NUMERO 4/2013

Notiziario della Federavo
Federazione delle Associazioni di Volontariato Ospedaliero

federavo

NOI insieme

NUMERO 134

EDITORIALE 1
GIORNATA NAZIONALE Roma 2
PRIMO piano 4
VOLONTARIATO e sanità 5
VOLONTARIATO e società 7
FORMAZIONE 8
AUGURI 9
NOTIZIE da Federavo 10
NOTIZIE dalle AVO 11
ESPERIENZE 13
FILO DIRETTO 14
AVOGIOVANI 15
ANGOLO dell'etica 16

CONOSCERE PER PROGREDIRE

Qualche mese fa, parlando con Erminio Longhini, gli ho chiesto se fosse stato mai fatto un censimento strutturato delle nostre associazioni. La sua risposta fu la seguente: "In effetti quella è una cosa importante che non è stata mai fatta e che bisognerebbe fare". Così ha preso le mosse il progetto del Primo Censimento delle AVO d'Italia locali e regionali, con l'elaborazione di un questionario articolato in varie sezioni che, discusso nei Consigli federali, sarà reso operativo nel mese di gennaio 2014. Non ne me vogliate, Presidenti, se ancora una volta Federavo vi chiede un impegno che va ad aggiungersi nelle vostre già affollate agende. Questa iniziativa, infatti, è indispensabile per sviluppare correttamente il programma sintetizzato nel titolo della VI Conferenza dei Presidenti, *L'Era nuova dell'AVO*, che è presto diventato il *leit-motiv* di molte manifestazioni a livello locale, regionale e nazionale svolte nel corso del 2013, ma anche il filo conduttore, il tema centrale del mandato degli organismi federali, iniziato a Montesilvano lo scorso mese di maggio.

Per dare seguito alle istanze delle associazioni che si riconoscono in Federavo certamente è necessario l'ascolto dei singoli associati, e in quella direzione insieme stiamo muovendo i primi passi, nella prospettiva della mia "piramide rovesciata". Tuttavia, per trasformare la Federazione da Ente supremo in struttura di servizio a livello nazionale, non è sufficiente redigere una raccolta di bisogni, suggerimenti, richieste, critiche. Perché Federavo possa individuare le strategie più idonee al raggiungimento dei risultati attesi, è invece necessario organizzare, elaborare le informazioni e la conoscenza indistintamente acquisita, con l'ausilio di una serie di indicatori determinati attraverso lo studio dei dati statistici che solo un buon Censimento può fornire. Anche questa è una bella sfida che dobbiamo vincere insieme, un passo avanti nel cammino comune che tutti auspichiamo di concludere con soddisfazione al termine di questo triennio. I questionari saranno accompagnati da chiare e sintetiche istruzioni per l'uso, e inoltre le AVO saranno assistite da un Consigliere che seguirà i lavori fino alla conclusione. Perché l'esito sia il migliore possibile, sarà necessario dedicare molta cura a questo progetto, assumendolo come opportunità per contribuire allo sviluppo e alla migliore conoscenza dell'AVO sul territorio nazionale. Se riusciremo a rispettare la tempistica, la presentazione del Censimento arricchirà la VII Conferenza dei Presidenti delle AVO d'Italia prevista nella prossima primavera, e sarà oggetto di diffusione attraverso gli organi di stampa del volontariato.

Concludo con uno spunto lieto: Gesù nacque a Betlemme, dove Giuseppe e Maria si erano recati per obbedire al decreto di Cesare Augusto che ordinava il Censimento della popolazione in tutto l'Impero romano. Con la speranza che quel grande evento di tanti secoli fa sia di buon auspicio per la nostra iniziativa lanciata a ridosso del Natale, auguro a tutte le AVO d'Italia e ai loro volontari festività serene e ristoratrici.

Claudio Lodoli

Spedizione in abb. post. art. 2 comma 20/c legge 662/96 Filiale di Milano

GIORNATA NAZIONALE
Roma

IN MOVIMENTO VERSO L'ERA NUOVA

Cronaca della V Giornata Nazionale

Marina Chiarmetta

La celebrazione della V Giornata Nazionale AVO, lo scorso 19 ottobre, ha chiuso la "trilogia" delle capitali d'Italia, il viaggio nella nostra storia partito dalla ricorrenza dei 150 anni dall'Unità d'Italia, e ci ha regalato una giornata splendida e tiepida, caratteristica delle "ottobrate" romane.
La sede della manifestazione è stata una scoperta incredibile: l'Oratorio del Gonfalone, perla del Barocco, considerata "la Cappella Sistina della Controriforma", interamente affrescata con episodi della Passione di Cristo e sede della Confraternita del Gonfalone, già Compagnia dei Raccomandati fondata da San Bonaventura. Qui cinquecento volontari, romani e provenienti da molte sedi AVO d'Italia, si sono incontrati, accolti festosamente e calorosamente dall'AVO di Roma e dall'AVO della Regione Lazio, guidate dalle due Presidenti Maria Rosaria Checchi e Carla Messano, entrambe piacevolmente sorprese dalla numerosa partecipazione di tanti volontari. "Regista" della giornata è stata Gina Pitascio che ha messo a disposizione la sua lunga esperienza di Presidente Regionale.
Sia il Direttore sanitario dei Presìdi dell'Ospedale Pediatrico Bambin Gesù, il dottor Massimiliano Raponi, che il rappresentante di una ASL di Roma, il dottor Alessandro Bazzoni, hanno sottolineato la grande importanza del servizio AVO, la proficua collaborazione alla progettualità, la competenza, la capacità di sapersi adeguare ai continui cambiamenti della sanità. È stato illustrato il progetto di un tavolo nazionale per la collaborazione tra diverse culture e religioni.

Il professor Andrea Volterrani, Presidente della Fondazione Fortes e docente presso l'Università di Roma Tor Vergata, con un applaudito intervento a tutto campo e di grande impatto emotivo, ha esposto la sua idea di volontariato che guarda al futuro, in una realtà in cui opera una molteplicità di soggetti che, in modo diverso, cercano comunque di rispondere ai bisogni dei cittadini.
Anche la Presidente del Centro Servizi, Francesca Danese, ha sottolineato quanto sia stata importante la collaborazione con l'AVO, soprattutto per la sua capacità, stando accanto ai malati, di intuire, adattarsi e proporre cambiamenti significativi. Ha ricordato poi l'importanza della legge sul Volontariato che deve sempre essere difesa nella sua applicazione e l'importanza del lavoro svolto nel disagio mentale.
Padre Arnaldo Pangrazzi ha voluto portarci il suo saluto ricordando come, cappellano al Santo Spirito, abbia contribuito alla nascita dell'AVO in ospedale e come la nostra Associazione rappresenti un fiore all'occhiello nella situazione di crisi e di degrado della nostra società.
Il Presidente della Federavo, Claudio Lodoli, ha affrontato il tema della Giornata Nazionale, *L'Era nuova dell'AVO*. Nell'intervento è stato evidenziato il valore generato dal nuovo Statuto, con il Consiglio direttivo e gli altri organismi per la prima volta direttamente eletti dai Presidenti delle AVO d'Italia, la valorizzazione delle AVO Regionali e delle assemblee che incrementa la possibilità di condivisione e scambio di opinioni e la costituzione di una rete di AVO volta a interpretare, declinandoli in varie tipolgie di servizio, i bisogni fondamentali del territorio.
Dall'AVO territoriale a quella

Regionale, alle altre associazioni tutte in movimento verso le Istituzioni si deve creare una circolazione delle idee, con momenti frequenti di confronto e con la prospettiva di saper andare oltre, anche oltre l'Ospedale, senza temere di snaturarsi, ma cercando un ritorno alle origini per recuperare la tensione creativa del nostro Fondatore che della reciprocità ha fatto una bandiera per il raggiungimento del "bene comune" per tutti i cittadini.
Abbiamo sentito l'esperienza dei Giovani dell'AVO che cercano sempre di promuovere l'Associazione come testimoni credibili soprattutto per i loro coetanei.
Il Vice Presidente Federavo rappresentante delle regioni, Leonardo Patuano, ha infine presentato quattro volontarie della Lega Portoghese dei Tumori che, all'interno di un progetto di scambio europeo, stanno compiendo un'esperienza di volontariato "comparato" nelle AVO di Torino e del Piemonte.

A ROMA UNA GIORNATA PER STARE INSIEME

L'Era nuova dell'AVO: questo il tema della V Giornata Nazionale organizzata a Roma lo scorso 19 ottobre.
"Era nuova" significa per noi vivere insieme un momento nuovo e affrontare con professionalità e competenza le sempre maggiori sfide che ci vengono rivolte; perché stiamo crescendo come Associazione, e oltre a noi lo percepiscono il territorio e le organizzazioni in cui prestiamo il nostro servizio volontario.
Ciò ha rappresentato per la nostra Associazione un'occasione importante e ha risvegliato nei volontari un senso di appartenenza forte, che ha segnato e sta segnando certamente una nuova "Era".

Dopo Torino e Firenze, a Roma si è concluso il percorso della manifestazione nelle tre capitali storiche dell'Italia unita. L'AVO di Roma ha affrontato la giornata con grande impegno, pur tenendo conto delle difficoltà logistiche di una città come la nostra e soprattutto della realtà dell'Associazione romana, piccola numericamente e di conseguenza con scarse risorse economiche.
Ma ce l'abbiamo fatta! L'organizzazione ha funzionato anche grazie alla collaborazione dell'AVO Regionale che insieme all'AVO di Roma ha tenuto saldamente le fila del grande evento.
Le due prestigiose location, l'Oratorio del Gonfalone e il Museo dei Fiorentini, hanno dato un gran valore offrendo una cornice all'insegna del Bello, dell'Arte e della Musica.
Ma l'aspetto che più di ogni altro va valorizzato è lo stare insieme, nella condivisione di ideali comuni, nella *mission* che trecento volontari romani, insieme a tutti i colleghi italiani, portano avanti ogni giorno nella propria realtà locale con impegno e dedizione.
Voglio inoltre ringraziare i Giovani che con la loro presenza attiva hanno portato e portano continuamente ricchezza, novità e stimolo.
Un grande grazie va infine a tutte le persone provenienti anche da altre regioni d'Italia perché con la loro partecipazione hanno contribuito in maniera rilevante al successo della manifestazione.

M. Rosaria Checchi
(Presidente AVO di Roma)

UNA SORPRESA PER L'AVO DI SESTO

Il Fondatore AVO, Erminio Longhini, "regala" il suo contributo alla Tavola rotonda nel corso della Giornata Nazionale dell'AVO

Nell'ambito della ricorrenza della Giornata Nazionale l'AVO di Sesto San Giovanni ha organizzato una festa per i bambini, che ha visto i piccoli incantati ad ascoltare fiabe e divertiti davanti ai "miracoli" di un mago; ha fatto seguito la Tavola rotonda, divenuta ormai un appuntamento annuale con la città.
La Tavola rotonda, coordinata da chi scrive ed aperta dal sindaco Monica Chittò, ha visto come relatori l'ex sindaco Giorgio Oldrini, sestese doc, l'ex direttore dello stabilimento Campari Roberto Bramani e il presidente dell'AVO di Sesto Lorenzo Todeschini, per sviluppare il tema "Sesto raccontata dai Sestesi".
Aspetti e momenti della storia di Sesto sono stati presentati con passione dai primi due relatori, che li hanno vissuti in prima persona, e sono stati condivisi dagli altri partecipanti alla Tavola rotonda che della città hanno evidenziato la capacità di accogliere ed integrare nella vita cittadina un'Associazione come l'AVO, che dialoga costantemente con le istituzioni locali.
Proprio mentre si ricordava la nascita dell'AVO a Sesto grazie al professor Longhini, ecco apparire, nella sorpresa e commozione generale, il professore, che aveva declinato in un primo momento l'invito per motivi di salute. La partecipazione del professor Longhini è stata un'ulteriore conferma dello spirito di accoglienza e di solidarietà proprio di Sesto e dello stretto legame dell'AVO con il tessuto cittadino (per i "non sestesi" può essere utile ricordare che il professor Longhini aprì il primo ambulatorio di medicina preventiva nello stabilimento Campari e che il reparto che egli, da giovane medico, dirigeva nell'ospedale di Sesto era intitolato a Dino Campari).
Con la consueta capacità di donare riflessioni di grande profondità, il professore ha elargito al pubblico riunito nella Sala Consiliare del Comune una sorta di "decalogo" di comportamento (vedi p. 4 di questo numero).
Il pomeriggio si è concluso con il Coro del Liceo classico-scientifico "Casiraghi", composto da docenti e studenti, che ha "raccontato" tappe del mondo musicale dal Quattrocento ad oggi.

Gabriella Gioacchini

MELODIE SUBLIMI DEL PENSIERO

Erminio Longhini

Il coinvolgimento nelle attività operative, quando si è a capo di una grande organizzazione, restringe inesorabilmente il tempo da dedicare alla riflessione. Inoltre, la molteplicità e la varietà delle sollecitazioni che necessariamente si accumulano sul tavolo di chi quel ruolo detiene, nel tempo finiscono per generare una specie di rumore di fondo che distrae e ostacola la concentrazione e l'ascolto delle fini melodie, che provengono dalle profondità della mente e dell'anima. Il Presidente Fondatore, Erminio Longhini, in questa "confessione" affidata a NOIinsieme *fa emergere la facoltà di chi, ormai libero dai condizionamenti e dai vincoli imposti dalla gestione di una quotidianità complessa, può finalmente dare spazio alla riscoperta dell'interiorità in cui il distillato del pensiero si trasforma in idee, visioni di un futuro possibile che illumina la via a coloro che per gli affanni del servizio devono dedicare gran parte delle loro risorse alle istanze del presente.*

Claudio Lodoli

Al momento attuale, secondo le giuste regole del nostro Volontariato, non ho più un ruolo di servizio nella sua guida. Questo mi consente libertà di espressione sul principio che mi ha ispirato dall'origine dell'AVO fino ad oggi. È una confessione che non può quindi offendere la sensibilità, né imporre le mie convinzioni ad alcuno. Può tuttavia essere chiarita, e resa più comprensibile l'essenza del mio pensiero. Sono certo della necessità di rinverdire e di meditare le fonti delle nostre associazioni: AVO, AFCV, *Noi per te*, perché dalla fonte – più che dal nostro fare quotidiano – deriva ciò che oggi siamo, ciò che rappresentiamo e le conquiste ottenute negli anni. Per procedere nell'esposizione, tuttavia, è necessario che io premetta alcune considerazioni.

Il Creatore, creando l'essere umano con la sua coscienza di esistere, ha compiuto il capolavoro della natura: l'essere umano a sua immagine: un essere libero e cosciente di sé (*cogito ergo sum* di cartesiana memoria). L'individuo, nella sua infinita variabilità, per passare dalla coscienza dell'io e diventare *persona* necessita della relazione con gli altri e con l'Altro; Quello con l'*A* maiuscola: il Cristo. Dio che si fa uomo per amore di noi e per aprirci la porta al "divino".

Egli è la rappresentazione esemplare del senso del vero amore: il dono di sé, di chi si fa nulla per la persona amata. E allora ecco risuonare le Sue penultime parole sulla Croce: *Dio mio, perche mi hai abbandonato?*, e le ultime, che sono di Fede: *a Te consegno il mio Spirito*.

In ogni altro, ciascuno diverso, più o meno buono, più o meno peccatore, è presente l'Impronta Sua. L'insieme delle doti distribuite nelle Sue creature costituisce il mosaico dell'umanità. Nemmeno una tesserina deve mancare affinché il mosaico non risulti deturpato. Questa è la luce che illumina l'Agape e il suo graduale compiersi dall'Alfa all'Omega.

Una parola vissuta, la reciprocità, non è di facile comprensione e soprattutto è in apparente contrasto con il quotidiano che ci circonda. La reciprocità non possiamo crearla: è, infatti una Grazia, un dono, ma una Grazia che ci viene donata solo se siamo disponibili a donare noi stessi; e quindi, la reciprocità nasce dalla tensione all'unità. Qui sta il segreto e il tesoro del volontariato: l'unità per diventare "servizio" senza pretese né presunzione, né ambizione.

Il progresso è quindi nella Grazia: basti ricordare quando Maria dice "grandi cose ha in me l'Onnipotente, Santo è il suo nome". La nostra collaborazione alla Grazia è la disponibilità al dono di sé e nel riconoscere il valore insito nell'altro: la ricerca quotidiana per essere consoni all'oggi senza perdere la fonte.

Tornando alla nostra Associazione, comprendiamo che ognuno è AVO o AFCV, ma AVO e AFCV nel loro complesso sono *noi insieme*.

Così non mancheranno i risultati. Infatti, vinta la solitudine del malato, nasce una nuova visione della malattia e della sofferenza che tutti provano nel corso della vita, mettendo in gioco il sé che diviene *noi*: atto di Fede e di Speranza attraverso la Carità. Questo deve essere il nostro impegno, senza la pretesa di voler comprendere il mistero di Dio, per quanto concerne il nostro vero Bene. Essere nell'eterno malgrado la caducità dell'oggi.

L'Associazione può divenire una famiglia solo se si passa da singoli individui in competizione a molti uniti, senza per questo far scomparire la diversità, anzi cercando di valorizzarla. Questo è il divenire: un cammino dall'Alfa all'Omega verso l'Agape. Vivere l'oggi sperando nel domani attraverso la Carità. Altrimenti, come fu detto, resterebbe solo la pena di un passato immutabile, un presente sempre più accelerato e ansioso, un futuro nebuloso.

È necessario essere icona di Maria Madre nel buio della sofferenza, ma anche comprendere che il Servizio deve essere sostenuto dalla ricerca, dal muoversi nel quotidiano per primi verso i più poveri in nome del Bene comune.

Concludo con dieci enunciazioni nelle quali ho cercato di riassumere il senso dell'essere Volontario all'interno della Associazione e al fianco del malato, affidandole alla meditazione dei lettori e di tutte le persone di buona volontà.

1. Cercare nell'altro il valore individuale.
2. Vedere l'altro ogni giorno come nuovo.
3. L'esperto doni la sua esperienza al neofita volontario.
4. Fiducia e liberta per i giovani e per la loro creatività.
5. Progettare al fine di mantenere sempre la fiamma accesa.
6. Amore per la verità senza peccare in carità.
7. Dovere, servizio, agape, sono la successione.
8. Chiedersi sempre se il nostro agire sia un piccolo avanzamento verso il Bene comune.
9. Coscienza della nostra piccolezza e della necessità vitale che abbiamo dell'altro o dell'altra per essere persone.
10. Siamo vasi di creta ma siamo stati scelti per divenire Chiesa, "agape", nel mondo della salute e portarvi la presenza di Dio sotto forma di amore. Lui farà il resto. Per questo siamo stati scelti.

ESSERE SÉ STESSI, SEMPRE

Gli insegnamenti di un giovane malato terminale

Manuela Iona

Luigi aveva 24 anni e stava trascorrendo gli ultimi mesi della sua vita presso l'Hospice della Fondazione Castellini di Melegnano-Milano, dove io mi dedicavo alla cura dei malati. Luigi non rinunciava a seguire le partite di calcio in televisione e parlarne con gli operatori; la sua stanza era ricolma di simboli della sua squadra preferita: bandiere, maglie, un pallone firmato dai calciatori, fotografie.
Eravamo riusciti a sistemare Luigi nell'ultima stanza del corridoio, per evitargli di vedere altri malati terminali; il ragazzo non poteva più camminare e non voleva mostrarsi con la sedia a rotelle: era il primo a percepire il paradosso che stava vivendo, così giovane e così ammalato. La nostra équipe fu concorde nel non comunicargli la gravità della prognosi proprio a causa della sua giovane età, che ne rendeva più dolorosa e complessa l'accettazione: anche i genitori erano dello stesso avviso, ma avevamo la percezione che ne fosse comunque cosciente.
Durante i primi giorni del ricovero, notai che gli operatori cercavano di evitare il più possibile il contatto con questo malato. Luigi era un ragazzo in pratica loro coetaneo: che cosa dirgli, che cosa dire ai genitori? Era troppo triste e psicologicamente oneroso vederlo morire giorno per giorno: l'équipe mostrava la sua fragilità, ma al tempo stesso sapeva bene di non potersi permettere nessuna mancanza verso i malati.
Concentrandoci sul nostro senso di responsabilità, ci rendemmo presto conto che Luigi aveva in effetti portato in reparto molti aspetti positivi. Una giovane operatrice cominciò a scherzare con lui, rispondendo ai suoi approcci amichevoli. In gruppo discutemmo di quanto potesse essere utile e opportuno scherzare con dei malati terminali: non sarebbe stato un comportamento fuori luogo, stonato e odioso? Un operatore intervenne: "Ma è solo un ragazzino, perché negargli di poter scherzare se ne ha voglia?". Certo non era compito nostro decidere le modalità con cui i pazienti volevano trascorrere il tempo che rimaneva loro da vivere, e dopo le prime incertezze sembrò a tutti noi che Luigi non aspettasse altro: stava eleggendo come sua operatrice prediletta proprio la ragazza che per prima aveva scherzato con lui, e chiedeva di essere accudito sempre da lei. Luigi si comportava come un ragazzo non ammalato: non si

poneva il problema di mostrare le sue simpatie e antipatie, si lamentava liberamente e cercava consolazione. Col tempo superò anche il pudore con semplicità e rassegnazione. I genitori di Luigi, costantemente presenti al fianco del figlio, vivevano in perfetta sintonia con i suoi umori, sempre accoglienti e disponibili a patto che il ragazzo potesse sentirsi "a casa", con persone vicine, vibranti, serene. Luigi ci aiutò a renderci conto che si trattava della sua vita vera, anche all'interno dell'Hospice; perché il ricovero di un malato terminale non è transitorio. Luigi impose alle nostre coscienze l'importanza di essere sé stessi anche di fronte alla morte.
Saper "cogliere l'attimo" nell'approccio con un malato terminale diventò un aspetto fondamentale del nostro stile di lavoro. Luigi ci insegnò in modo semplice e diretto che cosa fosse il rispetto delle caratteristiche soggettive del malato; ci mostrò come, fin dove sia possibile, assecondarne i desideri. In poche settimane l'intera équipe si comportò "da genitore" verso Luigi e nessuno fece mai riferimento alle incertezze iniziali nel prendersi cura, fino alla fine, di un giovane malato terminale.

L'autrice è Dottore in Psicologia e Specialista in Psicoterapia

Grazie Elena

«Nel momento in cui ci si impegna a fondo, anche la Provvidenza allora si muove. Infinite cose accadono per aiutarla, cose che altrimenti mai sarebbero avvenute... Qualunque cosa tu possa fare, o sognare di poter fare, incominciala. L'audacia ha in sé genio, potere, magia. Incomincia adesso.» (Johann Wolfgang Goethe)

Elena Locatelli ha sempre agito ispirandosi a questa frase e trovando così la forza e la determinazione per iniziare, insieme a poche volontarie nel lontano 1988, l'attività AVO al San Raffaele. Con molto coraggio e abnegazione, e con l'aiuto determinante di Nuccia Orrù Longhini, è partita l'avventura che dura ancora oggi e che ha avuto sempre più seguito con la crescita del numero dei Volontari e dei reparti in cui svolgiamo il nostro servizio. Ci ha lasciato a fine giugno 2013, dopo una impari battaglia combattuta lucidamente e con il sorriso sulle labbra, incoraggiando tutti noi che le stavamo intorno e progettando sempre un prossimo incontro per l'AVO. Ha sempre fatto la Volontaria: da giovane nella Croce Verde a Verona, poi a Parigi presso un ospedale dove erano ricoverati molti italiani. È sempre stata accogliente con tutti e ci ha insegnato che il sorriso è il dono più bello che si possa fare nel Volontariato, nella famiglia, con gli amici. Grazie Elena dai volontari di AVO Segrate.

UN SOSTEGNO ALL'AUTOSTIMA

I DCA e il mondo del volontariato

Leonardo Mendolicchio

Negli ultimi anni i disturbi del comportamento alimentare (DCA) si registrano in numero assai elevato in particolare nel mondo occidentale, dove l'ideale della magrezza e di una "linea perfetta" è sempre più diffuso. I disturbi dell'alimentazione consistono in disfunzioni del comportamento alimentare e/o in comportamenti finalizzati al controllo del peso corporeo, che danneggiano in modo significativo la salute fisica o il funzionamento psicologico e che non sono secondari a nessuna condizione medica o psichiatrica conosciuta. Nella classificazione dei disturbi alimentari rientrano l'anoressia nervosa, la bulimia nervosa e i disturbi da alimentazione incontrollata.
L'anoressia nervosa è caratterizzata dal rifiuto di mangiare e di mantenere il peso corporeo nella norma, arrivando al di sotto dell'85% rispetto a quanto previsto per età, sesso e statura. Si ha un'intensa paura di diventare grassi anche se si è in realtà sottopeso, spesso negando la propria magrezza e lamentandosi di essere troppo grassi. Uno dei vissuti più angoscianti delle persone anoressiche è legato appunto ad una errata percezione del proprio corpo, vissuto come sgradevole e perennemente inadeguato.
La forma e il peso del corpo assumono un'influenza eccessiva sul proprio livello di autostima, condizionando tutta l'esistenza e il comportamento della persona. L'anoressia colpisce ogni strato sociale, con una forte prevalenza nel sesso femminile (circa il 90%). Insorge generalmente nell'adolescenza, raramente in donne oltre i 40 anni (in quest'ultimo caso, spesso in collegamento con l'esordio del disturbo è presente un evento stressante). Si possono distinguere due forme di questo disturbo: l'*anoressia restrittiva*, in cui la perdita di peso è ottenuta attraverso una dieta ferrea, il digiuno e/o l'eccessiva attività fisica; e quella con *bulimia*, quando alle condotte di restrizione dell'assunzione del cibo si aggiungono episodi di abbuffate alternate a condotte di eliminazione (vomito autoindotto, uso eccessivo di lassativi o diuretici).
Si fa diagnosi di *bulimia* quando sono presenti i seguenti comportamenti: abbuffate ricorrenti, ovvero consumo di grandi quantità di cibo indipendentemente dalla percezione di fame e con la sensazione di perdita di controllo; condotte di compenso, finalizzate a neutralizzare gli effetti delle abbuffate, come il vomito autoindotto, l'assunzione impropria di lassativi e diuretici, o la pratica eccessiva di esercizio fisico. È inoltre presente una continua ed estrema preoccupazione per il peso e le forme corporee. Le abbuffate sono vissute in genere con estrema vergogna e disagio e spesso sono associate a momenti di solitudine, di stress, di sensazione psicologica di vuoto o di noia, ed il cibo viene rapidamente ingerito in maniera scomposta, incoerente ed eccessiva.

Cosa sostiene, determina o alimenta un disturbo alimentare? Un aspetto fondamentale è l'aspetto relazionale del cibo e dell'alimentazione. Il cibo è l'alterità per eccellenza, è ciò che è fuori ed entra dentro di me. È attraverso di esso che ci riconosciamo, riconoscendo l'altro. Il cibo è appartenere poiché è segno della relazione con l'altro da me e questa relazione è la fonte della vita.
Il cibo contiene in sé due aspetti: quello del soddisfacimento del bisogno e quello del dono di amore. Ogni volta che vi è frustrazione d'amore, questa si compensa con il soddisfacimento del bisogno; dietro al rapporto con il cibo, dietro le sue alterazioni, dietro le sue variazioni, esiste una dinamica relazionale sospesa tra mente e corpo, bisogno e amore, rifiuto e rapporto.
Pensare ciò è fondamentale, soprattutto in particolari condizioni di disabilità che enfatizzano l'aspetto della relazione dell'autostima e del bisogno d'amore. Il rifiuto del cibo, nell'anoressia, è il rifiuto della relazione; l'abbuffata e il vomito tipici della bulimia rappresentano la fame atavica d'amore che i soggetti affetti da DCA presentano.
A tale proposito lo spirito del volontariato ha intrinsecamente un valore terapeutico. L'esserci per l'altro, l'essere presente in modo incondizionato e senza pregiudizi permette alla persona affetta da DCA di sperimentare un dialogo vero, sereno, non inquinato dalle logiche che hanno sostenuto il malessere. La presenza e la parola sono il sostegno migliore alla terapia dell'anoressia e bulimia e, per tale motivo, il Volontario ha in sé tutto ciò che serve per sostenere in modo importante il percorso di cura dei DCA.

L'autore è psichiatra, psicoterapeuta, psicoanalista e Direttore Sanitario di Villa Miralago, Comunità terapeutico-riabilitativa DCA e obesità (www.villamiralago.it).

LE CURE A CASA. PER DIRITTO

La petizione a sostegno dei LEA

Maria Grazia Breda

Capita sovente ai volontari AVO di incontrare, nella loro attività in ospedale, familiari di malati anziani non autosufficienti, a volte affetti da demenza senile o con malattia di Alzheimer, oppure da gravi malattie degenerative come il morbo di Parkinson che, dopo il ricovero, vorrebbero poter continuare a curare a casa i loro cari. Tuttavia altrettanto spesso sono costretti a ricoverarli in una struttura socio-sanitaria, perché non sempre l'Asl di residenza garantisce, al momento della dimissione dall'ospedale, le prestazioni sanitarie, gli ausili e l'aiuto economico che sono indispensabili per poter accogliere a casa un malato cronico grave e non autosufficiente.

Curare a domicilio un familiare in condizioni di dipendenza totale richiede infatti la certezza di poter contare, da parte della propria Asl, su prestazioni del medico di famiglia certe, assistenza infermieristica, ausili, farmaci non sempre erogati gratuitamente dal Servizio sanitario nazionale, interventi immediati in caso di emergenza e – sovente – anche sull'aiuto di terze persone per la gestione quotidiana di un paziente magari allettato, incontinente, che deve essere imboccato e che non si può mai lasciare da solo. Inoltre molto spesso anche l'abitazione deve essere resa accessibile con modifiche strutturali, ad esempio del bagno.

Tutto questo ha un costo sia sul piano della fatica personale del familiare, che si rende disponibile volontariamente a farsene carico, sia sul piano economico. Si stima in circa 25-30mila euro all'anno l'ammontare delle spese a cui si deve far fronte e il rischio di impoverirsi, per una famiglia normale, è molto alto.

Tenuto conto che le cure domiciliari rientrano nei Livelli essenziali di assistenza socio-sanitaria (LEA) e sono un diritto esigibile, non si deve dimenticare che, se si è in ospedale, si può ricorrere all'opposizione alle dimissioni e chiedere la continuità terapeutica, senza interruzione delle cure, fino a quando l'Asl di residenza non ha assunto impegni scritti e garantito il suo supporto. Tuttavia sarebbe auspicabile che le famiglie trovassero immediato sostegno nella propria Asl di residenza e un percorso facilitato nell'accesso al diritto alle cure domiciliari, visto che è risaputo che, oltre ad avere vantaggi terapeutici per il malato non autosufficiente, rappresentano anche un minor costo per il Servizio sanitario nazionale. Ad esempio se la quota sanitaria che l'Asl deve versare per il ricovero del Sig. Rossi in una Rsa è di circa 50 euro al giorno, non sarebbe equo che almeno 25 euro venissero riconosciute, dalla sanità, a chi assicura le prestazioni di aiuto infermieristico e di assistenza allo stesso malato a casa? È quanto si chiede con la Petizione popolare, nell'ambito di un contratto di cura con l'Asl e chi si fa carico del malato a domicilio, che definisce diritti-doveri di tutti gli attori.

Per chi oggi non è autosufficiente, ma anche per noi stessi e i nostri cari (tutti possiamo diventare malati cronici e non autosufficienti) firmiamo e invitiamo a firmare la petizione popolare che è stata promossa da numerose Associazioni di volontariato e del Terzo settore per chiedere al Parlamento di approvare le disposizioni normative mancanti per rendere effettivo il diritto alle cure domiciliari e per sollecitare il Governo a dare priorità alle cure domiciliari nella distribuzione delle risorse disponibili.

La raccolta delle firme a sostegno della Petizione popolare che riguarda anche gli interventi necessari per promuovere e favorire la permanenza a domicilio delle persone con gravi disabilità e dei malati psichiatrici con gravi limitazioni dell'autonomia termina il 31 dicembre 2014. Il testo integrale si può scaricare dal sito www.fondazionepromozionesociale.it oppure può essere richiesto telefonando allo 011-812.44.69.

Chiediamo alle nostre sezioni e ai nostri volontari di garantire la loro preziosa collaborazione per la raccolta delle firme, informando anche i familiari dei malati con i quali entrano in contatto dei loro diritti, nonché le altre Associazioni di volontariato che operano all'interno degli ospedali. Chiediamo anche di coinvolgere i medici che operano nei reparti ospedalieri, specialmente quelli con più presenza di malati cronici non autosufficienti, in quanto è anche loro interesse contribuire a creare le alternative al ricovero ospedaliero, con priorità al sostegno delle cure domiciliari.

L'autrice è Presidente della Fondazione Promozione sociale

PETIZIONE ONLINE

Inquadra il codice che appare qui accanto con il tuo tablet o con il tuo smartphone dotati della app per QR-code: sarai portato alla pagina della petizione online lanciata da «Fondazione promozione sociale onlus».

PER CRESCERE E SVILUPPARE COMPETENZE

L'esperienza di autoformazione dell'AVO Lombardia

Loredana Pianta

Un'interessante esperienza si sta realizzando in Lombardia: seguendo la tradizione che ha sempre visto l'AVO Regionale attenta al tema della formazione, nel giugno 2012 si è costituito un gruppo composto da volontarie esperte di Formazione delle AVO di Cinisello Balsamo, Garbagnate, Milano, Magenta, Segrate e Sesto San Giovanni.
Negli anni 2008, 2009, 2010, 2011 e 2012, diversi corsi sono stati organizzati a livello regionale per la formazione dei Quadri dell'Associazione/Presidenti, con la collaborazione di esperti professionisti. Adesso sono i volontari stessi a fare formazione.
Rispetto alle precedenti esperienze, caratterizzate dall'attenzione alla formazione di base (che nel 2008 hanno portato anche alla pubblicazione di un opuscolo sulle buone pratiche), il gruppo si distingue perché si occupa di formazione permanente. La *mission* del gruppo è promuovere tale formazione attraverso volontari-formatori e avviare un processo di autoformazione; la logica e il metodo che accompagnano l'attività sono la politica dei piccoli passi e la formazione a cascata.
I settori di intervento sono la formazione dei Responsabili di reparto, la formazione dei tutor e la formazione dei tirocinanti; sono temi chiave per la vita del volontariato AVO, spesso sottovalutati per mancanza di tempo o di risorse in generale.
Quello che distingue il lavoro del gruppo Formazione è la

proposta: il percorso formativo offerto alle AVO è modellato sulle reali esigenze dell'AVO locale richiedente; sviluppo del percorso, calendario, attività e strumenti si adattano alle esigenze raccolte e ai Volontari che di fatto frequentano il corso.
Il primo passo consiste quindi nella rilevazione dei bisogni, e avviene attraverso uno o più incontri con il Presidente dell'AVO richiedente e i referenti per la formazione; successivamente si procede alla lettura dei bisogni attraverso la somministrazione di un breve questionario ad hoc o l'utilizzo di indagini già effettuate dalla sede locale.
Si passa quindi alla progettazione, che avviene in modo condiviso all'interno del gruppo; la proposta progettuale viene valutata assieme ai rappresentanti dell'AVO che ha richiesto l'intervento e con loro si concordano calendario e sede (in loco o a Milano). A questo punto il gruppo può continuare la progettazione condivisa, con la definizione delle attività dei singoli incontri e la produzione di presentazioni, strumenti e materiale didattico.
Finora sono stati realizzati due percorsi formativi per Responsabili di reparto per le AVO di Mantova (aprile 2013) e di Monza (settembre/ottobre 2013) con risultati molto positivi, come risulta dai questionari di *customer satisfaction* somministrati a fine corso. La metodologia usata per la formazione è quella attiva, che coinvolge i partecipanti in discussioni, simulazioni, analisi di caso, giochi. Per verificare la ricaduta della formazione sul campo viene organizzato un incontro a distanza di tempo. Punti di forza sono le esperienze di volontariato, di servizio e di ruolo che accomunano formatori e corsisti.
Il gruppo continua il suo lavoro ma pensa di sviluppare la sua azione promuovendo l'autoformazione attraverso percorsi di "formazione formatori" su 3 livelli: per corsi base, per formazione permanente e per tutor d'aula.

IL GRUPPO FORMAZIONE AVO LOMBARDIA

Il gruppo è formato da:

- Daniela Battaglia e Clotilde Camerata (AVO Segrate);
- Laura Ceruti (AVO Milano);
- Gabriella Gioacchini (AVO Sesto);
- Luisella Lambertini e Gianfranca Monopoli (AVO Cinisello);
- Loredana Pianta (AVO Magenta);
- Carla Riva Spinelli (AVO Garbagnate).

AUGURI

MA COME, È GIA' NATALE?

La sfilata dei panettoni

Jose Vadora

Mi accorgo che sta arrivando Natale quando per la strada appendono le decorazioni luminose, quando nella cassetta della posta trovo un bigliettino decorato di amici che abitano lontano, quando... al supermercato compaiono ovunque cataste di panettoni!

Avete mai notato quanti tipi di panettoni e pandori esistono in commercio?

Compaiono prima un po' defilati, all'ombra di pentole e tegamini; i primi sono insignificanti: panettoncini alle mandorle, al massimo glassati, pandorini economici, di quelli in cui due volte su tre non trovi nemmeno lo zucchero a velo da metterci sopra. Poi però, a fine novembre, incomincia il trionfo! Panettoni al cioccolato, alla panna e rum, al limoncello campano, al marron glacé, pandori al mandarinetto (...al mandarinetto?!). Hanno le forme e i colori più svariati: limitiamoci a dire che i più "sobri" hanno incorporato un presepino di plastica di ventiquattro pezzi! Insomma la "venuta" dei panettoni è sintomo che si sta avvicinando il periodo più lieto, più sereno... più consumistico dell'anno!

Lungi da me voler fare qui un noiosissimo saggio sul consumismo nella vita odierna, però, sinceramente, la "sfilata dei panettoni" mi dà fastidio. In primo luogo perché il più delle volte sbatto contro la catasta con il carrello, e poi perché... come si fa a resistere? Ne compri uno per abitudine e poi... te lo mangi!!!

Sembra strano ma è vero: una volta comprato sei costretta a mangiartelo, impossibile resistere! D'accordo, qualcuno obietterà che allora non ci sono solo i panettoni e i pandori, ma altre squisite dolcezze che richiamano maleficamente l'attenzione di chi tenta (inutilmente) di stare a dieta. È vero, però i panettoni sono il simbolo dell'opulenza del Natale... ma la consapevolezza del Natale?

Chissà se Buzzati aveva appena mangiato una fetta di pandoro al mandarinetto, quando ha scritto "Ce n'è troppo di Natale!".

Buon Natale a tutti!

A TUTTE LE AVO D'ITALIA

È molto bello ricevere e pubblicare le notizie che riguardano i volontari e le attività delle Avo di tutta Italia. Lavorando in redazione, ci si accorge come NOIinsieme sia veramente uno strumento che aiuta a tenere viva la comunicazione tra noi e rafforza il senso di appartenenza all'Associazione.

Per questo vi invitiamo a inviarci brevi articoli su temi legati al volontariato AVO, corredati da fotografie a

redazione@federavo.it

I migliori saranno pubblicati.

Infine vi raccomandiamo di farci avere consigli , proposte e suggerimenti, affinché possiamo meglio rispondere alle vostre attese, crescere insieme e rendere il nostro notiziario uno strumento sempre più vicino a tutti i volontari.

In occasione delle prossime Festività, il Presidente della Federavo, il Consiglio Direttivo, il Consiglio delle Regioni e la Redazione augurano a tutti i volontari un Natale di gioia e un felice Anno Nuovo, con un pensiero affettuoso a tutti gli ammalati, gli anziani e le persone in difficoltà, che ogni giorno incontriamo nel nostro servizio.

UNA PICCOLA TAPPA PER UN GRANDE TRAGUARDO

Il Programma AvoGiovani 2013/2016

Michele Piras

Nell'accingermi a tracciare le linee programmatiche elaborate dal gruppo AVOGiovani per il triennio 2013/2016, e delinearne gli aspetti sostanziali, la mia attenzione è stata improvvisamente attirata da un annuncio televisivo sui numeri, tragici, della disoccupazione giovanile in Italia; ritengo che ogni Volontario sia consapevole dell'apparente contraddizione esistente nel proporre un impegno gratuito nei confronti di una platea che chiede a gran voce lavoro. È solo un elemento dell'ingarbugliato e drammatico contesto al quale l'Associazione, come membro della comunità, appartiene, nel quale opera e rispetto al quale ha il dovere di testimoniare la propria *mission* politica, nel suo insieme e attraverso ciascuno di noi.

Le riflessioni alla base di una programmazione triennale non possono prescindere da un'analisi scrupolosa di questi fattori: è necessario infatti da un lato ragionare sulle problematiche e sulle esigenze strettamente legate al mondo AVO, ricercare soluzioni adeguate ai tempi e migliorative della struttura e del servizio, ma dall'altro lato orientare il pensiero e l'azione verso la meta prioritaria del bene comune, principio caro al nostro fondatore e oggetto dei suoi insegnamenti. Davanti a una società a un bivio, alla timorosa e individualistica strada del "si salvi chi può", noi abbiamo il compito essenziale di indicare un percorso differente, ispirato ai valori della solidarietà e dell'aiuto reciproco tra le persone.
Risulta quindi importante che, in una fase di conseguimento dei diritti mediante qualsiasi mezzo e con grave trascuratezza dei doveri, l'AVO porti avanti un progetto di maggiore integrazione dei giovani fondato su fiducia e responsabilità, con l'assunzione di incarichi sempre più rilevanti e offrendo come garanzia la competenza e l'esperienza maturate individualmente e nell'Associazione. Si tratta di un processo le cui premesse risiedono nel lavoro di riorganizzazione dell'AVOGiovani, della struttura, delle funzioni e dei rapporti con gli organi di riferimento associativi, ispirati dalla volontà di sentirsi e muoversi uniti.
Riflessioni e confronti hanno condotto innanzitutto alla predisposizione del Codice di Autodisciplina AVOGiovani, ma tale percorso si completerà effettivamente con l'*aggiornamento della Scheda Federavo n° 16 (AVOGiovani)* e la conseguente proposta di nuove e condivise linee guida da introdurre e attuare sul territorio con profonda umiltà e altrettanta determinazione.
Dalle solide fondamenta poste nel passato, mattone dopo mattone, viene edificata una casa per i ragazzi dell'AVO dove formarsi, confrontarsi, motivarsi e aprirsi con maggiore consapevolezza alla società e alla vita; l'impegno di tutti deve indirizzarsi a rendere la casa accogliente: già durante la costruzione, infatti, la prima preoccupazione è vedere la casa abitata da una famiglia numerosa.

Un *censimento*, per conoscere numeri e particolarità dei ragazzi presenti sul territorio, valutarne la partecipazione e individuarne i rappresentanti, è il punto di partenza per comprendere come procedere, Presidenti e responsabili AVOGiovani insieme; è una verifica da compiere annualmente, considerati i mutamenti che caratterizzano i giovani.
Nel mondo odierno un'Associazione non risulta accattivante se non sa comunicare.
L'obiettivo è diventare per i giovani un punto di riferimento valido ed efficace attraverso la divulgazione di informazioni e di progetti, spinti dalla convinzione che la cura dell'immagine (sito web e social network in primis) debba necessariamente conciliarsi con la sostanza delle proposte.
La *comunicazione*, interna ed esterna, riveste un ruolo fondamentale in questo senso, è da tempo oggetto di un'ampia discussione con la disamina delle potenzialità dei moderni strumenti tecnologici di cui l'AVO può e deve avvalersi per rinnovarsi costantemente.

Occorre produrre *materiale informativo* che mostri vivacità e dinamismo, rispondente alle continue richieste del territorio, sia per diffondere i principi dell'Associazione tra i volontari sia per promuovere i valori e le iniziative AVOGiovani verso la cittadinanza; a questo riguardo il gruppo intende realizzare modelli di presentazioni video e di brochure che ogni AVO locale potrà personalizzare.
E in un laboratorio di idee per il presente e futuro, quale in fondo è AVOGiovani, uno spazio adeguato spetta alla *progettualità*, volgendo particolare attenzione al mondo della scuola/università; alla *formazione*, incentrata sulla gestione delle risorse umane, sulle modalità di partecipazione ai bandi inerenti al Terzo settore e sulla creazione di un vademecum a beneficio di chi si appresta ad assumere ruoli di responsabilità; infine alla *condivisione* da consolidare mediante incontri aperti a un numero sempre maggiore di volontari, favorendo il confronto di persone ed esperienze.

Tre anni possono rappresentare un periodo lungo per ciascuno di noi, scelte ed impegni si susseguono delineando forma e sostanza della nostra vita e conferendo ai ragazzi fattezze di uomini e donne adulti; ma in un'Associazione, in un gruppo che ha una lunga strada davanti costituiscono una piccola tappa per un grande traguardo lontano, percepibile non con gli occhi ma solamente attraverso il cuore.

"BELLO È DONARE UN SORRISO"

AVO a Livorno: 30 anni insieme

Pina Di Nardo

Lo scorso 14 settembre l'AVO di Livorno ha festeggiato trent'anni di presenza nell'Ospedale cittadino. I festeggiamenti si sono tenuti presso il Santuario della Madonna di Montenero "Patrona della Toscana", iniziando con la Messa celebrata dal Vicario del Vescovo alla presenza delle autorità cittadine, del nostro Presidente Regionale Alessandro Biagi, di Cristina Machado, Presidente dell'AFCV e dell'AVO Firenze, con la partecipazione di numerosi Presidenti e Volontari in rappresentanza delle AVO della Toscana, dei Volontari livornesi e dei simpatizzanti dell'Associazione. Alla fine della Messa è stato benedetto il nostro Gonfalone.

Al termine della cerimonia religiosa la Presidente Pina Di Nardo ha tenuto un breve discorso illustrando i progressi fatti nei trent'anni di attività a Livorno. Tutto ebbe origine da un piccolo gruppo di signore che, dopo aver frequentato il corso di formazione per volontari ospedalieri a Firenze, gettò le fondamenta dell'AVO presso gli Spedali Riuniti. Dal gruppetto, sparuto ma pieno di entusiasmo, si è giunti agli attuali 108 volontari, al momento presenti in 8 Reparti, oltre alle Cure Palliative, Rianimazione, Pronto Soccorso e Radiologia.

Dopo i saluti istituzionali, il Presidente Regionale ha condiviso un messaggio del Presidente Nazionale Claudio Lodoli e ha quindi tenuto una breve relazione sull'importanza della rete costituita dell'AVO locale, l'AVO Regionale e la Federavo.

A conclusione dell'evento sono state consegnate alcune targhe ricordo alle Autorità e ai presidenti delle Associazioni di volontariato presenti. I circa 100 partecipanti al convegno sono stati quindi accolti per il pranzo presso la foresteria del Santuario.

A COSENZA L'AVO È D'ARGENTO

25 anni di Solidarietà

Il Teatro Morelli è stata la splendida cornice scelta per festeggiare i 25 anni di "attiva solidarietà" dell'AVO a Cosenza.

La Presidente Angela Cundari ha voluto sottolineare l'importanza del traguardo raggiunto dall'AVO, con una manifestazione ed uno scenario degni dell'obiettivo che da sempre si prefigge: diffondere la cultura della solidarietà gratuita.

La manifestazione ha visto coinvolte anche le scuole dell'hinterland cosentino che hanno partecipato alla terza edizione del Premio "Morgana Lamberti", concorso che ha come tema la solidarietà ed il volontariato e per il quale vengono realizzati temi, poesie e disegni.

L'affetto e la stima testimoniati dai Presidenti delle AVO Calabresi (molti dei quali presenti alla celebrazione), dal Presidente dell'AVO Calabria e dai Volontari sono stati coronati da un messaggio di ringraziamento pervenuto dalla Santa Sede, a seguito della consegna di un dono a Papa Francesco in occasione della partecipazione dei Volontari dell'Associazione all'Udienza Generale del 2 ottobre 2013.

La missiva, in nome e per conto del Pontefice, si concludeva con una benedizione per tutti i volontari: di sicuro il miglior augurio di "buon cammino" per l'AVO in una occasione così importante.

"ORECCHIE GRANDI E BOCCA PICCOLA"

I primi venticinque anni dei volontari AVO Segrate

L'8 giugno 2013 i volontari AVO che operano presso l'Ospedale San Raffaele di Milano hanno festeggiato venticinque anni di servizio, e quindi di presenza discreta, accogliente, in ascolto partecipe, accanto agli ospiti della struttura.
Guidati da Elena Locatelli, sotto l'ala affettuosa e attenta di Nuccia Orrù Longhini, in un piccolo gruppetto, "orecchie grandi e bocca piccola", hanno iniziato un'avventura coinvolgente al punto che alcune di loro ancora prestano il servizio regolarmente.
Prima con l'AVO Milano, e poi dal 2007 come AVO Segrate, tanta strada è stata fatta e non solo: perché ora i volontari AVO sono in poco meno di 400 ma anche perché sono riusciti a contribuire al progetto dell'Ospedale di umanizzare la struttura, offrendo ai degenti sostegno nella solitudine e nelle difficoltà, come un amico discreto capace di coglierne i bisogni. Un compito certamente impegnativo, frutto dello sforzo comune di tanti volontari.
Per festeggiare le nozze d'argento con l'Ospedale San Raffaele la giornata è iniziata con una Messa concelebrata da monsignor Angelo Mascheroni, Vicario episcopale della Diocesi di Milano, don Martino parroco della parrocchia del San Raffaele, don Paolo e don Walter della parrocchia di Milano 2. L'omelia di monsignor Mascheroni è stata un elogio al servizio dei Volontari e un incoraggiamento a continuare con la stessa fedeltà indissolubilmente legata all'amore. Al termine della Messa sono state lette due benedizioni papali, una rivolta personalmente ad Elena Locatelli, che a causa della sua malattia non era presente fisicamente ma vicina a tutti, e una rivolta a tutti i volontari, e inoltre l'augurio del Cardinale Angelo Scola.

Quindi la festa è continuata con il benvenuto del Presidente, una Cinzia Sacchi assai commossa che ha ringraziato oltre che i partecipanti volontari anche tutti coloro che all'interno del San Raffaele hanno un rapporto di collaborazione con noi come primari, caposala, docenti e psicologi, leggendo anche un cordiale messaggio dell'amministratore delegato dott. Nicola Bedin.
Il professor Longhini ci ha donato la sua presenza ed un intervento, interessante come sempre, in cui si è dichiarato molto soddisfatto dei risultati raggiunti, addirittura al di là delle speranze sue e di sua moglie e ha raccomandato di considerare come punto di forza i giovani che uscendo dal loro guscio devono arrivare al gruppo, e ha terminato il suo intervento con una frase di cui è importante fare tesoro: "la vita è movimento e chi dorme sugli allori non cresce".
È seguita una videointervista a Nuccia Orrù Longhini. Vedere questa donna, già sofferente, animata da tanto entusiasmo nel ringraziare tutti i volontari e consigliare loro di seguire sempre, accogliere, accompagnare i malati è stato veramente un altro momento di intensa commozione. Alla fine dell'intervista Nuccia in maniera veramente toccante ha inviato a tutti una dolce carezza che ha spinto i presenti ad alzarsi in piedi ed applaudirla a lungo.
Anche la dott.ssa Zoppei, presidente del Comitato Etico del San Raffaele, si è complimentata con tutti i volontari e ha espresso il suo apprezzamento per quanto detto dal prof. Longhini. Sono intervenuti portando il loro saluto anche Mario Grioni, Vice Sindaco di Segrate, e Leonardo Patuano, Vice Presidente di Federavo. Hanno partecipato alla festa, graditissimi ospiti, Maria Saraceno, Presidente di AVO Milano con cui è stato iniziato il lungo percorso al San Raffaele, e Vicky Manoli, Presidente di AVO San Donato.

LA GIORNATA NAZIONALE A CASTIGLION FIORENTINO

Il 26 ottobre scorso il gruppo dei Volontari AVO di Castiglion Fiorentino (Arezzo) ha celebrato la V Giornata nazionale con la presentazione del libro *Diario ad un padre marinaio* presso la Casa della Salute di Castiglion Fiorentino.
I volontari e le varie personalità intervenute hanno ascoltato con grande coinvolgimento la presentazione dell'autrice Serena Savarelli, che coadiuvata anche da immagini ha esposto le motivazioni che l'hanno animata nel racconto e soprattutto i fini benefici che sono stati perseguiti con la pubblicazione del libro tramite l'Associazione Fantagiocando. Nello specifico si tratta della realizzazione di un pozzo (già avvenuta) a servizio della popolazione di una zona estremamente povera del Burkina Fasu.

MUSICOTERAPIA

Un progetto in collaborazione con l'AVO di Arezzo

Paolo Dioni

Presso la ludoteca "La casa di Pinocchio", nel reparto di Pediatria dell'Ospedale San Donato di Arezzo, chi scrive ha svolto un laboratorio di musicoterapia per i piccoli degenti. L'attività è stata possibile a seguito di convenzione tra C.E.P. di Assisi e AVO di Arezzo, con gli obiettivi:

- di attenuare situazioni di disagio legate al permanere in ambiente ospedalizzato;
- di diminuire il tempo di inattività dovuto alla ospedalizzazione;
- di favorire la comunicazione interpersonale utilizzando tutti i possibili linguaggi;
- di favorire l'attività creativa del bambino considerandola una risorsa insostituibile della vita quotidiana;
- di favorire la realizzazione di più figure di riferimento all'interno del contesto "ospedale", al fine di ricostruire un contesto di tipo familiare (piccoli gruppi, persone adulte di riferimento, luogo di apprendimento, luogo rassicurante ed affettivamente positivo).

Il progetto ha comportato la realizzazione di uno spazio attrezzato con strumenti per i piccoli non allettati e un intervento individuale per i bambini allettati. I bambini hanno suonato e cantato, inventando testi, sonorizzando storie, esprimendosi nel gesto-suono; i genitori sono stati coinvolti in attività con i bambini, ma anche specificamente indirizzate a sollevare la loro ansia con momenti di ascolto, rilassamento, respirazione guidata, immagini rigeneranti, canti accompagnati da strumenti didattici.

Per lo sviluppo del progetto è stato di fondamentale importanza il coinvolgimento del personale infermieristico/medico e di quello esterno; sia a livello di stesura definitiva delle linee progettuali, sia durante lo svolgimento in reparto. "La casa di Pinocchio" e l'Associazione I-Care si sono rivelate partner indispensabili dal punto di vista logistico, morale, pratico e organizzativo, supportando chi scrive sotto tutti i punti di vista. Preziosa la presenza di Sara Tartaglini, infaticabile "mente pensante" e "braccio operativo"; ma tutto il personale infermieristico si è sempre mostrato disponibile e comprensivo nei confronti di particolari "intensità sonore" e di un'attività che spesso metteva a soqquadro la ludoteca e in fermento l'intero reparto.

Il progetto non avrebbe potuto aver luogo senza la sensibilità della Presidente AVO Anna Lucia Troiani: a lei e a tutti quelli che si sono adoperati per il laboratorio va un sincero ringraziamento. L'auspicio è che in un prossimo futuro si possa riprendere l'attività, del quale esistono contributi filmati e registrazioni audio (ovviamente autorizzate) utilizzate a scopi formativi.

L'AVO IN CONCERTO

Iniziativa benefica dei Volontari di Copertino, in provincia di Lecce

Tutto è cominciato quando il dott. Sandro Patruno, incontrando l'allora Presidente dell'AVO di Copertino, Marcello Calcagnile, propose di organizzare una raccolta fondi per l'acquisto di macchinari utili al reparto di Ginecologia e Ostetricia, dove prestava servizio. Il Primario dei due reparti, dott. Alex De Marzi, aveva infatti manifestato la necessità di dotarsi di due cardiotocografi, macchinari per la valutazione del benessere del feto in ambito perinatale e della presenza, frequenza ed entità delle contrazioni dell'utero della madre durante il parto.

L'iniziativa, proposta al consiglio esecutivo dell'AVO, ha subito ricevuto parere positivo: così la macchina si è messa in moto, grazie anche al pieno supporto degli sponsor. Nella suggestiva cornice del Castello Angioino di Copertino è stato organizzato un concerto vocale e strumentale, con la direzione artistica della professoressa Vanna Camassa. Il programma, che comprendeva tra l'altro arie da *La Traviata* e *Il Trovatore*, ha registrato il tutto esaurito e riscosso un successo strepitoso; e così con grande emozione il 17 settembre, in occasione dei festeggiamenti del Santo Patrono, è stata effettuata la consegna dei due macchinari. Alla cerimonia hanno partecipato i Volontari AVO ed il personale medico e paramedico delle Unità di Ginecologia e Ostetricia, alla presenza di Marcello Calcagnile, dell'attuale Presidente AVO Gerardo Mandorino, del sindaco Giuseppe Rosafio, del Direttore generale Asl/LE dott. Valdo Mellone e del dott. Borruto in rappresentanza dell'Ordine dei Medici di Lecce. Tutti si sono complimentati con l'AVO per l'impegno profuso con energia e umiltà, e per i risultati conseguiti; è la prima volta, in 18 anni di attività nella struttura ospedaliera, che siamo stati pubblicamente elogiati dalle Istituzioni, e questo, che per noi è stato un piccolo gesto fatto con semplicità, ci esorta ad andare avanti nel nostro servizio.

Chiara Stinga

FILO DIRETTO

IL DONO DELL'ASCOLTO

Guido Ambrogini

Un bambino sorridente che ascolta il rumore del mare da una conchiglia: questa l'immagine della locandina dell'evento organizzato a Lucca il 24 ottobre per la Giornata Nazionale AVO, una Tavola rotonda sulla reciprocità del dono dell'ascolto.
Un incontro-confronto tra illustri testimoni di esperienze di ascolto in molteplici aspetti della vita quotidiana, dal sociale al religioso, dal legale al medico.
Inviamo il testo dell'intervento del dottor Guido Ambrogini, psichiatra U.F. della Salute mentale adulti di Lucca, alla Tavola rotonda: a nostro avviso le sue parole sono testimonianza illuminante e toccante di quanto può essere importante la presenza dei Volontari nei reparti di Psichiatria.

AVO Lucca

Da qualche anno, nel reparto di Psichiatria in cui opero, si è stabilito un piccolo appuntamento mensile fra me ed i Volontari AVO, per ascoltare insieme le esperienze fatte nell'incontro con i pazienti.
Più ho avuto modo di ascoltare le esperienze dei Volontari, più mi sono convinto che il loro rapporto con i pazienti può costituire uno dei modelli di riferimento della relazione di cura, una relazione cioè in cui i soggetti sono coinvolti in una relazione professionale di aiuto.
Chi, come il sottoscritto, ha lavorato negli ultimi 25 anni in psichiatria è cresciuto in un clima in cui si sono alternati la fiducia e lo scetticismo nel poter esercitare quella che abbiamo chiamato una funzione intermediaria. Ognuno di noi (psichiatra, assistente sociale, infermiere, psicologo), infatti, può rappresentare un intermediario tra un mondo interiore fatto di angoscia, tensione, pensieri deliranti ed il mondo esterno, fatto dalla comunità dei cosiddetti "normali". Questa funzione è ancora viva, ma cozza sempre di più contro gli atteggiamenti di una comunità che rifiuta, dei pazienti più gravi che non vogliono uscire dal loro isolamento, di noi stessi curanti che vogliamo vederli più sani perché vederli così ci rassicura di più. Difficile risulta, comunque, costruire una reciprocità in una situazione in cui il paziente ci chiede aiuto e noi lavoriamo per darlo e vorremmo poter fare di più e spesso ci inquietiamo molto dentro (e a volte anche fuori) per non poter dare questo di più.
E qui ho accennato solo ad alcuni (anche se a mio parere decisivi) dei fattori che ostacolano l'ascolto, che si aggiungono a tutte la sovrastrutture istituzionali, alle risorse disponibili e al nostro *furor sanandi*.
Negli incontri con l'AVO è emersa invece per intero la potenzialità e la specificità dell'incontro tra il Volontari, una persona che fa parte della comunità e non del gruppo dei professionisti della salute mentale, ed i nostri pazienti.
Per un paziente, l'incontro con il Volontario significa infatti: "la comunità mi viene a trovare, mi viene incontro, mi tiene compagnia senza preoccuparsi troppo di quello che si deve dire e soprattutto di quello che si deve fare".
Spesso ci si può chiedere: "d'accordo, ma come mi dovrei comportare con un paziente confuso, o mutacico o delirante? A che serve la mia presenza in queste situazioni, se non posso parlare, se non trovo da dire parole pregnanti o significative o risolutive?". A questa domanda rispondo citando il film *Castaway* di Robert Zemeckis, con Tom Hanks nel ruolo del naufrago; metafora calzante per il soggetto ricoverato nel pieno di una crisi. Nel film, il naufrago recupera in mare un pallone da basket, vi disegna sopra un volto con qualche goccia del proprio sangue, e gli dà un nome: Wilson.
Wilson diventa un compagno inestimabile per il nostro protagonista, anche se è un compagno muto, semplicemente per il fatto che gli sta accanto.
Pensiamo allora quanto sia più importante avere accanto un'altra persona. In uno degli ultimi incontri con l'AVO, mi è stato raccontato questo episodio: una delle nostre pazienti più "difficili", tenendo il capo piegato verso terra, si è rivolta a una volontaria e le ha detto: "Per favore, stai qui con me un po' anche se non ho voglia di parlare? Comunque, anche se succedesse che ti tratto male, sappi che ti voglio bene".

AVOGIOVANI

UNA "MANOVRA" PER ESSERE VISIBILI

La proposta arriva dalla I Giornata AVOGiovani Lombardia

Ivana Musumarra

Forse non sorprenderà nessuno sapere che il più grande bacino da cui confluivano i volontari, i "giovani pensionati" fra i 55 e i 65 anni, si sta esaurendo anno dopo anno. Come sarà possibile garantire nel lungo periodo la stabilità dell'Associazione?

Far entrare, "accompagnandoli", nuovi giovani volontari nel mondo AVO potrebbe essere la risposta; affidare questo delicato compito ad AVOGiovani è la scommessa che AVO Lombardia sta portando avanti tramite nuove proposte e nuovi progetti.

Starà alla parte più giovane dell'Associazione far breccia nell'attenzione dei coetanei con una "manovra" che potrebbe essere operativa già a partire dall'anno prossimo. Il cuore della proposta è, come afferma il Consigliere di AVO Lombardia con Delega per AVOGiovani, Carla Riva, "essere visibili". Per farlo si punterà sulla collaborazione con le scuole superiori, sulla presenza nelle biblioteche, su una campagna pubblicitaria sui mezzi di trasporto e sull'incremento della comunicazione via web.

L'intervento nelle scuole superiori è stato pensato per stimolare una convenzione fra l'AVO e gli istituti, in cui si svolgeranno incontri formativi e verranno proposti stage riconosciuti a ragazzi interessati del 4°-5° anno. Per i giovani dai 18 ai 35 anni nasce la proposta di intervento presso le biblioteche, in cui saranno presenti postazioni propedeutiche alla conoscenza del volontariato ospedaliero e alla promozione del corso base per nuovi associati. Utilizzando manifesti e locandine, da affiggere nelle principali stazioni Trenord della Lombardia, "i giovani parleranno ai giovani". I messaggi promozionali faranno conoscere l'Associazione, la sua missione e la sua presenza capillare sul territorio lombardo. L'utilizzo dei social network e di un sito autogestito saranno un ponte di dialogo tra i diversi gruppi AVOGiovani e tra l'Associazione e tutti i fruitori di internet. Ai ragazzi saranno offerti corsi di formazione, per rendere la comunicazione via web più consapevole.

Il progetto, sicuramente impegnativo, potrebbe rivelarsi troppo ambizioso per un'Associazione che molto spesso stenta ad essere coesa. Con aria consapevole e disincantata, il monito a non dimenticare i punti di debolezza del gruppo Giovani viene da Simona e Laura di AVO Garbagnate.

Il futuro è già qui, sostengono le ragazze, ed è un'AVOGiovani pronta a crescere ed accogliere i nuovi volontari: ma realtà come l'assenteismo, l'individualismo e il protagonismo sono dietro l'angolo e non possono essere sottovalutate.

Saranno i punti di forza, però, quelli su cui si punterà per la crescita. Ogni giovane può portare dentro il gruppo la sua natura, il suo istinto all'aggregazione e all'amicizia oltre a dedizione ed altruismo.

Essenziale per il progetto, come sottolinea la Presidente di AVO Lombardia, Bruna Meloni, è il ruolo dei Senior a cui è affidato il supporto, il sostegno e la creazione, soprattutto nelle sedi in cui AVOGiovani fatica a formarsi, dell'ambiente adatto alla sua nascita e al suo sviluppo.

Alle AVO lombarde adesso l'ultima parola. Saranno pronte ad accogliere le proposte e farle prosperare? Se il buon giorno si vede dal mattino, le previsioni dalla prima giornata AVOGiovani Lombardia sembrano essere ottime con la disponibilità di ognuna delle undici AVO presenti a sostenere nella propria sede almeno tre dei punti proposti.

NOI insieme

Aut. trib. di Milano n. 106 del 14/3/1977
Direttore responsabile: **Giuliana Pelucchi**
Caporedattore: **Federica Dentamaro**
Comitato di redazione: **Marina Chiarmetta, Claudio Centomani, Federica Dentamaro, Loredana Pianta, Annamaria Ragazzi, Jose Vadora, Giusi Zarbà**
Segreteria di redazione: **Stefania Cacace**
Federavo - via Dezza 26, 20144 Milano

Servizi editoriali: **Graphiservice - Bari**
Stampa: **SEDIT - Bari**
Versamento contributi: bollettino postale c/c n. 62170642 intestato a Federavo
info:
tel. 0248024215-16, fax 0248024217
e-mail: noinsieme@federavo.it

La Federavo è a disposizione degli eventuali proprietari di diritti sulle immagini riprodotte, là dove non è stato possibile rintracciarli per chiedere la debita autorizzazione.

ANGOLO dello spirito

RIFLESSIONI SUL FINE VITA

Carlo Vallati

Qualcuno, memore di studi classici giovanili, parlando della morte ripete il sofisma di Epicuro: "La morte non è niente perché, quando c'è lei, non ci sono io e, quando ci sono io, lei non c'è". Sofisma forse originariamente destinato a togliere all'uomo la paura della morte; ma l'esperienza della vita sembra contraddire quell'affermazione. Infatti, quando la morte tocca una persona cara, io ci sono. Quando la morte arriva e porta via la persona amata, io ci sono. Quello che non so della morte in sé stessa, lo so dal contraccolpo che essa ha sul mio vivere, dall'assenza che essa produce.

Certe letture propongono un'educazione al pensiero della morte, suggeriscono di imparare ad avere confidenza con quell'appuntamento sostenendo, e forse a ragione, che altre culture, a differenza di quella occidentale, hanno con la morte un rapporto più sereno.
Sarà. Ma credo che la morte resti un dramma. Gesù ha pianto per la morte dell'amico Lazzaro e ha chiesto di non bere quel "calice amaro".
"Sorella morte" resta una bella e poetica espressione di un santo molto amato, Francesco, ma non tutti raggiungono vette così alte di libertà confidente. Ed un'eccessiva consuetudine con la morte può essere anche rischiosa, producendo una certa indifferenza, un'abitudine all'evento.

Filosofi e sociologi sono concordi nel dire che la nostra società ha rimosso la morte. E se non la nega, comunque la nasconde. Anche la morte è "privatizzata", vissuta nell'intimo della realtà familiare.

Da una parte si nasconde la morte e dall'altra le sue immagini entrano nella nostra vita in dose massiccia attraverso giornali, notiziari, show televisivi dove proprio dolore e morte innalzano l'audience. La morte si fa spettacolo provocando lacrime e forti emozioni.

Il parlare tanto della morte, lo spettacolarizzarla, forse è peggio del tacerne. Come scrive il filosofo Natoli, "la morte non ha più nulla di sacro e di tremendo, è semplicemente spietata, nel senso che ormai è vista e considerata senza *pietas*: è lì spudoratamente esibita, colta senza rispetto e perciò facilmente dimenticata".

Per secoli l'uomo si è compreso e relazionato al mondo e agli altri a partire dalla coscienza della morte ("incerta omnia, sola mors certa", scriveva sant'Agostino). Ma la certezza della morte oggi è posta radicalmente in discussione in Occidente, nella società post-mortale. Una società, la nostra, che non vuole sentire parlare di limiti, una società che grazie alla tecnica e al progresso medico tenta di far indietreggiare la morte, di spingere sempre oltre i limiti della longevità umana.

Questo sogno di onnipotenza dell'uomo contemporaneo può toccare anche la nostra sensibilità.
Resta vero, però, che ancora per molti l'incontro con quel limite estremo continua a porre domande, come quelle di Giobbe che, parlando della sua sofferenza davanti a Dio, trasforma in preghiera il suo sfogo: "Ricordati che la mia vita è un soffio".
O come direbbe Qohelet: "Vanità delle vanità, tutto è vanità". L'esistenza umana è vanità, per Qohelet, perché in ultimo urta contro il limite invalicabile della morte.
Eppure il libro della Sapienza intuisce che "Dio ha creato l'uomo per l'immortalità" (2,23). Dio è fedele e non ha creato l'uomo con una sete di vita per poi deluderlo. La potenza di Dio farà risorgere i morti.

Quando qualcuno mi pone delle domande sulla morte, se riesco a dire qualcosa, è sempre con riferimento all'esperienza di Gesù, al suo patire e morire abbandonandosi nelle braccia dell'Abbà. "Ti invocava con tenerissimo amore / la faccia e la terra / e sassi e terra bagnati / da gocce di sangue: / le mani stringevano zolle / di erba e di fango: / ripeteva la preghiera del mondo: / 'Padre, Abba, se possibile...' / Solo un ramoscello d'olivo, / dondolava sopra il suo capo / a un silenzioso vento...". Così il poeta David Maria Turoldo nei *Canti ultimi*. Nell'angoscia il miracolo di una fiducia incrollabile: "Ti invocava con tenerissimo nome". Stando accanto ai morenti si fa esperienza di uomini e donne che muoiono con un nome sulle labbra. Può essere quello della madre o di altri cari. Ma c'è anche chi, morendo, pronuncia il nome "Padre", come Gesù.
Turoldo non nasconde il dramma del "silenzio" di Dio. Dio non compie il miracolo di far scendere dalla Croce. Il miracolo è quello della fede: "Fede vera / è il Venerdì santo... / Quando non una eco/ Risponde / Al tuo alto grido".

Guardando il Crocifisso, il credente non è più solo. Può confrontarsi con lui, e in questo confronto può ritrovare lo spazio della speranza. I Vangeli notano i segni del trionfo già prima della risurrezione, ancora nel cuore dello scandalo: la fiducia di Gesù nel consegnarsi alla morte, la fede del centurione che nel morire di Gesù riconosce il tratto inconfondibile della grandezza di Dio. Lo spazio della speranza non è soltanto la risurrezione, ma anche il fatto che il Figlio di Dio abbia vissuto la nostra stessa morte, Lui pure, come noi, angosciato. "Anche a te la morte fa male, / per questo sei amico / di ognuno segnato dal male". È guardando la Croce, nel cuore del silenzio di Dio, che Turoldo, malato e prossimo alla morte, può dire: "Ma ora, ora so / che presto / tutto si svelerà... E io ti dico: Eccomi!".