulla da fare e senza stancarsi mai di farlo.
Ogni angolo è uno scorcio inatteso, un salice che si affaccia sul lago, la piccola darsena di una casa rivierasca, lo scalmo di una barca a remi che scopri antico con la coda dell'occhio, l'architettura del tempo e le finestre degli abbaini, i camini, il fumo, la musica di un violino che ti rapisce. Tu vuoi tornare indietro e invece sali, fino alla chiesa di S. Maria Assunta, poi ti volti e il lago è un tuffo al cuore, tu sei vivo e lo sarai per sempre"

Michele Marziani
giornalista e scrittore che ha vissuto a lungo sul lago d'Orta

19 ottobre: TAVOLA ROTONDA "Dall'io al noi" - Insieme per un bene comune

I cambiamenti sono fenomeni inevitabili nelle storie delle associazioni, perché il mondo evolve imponendo trasformazioni ed evoluzioni a tutte le componenti della società.

L'AVO nasce in ospedale, per l'ospedale e non intende abbandonarlo, tuttavia è giunto il momento di aprire lo sguardo sul territorio e di accogliere le nuove istanze, i nuovi bisogni e di portare la nostra presenza, la nostra capacità di ascolto accanto al malato a domicilio, al di là dei confini ospedalieri e delle strutture sanitarie. L'AVO è in grado di adeguarsi alle nuove realtà?

Il cambiamento è sempre un meccanismo complesso, mai esente da rischi. Significa rinunciare alla stabilità di procedure e attività consolidate, quindi rassicuranti per addentrarci nel terreno accidentato dell'incertezza che implica moltiplicazione dell'impegno, capacità di superare le resistenze e la naturale preoccupazione che si manifesta dinanzi a ciò che non conosciamo.

Per questo motivo desideriamo confrontarci con altre associazioni che operano con finalità affini nel campo socio-assistenziale, sulle problematiche a cui andiamo incontro, facendo leva sui nostri punti di forza, ma al tempo stesso "guardando in faccia" le nostre criticità..

(Dall'introduzione al Convegno di Nadia Gandolfo e Felice Accornero)

Lauretta Borsero - AMICI DELLA FARO

La fondazione *FARO* stabilisce convenzioni con le ASL. La richiesta di assistenza a domicilio (esclusivamente per malati terminali) avviene attraverso la psicologa che segue la famiglia e il malato. Si mettono a contatto le esigenze della famiglia e l'offerta dei volontari. Ogni famiglia ha esigenze diverse e specifiche: in una prima visita, accompagnati dalla psicologa, si sottoscrive un "contratto" e si mettono per iscritto le "occupazioni" a cui è chiamato il volontario, i tempi e i modi del suo intervento.

Ogni volontario ha le istruzioni su come comportarsi e chi chiamare nel caso di situazioni critiche. La famiglia, già a contatto con tante figure professionali diverse può percepire a volte il volontario come un estraneo, per cui è necessario entrare in punta dei piedi. Un altro problema è l'intensità di rapporto che può crearsi, la relazione affettiva che può avere conseguenze sul benessere del volontario.

È necessario saper tenere la giusta distanza e la formazione aiuta a superare i problemi. Il desiderio dei pazienti è di morire a casa propria: la casa è il proprio ambiente. La deospedalizzazione deve passare nella nostra cultura come umanizzazione della sanità.

Luigi Gariano - ANAPACA

L'*ANAPACA* è una associazione nata per la domiciliarità, per aiutare a sconfiggere la solitudine dei malati, per sfatare il tabù della malattia impossibile da combattere. Solo in una fase successiva, con l'apertura dei reparti oncologici negli ospedali e degli hospice è entrata nelle strutture. A differenza della *FARO*, non opera in organismi strutturati; i casi arrivano perlopiù dal passaparola.

Molte le differenze tra svolgere un servizio a domicilio e in ospedale. In casa subentra un rapporto esclusivo volontario-malato/famiglia. Ci sono problemi di accettazione, tempi che non sono più le tre ore ospedaliere e spesso lo "stare" diventa "fare": quali sono i limiti del servizio?

L'*ANAPACA* non opera su casi terminali, e questo può creare relazioni amicali che si rafforzano o, al contrario, stanchezza del rapporto. In ospedale si incontra una persona, in casa si incontra una storia.

Importante per il benessere del volontario è il confronto all'interno dell'associazione, il dialogo tra il gruppo dei volontari domiciliari e uno psicologo supervisore.

Maria Paola Tripoli - SEA –

Gli interlocutori diretti del *SEA* sono gli anziani, che spesso si vergognano di ammettere, anche con la propria famiglia , di aver bisogno di aiuto. A casa si vive meglio, ci si cura meglio, si muore meglio. Molte sono le criticità dell'operare a domicilio.

Il volontario non è un parente, quindi gli operatori delle strutture non lo contattano, né danno informazioni, anche se è l'unica persona a cui l'anziano si rivolge, l'unico contatto con il mondo. A volte le famiglie ti considerano come uno che vuole accaparrarsi i beni del malato.

Bisogna imparare a leggere il territorio, la sua complessità, le diverse tipologie di famiglie e di malati, quali gruppi e attività sono già presenti, e non aver paura di unirsi ad altri. Si impara a lavorare insieme solo lavorando insieme. Punti cardine sono: pensare insieme il progetto, fare ognuno la propria parte, secondo le proprie caratteristiche, coinvolgere l'ente pubblico, fare formazione costante, a qualunque età.

Graziella Gozzellino - DI.A.Psi

La *DI.A.Psi* nasce dall'esigenza di due mamme, nata in seguito all'avvento della legge 180 *(ved.articolo in Bacheca a pag. 12-N.d.R.).* Questa legge è stata fondamentale per dare dignità al malato, ma il territorio non era strutturato per la chiusura dei manicomi. La malattia mentale isola il malato e la sua famiglia e c'era bisogno della presenza di volontari per rompere questo isolamento. I volontari seguono un corso di formazione e operano con una costante supervisione. C'è "fame" di volontari. Accade che i volontari siano giovani studenti di psicologia o medicina che intendono fare esperienza con il servizio. Sono in genere poco accettati dalle famiglie, che cercano persone più adulte, che comprendano e condividano le loro esigenze, compresa la richiesta di aiuto presso le istituzioni.

Elisabetta Lambert - Bottega del Possibile

È necessaria, tra le varie associazioni, una formazione comune. La *Bottega del Possibile* – si occupa di diffondere una cultura della domiciliarità, con attenzione alle nuove problematiche che si presentano, come la crisi economica, i nuovi poveri, l'interculturalità. È necessario conoscersi tra le varie associazioni, con le proprie specificità e strategie. La *Bottega* propone seminari formativi per mettere a contatto associazioni e utenti, in modo che la presenza di operatori e di famiglie presentino chiaramente quali sono le esigenze che si sentono.

Sintesi degli interventi a cura di Rita Borello

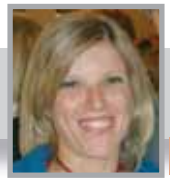
GALLERIA FOTOGRAFICA DEGLI EVENTI

19 ottobre: Volontari in festa

Tavola Rotonda ***dall'Io al Noi -Insieme per un bene comune -*** Circolo dei Lettori ***(foto 1 e 2)***
Spettacolo musicale dell' Associazione ***"Finestra sul lago"*** - atto unico dal titolo *"Villa Pirla"*-
nelle foto l'attore Domenico Brioschi e il maestro Diego Mingolla ***(foto 3-4)***
Concerto di arpe con il trio di Arpe del Conservatorio di Cuneo. Nelle foto le arpiste Valeria Delmastro, Valeria Manigrasso e Andrea Pierobon ***(foto 5-6)***. Franco Marchisio ringrazia le arpiste e la loro guida Maria Elena Bovio ***(foto 7)***.

19 e 20 ottobre: Mostra artistica dei volontari e Gazebo AVOGiovani

Alcune tra le opere dei volontari esposte al *Circolo dei Lettori* ***(foto 8-9-10)***
Inagurazione della Mostra nelle sede dell'Associazione in via S. Marino ***(foto 11)***
Alcune tra le opere esposte in Via San Marino ***(foto 12-13-14)***
Gruppo Giovani al Gazebo allestito in via Lagrange ***(foto 15)***



A.V.O. GIOVANI

di Angela De Liberato

I giovani non stanno mai fermi! Tra le attività e iniziative di questo ultimo periodo, ho scelto l'esperienza di due giovani alla V Giornata Nazionale a Roma e gli incontri con due psicologhe nell'ambito del progetto "Keep calm and be Avo". Per approfondire, vi invito a visitare il sito ww.avotorino.it o contattarci su Facebook.

Anche i giovani erano a Roma.

Quella del 19 ottobre, a Roma, è stata una giornata che, seppur con qualche imprevsto nei trasporti, è risultata ricca e densa di contenuti.

Innanzitutto, la sede del convegno era davvero prestigiosa: l'Oratorio del Gonfalone, perla del barocco, considerata la Cappella Sistina della Controriforma e interamente affrescata. La dott. Scoccia, storica dell'arte, ci ha illustrato la storia artistica di questo capolavoro e commentato tutti gli affreschi, permettendoci così di ammirarne e capirne meglio la bellezza.

Un direttore sanitario dell'ospedale Bambin Gesù di Roma ha poi sottolineato quanto la nostra attività di assistenza e presenza sia fondamentale, e risponda ai bisogni dei malati. *"La vostra bravura"*, ha aggiunto, *"sta nell'essere in grado di capire dove si fermano le competenze del personale e dove inizia il vostro servizio"*. È poi intervenuto il prof. Andrea Volterrani, docente all'università di Tor Vergata. Ha sottolineato quanto sia importante essere volontari non soltanto durante il servizio, ma sempre nel corso della vita. Il volontariato riveste un ruolo fondamentale nella società, soprattutto quando diventa "prendersi cura" in un senso più ampio, quando arriva ad essere "scomodo", di denuncia, al fine di contribuire ai cambiamenti sociali.

Il Presidente Federavo Claudio Lodoli, ci ha raccontato con emozione quanto questo ruolo abbia influito nella sua vita. È ritornato sul tema del cambiamento dell'AVO, l'Era Nuova, già in corso per venire incontro alle richieste della base. Abbiamo sentito l'esperienza dei giovani dell'AVO che cercano sempre di promuovere l'associazione e di essere dei testimoni credibili, soprattutto per i loro coetanei.

Insomma, essere volontari non è un'attività del tempo libero, non è un'occupazione temporanea e neanche un ripiego alla noia della vita.

Concludiamo con un pensiero di Luigi Einaudi citato da Claudio Lodoli durante il suo intervento, che ci ha molto colpito e che dovrebbe essere, secondo noi, uno di quei principi su cui fondare la nostra vita:

"L'azione va incontro all'insuccesso
anche perché non di rado
le conoscenze radunate con fervore di zelo
non erano guidate da un filo conduttore.
Non conosce chi cerca, bensì colui che sa cercare."

Federica Baldi ed Andrea Severino

L'unione fa la forza.

C'è un detto che cita *"L'unione fa la forza"*. L'essere uniti presuppone conoscersi almeno un po' e condividere certi valori o attività. Essere volontari ad esempio, significa avere una marcia in più.

Su queste premesse il 5 e il 21 Ottobre i giovani hanno partecipato al progetto *"Keep calm and be Avo"* con il supporto di due psicologhe del *"Punto Psiche"*, Livia Ligorio e Stefania Soliman. Ci siamo confrontati sul nostro essere volontari e su come riteniamo che i giovani siano considerati all'interno dell'associazione. Abbiamo iniziato con alcuni giochi di conoscenza (chi siamo, di che cosa ci occupiamo, quali sono i nostri hobby, di che cosa andiamo più fieri, che cosa gli altri non sanno di noi). È emerso che siamo un gruppo eterogeneo, vale a dire una ricchezza, con un aspetto in comune: l'essere fieri di essere volontari.

Abbiamo riflettuto in seguito su che cosa è per noi l'AVO Giovani: per alcuni è la voce dell'associazione, per altri la forza giovane che manda avanti la nave A.V.O.

Alcuni ritengono che il nostro potenziale sia poco riconosciuto e che spesso siamo messi in *stand by*. Siamo stati tutti concordi con l'affermare che per noi il gruppo dell'A.V.O. Giovani è importante, non solo per organizzare le varie attività dell'Associazione, ma anche per confrontarci fra di noi e per parlare di eventuali nostre problematiche. Queste esigenze sono talmente rilevanti da aver deciso di riunirci mensilmente.

Per quanto riguarda le psicologhe, che ringraziamo per il loro lavoro e per il loro appoggio, dal primo incontro hanno percepito che eravamo un vero gruppo con delle potenzialità da sfruttare, con l'arte di saper ascoltare e di saper accogliere le persone. Da parte mia, ritengo che noi, grazie anche alla grinta di Samantha, consigliera del Gruppo Giovani, siamo un gruppo unito e attivo, pronto per far parte integrante dell'Associazione non solo in alcuni momenti o occasioni, ma sempre. Vorremmo fare una proposta a tutti i volontari AVO Torino : organizzare un incontro con l'AVO Giovani per un confronto, perché solo tramite l'ascolto e il dialogo le persone si possono capire meglio ed essere anche più forti e più unite; nel nostro caso per il bene comune dell'Associazione.

Angela De Liberato

FILO DIRETTO CON MIRANDOLA

Nell'aprile 2013 AVO Torino ha stretto un gemellaggio con AVO Mirandola *(ved. AvoTorino Informa N.63)*.
Con grande piacere ho recentemente ricevuto una e mail da Carla Molinari, presidente AVO Mirandola.

Franco Marchisio

Carissimo Franco, finalmente è giunto il momento in cui mi metto in contatto con voi. Aspettavo di potervi fare vedere il gazebo che abbiamo potuto acquistare grazie alla vostra generosità e finalmente sabato abbiamo fatto il nostro esordio in piazza a Mirandola. (…) Come puoi vedere lo sfondo è molto crudo, tutti i nostri palazzi sono completamente avvolti da strutture metalliche per evitare ulteriori aggravi strutturali, in attesa di un ripristino o di un eventuale abbattimento.

Tornando a noi è stata, sabato, la prima volta che ci siamo presentati in piazza durante il mercato settimanale e, come vedi dal materiale esposto, non avevamo un granchè da proporre. Ma il nostro obbiettivo era di mostrarci. In ospedale siamo molto in ombra e poi non mi sembra il luogo per farci pubblicità. Adesso che stiamo facendo un corso di aggiornamento abbiamo consegnato il più possibile la locandina con i vari appuntamenti. La sera ci siamo ritrovati per una messa comunitaria e questo è stato il nostro programma per la Giornata Nazionale.

Voi come state? Avrete sicuramente organizzata una bella giornata ricca di eventi importanti. Se puoi raccontameli, mi fa sempre piacere ascoltare e condividere. Qui a Mirandola direi tutto abbastanza bene, i lavori procedono, ma sono troppe le cose da fare e perciò non rimane lo spazio per potere dire di vedere o essere positivi. Ma bisogna guardare avanti e rallegrarsi quando vedi qualche cosa di finito, anche se sai che spesso quello stabile finito è solo una situazione provvisoria per permettere alla comunità di poter usufruire di un determinato servizio.
Spero di ricevere presto notizie tue e di tutta l'AVO di Torino.

Un abbraccio da tutti noi, Carla e volontarie AVO Mirandola.

Benvenute!

Il 15 ottobre nella sede di Via S. Marino abbiamo accolto quattro volontarie in arrivo dal Portogallo e ospiti a Torino a seguito del progetto Grundtvig (scambio di volontari AVO Piemonte e *"Liga Portuguesa contra o cancro"* di Lisbona).
Benvenute a Torino e auguri per questa nuova esperienza!

Da sinistra: *Maria Da Graça Almeida, Maria Manuela Moreira, Branca Maria Baptista, Eugenia Cunha Ferreira, accompagnate da Leonardo Patuano, Presidente Avo Regionale Piemonte.*

Liebestraum n.3

Incontrai M DG, nei miei primi giorni in RSA, quando lei era già molto malata, faticava a stare seduta in carrozzella e sovente era costretta a letto; non si lamentava per il suo stato, era una persona molto dignitosa, serena e di ampia cultura.

Un giorno entrai nella sua camera e lei mi raccontò della sua infanzia. Sovente i degenti ricordano volentieri i loro momenti dell'infanzia, periodo che rimane profondamente impresso in ciascuno di noi. Era una grande appassionata di musica classica e già all'età di cinque anni i suoi genitori avevano preso una insegnante di musica (la stessa che in altri momenti aveva insegnato pianoforte alla regina Maria Josè nel suo soggiorno napoletano).

Mi confessò che il pianoforte era stato uno strumento magico che l'avrebbe accompagnata per tutta la vita.

Listz era il suo autore preferito in particolare *"Liebestraum n° 3"*, il brano che più suscitava in lei profondi sentimenti ed emozioni.

In mancanza di un lettore cd, nei giorni successivi registrai sul cellulare questo brano e tornai in struttura per farle una sorpresa. Trovai la sua camera vuota e il suo letto spoglio; era mancata tre giorni prima. Provai molto dolore, ma decisi comunque di suonare questo brano in quella stanza vuota mentre pregavo sommessamente e mandavo un saluto alla sua anima.

Edoardo Toso

Il dolore psichiatrico: la testimonianza di una mamma

di Maria Luisa Gentile, *mamma di un ragazzo psicotico e cofondatrice della DI.A.Psi PIEMONTE*

All'inizio del 2011, l'iniziativa di dar vita a una collaborazione tra AVO TORINO e DI.A.Psi PIEMONTE per un servizio di volontariato nei repartini psichiatrici, mi trovò subito convinta sostenitrice, per due sofferte ragioni: come madre di un ragazzo psicotico grave avevo varcato la soglia di quei reparti blindati già negli anni '80 e ancora in questi ultimi anni; come cofondatrice dell'Associazione Diapsi Piemonte ho seguìto centinaia di famiglie con malati psichici e con molti di questi familiari ho riprovato più e più volte la disperazione e lo smarrimento di chi ha un ricoverato in questi reparti.

Il mio primo impatto con un repartino psichiatrico avvenne nell'85 e fu sconvolgente sia per noi genitori sia per mio figlio, allora diciannovenne. Mentre mio figlio era nello studio della psichiatra di turno per il primo colloquio, io rimasi nel piccolo ingresso dove i ricoverati vivevano il loro delirio in piena libertà, perché a quel tempo il responsabile del reparto aveva adottato questa pratica. Il locale angusto, soffocante, la confusione che vi regnava, l'abbraccio di un ragazzo che mi identificava come la Madonna, una ragazza che mi domandava ossessivamente dove poteva partorire, il tutto mi terrorizzò a tal punto che mi precipitai dalla psichiatra e le dissi che per nulla al mondo avrei lasciato mio figlio lì. Mentre la dottoressa mi faceva firmare il foglio con cui mi assumevo la responsabilità di portarlo via, mio figlio, terrorizzato quanto me, fuggiva dall'ospedale. Dopo una notte di ricerche, lo ritrovammo al mattino dopo, stravolto e febbricitante nella chiesa di fianco a casa nostra.

Da allora è trascorso quasi un trentennio. Oggi entrare in un reparto psichiatrico non presenta più le caratteristiche di profondo turbamento della mia prima esperienza; in questi anni sono stati fatti progressi dal punto di vista farmacologico, ma ancor più organizzativo e soprattutto umano: medici, infermieri, educatori, assistenti hanno un tratto garbato, gentile, volto a rassicurare il più possibile il degente. Ma la sofferenza dovuta all'esordio di una patologia psichica di un nostro caro e alla necessità di un ricovero nel reparto dei "matti" continua ad avere la stessa carica devastante che ho provato negli anni della malattia di mio figlio e che ho ritrovato nei tanti familiari da noi assistiti. Ed è allora che si palesa appieno il prezioso contributo del servizio di volontariato in repartino.

Posso affermare con certezza che già solo il fatto che all'interno del reparto ci siano persone accoglienti, disponibili a una conversazione tranquilla, a un sorriso, a un ascolto partecipe offrendo una visione di "normalità" e serenità, può costituire un elemento di rassicurazione al parente, favorendo l'instaurarsi di un'atmosfera più rilassata che influenza positivamente anche il paziente.

Il protagonista centrale del servizio in repartino resta il degente, ma l'attenzione e l'accoglienza del volontario anche ai familiari impauriti e sgomenti, costituisce un ulteriore elemento di conforto e di speranza per chi, come me, conosce in prima persona il calvario dei malati e dei loro familiari.

Il mio grazie più vivo e sincero ai candidati-volontari AVO e DI.A.Psi.

Post-it da Roma

Dopo Torino e Firenze, si chiude con Roma la trilogia delle tre capitali d'Italia sede della Giornata Nazionale, percorso partito da Torino per la ricorrenza dei 150 anni dell'Unità d'Italia.

Oltre 500 volontari provenienti non solo dal Lazio, ma anche da molte sedi AVO d'Italia, si sono incontrati, accolti festosamente e calorosamente dall' AVO di Roma e Regionale.

Nella foto due partecipanti dell' AVO di Torino: Candida Vassallo e Patrizia Amoroso.

Conchiglie

Dopo qualche anno di servizio AVO, tra i vari aspetti ho capito il valore dell'ascolto: non solo l'ho capito, ma ho imparato ad ascoltare come se in quei momenti accostassi all'orecchio una conchiglia.

Quello che arriva dagli animi, dagli sguardi, dalle voci dei malati forma come un flusso continuo di note così diverse, legate tra loro dal dolore e della speranza.

Noi sappiamo quanto sia importante che questi suoni possano uscire dalla conchiglia, senza disperdersi nel vento e siamo presenti per dare loro un nuovo contenitore.

Enrica

Dal Giovanni Bosco

L'arcivescovo di Torino, Mons. Cesare Nosiglia, è venuto in visita giovedì 10 ottobre al San Giovanni Bosco.

In chiesa ha parlato di fede e speranza rivolgendosi a medici, infermieri, volontari e malati e successivamente si è recato in alcuni reparti per una breve visita.

Marco Sarti

Dal C.T.O.

Durante la riunione del 3 ottobre, Candida Vassallo ha comunicato ai volontari le sue dimissioni da Referente d'Ospedale. Ha ritenuto che, dopo molti anni nei quali ha ricoperto questo ruolo in vari ospedali, fosse giunto il momento di lasciare l'incarico, pur continuando a prestare servizio. Al termine della riunione vi è stato un momento di condivisione e di ringraziamento.

"Grazie Candida per aver seguito tanti volontari e in special modo noi al CTO-Maria Adelaide".

Eugenia Berardo è la nuova Referente d'Ospedale, coadiuvata dai coordinatori Luca Audi (USU) e Marina Maggi (Accoglienza/Ortop.). Referente di Formazione è Elena Balbo.

(e.b.)

Dal Regina Margherita

Il servizio di dialisi pediatrica dell'O.I.R.M. ringrazia le volontarie AVO che , con la loro costante e amorevole presenza, intrattengono, rallegrandoli, i nostri piccoli pazienti durante la seduta dialitica.

La loro collaborazione è di grande supporto sia per il personale infermieristico che per le mamme.

Cogliamo l'occasione per ringraziare l'associazione per la meravigliosa festa organizzata per festeggiare il compimento del 3° anno dei nostri piccoli.

Lettera inviataci da infermiere e mamme

Dopo più di un anno dall'inizio del servizio in dialisi, durante il quale bambini, mamme e personale infermieristico ci hanno dato prova di affetto e gratitudine, abbiamo sentito il bisogno di festeggiare tutti insieme il 3° compleanno dei piccoli Denisa, Yassir e Rachele. Ringraziamo i bimbi per i sorrisi con cui ci accolgono ogni giorno, le mamme per la fiducia che ripongono in noi, il personale infermieristico per la loro professionalità e alta considerazione del nostro lavoro, i medici che hanno partecipato alla nostra festa.

Le volontarie

Annalisa e Valter ci hanno scritto...

Cara Ughetta e cari Volontari AVO: Grazie.
... Dedicare tempo, affetto e condivisione come fate Voi non ha prezzo e scalda il cuore.
Inviamo una piccola donazione per il reparto di NeuroPsichiatria Infantile del Regina Margherita a nome del Dottor Paolo Dapavo, dermatologo che tanto si prodiga per i bimbi.
Con gratitudine per Voi e per Paolo.

Annalisa e Walter

Dal Mauriziano

Per una singolare coincidenza in due giorni successivi si sono vissuti al Mauriziano due eventi imperniati su temi diametralmente opposti: il 12/9 l'inaugurazione della stanza del Silenzio e il giorno successivo un Concerto jazz, nell'ambito di "Settembre musica".

La Stanza del silenzio" costituisce un ambiente accogliente, ma sobrio, per il raccoglimento, la riflessione e la preghiera a disposizione di dipendenti, familiari, visitatori e volontari. Uno spazio privo di simboli religiosi, nel rispetto di tutte le diverse fedi e di chi non si considera credente, nel quale chi desidera soffermarsi, trova testi delle varie religioni, letture e poesie appositamente selezionate e pannelli murari con testi pertinenti. *"L'iniziativa* - ha sottolineato il Direttore sanitario Dott. De Filippis - *costituisce un ulteriore importante tassello di quel processo di umanizzazione dell'Ospedale che l'Azienda sta progressivamente realizzando"*. Negli interventi che si sono succeduti è stata ricordata l'istituzione di una "Stanza della quiete" presso l'ingresso del Palazzo dell'ONU voluta da Dag Hammarskjold, Segretario delle Nazioni Unite dal 1953 al 1961 ed è stata sottolineata l'importanza del " Silenzio", come momento di sedimentazione e riappropriazione del valore più autentico ed originario di suoni e parole. Un minuto di profondo raccoglimento silenzioso proposto ai numerosi presenti ha concluso l'evento.

Il giorno seguente, ripreso dalla RAI, nell'ambito degli eventi organizzati in Città per "Settembre musica", si è svolto nel primo pomeriggio il concerto del Quartetto jazz degli allievi del Conservatorio di Torino. L'iniziativa ha coinvolto degenti, personale sanitario, volontari e visitatori, che hanno apprezzato con lunghi applausi le *performance* dei quattro artisti esibitisi al sassofono, alla batteria, alla chitarra e al basso.

Onofrio Di Gennaro

In silenzio per gli altri

Il 2 ottobre, Giornata Nazionale dei Nonni, presso la Sala del Consiglio Comunale a Palazzo Civico ha avuto luogo la XII edizione della manifestazione *"In silenzio per gli altri"*.

Alla presenza di Cesare Palenzona, presidente del Consiglio dei Seniores, di Giovanni Maria Ferraris, presidente del Consiglio Comunale e del Sindaco Piero Fassino, ha ricevuto il riconoscimento Paola Peyron, da trent'anni volontaria AVO all'Ospedale Mauriziano. Il volontariato ha da sempre fatto parte della vita di Paola: accompagnatrice a Lourdes dei malati con l'Unitalsi, promotrice di un servizio di volontari al Convalescenziario della Crocetta, dove tutt'ora è presente, consigliera dell'AIL (Associazione Italiana Leucemia) e collaboratrice presso Parrocchia Beata Vergine delle Grazie. Per oltre vent'anni ha inoltre seguito una "comunità" di quattro persone malate di mente.

La Referente AVO all'ospedale Mauriziano, Renza Lorenzani, così scrive di Paola: *"Era il 2009, avevo da poco iniziato la mia avventura all'AVO ed arrivavo da un periodo particolarmente difficile. Un giorno mi reco al turno di servizio con Paola che aveva il compito di mostrarmi il reparto. Subito rimango colpita dalla familiarità che mostrava ai pazienti e dall'affetto che riscuoteva da tutti: era serena, perfettamente a suo agio e fiera e felice di svolgere il suo servizio, proprio come se fosse a casa con i suoi cari. Da lei ho imparato che cosa significa davvero dedicarsi all'altro per l'altro, in silenzio, senza clamori e senza ostentazioni. Non mi stupisco quindi per questo riconoscimento che giunge doveroso. Grazie, Paola, per l'insegnamento che ci dai da tanti anni e che continui a darci. In silenzio".*

Durante la manifestazione i volontari presenti hanno notato con gioia un altro premiato, segnalato dall'Associazione *Gruppo Anziani Silvio Rivetti* ex dipendenti GFT: Mauro Maffione, volontario AVO all'Ospedale Gradenigo. Auguri e complimenti a Paola e a Mauro.

Attilio Pidò (Referente AVO presso il Consiglio dei Seniores - Città di Torino -)

DAL MIO *BLOCK NOTES*

di Lucia Nicoletta

ALLA SCOPERTA DEI VECCHI QUARTIERI DI TORINO: *IL BORGO DEL MOSCHINO*

Il Borgo del Moschino occupava, nella seconda metà del '700, il sito degli attuali Murazzi sottostanti il Lungo Po Cadorna e costituiva una sorta di "corte dei miracoli" sulla riva sinistra del Po. L'appellativo derivava dalla tormentosa presenza, nelle calde serate estive, di miriadi di moscerini e zanzare.

Disegno del "Moschino"

L'agglomerato di baracche e catapecchie fatiscenti era abitato da circa seimila persone costrette a vivere in un ambiente insalubre ed esposto a periodiche inondazioni. Era considerato il luogo più malfamato e pericoloso di Torino tanto che nemmeno la Polizia alla sera osava addentrarsi nell'unica via maestra denominata la *Contrà d'le Pules* (Contrada delle Pulci). Teatro di turpi delitti descritti nel romanzo *I misteri di Torino* pubblicato da Ausonio Liberi nel 1880, il Moschino era dominato da numerose bande (le cosiddette *coche*) in cui militavano i peggiori e più probabili candidati al patibolo cittadino situato al *Rondò d'la Forca*.

Il borgo era peraltro abitato anche da onesti lavoratori che esercitavano mestieri attinenti alle acque del fiume: i lavandai che pagavano l'affitto al Comune per stendere i panni sulle sponde del Po, i pescatori (allora il fiume era pescosissimo di ottime trote, anguille, tinche e storioni), i traghettatori che transitavano da una riva all'altra non essendo ancora stato costruito il ponte di Piazza Vittorio, i navicellai che invece trasportavano le merci pesanti verso Chivasso e Casale Monferrato, i sabbiatori che dragavano il fiume, i mugnai con i loro mulini natanti, i tintori di seta e i conciatori di pelli.

Nel 1854 a Torino scoppia un'epidemia di colera e i primi casi si verificano proprio al Moschino a causa delle deplorevoli condizioni igieniche e delle cloache a cielo aperto. Nel 1872 il Consiglio comunale, capeggiato dal Sindaco Felice Rignon, dispone l'abbattimento del borgo; ne consegue un'opera di bonifica delle zone paludose e di collegamento con il centro cittadino. Dalle ceneri del Moschino nasce il quartiere di Vanchiglia che deve il suo nome ai *vench*, i giunchi che abbondano nelle terre acquitrinose.

La "Fetta di polenta"

Le opere di riqualificazione comprendono la costruzione dei Murazzi, la deviazione di una parte del corso della Dora e soprattutto un grandioso lavoro per allontanare lo scarico delle acque sporche della città con la costruzione di un grande collettore che raggiunge il Po alla confluenza con la Stura.

Il quartiere Vanchiglia diventa un luogo ricco di iniziative imprenditoriali, sociali e artistiche. Molti artigiani provenienti dal biellese e dal vercellese mettono in piedi i loro laboratori tessili. Nascono innumerevoli *boite* (piccole officine) e nella zona attigua di Vanchiglietta sorgono la fabbrica del cioccolato Venchi e la carrozzeria Farina.

Nella piazza principale viene commissionata dalla Marchesa Giulia di Barolo la costruzione della Chiesa di Santa Giulia e l'architetto Antonelli, in corso San Maurizio, fa erigere la famosa e ardita Fetta di Polenta…si dice per scommessa. Si tratta di un edificio lungo e stretto di colore giallo, dalle caratteristiche dimensioni.

Nella prima metà del XX secolo a causa dei grandi opifici e soprattutto dello stabilimento del Gas di città prodotto con il carbon fossile proveniente da Germania, Inghilterra e Francia, la zona si guadagna il nome di *Borg d'l Fum* (Borgo del Fumo).

Campus universitario

Negli ultimi decenni la favorevole posizione centrale e la vicinanza all'Università hanno portato ad una graduale trasformazione in quartiere residenziale con un alto numero di case affittate a studenti fuori sede e l'apertura di locali ad essi destinati. Nella zona ex Italgas è sorto recentemente un modernissimo Campus universitario e i nuovi progetti urbanistici prevedono il recupero dello scalo ferroviario Vanchiglia con il suo riutilizzo in superficie per servizi, aree verdi e residenzialità e in sotterranea per la costruzione della linea 2 della metropolitana di Torino.

Per informazioni e iscrizioni:

AVO TORINO
Via S. Marino, 10
10134 Torino
Tel. 011.3187634
Tel/Fax 011.3198918

www.avotorino.it
e.mail: info@avotorino.it
c/c postale n. 12996104
C.F. 97503860013

Orario segreteria:
Mercoledì e Venerdì ore 10-12
Lunedì e Giovedì ore 17-19

DOVE SIAMO - Ospedali e Reparti

Gradenigo: Medicina / Ortopedia / Oncologia /Pronto Soccorso / Lungodegenza / Riabilitazione/ Gastroenterologia/

Martini: Accoglienza / Cardiologia / Chirurgia / Degenza temporanea / Geriatria / Medicina / Nefrologia / Neurologia / Accoglienza Neurologia / Ortopedia / Pronto Soccorso / Pediatria / Urologia /

Mauriziano: Medicina Generale 1/ Medicina Generale 2 / Medicina generale lunga degenza / Pronto Soccorso/ Riabilitazione funzionale / Dialisi / Chirurgia vascolare / Ortopedia /Accoglienza / Punto d'ascolto / SPDC Repartino Psichiatrico /

San Giovanni Antica Sede: Accoglienza / Radioterapia /

Regina Margherita: Accoglienza / Pronto Soccorso: DEA (Dipartimento Emergenza Temporanea) e OBI (Osservazione Breve Intensiva) / Neuropsichiatria / Chirurgia media intensità / Pneumologia / Pediatria Lattanti / SAN (Terapia Subintensiva allargata neonatale) / Sala gessi / Chirurgia Alta Intensità / Pediatria d'urgenza / Nefrologia-dialisi /

San Giovanni Battista Molinette: Triage (*prima accoglienza di Pronto Soccorso*) / Pronto Soccorso / Medicina 4 / Medicina 6 / Medicina 10 / Neurologia / Pneumologia / Oncologia 1 / Oncologia 2

S. Anna: Ginecologia A-B-C / Ginecologia Oncologica A-B-C / Ginecologia A I° Clinica / Ginecologia B 2° Clinica / Ostetricia settori 2C-2D / Reparto Accettazione (P.S.) / Day Hospital Oncologico /

San Giovanni Bosco: Geriatria / Reparto Ortopedia / Medicina A / Medicina B / SPDC Repartino Psichiatrico /

C.T.O. Centro Traumatologico Ortopedico: Accoglienza / Ambulatorio Ortopedia / Reparto Medicina-Cardiologia-Nefrologia 8°piano / U.S.U. Unità Spinale Unipolare 2°-3°-4° piano /

Centro Diurno Aurora: Assistenza malati di Alzheimer

I.R.V. Istituto di Riposo per la Vecchiaia: Casa Protetta: 5° piano / 1°-2° piano *Post-acuzie*
Pensionato "Buon Riposo": Assistenza ospiti Pensionato
R.S.A. - ASL TO2 - Via Botticelli: Assistenza ospiti Residenza
R.S.A. - ASL TO1 - Via Gradisca: Assistenza ospiti Residenza
RS.A. - Crocetta: Assistenza ospiti Residenza
R.S.A. - Senior Residence: Assistenza ospiti Residenza
R.S.A. - La Trinitè: Assistenza ospiti Residenza