

PER MANO

Periodico dell'Associazione Volontari
Assistenza Pazienti Oncologici

2 **Luogo di vita
e di cura**

Misericordia tra
ascolto e accettazione

4

12 **Elaborazione del lutto
per la perdita di un figlio**



CASA, LUOGO DI VITA E DI CURA

di Stefania Bullo



Nel bollettino Ufficiale della Regione Veneto in data 21 marzo, è stata pubblicata un'importante delibera in applicazione della Legge n° 38 del 2010 che individua le modalità assistenziali ed i luoghi di cura più idonei in cui erogare Cure Palliative alle persone malate che ne abbisognano.

Nello stesso documento viene ribadito come l'ospedale sia tenuto a fronteggiare le fasi acute dei processi di cura che poi devono trovare un'adeguata prosecuzione in luoghi diversi. Per garantire delle risposte coordinate ed efficaci ai malati che necessitano di Cure Palliative viene istituita in ogni Azienda Sanitaria una Rete di Cure Palliative. Essa ha lo scopo di integrare i vari ambiti di cura di tipo ambulatoriale, domiciliare o in hospice, che devono operare in modo sinergico così da evitare fratture o interruzioni che potrebbero comportare per il paziente accessi inappropriati in ospedale. Da vari anni AVAPO Mestre collabora con l'attuale ULSS 3 Serenissima nell'erogare il servizio di Assistenza Palliativa Specialistica Domiciliare per i malati che abbisognano di cure presso la propria abitazione e che potendo contare su una figura di riferimento, in qualità di familiare o assistente familiare che garantisce la propria presenza accanto al malato, possono continuare a permanere all'interno della propria casa anche a fronte di condizioni fisiche molto scadute.

L'obiettivo che AVAPO Mestre si pone nell'effettuazione di tutti i servizi che eroga è di garantire la miglior qualità di vita al malato e a tutto il nucleo familiare.

Poter continuare a rimanere nella propria casa anche se la malattia si aggrava avendo garantite le cure che necessitano, è molto importante per tutta la famiglia. Sono convinta inoltre, che sia altrettanto rilevante per il malato che desidera continuare a sentirsi parte della propria vita familiare e vuole farlo fino a che c'è vita, **evitare il ricovero** pur se **in una struttura** deputata ad erogare Cure Palliative quale l'hospice.

È chiaro che operare questa scelta richiede da parte di tutto il nucleo familiare un percorso di consapevolezza dove accanto alla reale possibilità di ricevere delle cure domiciliari, vengono considerati l'impegno e la fatica richiesti. Si tratta di un percorso che **consente di riappropriarsi del senso più profondo della vita**, che inevitabilmente deve comprendere anche il congedo dalla stessa.

La vita di tutto il nucleo familiare viene investita da questa scelta che si ribadisce è fattibile e realizzabile, pur se molto impegnativa.

Per agevolare ancora di più le famiglie che desiderano assistere un proprio caro a casa, AVAPO Mestre ha avviato un dialogo di collaborazione con l'INPS di Venezia affinché il percorso di riconoscimento dell'invalidità civile e dello stato di handicap, possa



essere velocizzato il più possibile. In tale modo, laddove sussistono le condizioni previste dalla normativa vigente, la famiglia potrà contare in tempi molto rapidi sui benefici economici e lavorativi previsti. Si fa riferimento all'indennità di accompagnamento, ossia ad un contributo economico mensile corrispondente al momento attuale a € 512,00 mensili e soprattutto alla possibilità per il familiare che assiste, di usufruire di un congedo lavorativo, retribuito e riconosciuto ai fini previdenziali, della durata massima di due anni nel corso di tutta la carriera lavorativa, laddove venga garantita la sua presenza accanto al malato (medesima residenza o domicilio temporaneo).

I dubbi che spesso i familiari esprimono sono: è davvero possibile assistere a casa un malato che versa in condizioni molto gravi, senza avere alcuna preparazione sanitaria specifica?

L'esperienza maturata nel corso di questi anni è affermativa: è importante però per l'equipe curante poter contare sulla presenza di familiari che hanno operato la scelta della cura domiciliare con consapevolezza circa l'inevitabile e progressivo aggravamento delle condizioni cliniche del malato e che si affidano fiduciosi ai consigli e alle indicazioni dei professionisti per poter collaborare con loro nel miglior modo possibile per il bene del familiare assistito.



Nell'anno 2016 sono state assistite 204 persone consentendo a più della metà di concludere la propria esistenza nel luogo di vita della famiglia di cui hanno continuato a sentirsi parte attiva ed importante nonostante l'avanzamento della malattia.



di Franca Gazzoli

MISERICORDIA TRA ASCOLTO E ACCETTAZIONE

“**Piera** e i gamberetti, Marco e il mare.
Giorgetta e l’amore per la figlia,
Marisa e il supermercato, la mamma di **Michele**...”

Ecco, forse è questa la Misericordia: non il nome del volontario che ha compiuto le azioni, ma il fatto che in me siano vivi il ricordo e la tenerezza per la persona verso la quale sono state attuate e, soprattutto, l'importanza che hanno avuto quelle azioni per chi le ha ricevute.

Affiora alla mente il ricordo di Marisa. Una storia di cui conosco pochi particolari, perché il volontario cui si era affezionata era una persona riservata. Si sono conosciuti quando lei ha avuto la necessità di essere accompagnata all'ospedale per sottoporsi a delle sedute di radioterapia. Non ho mai capito perché tra i due si fosse creato un rapporto di amicizia che si era allargato anche alle reciproche famiglie. La voglia di aiutarla, di essere di sostegno, il piacere di essere d'aiuto si sono trasformati in una specie di rito, in una routine che era un momento solo per loro. Una volta alla settimana, infatti, con cadenza regolare, al pomeriggio passava a prenderla e... la accompagnava al supermercato. Ecco, ciascuno di noi sa quanto gli uomini detestino fare la spesa, girare tra gli scaffali, le lunghe code alle casse, le borse differenziate per gli alimenti che non si devono scongelare, l'acqua

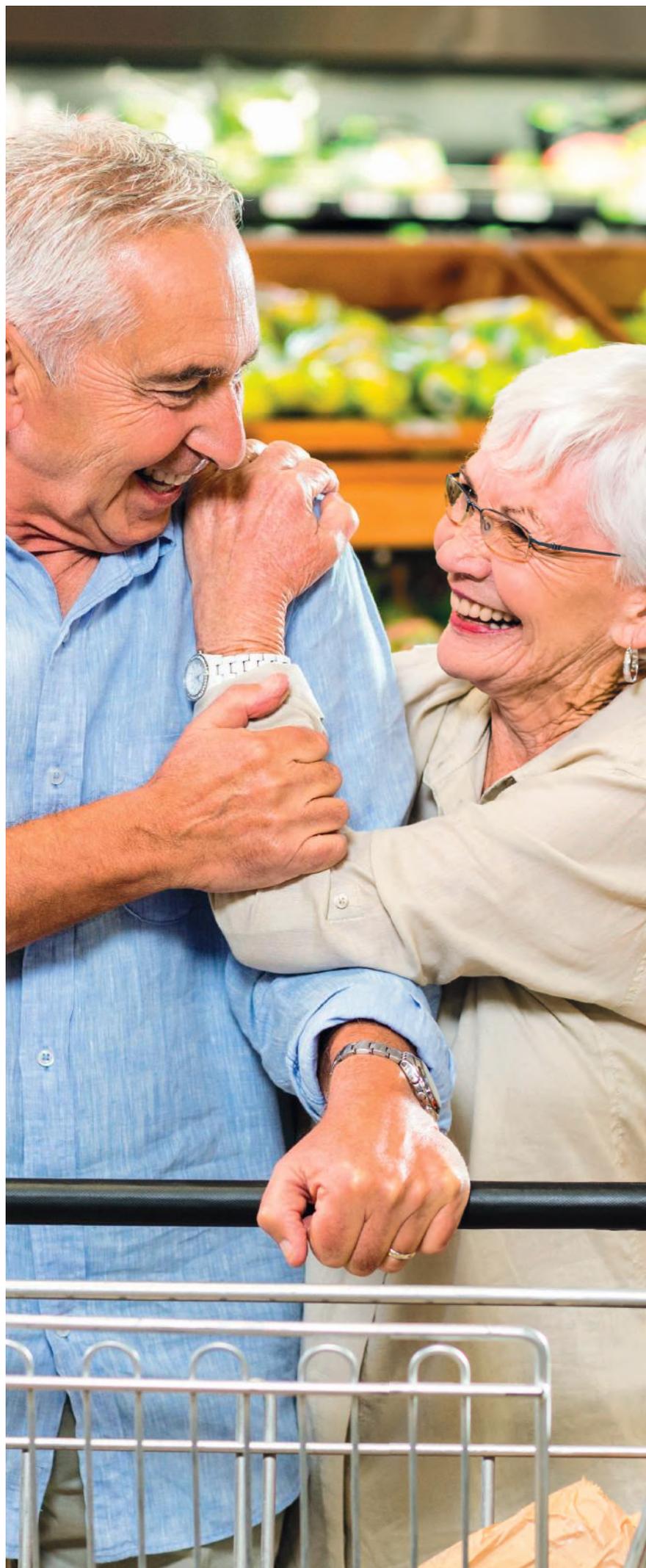
che pesa tantissimo e ingombra... eppure questo è divenuto il loro rito. Pioggia, neve o vento, che lui stesse bene o meno, le ha sempre regalato il tempo per andare al supermercato e, dietro a questo, il desiderio di ascoltare tutto il detto e tutto il non detto che accompagnava questi momenti. E... e Michele. Questo bimbo ora frequenta le elementari ma quando i suoi genitori si sono rivolti all'AVAPO Mestre era un cucciolo, camminava appena ed erano davvero in una brutta situazione. Hai presente quando si dice che piove sul bagnato? Il paragone calza perfettamente. Uno sfratto esecutivo, il padre senza lavoro perché la ditta da cui dipendeva aveva chiuso, lo stravolgimento dato dalla necessità di accompagnare il bimbo a Padova per le terapie, la difficoltà economica che rendeva la quotidianità ancor più difficile da affrontare in ogni suo aspetto. La dignità e la riservatezza impedivano alla mamma di sfogarsi, di cercare comprensione, di raccontare ai volontari che li accompagnavano quali fossero le loro reali difficoltà. È stata la vicinanza di una delle nostre volontarie "con i capelli bianchi" a permettere che mamma raccontasse cosa la affliggeva di più.

riflessioni



Sapeva di essere impotente nei confronti della malattia e per questo confidava ciecamente nelle capacità dell'equipe che seguiva il suo bimbo, ma ciò che più le pesava era il fatto che la loro situazione economica non le permettesse di offrire a Michele ciò che invece gli altri bimbi normalmente hanno. Si è attivato allora una sorta di tam-tam tra le figlie di questa volontaria e le amiche, più o meno coetanee, e nel giro di poco tempo è stato possibile raccogliere talmente tante cose che la volontaria ha preparato due enormi scatoloni. Ha consegnato il primo alla mamma, pieno di vestitini e di tutte quelle cose che i bimbi piccoli usano per periodi brevi perché crescono in fretta - e che spesso le amiche si "passano" tra loro - e il secondo, colmo di giochi, è stato aperto direttamente da Michele, mentre mamma non riusciva a trattenere le lacrime per l'emozione. E la foto di questo bimbo, che abbraccia ad occhi spalancati un orso di peluche grande quanto lui, è nel portafoglio di questa volontaria, insieme a quella dei suoi nipotini.

Altre storie sfilano nella mente, tutte con la stessa caratteristica: i volontari erano passati da "cosa posso fare per te? Come posso sostituirmi a te?" A "ti ascolto, comprendo i tuoi desideri e cerco di assecondarli". Ecco, forse è questa la Misericordia: non il nome del volontario che ha compiuto le azioni ma il fatto che in me siano vivi il ricordo e la tenerezza per la persona verso le quali sono state attuate e, soprattutto, l'importanza che hanno avuto quelle azioni per chi le ha ricevute.





GESTI DI CURA

di Leda Cossu

Guardami, io ci sono...

Agisci con me come se io dovessi vivere ancora, avere un futuro, fino all'ultimo minuto. Io sono una persona, sempre...

Il 12 Maggio di ogni anno ricorre la giornata internazionale dell'infermiere. In questa data, nel 1820, è nata Florence Nightingale, la fondatrice del **nursing** moderno.

Profondamente cristiana e ispirata da quella che lei considerava una chiamata divina, volle dedicarsi alla cura di persone malate ed indigenti applicando rigore e metodo scientifico alle sue attività.

Da allora fino ad oggi la professione ha mantenuto questa duplice natura di ispirazione romantica e rigore scientifico, che vede l'infermiere dedicarsi alla salute e al benessere della persona in ogni suo aspetto.

Il Profilo professionale e Il Codice Deontologico, i documenti che definiscono la professione infermieristica in Italia, descrivono una professione profondamente e intimamente intrisa di valori umani; al servizio della salute e del benessere, in ogni aspetto e forma, della persona e della collettività: qualsiasi persona in qualsiasi momento della sua vita.

I GESTI DI CURA SONO GENTILI: hanno dentro saperi materni, a volte imparati a scuola, o dalla vita. Sono gesti materni anche quando sono gli uomini a farli, come i boscaioli col capriolo. **Il prendersi cura è una maternità dell'anima, la relazione d'aiuto va insegnata da piccoli, non solo alle bambine;** è una presenza, un occhio partecipe, non un'assistenza passiva.

- Il corpo, come la pianta, quando è malato ha bisogno di pochi nutrienti: di luce, di aria, d'acqua, di un habitat dove sentirsi a suo agio, come il capriolo, come in un viaggio, dove il nostro corpo è l'unica casa davvero nostra che abbiamo e cerchiamo ovunque l'agio.

Abbiamo bisogno di fare casa, ovunque siamo.

- **La relazione d'aiuto è fatta di due persone** (a tre non esiste). Il protagonista è il malato, e chi agisce in relazione con lui, se c'è una spalla rimanga in silenzio, aiuti al bisogno.

La relazione saluta, incrocia lo sguardo, attende il consenso; cerca una parola che porti il mondo al letto del malato



- Ogni gesto di cura ha un differente colore,

va annunciato: misuriamo la temperatura, facciamo la puntura, prendiamo la pressione, ci rinfreschiamo un po'...

I gesti di cura non sono rapaci, non afferrano, non c'è presa, la mano è aperta, solo d'appoggio, da sotto in su e in due punti, leggera, calda, accogliente.

La nostra postura sarà... adeguata al carattere: se è una persona abituata a comandare, mettiamoci di lato, mai dietro: crea movimento; all'indietro, retropulsione.

Il ritmo sia calmo, anche quando ci muoviamo in velocità.

Sosteniamo l'autonomia, i movimenti non efficaci vanno ripetuti, solo così corpo e mente imparano a riunirsi, "è la riabilitazione".

Così per la parola, aspettiamola, che sia partecipe in qualche modo, che acconsenta

Guardami,
come ad un'occasione di
crescita per te, aiutando
me, impari il mondo.

- La persona è un essere vivente, non è un protocollo, usiamo il buon senso.

Io CURO E CONSOLO, a guarire ci pensa il malato, che può vivere "da vivo" fino alla sua partenza. Ogni equilibrio è una piccola guarigione, cerchiamo il benessere, l'agio, del corpo e dell'anima.

Guardami, so fare ancora...

non sostituirti a me. Il movimento è il mio lavoro, ancora, insegnami ad alzarmi, muovermi, mangiare, lavarmi... da solo, o con il meno aiuto possibile.



8 MARZO UNA GITA A...



di Paola Fiasconaro

Il gruppo **“FA E DESFA”** di AVAPO Mestre, formato da persone con esperienze legate alla patologia oncologica, ha aderito con entusiasmo all’iniziativa **“la coperta di Giulietta”** sentendosi vicino al dolore delle donne vittime di violenza. Storie di **donne coraggiose** che si sono intrecciate con un abbraccio solidale di **amore** e **speranza** di vita nuova. Tanti tasselli, tanti mosaici realizzati con i **colori diversi** delle **emozioni**: paura, dolore, solitudine, ma anche forza, coraggio e tanta speranza.

Partenza ore 8 dalla stazione di Mestre con le amiche del gruppo "FA E DESFA" con destinazione Verona! Sì, proprio così, in gita di piacere, per vedere dal vivo "La coperta di Giulietta" progetto a cui ha preso parte anche qualche componente del gruppo. È consistito nella realizzazione di almeno 10.000 quadrati di maglia lavorati a ferri o all'ucinetto, distesi sui sanpietrini della Piazza Bra e sulla scalinata di Palazzo Barbieri, lavorati da tante donne e anche qualche uomo, che hanno deciso di impegnarsi per sensibilizzare l'opinione pubblica sul tema della violenza contro le donne. L'8 marzo con la vendita dei piccoli "pezzi d'arte", opera d'arte relazionale, si è contribuito alla raccolta fondi importanti per il sostegno delle attività di aiuto del Centro Antiviolenza "Casa di Petra", struttura che accoglie mamme e bambini vittime di violenza che lì possono avviare un "percorso di autosufficienza". Nel tardo pomeriggio rientrando a casa la gioia e la soddisfazione per aver contribuito ad un progetto così grande erano immense, anche perché ci ha aiutato a ricomporre un altro tassello della nostra anima messa a dura prova dagli eventi della vita!





A.V.A.P.O.RE 1 MAGGIO 2017

Da Venezia Mestre a Vittorio Veneto



di Giusto Cavinato

Ormai quello del 1 maggio è diventato un appuntamento per moltissime persone: salire sul treno a vapore di Avapo Mestre.

Infatti anche quest'anno abbiamo fatto il tutto esaurito ma la cosa che più ci ha fatto piacere è stato ritrovare tanta gente che ha voluto ripetere l'esperienza dell'anno scorso.

Gruppi in costume, famiglie e bambini e tantissimi curiosi che, se non sono riusciti a salire sul treno, si sono accontentati di aspettarci alle stazioni per vedere sfrecciare quella splendida locomotiva a vapore serie 740 FS degli anni venti che trainava ben sei carrozze d'epoca.

Gli sbuffi del vapore e lo sferragliare della locomotiva hanno attirato bambini e appassionati da ogni parte che non si sono lasciati sfuggire l'occasione per rubare centinaia di fotografie e selfie.

La destinazione è stata Vittorio Veneto dove ad accoglierci c'era perfino il sindaco che ha messo a disposizione un mezzo per permettere agli appassionati di storia di visitare il Museo della famosa battaglia avvenuta alla fine della prima guerra mondiale.



Devo ringraziare tutti i volontari di Avapo Mestre che si sono prodigati affinché la giornata si svolgesse senza intoppi, ma soprattutto il Gruppo Fermodellistico Mestrino i cui soci ci hanno aiutato con grande impegno nell'organizzare la giornata in ogni particolare.

Un grazie poi a tutti i partecipanti che hanno dimostrato il loro affetto verso l'Associazione facendoci capire quanto il lavoro dei volontari di Avapo Mestre sia riconosciuto ed apprezzato ben oltre i confini della nostra città.

E come già detto l'anno scorso, arrivederci al 1 maggio 2018 per la terza edizione di AVAPO-RE!

UNA FESTA DEL BOCOLO SPECIALE

di Stefania Bullo

Cosa c'è di più commovente di un piccolo gesto d'affetto verso persone che non fanno parte della nostra cerchia familiare, che in occasione di particolari iniziative conosciamo e che ci accolgono con moltissimo affetto e gratitudine?

È l'esperienza che hanno potuto vivere il 24 aprile, vigilia della festa di San Marco, alcuni ragazzi del Liceo Classico Franchetti di Mestre i quali, affiancati da volontari "senior", hanno donato ai pazienti di cui A.V.A.P.O.-Mestre si prende cura, un bocciolo di rosa raggiungendoli nelle rispettive abitazioni.

Sentirsi ricordati in una festa particolare della tradizione veneziana come quella del "boccolo" e poter incontrare volti giovani che hanno scelto di aderire a questa particolare iniziativa donando alcune ore del proprio tempo libero, è stato considerato come un gesto di grande valore.



I ragazzi sono apparsi molto coinvolti da questa esperienza che si spera possa essere la prima di altre occasioni in cui poter riflettere sulla bellezza del donare qualcosa di sé e del proprio tempo arricchendolo di significato.

Ringraziamo in modo particolare, la sezione AVIS di Zelarino che ha consentito ad AVAPO-Mestre di riprendere la realizzazione di questa attività mettendo a disposizione i boccioli di rosa da donare.

L'ELABORAZIONE DEL LUTTO PER LA PERDITA DI UN FIGLIO

di Annalisa Febrino

“Quando possiamo definire un lutto risolto? E tutti i lutti sono risolvibili? Si può superare la morte di un figlio? Cosa intendiamo con elaborare il lutto? Smetterla di fare ipotesi su ipotesi su come sono andate le cose, di colpevolizzare qualcuno o sé stessi “col senno di poi”, accettare l’ineluttabilità della perdita, riconoscerla fino in fondo, apprezzare tutto il bene che quel legame ha comportato e trovare la propria via, a volte del tutto personale, per ritrovare la vicinanza con chi non c’è più. Lasciando il passato nel passato (F. Shapiro) e continuando ad amare quando l’amore “in presenza” si deve trasformare in amore “in assenza”...
Dott.ssa - Psicologa Federica Dogliotti

Il Gruppo per l’elaborazione del lutto è attivo in AVAPO dal 2006 ed accoglie mediamente 10-12 persone.

Mamma di Carlo

--

Da parecchi anni sono volontaria AVAPO e faccio parte del gruppo elaborazione del lutto per la perdita di un figlio. Un evento devastante per chi lo subisce, la cui parola “elaborazione” risulta riduttiva tanto il percorso elaborativo è complesso, difficile, interminabile. La morte di un figlio è la disgrazia in assoluto più innaturale e lacerante che possa accadere ad un genitore:

l’orologio che cammina al contrario, sogni e progetti spezzati, la famiglia che muta nel rapportarsi anche con gli affetti più intimi, relazioni amicali che non hanno più spazio per poter comprendere... ed aiutare. Ecco che il percorso intrapreso insieme in AVAPO, con la presenza costante della psicologa dott.essa Dogliotti come conduttrice e coordinatrice,

permette al gruppo di creare uno spazio di condivisione, in cui noi madri ci sentiamo libere di riconoscere e manifestare le nostre emozioni, anche le più forti. La terapeuta vigila, aiuta a capire e a metabolizzare le nostre situazioni di paura e di fragilità emotiva, incoraggiandoci a costruire con il tempo un cammino di “senso e consapevolezza”.



Mamma di Silvia

--

Da cinque mesi partecipo agli incontri delle mamme con un "figlio in Cielo". "Parlane con le mamme come te" mi aveva consigliato una psicologa, "io non sono mamma e non ho provato quello che hai vissuto tu....con loro sarà più facile dire ed ascoltare...". E così ho accettato di incontrare il gruppo. Il primo impatto è stato quello dell'accoglienza vera, che non ha bisogno di parole perché quel dolore è uguale per tutte noi. All'inizio mi intimoriva l'idea di tornare a casa con un ulteriore carico di sofferenza, invece, su consiglio della nostra psicologa Federica, la partecipazione costante agli incontri, mi fa sentire meno sola, mi stimola a continuare, perché i nostri sentimenti ed il nostro linguaggio sono in comune.

Mamma di Lorenzo

--

Ho cominciato a frequentare il gruppo AVAPO perché avevo bisogno di trasformare in "parole" il peso che mi schiacciava, l'incubo che mi opprimeva, l'improvvisa e sconosciuta "diversità" che mi ritrovavo addosso. Tra noi mamme, le parole "dolore, pianto, vuoto" hanno tutte il loro peso e le usiamo liberamente, certe di essere capite fino in fondo, unite in profondo sentimento di "sorellanza". Nel dolore delle altre vediamo riflesso il nostro dolore. La sofferenza delle altre, soprattutto delle "nuove", fa da parametro alla nostra sofferenza e misura il tratto di percorso che abbiamo finora, non ancora, forse compiuto nell'elaborazione di quel lutto che non avrà mai fini.

Mamma di Andrea

--

Sono arrivata in AVAPO grazie ad una collega e mamma con un "Figlio in Cielo". Da poco Andrea mi aveva lasciata ed io ero nella fase dell'incredulità, quella in cui si è come "anestetizzati". Quando camminavo per strada mi sembrava di essere in una bolla d'aria, vedevo da lontano la vita che continuava inesorabilmente, gli altri ragazzi e mi chiedevo come avrei potuto continuare a vivere senza mio figlio?! Dopo alcuni incontri personali con la nostra psicologa Federica, ho iniziato a partecipare al gruppo non sapendo bene cosa avrei potuto fare e dire. Con le mamme mi sono subito sentita compresa, libera di esprimermi o di restare semplicemente in silenzio. Allo scadere dell'appuntamento mensile, sento come un richiamo e la necessità di esserci. La psicologa ci invoglia alla condivisione offrendoci sempre nuovi spunti di elaborazione.

IL DAZIO, LA PIOGGIA DI RANOCCHIETTI, LA VIA LATTEA...



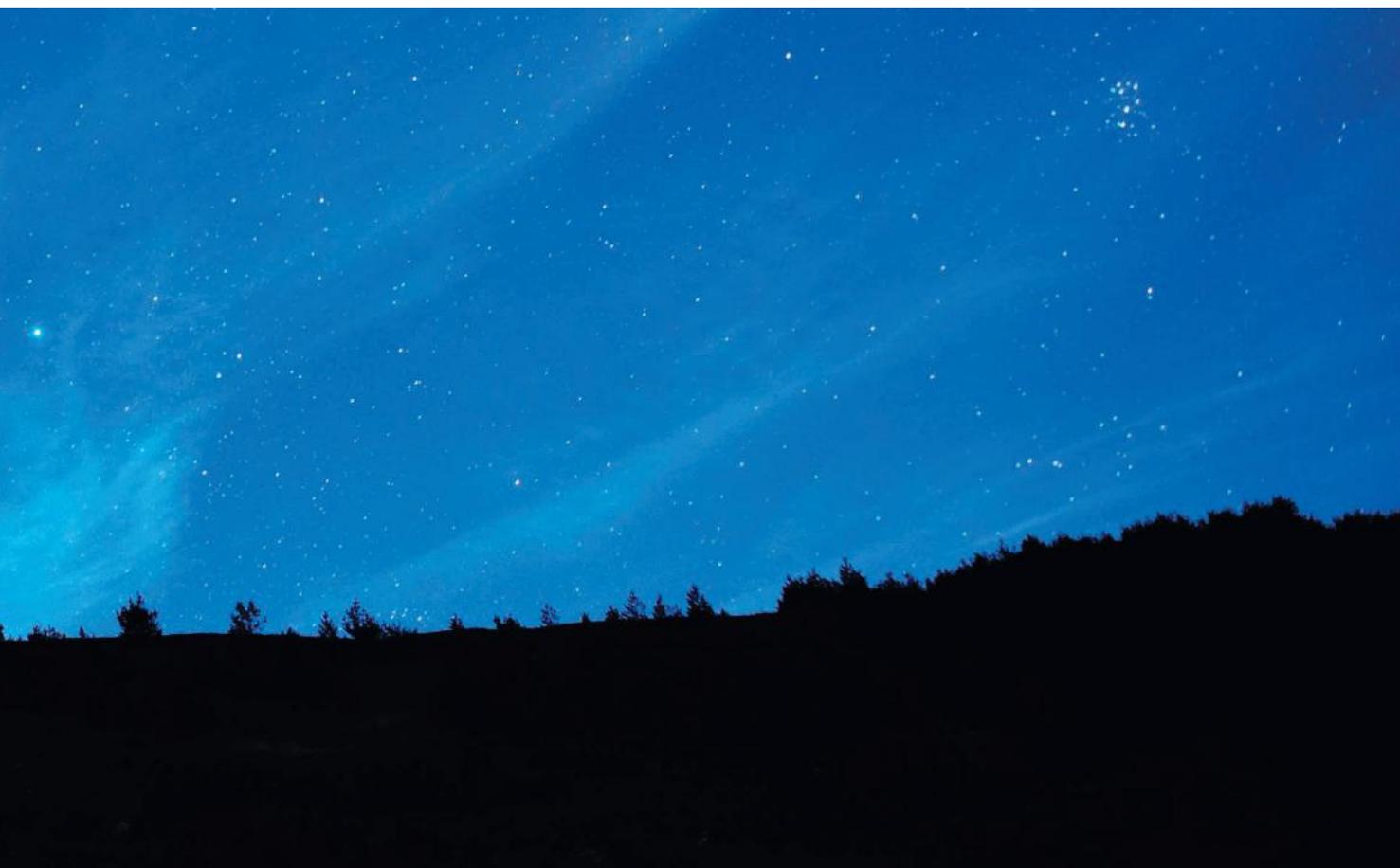
di Luciano Osello

Si stenta a credere, ma in quegli anni e fino a circa il 1970, esisteva il dazio all'importazione di molti prodotti dai comuni confinanti con Venezia. E l'imposta non era leggera, soprattutto sulla carne. Un giorno la mia mamma venne a sapere che, all'Olmo di Maerne, una macelleria praticava prezzi molto vantaggiosi, peccato, però, che si trovasse qualche decina di metri oltre il confine comunale. Decise di andare a vedere, e mi portò con sé, ognuno con la sua bicicletta e la sua sporta. La mia mamma pensava: non riusciranno a fermarci tutti e due, almeno risparmieremo la metà del dazio. L'amara sorpresa fu all'uscita dal negozio: poco lontano i dazieri, che non godevano di buona fama, oltre alla multa sequestravano anche la merce. Era un rischio che non potevamo permetterci. Fu allora che vidi, non molto lontano, il mulino Fabris, ed un viottolo che portava in quella direzione, e dissi alla mamma: "Dai a me anche la tua sporta, non credo che i dazieri avranno voglia di inseguirmi per quella strada. Anche se non potrò arrivare in via

Castellana, in qualche modo arriverò a casa". Lei si fidò e, mentre io mi lanciavo per quel viottolo sconnesso come solo un ragazzino può fare, lei, immaginavo con un sorrisino beffardo, passava davanti ai dazieri impotenti e, forse, anche divertiti. Io arrivai a casa dopo la mamma, per la Castellana, e quel giorno ebbi anche il mio piccolo trionfo.

Consultati tutti gli adulti vicini di casa, nessuno di loro ricordava un simile evento: la pioggia di ranocchietti.

Fu così... un pomeriggio di primavera inoltrata, un breve temporale con forti raffiche di vento, poi la sorpresa: mentre il cielo si stava schiarendo, strani, piccoli oggetti cadevano dal cielo. Incuriositi, noi ragazzini uscimmo di casa mentre ancora pioveva e scoprimmo decine e decine di piccoli ranocchietti, non più grandi di un fagiolo, che rimbalzavano sul terreno battuto ed andavano a rifugiarsi ovunque possibile. Erano tanti che non si riusciva a camminare senza calpestarli. La loro presenza non durò a lungo, presto arrivarono i colombi e scomparvero. Qualcuno parlò di una tromba d'aria sopra uno stagno, ma di un fatto così nessuno seppe dare una spiegazione.



Quel tardo pomeriggio di prima estate il temporale fu proprio violento, tuoni, fulmini, acqua "a seci roversi" e buio totale. Black out su tutta Mestre. Fino al mattino dopo. Era l'occasione per scoprire Mestre in edizione speciale. E così, mio fratello ed io, ci avviammo sotto un cielo che il vento freddo e secco da Nord aveva reso terso, da via Verdi verso il Terraglio, saranno state le dieci di sera. La città di notte non somigliava a quella di giorno, era tutta un'altra cosa. Il buio non faceva paura, ma meraviglia. Arrivati all'altezza dell'ospedale, ci inoltrammo con cautela, perché, mancando anche la luna, non si vedeva dove si posavano i piedi, verso il campo dove ora c'è il Palazzetto dello Sport. Ed alzammo lo sguardo verso il cielo. Credo che da quel giorno nessuno, da Mestre, abbia potuto vederlo come lo abbiamo visto noi.

Era come si vede in alta montagna, pieno di stelle, e con la Via Lattea che fa da cintura. In un primo momento pensammo a qualche nuvola residua dopo il temporale, ma poi, vedendo che non si spostava e ricordando qualche immagine nei libri di scuola, avemmo la certezza che sì, era proprio la Via Lattea quella che stava sopra di noi. Non restammo a lungo con il naso per aria, l'aria si era fatta frizzante e, dopo esserci spinti fino al Terraglio per osservare da un altro punto di vista, tornammo a casa. Per quel giorno, avevamo fatto la nostra scoperta.





NEL DOLORE: CONTINUARE AD AMARE

di Marco Bracco

“La carità, prima di essere una qualsiasi soluzione dei problemi che ci affannano, è la forza di soffrirli in pieno, con tutto il cuore, a costo di esserne lacerati” (Primo Mazzolari).

Carissimi, vi saluto cordialmente, anche in questo numero ci incontriamo attraverso alcune mie riflessioni. Io immagino questa rubrica come un dialogo molto fraterno tra persone che vivono l'esperienza del dono e della gratuità del proprio tempo e della capacità di condividere con gli altri la virtù della compassione.

Perciò vorrei invitarvi a dialogare con me, e quindi a scrivere anche voi, utilizzando la mail di AVAPO Mestre proponendo le vostre idee, le vostre impressioni, le vostre esperienze. Qualcuno si chiederà: “che novità è questa? ma che cosa devo scrivere?”.

Premesso che nessuno è obbligato, si tratta solo di un invito a fare questa esperienza, vi assicuro che cresceremo e ci sentiremo tutti più forti perché, come in una famiglia, avremo imparato a dirci e a raccontarci i nostri bisogni, le nostre pene e le nostre gioie.

Ci sarà chi avrà voglia di dire tante cose, chi magari avrà un'unica frase, tutti saranno accolti e ascoltati.

Voglio partire per la riflessione di oggi da una frase scritta da Enzo Bianchi, priore della comunità di Bose, una comunità monacale in provincia di Biella. “La vera sfida per ciascuno di noi nella malattia è continuare ad amare e continuare ad accettare di essere amati perché il dolore abbruttisce, il dolore ci fa diventare egoisti, il dolore ci provoca e fa pensare soltanto a noi stessi, il dolore ci rende, addirittura, a volte la presenza degli altri, insopportabile. Il vero compito all'interno della malattia è questa fatica del continuare a credere all'amore, all'amore attivo verso gli altri e credere all'amore degli altri verso di noi”. La condivisione del dolore è un problema e una sfida che riguarda non solo il personale medico che lavora nei reparti ospedalieri ma coinvolge anche i familiari, gli amici e, perché no, i volontari quando incontrano la sofferenza e la morte. Chi si prende cura di malati, spesso può fare affidamento soltanto sulla propria empatia intuitiva. Condividere il dolore significa essere intensamente partecipe, evitando però ogni ripiegamento intimistico perché il rischio è quello di mettere al centro se stessi e non il malato. Per chi vuole essere di aiuto è importante saper condividere il dolore, per fare ciò è essenziale saperlo esprimere



dandogli una forma precisa. Esprimere il dolore non significa gridare, certo questo può essere di aiuto per fronteggiare e gestire un momento di dolore acuto o di ansia intensa, ma non basta per condividere pienamente il dolore, esso deve essere espresso in una forma adeguata. I volontari sanno che bisogna prepararsi bene perché non tutti siamo capaci di provare dolori come anche delle gioie intense. Chi non riesce a soffrire, chi non riesce a gioire, spesso si ripiega su se stesso e appare come una persona priva di immagini e priva di pensieri, la nostra Presidente dice “una persona senza colore”. L’empatia ci aiuta a capire il corretto atteggiamento da tenere vicino alle persone con le quali condividiamo la nostra vita, la nostra storia. In alcuni momenti avremo comportamenti di avvicinamento, in altri di attesa, nel rispetto principalmente della persona con cui siamo in rapporto e poi di noi stessi. Questa modulazione della distanza affettiva ci permette di aiutare il malato nel controllo dei suoi sentimenti, evitando così che faccia richieste estremamente intense o violenti rifiuti, che sono gli atteggiamenti altamente contraddittori di cui facciamo molte volte esperienza. Spesso una persona che soffre ci appare antipatica, ripetitiva, a volte anche arrogante e lamentosa. Quando qualcuno chiede aiuto lo fa a modo suo, non sempre riesce a abbandonarsi completamente, sente quasi di perdere la propria dignità: farsi aiutare non è cosa facile, richiede un lavoro su di sé. A volte chi soffre reagisce allontanando chi lo vorrebbe aiutare, perché è una persona disperata, senza speranza. Cari amici, la familiarità con la sofferenza ci ha anche insegnato una grande verità: anche chi è nel dolore più profondo ha ancora dei sogni, ha un passato in cui ha vissuto l’amore e ora ne ha una nostalgia struggente, anche se mostra un aspetto che sembra



solo di distanza. Una persona che soffre è all’angolo, nella disperazione, e chiede “hai tempo per me?” e magari lo chiede a muso duro. La risposta più cattiva è il disimpegno, è la risposta di chi si rifugia in frasi vuote di incoraggiamento per poi scomparire al più presto. Questa è una cultura molto radicata, dominante, io credo sia una cultura da scardinare,

rappresenta chi magari si muove tanto nella società senza capire il senso più profondo della vita. La più bella risposta a chi è malato è l’offerta del sì, è la risposta di chi sa immergersi nella vita di tutti i giorni capace di trovare il cuore pulsante di una dignità che anche se ferita e calpestata dal male sa esprimere la verità che ogni persona è prima delle sue sofferenze e oltre le sue fatiche.

Per scrivere a Marco utilizzare il seguente indirizzo: comitatodiredazione@avapomestre.it



PAROLE DI CASA NOSTRA

di Maristella Cerato

Pantegana/pantegàn: voglia di luoghi lontani?
Ecco la pantegana, il grosso topo del Mar Nero.
Il nome, infatti, sembra derivare dal greco *pontikòs* e poi dal latino *pònticus*= topo del Ponto, regione che nell'antichità si estendeva nella zona nord orientale dell'Asia Minore, sulle coste del Mar Nero.

Questo grosso topo, resistente e abilissimo nuotatore, viene anche chiamato *sorze de canal* perché è anfibio e può vivere sia fuori che dentro l'acqua.

Può capitare di sentir dire: *Ghociapà sta note in cortego un pantegan de sorze che elxemesogato!* E che *pantegàn de omopensiamo* quando incontriamo un uomo che si muove in modo sgraziato e pesante.

Però la pantegana è diventata anche uno dei simboli del Carnevale veneziano. Una barca caorlina mascherata da pantegana gigante apre il tradizionale corteo di barche nel canale di Cannaregio, facendo divertire i grandi e i piccoli.

Si può dunque sorridere davanti alla grossa pantegana che scivola sull'acqua e, guardandola, immaginare il colore del mare.



È BELLO...

di Antonino Romeo

Cari lettori, a partire da questo numero di PER MANO abbiamo intenzione di creare una piccola rubrica per conoscere ciò che per ciascuno di noi “È BELLO”.

proposte ai lettori

Bombardati da tanti messaggi e da tante notizie spesso non allegre pensiamo che sia utile fermarsi un momento e riflettere anche sulle cose BELLE che pure esistono e che noi, anche solo soggettivamente, consideriamo tali. Vi invitiamo pertanto a trasmettere ed a farci conoscere ciò che per voi è bello con uno scritto di poche frasi e a tal proposito come curatore di questa nuova rubrica comincio a scrivere

alcune riflessioni su ciò che per me “è bello”:

- É bello sentire la barca scivolare lenta sull’acqua dietro l’isoletta di Campalto e vedere un pesce saltare veloce sull’acqua per conoscere il mondo.
 - É bello e sorprendente camminare tra la gente e capire che tutti inseguono la stessa cosa: la felicità!
 - É bello guardare l’acqua alta, l’acqua bassa e rendersi conto che è il respiro di Venezia: ed è la conferma che la vita è ritmo...
- Attendiamo i vostri scritti con l’indicazione del nome e del cognome e del vostro indirizzo specificando se tali dati possono essere resi pubblici.

Indirizzate i vostri scritti, specificando la rubrica È BELLO...

per **LETTERA** ad AVAPO Mestre viale Garibaldi n.56, 30173 Mestre (VE),

per **EMAIL** a comitatodiredazione@avapomestre.it

GRAZIE alle vostre offerte e al vostro sostegno con il 5 permille Avapo Mestre offre gratuitamente questi servizi:

- ASSISTENZA DI CURE PALLIATIVE SPECIALISTICHE DOMICILIARI con reperibilità di personale sanitario h24; EQUIPE DI CURA COSTITUITA DA PROFESSIONISTI (medici, infermieri, psicologhe, oss) e VOLONTARI
 - CONSEGNA DOMICILIARE DI AUSILI/PRESIDI SANITARI
 - AFFIANCAMENTO DELLA FAMIGLIA NEL PERCORSO DI CURA DOMICILIARE
 - INTERVENTI DI SOSTEGNO PSICOLOGICO PER MALATI E FAMILIARI
 - INTERVENTI DI SOSTEGNO PSICOLOGICO PER MINORI
 - PERCORSI DI ELABORAZIONE DEL LUTTO
 - ACCOMPAGNAMENTI DAL DOMICILIO VERSO LE STRUTTURE SANITARIE
 - INFORMAZIONI SULLE TUTELE DI LEGGE PER MALATI E FAMILIARI
- TUTTI I SERVIZI EROGATI DA AVAPO MESTRE SONO TOTALMENTE GRATUITI.

COME SOSTENERE AVAPO-MESTRE

- Come **volontario**, donando il tuo tempo;
- Con una offerta libera, presso la sede AVAPO Mestre, V.le Garibaldi, 56;
- Effettuando un Bonifico bancario ad AVAPO Mestre Onlus con questo IBAN: IT33M0503402072000000070040;
- Effettuando un versamento su c/c postale n. 12966305;
- Scegliendo di fare testamento a favore di AVAPO Mestre Onlus;
- Destinando il **5 per mille** all'AVAPO Mestre: basta una semplice firma nella prossima dichiarazione dei redditi scrivendo il seguente **Codice Fiscale: 90028420272**.

20.373

è il numero totale di **ORE DONATE DAI VOLONTARI**
di Avapo Mestre nel **CORSO DEL 2016**,
corrispondenti all'attività lavorativa a tempo pieno
di **12 PERSONE**.

ATTIVITÀ EFFETTUATE NEL CORSO DEL 2016

759

PERSONE
SEGUITE

1513

SOSTEGNI
PSICOLOGICI

1189

ACCOMPAGNAMENTI
DOMICILIO-OSPEDALE

14836

INTERVENTI
SANITARI

5793

CONSEGNA FARMACI
ED AUSILI SANITARI

2856

ASSISTENZA
TUTELARE

1787

SOSTEGNI
TELEFONICI

153

PROFESSIONISTI
E VOLONTARI

PROPRIETARIO

AVAPO MESTRE ONLUS

EDITORE

AVAPO MESTRE ONLUS

STAMPA

Arti Grafiche Ruberti
Via L. Perosi 9, 30174 Mestre (VE)

REALIZZAZIONE GRAFICA

Ilaria Foscarin

REDAZIONE

Viale Garibaldi 56, 30173 Mestre (VE)

COMITATO DI REDAZIONE:

Annalisa Febbrino, Annamaria Dessi,
Anna Paola Michieletto, Antonino Romeo,
Giusto Cavinato, Luciano Osello,
Luciano Rossi, Marco Bracco, Stefania Bullo.

PUBBLICATO IL MESE DI GENNAIO 2017

Anno II - N. 57 - Periodico bimestrale di informazione
e formazione dell'AVAPO. Mestre ONLUS - C.F. 90028420272 -
Autorizzazione del Tribunale di Venezia n.9/06 Registro Stampe.
DIRETTORE RESPONSABILE Don Armando Trevisiol - Poste Italiane
Spa - Spedizione in abbonamento postale - d.L. 353/2003
(Conv. in L. 27/02/2004 n°46) art.1, c.2, DR Venezia.

Legge sulla tutela dei dati personali. I dati personali dei lettori
a cui viene inviato il nostro periodico verranno trattati con
la massima riservatezza e, ai sensi del D.Lgs. 30/06/2003, n. 196,
in qualsiasi momento sarà possibile chiedere l'annullamento
dell'invio e, gratuitamente, consultare, modificare e cancellare
i dati o, semplicemente, opporsi al loro utilizzo scrivendo a:
Associazione Volontari Assistenza Pazienti Oncologici Mestre,
Viale Garibaldi, n. 56 - 30173 Mestre. (VE).



AVAPO MESTRE
TEL. 041 5350918
www.avapomestre.it
info@avapomestre.it
redazione@avapomestre.it