ASSOCIAZIONE VOLONTARI OSPEDALIERI TORINO

AVO TORINO INFORMA

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

N. 63 GIUGNO 2013

Vita disimpegnata

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

Quando nella riunione di redazione ci si rese conto che l'ultimo vizio da trattare nella rubrica *"Spunti di autoformazione"* era l'accidia, Elena esclamò con la veemenza che la contraddistingue: «Ma per questo tema non so se mi basteranno tutte le sedici pagine del giornale!»

È vero. L'accidia esprime un disagio esistenziale, un male di vivere di cui possiamo elencare molte sfumature: ozio, noia, pigrizia, torpore, malinconia, disimpegno, svogliatezza, scoraggiamento, apatia, ecc.

Immaginiamo l'accidia personificata nel corteo dei vizi capitali: non può essere che comodamente seduta al bar con accanto il cartello del suo slogan preferito: *uno sbadiglio vi seppellirà.*

L'articolo di Elena ci invita a prendere innanzitutto coscienza delle cause che possono determinare quel vuoto interiore così pericoloso e così diffuso, soprattutto nella società contemporanea.

L'accidia è un vizio che predilige i solitari e tutti ne siamo a rischio: coltivare amicizie, dare un senso alla vita, sviluppare la nostra crescita interiore possono tenerla lontana.

E se è pur vero che di annoiati, apatici e indifferenti ce ne sono tanti, per contro sono davvero numerosi coloro che sono attivi, operosi, che non si lasciano abbattere dalle difficoltà e assalire dal vuoto interiore.

Un esempio per tutti. Abbiamo recentemente stretto un gemellaggio con i volontari AVO di Mirandola (Modena), città dell'Emilia duramente colpita un anno fa dal terremoto (v. pagg.8-9). Dai racconti dei volontari AVO di Mirandola è emerso l'attaccamento alla loro terra e alla loro storia: una terra fertile e una storia antica. È apparsa chiaramente la capacità di affrontare le difficoltà e di risollevarsi facendo affidamento sulle proprie forze, senza aspettare aiuti.

Infatti, nonostante la lentezza della burocrazia e i fondi per la ricostruzione che non arrivano, i Mirandolesi si stanno riprendendo da soli la loro quotidianità con grande impegno e sacrificio. Il polo industriale sta pian piano ripartendo, lentamente si ritorna alla normalità, anche se molti sono gli sfollati che non possono ancora tornare nelle loro case.

Seneca diceva: *"Non esiste vento favorevole per chi non sa dove andare"* e a Mirandola hanno dimostrato di avere idee chiare, mete precise, forti motivazioni.

Nelle pagine che seguono, troverete altri esempi di impegno, di operosità, di entusiamo nel servizio e nella vita: dall'esperienza di Lucia Funicelli intervistata da Marina, al racconto di una volontaria del Martini dal titolo *"Questo è essere volontari!"*.

Noterete che non è presente la consueta pagina AVOGiovani. È in svolgimento proprio in questo periodo il progetto che vede i giovani impegnati in attività di animazione e coinvolgimento con gli anziani ospiti della RSA di via Botticelli, di via Gradisca e del Centro Diurno Aurora. Prevediamo per il prossimo numero un ampio resoconto di questa iniziativa che ha come scopo quello creare un ponte relazionale tra le generazioni.

Prima di concludere, la redazione desidera ringraziare tutti i volontari che inviano testimonianze, racconti, riflessioni, poesie, alcuni dei quali anche piuttosto lunghi e articolati. Pur essendo, noi della redazione, diventati bravissimi nell'arte del "taglio", lo spazio a disposizione risulta sempre molto limitato: il nostro giornale esce solo tre volte l'anno con sedici pagine.

Valuteremo con il consigliere Nello Gallo che segue il sito AVO, la possibilità di uno spazio su www.avotorino.it nel quale inserire tutte le testimonianze e i racconti dei volontari che non ci è possibile pubblicare sul cartaceo.

La redazione augura a tutti un'estate serena.

In questo numero

2 **Editoriale**

3 **Riflessioni scomode**
Utopia?

4-5 **Spunti di autoformazione**
- *I vizi capitali*
L'Accidia: la scelta del disimpegno

6-7 **Il bene che non fa rumore**
- *Lucia Funicelli: la Colombia nel cuore*

8-11 **Cronache e Appuntamenti**
- *Assemblea 2013 e Premiazioni*
- *Gemellaggio AVO Mirandola*
- *Seminario sull'Autismo*
- *AVO Santena: 30 anni di attività*
- *VI Conferenza dei Presidenti*
- *Appuntamenti*

12 **Notizie dagli ospedali**

13 **Oggi in bacheca**
- *Questo è essere volontari!*
- *Ascolto a senso unico*
- *Carissimi amici AVO...*

14 **Dal mio *block notes***
- *Alla scoperta dei vecchi quartieri di Torino: san Donato*

15 *"Casa Sicura"- II^ parte INAIL Piemonte -*

16 **Dove siamo**

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

RIFLESSIONI SCOMODE

di Dario Oitana

UTOPIA?

Perché io sano e tu malato? Perché io efficiente e tu invalido? Perché io fortunato e tu disgraziato? Tra gli animali, anche tra i mammiferi superiori, vige la legge crudele che impone l'abbandono di chi è nato con qualche handicap. Da quando l'uomo invece ha cominciato a differenziarsi dagli altri animali, ci sentiamo in dovere di porci le suddette angosciose domande.

Anche se è impossibile fornire una risposta precisa, ci sono delle teorie "scientifiche" che spiegano l'ingiusta e stridente differenza tra sani e malati, in particolare malati cronici, gravemente invalidi? Raggi cosmici? Combinazioni positive e negative nell'unione dei geni dei genitori? Queste cause ipotetiche dipendono dal caso e non dalla volontà umana o dalla società.

Ci sono invece delle questioni aperte. In ogni "bugiardino" che troviamo unito al medicinale sono elencati gli effetti indesiderati con una serie di distinzioni tra casi non comuni, rari, molto rari o con frequenza sconosciuta. Che significa? Alla "maggioranza" il medicinale fa bene. Una minoranza di sfortunati risulterebbe perciò "vittima" di chi viene avvantaggiato? Un caso emblematico è costituito dai vaccini. È innegabile che liberino i bimbi dal rischio di molte malattie cosiddette infantili, malattie che in certi casi potevano causare gravissime complicazioni. Tuttavia sempre più si diffondono non solo "voci", ma dati preoccupanti. In una piccola minoranza gravi patologie si sviluppano immediatamente dopo la somministrazione del vaccino. Le case farmaceutiche smentiscono. C'è da fidarsi? E sempre scatta la solita risposta: «Ma alla maggioranza è utile, non fa male!». Sembrerebbe il trionfo del motto *mors tua, vita mea*, cioè «La tua sofferenza è il prezzo che devi pagare per il mio bene».

Comunque sia, che tutto dipenda dal caso o anche da colpe umane, si tratta di un'insopportabile ingiustizia, una discriminazione più dolorosa di quella derivante da ingiustizie economiche e sociali. Occorre fare il possibile per rendere meno stridente questa ingiustizia. Si dirà, giustamente, che il *welfare* tende proprio a questo scopo. E, già in questo campo, quanti abusi, quante proteste, in parte giuste, in parte frutto di un miope egoismo!

Certamente dobbiamo essere realisti e operare con gradualità. Ma, contemporaneamente, occorre anche mirare alto, non dimenticare lo scopo che tutti i saggi e i santi dell'umanità ci hanno sempre indicato. Anche nel campo dell'amore verso tutti, in particolare verso chi è più sfortunato, dobbiamo mettere in comune non solo quello che noi abbiamo, ma anche quello che noi siamo, soprattutto se abbiamo, non per merito nostro, la fortuna di essere sani, di non essere colpiti da patologie invalidanti.

Si potrebbe parafrasare un detto che sant'Ambrogio aveva formulato a proposito del denaro: «Non è del tuo tempo, della tua energia, che tu fai dono al malato. Tu non fai che restituirgli ciò di cui ha diritto. La possibilità di una vita umanamente dignitosa è data a tutti, non solamente ai sani. Nessuno può tenerla unicamente per sé».

Forse il futuro dell'umanità è rappresentato da una grande dimora in cui «La pietra scartata dai costruttori è diventata testata d'angolo» *(Salmo 118; Matteo 21,42)*; oppure dall'immagine di un grande banchetto, in cui gli invitati d'onore sono «i poveri, gli storpi, gli zoppi, i ciechi» *(Luca, 14,13; 21)*.

Tali "visioni" sono dunque riservate solo a chi si crede cristiano?

No, sarebbe pericoloso fondamentalismo. Meravigliosi suggerimenti ci possono venire da ogni parte.

Alcune settimane fa, alla trasmissione televisiva *Invasioni barbariche*, il padre di un ragazzo autistico così auspicava: «Se tutti facciamo qualcosa per questi ragazzi, diamo loro la vita. Ogni mese pensiamo 29 giorni a noi, come è giusto. Ma se tutti dedicassero un giorno, un giorno intero, a chi ha bisogno, non avremmo bisogno di Stato, Regione, Comune, che non ce la possono fare a seguire, ora per ora, tutti quanti e a trasmettere affetto». E si potrebbe precisare che «un giorno al mese» sarebbe da dedicare ai malati di Alzheimer, ai malati psichici, ai non autosufficienti, a tutti coloro che sono spesso a carico dei famigliari, cioè di coloro che non conoscono ferie, week end, neppure un vero riposo notturno.

La stessa persona aveva già fatto una proposta simile, meglio articolata, nel testo "*Se ti abbraccio non aver paura*" (*Fulvio Ervas ediz. Marcos y Marcos*): «Con certe persone la vita si è confusa all'ultimo istante. Ha sbagliato una virgola, ha messo il punto dove non doveva esserci. Ha dimenticato un occhio, un orecchio, un po' di cervello, una mano. Si è confusa, si è fermata un millimetro prima. Mancanze lievi, rispetto a tutti gli impegni che ha la vita… Io sogno una tassa. Tutta la squadra dell'umanità si tassa per far fronte alle confusioni della vita. Non è una faccenda di soldi ma di civiltà. Perché poteva toccare a chiunque, è una lotteria, solo che non dobbiamo condividere una vincita ma una perdita. La vincita chi l'ha avuta se la gode, è giusto, mentre la perdita dobbiamo portarla sulle spalle un po' tutti».

Non affanniamoci a dire che la proposta è inattuabile, complicata, ecc.

Certamente non si tratta di un preciso programma etico, né tanto meno politico. È un obiettivo lontano, non lo raggiungeremo forse mai. Anche le proposte evangeliche non si sono mai realizzate, se non in rari casi.

Ma in mancanza di questa prospettiva che cosa ci può infondere ancora speranza ed entusiasmo?

SPUNTI PER L'AUTOFORMAZIONE

a cura di Elena Ferrario

I VIZI CAPITALI

L'ACCIDIA: la scelta del disimpegno

Conosco le tue opere: tu non sei né freddo né caldo. Magari tu fossi freddo o caldo! Ma poiché sei tiepido, non sei cioè né freddo né caldo, sto per vomitarti dalla mia bocca.

Apocalisse 3, 15-16

Questa è la storia di quattro individui: Ognuno, Qualcuno, Chiunque e Nessuno. Bisognava fare un lavoro importante e si chiese a Ognuno di occuparsene. Ognuno si assicurò che Qualcuno lo facesse. Chiunque avrebbe potuto occuparsene, ma Nessuno non fece mai niente. Qualcuno s'arrabbiò perché considerava che per questo lavoro Ognuno fosse responsabile. Ognuno credeva che Chiunque potesse farlo, ma Nessuno mai si rese conto che Ognuno non avrebbe fatto niente. Alla fine Ognuno rimproverò Qualcuno per il fatto che Nessuno non fece mai quello che Chiunque avrebbe dovuto fare.

Anonimo

Credo che nel corso dell'esistenza di ognuno debba avvenire un passaggio indispensabile: bisogna farsi carico della propria vita e delle proprie responsabilità. Risulta incredibilmente facile attribuire la colpa del nostro disagio a qualcun altro, perché si tratta della soluzione più a portata di mano: di volta in volta vengono accusati i propri genitori, la propria scuola o la società in cui si vive. In tal modo, però, la nostra stessa vita viene espropriata del suo significato più profondo.

Marco Lodoli, giornalista e scrittore contemporaneo

A meno che qualcuno conosca un poco La Divina Commedia e i versi severi che Dante riserva agli accidiosi (*Questi sciagurati, che mai non fur vivi*, Inferno, Canto III) o che ricordi ancora, grazie a una solida memoria, l'elenco dei sette peccati capitali che finiva con l'accidia, imparati a catechismo, molti non hanno un' idea precisa del significato di questo termine perché di accidia si è sempre parlato poco anche se le svariate modalità in cui essa si manifesta sono piaghe molto presenti da sempre nel contesto umano. Attualmente però questo vocabolo inusuale sta guadagnando velocemente terreno sulla rete: di accidia si discute in una gran quantità di forum e il più noto motore di ricerca, *Google*, per la voce "accidia" sforna un'enorme quantità di risultati (qualcuno ne ha contato svariate decine di migliaia!), che rimandano a siti di ogni genere: religiosi, medici, psicologici, psichiatrici, grafologici, politici, sindacali, pubblicistici e via elencando. Segno che, da punti di vista diversi e lontani tra loro, l'accidia appare sempre più come un fenomeno diffuso e inquietante della nostra epoca.

Che cos'è l'accidia? L'uso iniziale di questo termine, che deriva dal greco [akedìa], e significa incuria, indifferenza, tedio, mancanza di interesse per qualcosa, risale alla tradizione religiosa. Nel IV secolo d.C. un famoso Padre del Deserto, Evagrio Pontico, definì l'accidia "il demone di mezzogiorno", perché era la tentazione che assaliva i religiosi a metà della giornata, quando, dopo la fatica delle veglie di preghiera notturna e mattutina e quella delle varie attività di lavoro svolte dai monaci, l'entusiasmo e l'ardore per la vita spirituale scemavano drasticamente. Più tardi, nel medioevo, Tommaso d'Aquino definisce l'accidia come un particolare tipo di tristezza, di malessere interiore, per cui l'uomo diventa lento e pigro nell'esercizio delle cose spirituali, a causa della fatica psico-fisica ad essi congiunta. Da allora l'accidia entrò a far parte dei vizi capitali e in tale veste venne considerata un grande nemico da combattere.

Dante Alighieri mostra nell'accidia l'aspetto più terribile della disumanizzazione; gli accidiosi, collocati nell'antinferno, non meritano neppure l'inferno perché, non avendo combinato nulla nella vita, indifferenti a tutto, senza mai scegliere da che parte stare, rinunciando a tutte le responsabilità, si identificano con coloro che nell'Apocalisse vengono definiti né freddi né caldi. Per questo il poeta fa pronunciare a Virgilio, sua guida e maestro, la sdegnosa frase: " non ragioniam di lor, ma guarda e passa". Di loro, che nessuna traccia hanno lasciato nel mondo, non vale neppure la pena di parlare.

Il disimpegno che contraddistingue l'accidia ha mille facce e darne un quadro esauriente sarebbe impossibile. Ma anche una tipologia limitata di casi può illuminarci sul fatto che, se non abitualmente, almeno di quando in quando capita a tutti di non riuscire a sfuggire al comodo richiamo dell'accidia, particolarmente quando si manifesta sotto forma di apatia verso tutto e tutti oppure come estraniamento da richiami morali elementari o ancora come rifiuto della responsabilità o indifferenza per qualcosa di importante. Ecco una breve lista, costruita sul noto modello lanciato da Fabio Fazio nelle sue serate su Raitre, che elenca una tipologia del disimpegno, con cui poterci confrontare:

quelli che... non prendono mai posizione per paura del rischio;

quelli che... rifiutandosi di pensare, seguono per comodità le opinioni di questo o di quello;

quelli che... davanti a un ostacolo da rimuovere o a una iniziativa da prendere, si fermano dicendo: "ci penserà qualcun altro";

quelli che... davanti al pestaggio di una persona restano impassibili o voltano la faccia dall'altra parte;

quelli che... passano le loro giornate vuote e inutili perché niente per loro è interessante: né quanto potrebbero fare, né dove potrebbero andare, né con chi potrebbero incontrarsi;

quelli che... si lamentano del proprio paese, del proprio governo, del proprio futuro incerto e che invece di chiedersi

come attivarsi per far progredire le cose, dicono: "non è un problema mio";

quelli che... per indolenza, mai hanno scelto né mai sceglieranno;

quelli che... nei sondaggi di opinione figurano sotto la voce: "senza opinione" .

L'elenco che precede si allungherebbe in modo impressionante se si dettagliassero ulteriormente le svariate forme di omissioni che ogni enunciato sottintende. Già avere presenti una serie di sinonimi di "accidia", tra i quali mi limito a inserire l'ignavia (che significa mancanza di volontà e di forza morale), l'inerzia, la negligenza, l'incuria, la poltroneria, l'immobilismo, il disinteresse verso ogni iniziativa, aiuta a richiamare alla nostra memoria una serie interminabile di inadempienze: perché, ad esempio, quella garza o quel bisturi dimenticati dal chirurgo nella pancia del paziente? Perché quelle merendine stracolme di grassi idrogenati, invece di una sana torta preparata in casa per i nostri figli? Perché tutti quei rifiuti nel cassonetto dell'indifferenziato, quando il comune o il quartiere ha disposto la raccolta distinta per generi diversi? Perché quell'ora preziosa sottratta ai giochi coi bambini per passare l'intera domenica a guardare lo sport in TV.?

L'accidia collettiva sta minando paurosamente l'assetto delle nostre società. Nel nostro mondo frenetico e indaffarato che vorrebbe imporre a tutti ritmi rapidi e dinamici, l'accidia si allea sempre più spesso col lasciar fare o l'abborracciare. Tanto, si pensa, il mondo è uno sfascio, sono tutti uguali e migliorare è impossibile. Con questo modo di ragionare tranquillizziamo la nostra coscienza e giustifichiamo la nostra condotta quotidiana fatta più di omissioni che di azioni costruttive. Non ci piace come vanno le cose; allora, anziché rompere le regole del gioco, contrapporsi, o resistere, si sceglie il disimpegno e si punta sul disfattismo come se fosse il surrogato della virtù. Viviamo nel mondo del fare, ma l'agire è spesso accompagnato dal fastidio, dalla noia, dalla disaffezione: la smania di distrazione, di evasione dai nostri compiti (anche perché sovente non sono stati scelti da noi), prevale sulla capacità di attenzione e di esecuzione accurata delle cose. L'attenzione e l'accuratezza richiedono fatica; l'accidioso non sa o non vuole faticare. Soprattutto non si sa dedicare. Nel nostro tempo molti non sanno coltivare a lungo neppure un amore, la cui custodia richiederebbe sforzo creativo, capacità di immaginazione, voglia di condivisione con l'altro. Invece dicono: che noia! L'accidioso non riesce a portare a compimento l'opera: è solo capace di divagazione. Allo stesso modo abbiamo genitori distratti, maestri svogliati, medici che visitano i pazienti al telefono, funzionari poco o nulla funzionanti, politici pieni di zelo per la loro poltrona e... giovani vuoti, demotivati, spenti nei confronti della vita.

L'accidia può anche nascondersi a lungo dietro la maschera di un efficientismo esasperato con cui molti mettono a tacere le domande importanti sul senso della propria vita, sulla valorizzazione dei propri talenti, sulle responsabilità di ognuno verso gli altri e verso l'ambiente che li ospita. Ogni giorno la loro agenda appare stracolma di impegni: ufficio, pranzi di lavoro, palestra, un party di qua, un cocktail di là, shopping, serate lunghissime e sempre super-impegnate, purché non rimanga un attimo nella giornata per fermarsi a pensare. Perché se si pensa, si sente vagamente di correre il rischio che affiori il vuoto, l'assenza, il "nulla degno di nota"

Abulia - ***Monica Irene Lopez Corradi***

E' il dramma di tante esistenze che non trovano la forza morale di accogliere l'inquietudine come segnale che forse si sta conducendo una vita superficiale, priva di senso. Si pensa invece di poter colmare quel vuoto cambiando ciò che si ha con ciò che non si ha ancora. Si moltiplicano gli impegni e la ricerca di diversivi: basta con la solita abitazione, con i soliti amici, con il solito compagno/ la solita compagna, il solito club, la solita dieta, i soliti abiti. Cercare alternative, ma sempre della stessa natura, è l'espediente del proprio sopravvivere.

Giunti a questo punto, bisogna riconoscere che l'uomo, incline per natura ad adagiarsi nelle comodità, e a scansare il più possibile fatiche, sforzi e responsabiltà, mai come in questa nostra epoca è stato provocato ad assecondare queste sollecitazioni. Le nostre società - pur dando segnali evidenti che l'andazzo dovrà cambiare, - insistono tuttora nel proporre modelli di vita seducenti e altamente disimpegnati, basati sul conseguimento di una felicità frutto del benessere fisico e del possesso più ampio possibile di beni materiali. I mass-media che di queste società sono i portavoce, che instillano nelle menti dell'uomo i pensieri che dovrà pensare, i sentimenti che dovrà provare e le cose che dovrà fare, hanno ormai anestetizzato, in larghe fette di umanità, le tre fondamentali risorse che fanno la grandezza e la bellezza dell'uomo: il pensare, il sentire, il volere. Quanto più violenti si fanno questi attacchi alla vera essenza della nostra umanità, tanto più fortemente saremmo invitati ad opporre un rifiuto di questi modelli.

Molti purtroppo, allettati e sedotti dalle facilità del disimpegno e dalle gratificazioni della materia, hanno dimenticato che l'uomo è stato pensato come essere dotato di spirito, di pensiero libero, creativo, fantasioso. Siamo al mondo per rendere abitabili i deserti, vivibili gli spazi, per far fiorire meraviglie con l'opera del nostro ingegno, della nostra volontà, delle nostre mani laboriose. Siamo al mondo soprattutto per rendere significative tutte le nostre esistenze, perché tutti abbiamo ricevuto il nostro talento da far fruttare.

L'accidioso, la cui volontà è inattiva, oscillante, instabile, rinuncia a progettare, tantomeno a migliorare, ad abbellire, a costruire.

Non esistono ricette utili per guarire l'accidia. Non sono mai i suggerimenti e i consigli che provengono dall'esterno che possono modificare le scelte libere dell'uomo. L'unico mezzo per cambiare, è quello di rendersi conto di come l'accidia disumanizzi l'uomo uccidendo in lui la grandezza di cui sarebbe capace.

IL BENE CHE NON FA RUMORE

di Marina Chiarmetta

LUCIA FUNICELLI: la Colombia nel cuore

Lucia Funicelli è originaria di Cittadella in provincia di Padova. Ha due sorelle, una più grande e una più piccola di lei.

È entrata a far parte dell' AVO di Cittadella molto giovane e vi è rimasta per diciannove anni.

È stata delegata AVO Giovani del Triveneto dal 1999 al 2001 e delegata AVO Giovani Nazionale dal 2001 al 2007.

Ha lavorato per una società parabancaria fino al 2008, data della sua partenza per la Colombia.

Sei stata volontaria AVO per molti anni. Che cosa ha rappresentato per te l'AVO?

L'AVO è stata una scuola di vita importantissima per me. Ci sono arrivata molto giovane (non avevo neppure diciotto anni) e qui sono cresciuta come persona e mi sono formata secondo valori che sono entrati a fare parte della mia vita quotidiana: l'empatia, il rispetto e l'attenzione per gli altri, la condivisione e l'aiuto reciproco.

L'AVO è stata ed è la mia seconda famiglia, è il luogo dove trovo molte persone che condividono i miei ideali, hanno la mia stessa visione della vita e dove so che sarò sempre ben accetta e soprattutto compresa e incoraggiata a seguire il percorso di vita scelto.

Quando hai deciso di fare una scelta diversa? E perchè?

Fin da bambina sognavo di poter dedicare un pezzetto della mia vita alle persone meno fortunate. L'incontro con l'AVO mi aveva permesso di realizzare questo mio sogno nella realtà in cui vivevo. A un certo punto della mia vita però ho sentito forte dentro di me l'esigenza di fare una scelta differente e di dedicare una parte della mia esistenza a un' esperienza diversa. È così che nel gennaio del 2008, dopo due brevi esperienze di un mese in terra di missione, ho deciso di partire per un anno come volontaria internazionale andando a portare il mio servizio in Colombia. E l'anno iniziale…. alla fine è durato quattro straordinari anni in terra colombiana.

Vuoi parlarci di una realtà così lontana dalla nostra e dei problemi e difficoltà che hai incontrato?

La Colombia è uno dei paesi più violenti e difficili del continente americano e purtroppo spesso è conosciuta solo per il narcotraffico e la coltivazione della cocaina. Invece in questo paese ho incontrato gente bellissima che ha saputo accogliermi e accettarmi. Nello specifico io mi sono dedicata ad un progetto gestito a Bogotà dalla congregazione dei Padri Scalabriniani, che hanno come missione proprio l'accoglienza al migrante. Il mio primo anno in terra colombiana l'ho trascorso lavorando a vari progetti a Lisboa de Suba, uno dei quartieri più violenti e malfamati della capitale colombiana. Lì ho lavorato in una biblioteca-ludoteca e centro culturale dove mi sono occupata in particolare della gestione di un progetto di artigianato solidale con le donne *"cabeza de hogar"*, cioè donne capofamiglia; inoltre ho dato una mano in un doposcuola come sostegno ai bambini che arrivavano al centro. Dal secondo al quarto anno di permanenza in Colombia oltre a questo lavoro, mi sono occupata della nascita e gestione di una Casa di Accoglienza per *desplazados* (gli sfollati interni che scappano dai focolai di guerra in Colombia) e rifugiati politici. Nell'ambito di questo progetto mi sono occupata della gestione della casa, dal vitto e alloggio, al supporto legale, documentale, psicologico e sociale agli ospiti della casa.

Lavorando a questi progetti ho avuto modo di toccare con mano la dura realtà colombiana fatta di violenze, soprusi e disgregazioni familiari. Molto spesso alla sera, arrivata a casa dopo giornate estenuanti di lavoro, mi capitava di stare per ore seduta al tavolo della cucina a riflettere, a farmi domande, a cercare di riordinare le idee che si affollavano nella mia testa. Vivere in mezzo a tanta violenza mi colpiva ogni giorno, perché a certi tipi di violenza non ci si abitua mai.

Come donna era molto difficile per me capire una società eccessivamente maschilista in cui la donna, pur essendo il perno della famiglia, quasi sempre sola ad allevare orde di bambini e a inventarsi ogni giorno qualche espediente per portare a casa qualcosa da mettere nel piatto, non vede riconosciuto il proprio ruolo. E ancora più duro per me era accettare la rassegnazione di quelle donne che a forza di sentirsi ripetere dal maschio che non valgono nulla se non a fare figli e a essere le "serve" dei padri, dei fratelli, dei mariti, erano convinte che non valesse neppure la pena di lottare per un futuro diverso.

Vedere poi dei bambini belli, vivaci, intelligenti, privati o minacciati nei loro diritti fondamentali alla salute e all'istruzione, è uno spettacolo che spezza il cuore. Vedere uomini che a soli vent'anni si sentono già dei falliti e che non riuscendo a realizzarsi affogano la loro frustrazione nell'alcool, nella violenza e nell'illegalità, colpisce ed è un dolore che arriva nel profondo della coscienza.

Molte volte, arrivata a casa alla sera, mi chiedevo cosa stessi a fare lì; mi sentivo frustrata, impotente e completamente inutile. Sentivo che non potevo fare nulla per combattere la violenza e i disagi in cui vivevano le persone che incontravo ogni giorno. Ma c'erano anche sere in cui arrivavo a casa felice, solo perché quel giorno uno dei miei bimbi era arrivato al centro con un buon voto preso a scuola, o una bimba mi aveva fermato e mi aveva detto *"Hello teacher, my name is Orieta"*. O una donna aveva alzato gli occhi dal lavoro che stava facendo e sorridendo mi aveva detto *"sai Lucia….ieri sera ho fatto vedere a mio marito i lavori che sto facendo e mi ha detto che sono brava"* o un uomo era passato dal centro solo per dirmi che aveva trovato lavoro e che finalmente alla sera avrebbe potuto portare a casa qualcosa da mangiare alla famiglia.

O semplicemente guardando uno dei meravigliosi tramonti di questo altipiano situato a 2600 m. di altitudine, nel cuore delle Ande, mi rendevo conto che anche solo condividendo un breve tratto della mia vita con loro stavo facendo qualcosa di speciale per me e per loro: stavo lottando assieme a loro per dare un po' di luce all'oscurità in cui spesso è immersa la vita delle persone povere di questa parte del mondo.

Hai incontrato qualche persona speciale o qualcuno che ti ha aiutato nelle difficoltà?

Ogni singola persona che ho conosciuto in questi quattro anni di vita colombiana mi è rimasta nel cuore. Ho incontrato moltissime persone speciali che mi hanno insegnato il valore e l'importanza delle piccole cose. Vedere queste piccole grandi donne che, sebbene vivano in un mondo complicato, lottano senza sosta e anche nei momenti più bui sono in grado di asciugarsi gli occhi dopo un bel pianto e sorridendo ti dicono che il giorno dopo ci riproveranno e che non si arrenderanno mai, perché non stanno lottando solo per loro ma anche per il futuro dei loro cari, è un' emozione difficile da descrivere a parole. I bambini di Lisboa de Suba sono degli esserini fragili e vulnerabili, che ti fanno sentire speciale perché si entusiasmano per ogni cosa. Sono bambini che riescono ad essere felici anche in mezzo al nulla e a regalarti sorrisi, abbracci e un affetto incondizionato che ripaga tutti i tuoi sforzi e le tue difficoltà nel vivere una realtà così difficile.

Il popolo colombiano è un popolo molto positivo, perché nonostante viva da oramai troppi anni stretto in una

morsa di violenza, ingiustizia e violazione dei diritti umani quotidiana, è un popolo gioioso, che trova sempre un motivo per sorridere e per sperare nel domani e che così facendo insegna anche a te a non fare tanti piani per il futuro ma a cercare di vivere l'oggi in maniera più intensa e profonda.

Parlaci ora del tuo ritorno in Italia e dei tuoi progetti per il futuro.

Dopo quattro anni in Colombia, nel gennaio 2012 sono tornata in Italia. Il progetto che avevo gestito in Colombia aveva già acquistato una sua autonomia: "camminava sulle proprie gambe" e quindi era tempo per me di tornare a casa e di dedicarmi ad altri progetti. E poi, dopo quattro anni, lo devo confessare, avevo anche voglia di un po' di normalità. Avevo bisogno di vivere per un po' in un posto dove non mi dovevo preoccupare in ogni momento della sicurezza mia e delle persone che mi circondano, in cui mi potevo permettere cose che per noi sono normali, ma che in Colombia per me già non lo erano: una passeggiata alla sera, una birra con gli amici o semplicemente una chiacchierata fuori della porta di casa a notte inoltrata.

Non avevo grandi progetti in mente, semplicemente avevo deciso di tornare e restare un po' in Italia. Ma la vita ancora una volta aveva in serbo una sorpresa per me. I padri scalabriniani presenti in Italia, saputa la mia intenzione di fermarmi per un po' nella mia terra natia, mi hanno proposto di continuare a collaborare con loro e da Marzo 2012 vivo a Milano dove ricopro l'incarico di responsabile del Volontariato Internazionale di ASCS (Agenzia Scalabriniana per la Cooperazione allo Sviluppo).

Insomma, io che sono partita oramai cinque anni fa cercando di realizzare il sogno di dedicare un po' della mia vita alla terra di missione, ora mi trovo ad aiutare tanti altri ragazzi a realizzare il mio stesso sogno.

Per tutto questo devo ringraziare innanzitutto la mia famiglia che da sempre mi segue e sostiene ogni mia "pazzia" con rinnovata energia, ma un ruolo fondamentale in questa mia scelta di vita l'ha avuta l'AVO. Perché ho avuto la fortuna di incontrarla molto giovane e di crescere in un ambiente sano dove mi è stato insegnato il valore della gratuità, del dono e della condivisione con gli altri.

13 Aprile: ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

PREMIAZIONI

L'Assemblea si è svolta presso l'Aula Magna Dogliotti dell'Ospedale Molinette.

I soci presenti sono stati 182, le deleghe 217, per un totale di 399 presenze.

Espletati tutti i punti all'ordine del giorno, al termine dell'Assemblea, abbiamo festeggiato i soci che con impegno e costanza svolgono da anni il servizio, consegnando loro a ricordo dell'evento un orologio in argento.

Hanno compiuto i 30 anni di servizio i volontari: *Paola Peyron, Angela Tua, Ester Borromeo, Laura Montanaro, Anna Grosso, Giovanna Michelatti e Maria Romita.*

Sono strati premiati per i 25 anni di servizio i volontari: *Giuseppina Carando, Elena Belfiore, Rosa Orfino, Luigina Destefanis, Tullia Possetti, Cristina Marinello, Laura Michelatti, Paolo Bonfiglioli, Maria Bich, Piera Ostorero.*

Hanno raggiunto i 20 anni di servizio: *Bianca Cerutti, Ortensia Cassardo, Liliana Rigoli, Cristina Romagnolo, Fausta Ferrero, Gian Luigi Barbero, Grazia Aleotti, Maria Gandolfo, Lidia Giampietruzzi e Maria Margherita Lapi.*

Sono state infine consegnate 22 pergamene per i 10 anni di servizio a: *Flavia Carla Bonaria, Salvatore Cau, Rosina Santina Cimino, Anna Maria Leopizzi, Giulia Mei, Miranda Novara, Giuditta Petrillo, Giuseppe Piazza, Rosa Armeni, Rita Borello, Carmen Bruni, Giuseppe Cafiso, Maria Grazia Forlani, Elvira Gai, Nadia Gandolfo, Lorenza Graglia, Giulio Guarato, Lidia Mussino, Giancarlo Niceto, Roberto Oliva, Grazia Vaschetti, Emilia Vianco.*

A tutti un caloroso grazie!

30 anni di servizio

25 anni di servizio

20 anni di servizio

20 Aprile: GEMELLAGGIO CON L'AVO DI MIRANDOLA

Eravamo su per giù una trentina di volontari quel sabato 20 aprile, temerari avventurosi diretti in pullman a Mirandola, con il tempo incerto e con la prospettiva di un lungo viaggio che doveva risolversi tutto in giornata. O, più semplicemente, eravamo degli ostinati ottimisti mossi dalla volontà di portare a termine il progetto da tempo coltivato di un gemellaggio con i volontari AVO di Mirandola, per offrire il nostro contributo finanziario destinato all'acquisto di attrezzature utili alla riattivazione dell'ospedale locale.

E ce l'abbiamo fatta! Molta è stata la soddisfazione e altrettanto grande la gioia quando, arrivati a destinazione, ci siamo resi conto di quanto la nostra presenza fosse importante non solo per i volontari, ma anche per i cittadini, come segno di solidarietà, di vicinanza, di prova che, a un anno di distanza dalla tragedia che li aveva colpiti, i terremotati erano ancora presenti a tante persone del resto d'Italia, ad essi unite in spirito di condivisione.

Siamo stati accolti con molto calore e, all'interno di una struttura polifunzionale, siamo stati subito invitati a sederci a tavola dove ci siamo "mescolati" con i volontari del posto, in un partecipe scambio di esperienze e di emozioni. L'in-

contro è stato arricchente perché, i racconti dei giorni del terremoto, pur nella loro drammaticità, erano intrisi di parole di fiducia, di voglia di ricostruire, di ricominciare senza paura, pur di risollevarsi.

Il pranzo è stato, oltre che un momento di grande convivialità, anche un'occasione per gustare una cucina tra le più saporite e gustose d'Italia: gnocco fritto, tigelle, ragù di salsiccia e molto altro, il tutto innaffiato da ottimo Lambrusco.

Abbiamo ricevuto una calorosa accoglienza da parte della Presidente dell'Avo di Mirandola, Carla Molinari, seguìto dalla consegna di un cesto di prodotti locali (aceto balsamico, vino, marmellate...). Il nostro Presidente Felice Accornero ha consegnato a nome dell'AVO di Torino un contributo di solidarietà per l'ospedale colpito dal sisma.

Grande interesse ha suscitato il racconto del prof. Bruno Andreolli dell'Università degli Studi di Bologna, esperto di storia locale con un *excursus* sulle vicende di Mirandola dagli insediamenti etruschi e romani fino alla comparsa nel XV secolo dell'illustre filosofo Giovanni Pico, che ha reso famosa la città e che è ricordato per la sua formidabile memoria.

L'attenzione di tutti è stata particolarmente richiamata sugli edifici monumentali e in particolare sulle bellissime Chiese del tredicesimo, quindicesimo e sedicesimo secolo, veri gioielli ormai compromessi dai segni indelebili del sisma: distrutti, sventrati, pieni di macerie che invadono spazi ormai vuoti, facciate rimaste in piedi con dietro il nulla.

Per meglio sensibilizzarci, siamo stai poi invitati a visitare questi luoghi, accompagnati da Nicoletta Vecchi Arbizzi, Presidente dell'Associazione "La Nostra Mirandola" che si occupa di solidarietà e cultura. Purtroppo il tempo, che dava segni già dal mattino di non essere dalla nostra parte, ci ha regalato una serie di acquazzoni, costringendoci a terminare in fretta il nostro giro e a rifugiarci, completamente inzuppati, sul pullman.

Forse chi non ha vissuto in prima persona quei momenti del terremoto non potrà mai capire fino in fondo la tragedia che ha investito queste persone, ma dopo questo nostro viaggio, siamo sicuri che anche solo un gesto di solidarietà è fondamentale per sostenere soprattutto moralmente chi si è visto sconvolgere la vita in pochi minuti. E l'AVO non poteva non accorrere a questo richiamo.

Laura Carrera

10 maggio 2013: Seminario sull'AUTISMO

Perché un seminario sull'autismo? Per esplorare spazi meno conosciuti, per incontrare se stessi, per mettere in discussione i propri schemi mentali, per delineare strade future, per rispondere al bisogno di conoscere di più, per dare voce a chi non ha il coraggio di iniziare a parlare di certi argomenti.

Riportiamo qui di seguito una sintesi degli interventi dell'intensa e interessante mattinata a cura di Rita Borello.

Autismo: messa a fuoco del disturbo: dott. Roberto Keller, neuropsichiatra ASL To2

Si definisce autismo una serie di disturbi di origine genetica complessi e diversi. Ogni malato ha una sua manifestazione di autismo.

Nel disturbo autistico propriamente detto si ha, ad esempio: compromissione qualitativa della comunicazione, incapacità a sostenere una conversazione, uso di un linguaggio ripetitivo e stereotipato; compromissione qualitativa dell'interazione sociale, incapacità di vivere la reciprocità e la condivisione; interessi ristretti e ripetitivi, dedizione assorbente ad un solo interesse, abitudini rigide e ripetitive; incapacità a comprendere e interpretare le azioni dell'altro; mancanza di elasticità e di programmazione delle attività.

Lavorare con persone autistiche significa districarsi nell'universo dei loro dettagli. Modificarne anche uno solo significa modificare la loro quotidianità. Non si può quindi mai improvvisare o si rischia di stravolgere il loro universo. L'intervento deve essere precoce e individualizzato. Bisogna imparare a vedere il mondo dal loro punto di vista.

Altra forma di autismo è la sindrome di Asperger, più difficile da riconoscere in tenera età perché ad alto funzionamento cognitivo. Nell'adolescenza sorgono più evidenti problemi di interazione fra coetanei, incapacità a riconoscere la comunicazione non verbale, mimica limitata, difficoltà motorie, restrittività e ripetitività di interessi.

Il prof. Keller presentato dal moderatore Onofrio di Gennaro

Il disturbo di Rett e il disturbo disintegrativo dell'infanzia, presentano ad età diverse la regressione delle capacità di linguaggio e motorie precedentemente acquisite e che spesso vengono perse totalmente.

L'incomunicabilità dell'autismo: quali linguaggi terapeutici curano? - dott.ssa Tania Margiotta, psichiatra e psicoterapeuta.

Il bambino autistico vive la frammentazione della realtà, la percepisce solo in parte. La sua mente si costruisce intorno a frammenti slegati fra loro, manca un codice che li leghi e li interpreti. Come intervenire con il nostro linguaggio?

La dott.ssa Tania Margiotta

Bisogna stare alle sue regole e cercare piano piano di espanderle. Quando il bambino interrompe la ripetizione dello stesso gesto si ha un attimo come di sospensione, in cui intervenire dandogli un racconto breve, una frase che lo riguarda, per aiutarlo a costruire un'immagine di sé. All'interno del suo gioco, del suo gesto, non c'è disponibilità al rapporto. Bisogna attendere e cogliere la breccia per la relazione. Va educato a guardare lontano, a uscire da se stesso, a stare nel ritmo del dialogo, a costruire una narrazione di se stesso. Dove c'è narrazione di sé c'è relazionalità.

Testimonianza di Dario Oitana

nonno di un bambino di 6 anni, che tra i 2 e i 3 anni ha perso l'uso del linguaggio prima acquisito normalmente, fino a diventare averbale.

Per i genitori di bambini autistici vedere bambini normodotati è devastante e li spinge a voler sapere sempre di più sulla malattia, a intraprendere terapie affidandosi a medicine alternative, a internet, fino a rischiare di finire in mano a ciarlatani. Se è il primo figlio ci vuole coraggio ad averne altri, perché assorbe molte energie, perché aumenta la probabilità che anche il secondo sia malato, per non essere accusati di averne voluto un altro per assistere il fratello malato. Si vive l'angoscia del "dopo di noi?". Cosa sarà di lui, chi gli darà affetto e cura? Bisogna scommettere su possibili progressi, perché rassegnarsi è morire. Scommettere, anche se si vince una volta su cento, scommettere senza illudersi.

Da sin: Dario Oitana, Onofrio di Gennaro, Eugenio Totaro, Mariella Massetti, Nello Gallo

Testimonianza di Mariella Massetti insegnante di sostegno di Giorgio.

Per affrontare questo disturbo bisogna vestirsi di ottimismo, buona volontà e competenza. Insieme si può aprire la scatola che imprigiona il bambino autistico. Bisogna dare al bambino la maggior normalità possibile.

Con Giorgio ho cercato di usare il linguaggio del corpo per superare la sua averbalità, di dare delle regole pur rispettando i suoi tempi , di stabilire un contatto oculare, di partire dal gioco come forma di apprendimento, di far conoscere alle famiglie dei compagni quali sono i suoi problemi e cosa poteva succedere in classe, perché il percorso fosse sereno e non mortificante per la sua famiglia, per farlo arrivare all'autonomia e all'indipendenza fin dove si è potuto. Al termine dell'intervento Giorgio è salito sul palco mentre veniva proiettato un filmato su di lui, in un momento molto intenso e commovente.

Handimatica: le nuove frontiere per superare la disabilità - Paola Borgogno, consigliere Fondazione ASPHI

Lo scopo dell'ASPHI è di promuovere l'integrazione dei disabili nella società attraverso ausili tecnologici. In particolare la tecnologia *touch* è utile per i soggetti autistici ed è nato così il progetto *"Touch for autism"* (T4A).

La dott.ssa Paola Borgogno

Perché la tecnologia aiuta? Perché il computer è uno strumento di comunicazione esplicito, non ha dimensioni emotive e facilita la comunicazione perché non prevede un contatto diretto. Sul *tablet* già sono disponibili storie sociali costruite appositamente per ogni persona, liste di istruzioni per varie situazioni con insegnamenti visivi, filmati con comportamenti da imitare. È in previsione un'agenda giornaliera con timer che aiuti il ragazzo nella programmazione della sua giornata.

Intervento di Eugenio Totaro – terapista dell'APRES.

L'ippoterapia (terapia con l'ausilio di cavalli), in particolare il volteggio integrato, è un lavoro di squadra che coinvolge ragazzi normodotati e disabili, tra cui ragazzi autistici. È un'attività che stimola l'interazione e la cooperazione, al fine di far capire e comunicare cosa ciascuno deve fare, e di apprendere a fidarsi l'uno dell'altro, per raggiungere insieme un obiettivo. Sono capacità che si generalizzano poi negli altri ambienti frequentati dai ragazzi.

12 maggio 2013:
AVO SANTENA
1983-2013

Una delegazione di volontari AVO di Torino (nella foto) ha partecipato domenica 12 maggio ai festeggiamenti per i trent'anni di attività dell'AVO di Santena.

17-19 maggio 2013: VI CONFERENZA DEI PRESIDENTI

Si è svolta a Pescara la VI Conferenza delle AVO d'Italia. Il 17 e 18 maggio l'Assemblea Federavo, massimo organismo della Federazione, ha approvato il nuovo statuto e rinnovato le cariche sociali.
Sono stati eletti:

Presidente della Federavo: ***Claudio Lodoli***

Consiglieri:

Massimo Silumbra (AVO di Cuneo)
Valentina Congiu (AVO Cagliari)
Alessio Ducci (AVO Pontedera)
Claudia Vanzolini (AVO Pesaro).
Agata Danza (AVO Foggia - Don Uva)
Clotilde Camerata (AVO Segrate)
Stefania Cacace (AVO Roma)

Inoltre è stato eletto ***Leonardo Patuano*** (AVO Regionale Piemonte) con la carica di Vicepresidente Federavo rappresentante delle Regioni in Consiglio Direttivo.

Presidente e Consiglieri neo eletti

Delegazione del Piemonte

A tutti i neo eletti, complimenti e auguri di buon lavoro!

APPUNTAMENTI

L'autunno sarà ricco di incontri e iniziative.
Verranno fornite in tempo utile informazioni su date e modalità in merito alla gita sociale, alla V Giornata Nazionale, a incontri e convegni ...

Dal Giovanni Bosco

I L.E.A.
e i diritti degli anziani non autosufficienti

Durante la riunione di formazione del 12 marzo, all'Ospedale San Giovanni Bosco, è intervenuta la Dott.ssa Maria Grazia Breda, presidente della Fondazione Promozione Sociale, che da sempre si batte per la tutela dei diritti dei più deboli. In particolare si è parlato dei L.E.A. (Livelli Essenziali di Assistenza) che devono essere garantiti agli anziani non autosufficienti e a quanti (adulti, minori, disabili, malati psichici, ecc.) siano affetti da malattie croniche non guaribili e invalidanti. Questi soggetti devono essere curati gratuitamente presso le strutture pubbliche senza limiti di durata, di età, e qualunque sia la loro malattia; inoltre hanno diritto alla continuità terapeutica. Ciò significa che non possono essere dimessi dall'ospedale prima che siano state assicurate e organizzate dall'Asl di residenza le cure domiciliari o sia stata individuata una struttura residenziale socio-sanitaria (R.S.A.).

Purtroppo questi diritti, sanciti da leggi nazionali e regionali, in tempi come questi, caratterizzati da una progressiva contrazione della spesa sanitaria, spesso vengono messi in discussione con conseguente aumento della ricaduta del peso dell'assistenza sulle famiglie. In questo incontro siamo venuti a conoscenza che il TAR del Piemonte ha dichiarato illegittime le liste d'attesa per l'erogazione delle prestazioni previste dai L.E.A. e inoltre che le cure domiciliari a tutt'oggi sono previste solo a livello locale ma non garantite da una legge nazionale.

Affinché l'assistenza domiciliare diventi un diritto esigibile da parte dei pazienti non autosufficienti è stata promossa una petizione popolare (raccolta firme) da parte di un comitato di cui fa parte anche l'AVO.

L.N.

Dal San Giovanni Antica Sede

A causa di una ristrutturazione che prevede l'accorpamento di tutte le Segreterie al piano terra, al San Giovanni A.S. è stato chiuso l'ingresso principale, in via Cavour 31. L'utenza deve quindi servirsi del passo carraio di via San Massimo, 24, per accedere agli ambulatori e alle terapie, adeguandosi agli spostamenti avvenuti per il C.U.P.A. e per diversi servizi e ambulatori. In seguito a tali cambiamenti, i volontari AVO hanno intensificato la loro collaborazione con l'Accoglienza, raddoppiando le presenze nel servizio che, dalle prime ore del mattino, si protrae sino al pomeriggio. Per rispondere a queste esigenze, si è stati costretti ad attingere forze anche dai volontari del Reparto di Radioterapia, che con entusiasmo e spirito di appartenenza si sono sottoposti a un tirocinio veloce e 'condensato', al fine di offrire all'Utenza l'aiuto necessario a superare l'impatto con le nuove ubicazioni.

La Direzione Sanitaria ha apprezzato il nostro impegno, esprimendo in più occasioni la sua gratitudine per il contributo apportato dai volontari AVO.

Luciana Navone

Dal C.T.O.

Su richiesta della Direzione dell'Ospedale, dal mese di maggio i volontari sono presenti anche all'ottavo piano del CTO nel Reparto di Medicina/Cardiologia/Nefrologia. Questo è stato possibile grazie all'arrivo di nuovi volontari dall'ultimo corso e dalla disponibilità dei volontari già presenti in servizio al CTO che, con doppi turni, affiancano i neo arrivati.

Il servizio si svolge al pomeriggio con orario dalle 16,30 alle 19,00.

Candida Vassallo

Ricordo di Rita Quarticelli

Coloro che hanno conosciuto Rita si stringono nel dolore per la perdita di una tanto stimata persona. Chi ha avuto il privilegio di frequentarla ha apprezzato le sue qualità, la sua forza e lo zelo nel servizio.

Ci ha lasciati così inaspettatamente che mancherà tanto a tutti noi. Resterà sempre viva nei nostri ricordi e la sentiremo sempre nel nostro cuore.

Angelo e Lorenzo

Questo è essere volontari!!

Alla fine del 2011 la Referente dell' Ospedale Martini ha dovuto dare le dimissioni per problemi familiari: era chiamata all'esperienza bellissima – anche un po' faticosa – di fare la nonna a tempo pieno. Ma, malgrado avesse bussato a tante porte, nessuno aveva voluto prendere il suo posto.

Io sono una vecchia volontaria che ha vissuto i tempi in cui all'AVO si era in pochi e tutti dovevano fare qualcosa per l'Associazione; ma ora anch'io dovevo ridurre al minimo la mia collaborazione. Ero frustrata non solo dall'impedimento in cui mi trovavo, ma anche per l'atteggiamento di altri volontari che non ritenendo un problema la mancanza di una Referente in un ospedale con tanti volontari come il nostro, rifiutavano la loro cooperazione.

Ciò mi ha molto amareggiato: «Possibile che tra di noi non ci fosse nessuno che si sacrificava per il gruppo?». Mi chiedevo. In fondo essere volontario è uno stile di vita: vuol dire *"io ci sono"*.

Questo fatto mi ha mandato veramente in crisi, quando ecco arrivare Luisa, una volontaria di lunga esperienza, coordinatrice di un reparto, ma anche nonna e quindi molto impegnata. Ma Luisa ha dentro di sé lo spirito del volontario: *"se c'è bisogno sono qui"*.

Lei sapeva bene che non si poteva bruciare tutto il lavoro fatto in tanti anni di servizio, di contatti con la struttura, di nuove attività e si è inventata un nuovo modo di fare la Referente d'Ospedale. Ha chiesto aiuto ad altre colleghe che la sostituissero alle riunioni alle quali non poteva partecipare e ha condotto il gruppo con successo per tutto un anno, come ci aveva promesso. Ed ora ha lasciato il posto a Daniela che nel frattempo si è resa disponibile.

Grazie Luisa, il tuo esempio è grande! Tu non potevi, ma "hai potuto". Sentivo il bisogno di ringraziarti.

Questo è essere volontari!!

l.m.

ASCOLTO A SENSO UNICO

Durante la nostra Assemblea annuale ho notato quanto difficile sia l'ascolto.

Chi decide di andare ad un'assemblea o ad un convegno, sa che l'incontro potrebbe prolungarsi oltre il dovuto, destando anche qualche impazienza nei partecipanti più frettolosi, che pensano a lasciare la sala il più presto possibile.

Ma questo non autorizza a non avere rispetto per le persone che hanno speso tempo ed energie per cercare di dare il meglio. In questo caso sarebbe meglio allontanarsi con discrezione.

Verso la conclusione dell'assemblea, durante la premiazione dei volontari con 10 anni di servizio all'AVO, ho notato con quanta indifferenza verso i premiati molte persone si sono alzate, si sono salutate rumorosamente tanto da coprire i nomi dei volontari che venivano chiamati per la premiazione. Questo atteggiamento rivela scarso rispetto e attenzione per coloro che per 10 anni hanno prestato servizio, magari anche con grande fatica e con l'aspettativa di vedersi almeno riconosciuti quando salivano sul palco. Invece hanno assistito al deplorevole spettacolo offerto dalla maggioranza della platea, del tutto indifferente a quanto si stava svolgendo.

E allora mi domando: "L'ascolto vige soltanto per il paziente in ospedale?", "Nelle Assemblee dell'Associazione questo stesso principio non vale più?"

Una volontaria

Carissimi amici AVO,

Normalmente chi scrive un pensiero o un parere riguardante un' associazione è un socio di lunga data, forte di anni d' esperienza e ben radicato all' interno del gruppo di cui fa parte. Invece io non sono altro che un tirocinante (da quattro mesi) presso l' ospedale Martini, dopo il corso d' inserimento effettuato lo scorso autunno.

Tuttavia, sperando di non peccare di protagonismo, voglio condividere le mie opinioni e indirizzarle soprattutto alle persone che dubitano dell' importanza del nostro servizio in reparto. Gli incontri preparatori in cui più volte ho sentito ribadire l' importanza del rapporto umano, del mettere la persona e la vita sopra ogni altro valore sono stati fondamentali. Ma mettere in pratica questi princìpi è cosa ben diversa....

Quando con un po' di tensione ho indossato per la prima volta il camice azzurro e le porte del reparto si sono aperte, non c'è stato neppure il tempo di capire tutte le emozioni da cui ero assalito, perché c'erano tante persone ad attendere un segnale di amicizia, un sorriso, la presenza di qualcuno disposto ad ascoltare e a condividere. Ho capito che, per proseguire con impegno questa esperienza, è indispensabile, al di là di ogni aiuto pratico, aprire il proprio cuore a chi si incontra.

Un detto popolare dice: *"Ci sono persone che incontri sempre e di loro non ti ricordi nulla, ma ci sono persone che vedi un minuto e impieghi una vita a scordarle"....* ed è con queste parole che voglio dare il mio benvenuto a tutti gli amici dell' ultimo corso di marzo 2013, aspettandoli in reparto..

Con amicizia , Carlo

DAL MIO *BLOCK NOTES*

di Lucia Nicoletta

ALLA SCOPERTA DEI VECCHI QUARTIERI DI TORINO: SAN DONATO

Il Quartiere San Donato, che attualmente fa parte della IV Circoscrizione, è tra i più antichi di Torino e fu abitato fin dall'epoca medioevale; l'area era popolata dalle famiglie dei soldati e vi era presente un mercato.

Seguirono eventi distruttivi e periodi bui che determinarono una drastica riduzione della popolazione: l'invasione delle truppe francesi nel 1536 e la peste nel 1630.

A partire dal 1700 il Borgo San Donato trovò una sua spiccata vocazione agricola e artigianale grazie soprattutto all'apertura del Canale di Torino (una derivazione della Dora Riparia) che garantiva un ottimo sistema di irrigazione degli orti e forniva energia a basso costo alle piccole imprese che iniziavano a prosperare lungo il suo corso.

Sorsero qui le prime fabbriche di birra, la Metzger e la Bosio-Caratsch, e di cioccolato, la Caffarel e la Prochet che inventò il celebre gianduiotto.

L'attuale via San Donato era un tempo detta strada del Martinetto perché conduceva al borgo omonimo che deve il suo nome ai magli (martinetti), macchine che, sfruttando l'energia idraulica, erano in grado di sollevare pesi e venivano usate per la macinazione delle spezie, la concia delle pelli, la produzione dei tessuti, la lavorazione del rame e del ferro. All'inizio dell'Ottocento il Borgo del Martinetto è un'entità precisa della città e, anche se scarsamente popolato, raggiunge un intenso sviluppo artigianale e industriale soprattutto nel settore tessile.

Campanile S. Zita

Verso la metà dell'800 si verificò un incremento della popolazione nel Borgo San Donato dovuta all'urbanizzazione di immigrati provenienti dalle campagne di tutto il Piemonte. La povertà, se da una parte valse al quartiere il nome di "borgo dei dannati", attirò qui numerose iniziative caritative come il Pubblico Scaldatojo Comunale, l'Istituto del Buon Pastore, l'Istituto della Sacra Famiglia che ospitava circa duecento orfane, la Casa di Sanità del dottor Casimiro Sperino e l'Oratorio Femminile del teologo Gaspare Saccarelli.

Casa Fenoglio La Fleur

Nel cuore del borgo, in via San Donato 31, si trova l'Istituto Suore Minime di Nostra Signora del Suffragio comprendente anche la chiesa di Santa Zita con il campanile più alto della città, progettato dal beato Francesco Faà di Bruno. Il quartiere presenta inoltre una notevole concentrazione di edifici storici in stile Liberty progettati dall'architetto Pietro Fenoglio. La sua opera è caratterizzata dai colori pastello, dalle decorazioni che alternano soggetti floreali a elementi geometrici circolari e dal largo uso di cornici in litocemento accostati all'eleganza decorativa, talvolta ardita, del ferro e del vetro. Tra le opere più note del Fenoglio si possono citare il Villino Raby, la celebre Villa Scott, Casa Tasca e soprattutto la sua opera più nota e apprezzata: Casa Fenoglio La Fleur, considerato il più significativo esempio di Liberty in Italia.

Birreria Metzger

La zona del Martinetto divenne tristemente famosa durante il periodo della Repubblica Sociale Italiana (8 aprile – 25 aprile 1945) in quanto nel poligono della Società del Tiro a Segno Nazionale ebbero luogo 59 esecuzioni di partigiani e oppositori politici. Dopo la guerra ci fu lo smantellamento del poligono e la zona delle esecuzioni venne dichiarata "luogo sacro di interesse nazionale" ed adibita a Sacrario in ricordo dei giustiziati.

Negli ultimi anni l'atmosfera del quartiere San Donato continua ad essere caratterizzata dall'eleganza dei suoi palazzi e dalla vivacità delle sue attività commerciali, ma ha subìto importanti trasformazioni che hanno riguardato la viabilità, come la realizzazione della Spina 3 e del Passante Ferroviario di Corso Principe Oddone. Inoltre l'evento di Torino 2006 ha dato vita ad uno dei più grandi progetti di riqualificazione urbana. L'intervento ha visto sorgere un nuovo complesso di zone residenziali, il centro Parco Commerciale Dora e la vasta area verde polifunzionale dell'Environment Park.

CASA SICURA - Maria Gullo, INAIL Piemonte
II^ parte: Cadere in casa propria

In un precedente articolo dedicato alla sicurezza domestica è stato puntualizzato come la casa costituisca un ambiente decisamente meno sicuro di come viene, invece, percepito. Fra i diversi rischi che lo caratterizzano ci si è ripromessi di entrare nel merito delle cadute dall'alto.

Già nel 2002, da uno studio presentato dal Dott. Balducci al convegno organizzato dal Laboratorio di Epidemiologia e Biostatistica dell'Istituto Superiore di Sanità, risultava che in Italia ogni anno muoiono circa 6.000 persone per incidente in casa. Lo studio ha evidenziato che le categorie maggiormente a rischio, sia per mortalità che per morbosità, sono rappresentati da bambini, casalinghe ed anziani e che la gran parte degli eventi mortali è attribuibile alle cadute accidentali, che rappresentavano, all'epoca, mediamente, circa il 70% di tutte le morti avvenute per incidenti domestici.

Circoscrivendo l'analisi alle casalinghe, è stato osservato che nelle donne tra i 20 ed i 69 anni, un arrivo al pronto soccorso su tre è per incidente avvenuto in casa durante il lavoro domestico e che gli eventi più gravi che possono culminare, sia pur raramente, con la morte della casalinga, sono rappresentati dalle cadute (25%).

Normalmente le cadute avvengono per la presenza di tappeti, per la presenza di ostacoli sul pavimento, quali fili elettrici, per la presenza di pavimenti sdrucciolevoli, perché, ad esempio, bagnati, per l'utilizzo di sedie e sgabelli al posto delle scale, per l'utilizzo scorretto delle scale pieghevoli.

Circa le scale pieghevoli, queste sono frequentemente utilizzate in diverse occasioni, quali ad esempio il cambio delle tende e la pulizia dei lampadari e dei pensili in cucina *(Fig. 1)*.

Fig.1

La *figura 1* mette in evidenza un utilizzo scorretto delle scale durante l'attività di pulizia dei vetri. Azioni quali sporgersi troppo per raggiungere un punto lontano, utilizzare un rialzo, far saltellare la scala per spostarla senza scendere da essa, caricarsi eccessivamente durante la salita o la discesa, provocano perdite di equilibrio che, il più delle volte, non si riesce a controllare.

Anche stare troppo con il capo piegato all'indietro durante attività come attaccare le tende o pulire le parti più alte dei mobili può essere estremamente rischioso. Infatti, far tornare il capo in posizione eretta, specie se fatto troppo velocemente, può provocare capogiri e, quindi, la perdita dell'equilibrio.

Cosa fare allora per prevenire la caduta dalle scale? Intanto, è preferibile sceglierne con gradini antisdrucciolo, con i gommini antisdrucciolo alla base dei piedi e con il dispositivo di sicurezza; è consigliabile di non sostare mai troppo a lungo sui gradini più alti; è preferibile utilizzare le scale facendosi aiutare da qualcuno. È di fondamentale importanza non sporgersi eccessivamente dalla scala per raggiungere un punto lontano e, soprattutto, non bisogna far fare piccoli spostamenti alla scala mentre si è su di essa. Infatti, in questi casi, bisogna scendere dalla scala, spostarla alla distanza necessaria dal punto che si vuole raggiungere e, quindi, riprendere il lavoro: si perderà qualche minuto in più, ma eviteremo spiacevoli conseguenze. Infine risulta fondamentale non avere fretta quando si lavora sulla scala mantenendo sempre costante la concentrazione su ciò che si sta facendo: una piccola distrazione potrebbe far perdere l'equilibrio. La *figura 2* mostra come deve essere correttamente utilizzata una scala.

Fig.2

Le cadute sono anche dovute all'utilizzo improprio di sedie e sgabelli, spesso usati per raggiungere punti in quota *(Fig. 3)*. Sgabelli e sedie servono solo per sedersi e non vanno utilizzati per raggiungere punti in quota, soprattutto nel caso di sgabelli e sedie muniti di rotelle.

Parte delle cadute è dovuta anche all'utilizzo di tappeti, tappetini ecc. In questi casi è opportuno utilizzare tappetini antisdrucciolo in bagno, evitare l'uso di tappetini scendiletto, evitare di dare la cera ai pavimenti ricoperti da tappeti e stendere sotto i tappeti, qualora non si voglia fare a meno di un complemento d'arredo quale può essere un bel tappeto, la rete antisdrucciolo acquistabili in tutti i negozi di ferramenta.

Fig.3

Infine, una certa quota di cadute è dovuta per inciampamento su ostacoli posti sul pavimento (fili, oggetti ecc.) e per scivolamento su pavimenti bagnati.

Nel primo caso è opportuno, specie se in casa vi sono bambini ed anziani, tenere sempre i pavimenti sgombri da qualunque ostacolo di qualunque natura. Nel secondo caso è sempre meglio attendere che un pavimento bagnato si asciughi prima di transitarvi. In definitiva, la cura della nostra sicurezza e della nostra salute dipende principalmente dagli stessi individui e le azioni di tutela spesso consistono in interventi minimali che non necessitano, nella generalità dei casi, di particolare formazione ma di grande buon senso.

Fig. 1: esempio di scorretto utilizzo delle scale a libretto. ***Fig. 2***: esempio di corretto utilizzo delle scale a libretto.
Fig. 3: esempio di scorretto utilizzo dello sgabello.
Le immagini sono trattaedall'opuscolo ISPESL Quaderni per la salute e la sicurezza "Scale portatili e sgabelli" disponibile all'indirizzo internet www.inail.it, sezione Ricerca.

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 / R.S.A. Via Gradisca

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

I.R.V. Istituto di Riposo per la Vecchiaia: Casa Protetta: 4°-5° piano

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 Traumatologio 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

Senior Residence R.S.A.: Assistenza ospiti Residenza

R.S.A. - Residenza Sanitaria Assistenziale di Via Botticelli: Assistenza ospiti Residenza

Residenza per anziani Crocetta: Assistenza ospiti Residenza