Anno 16 - N° 72 - gennaio / febbraio 2020
Codice Fiscale dell'Associazione: 90028420272

COPIA GRATUITA

"Questo numero è finanziato dalla Regione Veneto
con risorse statali del Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali"

PER MANO

Periodico dell'Associazione Volontari Assistenza Pazienti Oncologici

Questa copia è per te, portala a casa.

3 Un anno per il bene della persona

Aiutiamoci aiutandosi 6

8 Vita è ben-essere

Ricordi di mamma 16

AVAPO mestre ONLUS

FEDERAZIONE CURE PALLIATIVE ONLUS

www.avapomestre.it — info@avapomestre.it — Telefono 041.5350918

ELETTO IL NUOVO CONSIGLIO DIRETTIVO

di Stefania Bullo

Nel mese di ottobre l'Assemblea dei Soci ha eletto il nuovo Consiglio Direttivo che rimarrà in carica il prossimo triennio con l'obiettivo di sostenere AVAPO Mestre nel proprio impegno civile di portare umanità e speranza in contesti spesso caratterizzati da esperienze dolorose e difficili.

Far percepire in modo sempre più capillare la presenza dell'Associazione come punto di riferimento per le famiglie che si trovano a vivere l'esperienza della malattia oncologica è il compito che i membri del Consiglio si sono assunti continuando a garantire i vari servizi per cui nel tempo AVAPO Mestre si è fatta apprezzare e conoscere.

Per realizzare tutto questo sarà necessario contare sulla collaborazione di professionisti che abbraccino gli ideali a cui si ispira l'Associazione, su volontari che con la propria presenza attestino la bellezza di fare del bene donando il proprio tempo, su giovani che si avvicinino al mondo del volontariato riscoprendo come anche piccole cose possano trasformarsi in gesti di grande importanza.

Accanto a ciò sarà indispensabile continuare a promuovere contatti con realtà del mondo civile e imprenditoriale che possano sostenerla in questo impegno e presenza al fine di poter incrementare per tipologia e numero le attività ed i servizi erogati.

Concludo augurando al Consiglio Direttivo e a me stessa di saper guardare con fiducia al futuro senza indugi, senza rimanere aggrappati a ciò che dà sicurezza: sono certa infatti, che per allargare i propri orizzonti e crescere, è necessario poter avere dei piccoli sogni pur nella consapevolezza dell'impegno richiesto per poterli realizzare.

Il Consiglio è composto da: Boldrin Arcangelo, Bullo Stefania, Cavinato Giusto, Da Lio Riccardo, De Lazzari Giacomino, Ianniciello Angiolino, Primoceri Andrea.

I Consiglieri hanno quindi eletto Bullo Stefania come Presidente.

UN ANNO PER IL BENE DELLA PERSONA

di Stefania Bullo

AVAPO MESTRE: UN MOSAICO DI SERVIZI ED ATTIVITÀ A FAVORE DELLE PERSONE RAGGIUNTE E DI CHI OPERA AL SUO INTERNO.

Quando rivolgo lo sguardo all'anno appena trascorso, non posso farlo che con gratitudine per le esperienze maturate nel corso dei mesi, per gli incontri con numerose persone che hanno avviato un dialogo con AVAPO Mestre, per le difficoltà incontrate e superate grazie allo spirito di collaborazione e di appartenenza ad una realtà viva, capace di rigenerarsi e di adattarsi a circostanze non sempre prevedibili.
In questo cammino a volte faticoso, ciò che ha consentito di procedere con fiducia è stato il poter verificare come AVAPO Mestre venga considerata una presenza consolidata all'interno della comunità civile ed apprezzata per il modo di operare verso molte persone che negli anni l'hanno conosciuta.
L'azione congiunta di molti, ha consentito di raggiungere la finalità per cui la nostra Associazione esiste: offrire anche in circostanze difficili e dolorose, momenti di vita da poter apprezzare, sapendo dar voce ai bisogni più profondi delle persone che si affidano ai suoi servizi. È con questi sentimenti che esprimo il mio grazie a tutti coloro che hanno condiviso con me questa esperienza unica ed arricchente, perché ha posto sempre in primo piano il Bene della Persona, sia essa volontario, professionista o beneficiaria di un'attività.
Mantenere viva questa attenzione, credo sia l'elemento che potrà, anche nel 2020, animare la nostra presenza nei vari ambiti di intervento, anzi, sono certa che costituirà lievito per idee ed iniziative nuove dove fondamentale sarà l'apporto di tutti, con rinnovato spirito collaborativo che consentirà la realizzazione dei progetti già in essere e di nuovi che potranno nascere nei mesi futuri.
Pur se in modo sintetico, ricordo i principali servizi per cui AVAPO Mestre è apprezzata:
- SOSTEGNO PSICOLOGICO per persone che si devono confrontare con la malattia oncologica e per i loro familiari. Garantire interventi che considerino ed accolgano i bisogni interiori di ciascuno è di fondamentale importanza, anche per affrontare un percorso di cure volte al

controllo della patologia. Sentirsi accolti nella propria unitarietà psico-fisica di persona, trovare spazi in cui le emozioni trovino modo di esprimersi, consente di ristabilire equilibri spesso compromessi dall'insorgere di una patologia oncologica. È per tale ragione che, accanto alle consulenze offerte presso la sede dell'Associazione, viene garantita una presenza settimanale da parte di una psicologa presso il reparto di Radioterapia dell'ospedale dell'Angelo.

- CONSULENZE NUTRIZIONALI rivolte a chi si sta sottoponendo a cure oncologiche o sta seguendo un percorso di follow-up.

- PRESTITO DI PARRUCCHE e CONSULENZE ESTETICHE, servizio che sta ricevendo sempre nuove richieste e che è stato avviato lo scorso anno, grazie ad un finanziamento ricevuto dalla Regione Veneto, che ha stanziato specifici fondi a sostegno di due progetti presentati da AVAPO Mestre. Entrambe le due tipologie di consulenze sono individuali e vengono garantite settimanalmente previo appuntamento.

- SERVIZIO DI ACCOMPAGNAMENTO VERSO LE STRUTTURE SANITARIE. Le richieste che provengono da persone residenti nei Comuni compresi all'interno dell'ULSS 3 Serenissima, escluso il Distretto 4 (Chioggia e dintorni), vengono soddisfatte con automezzi privati e con veicoli di proprietà dell'Associazione, che consentono di estendere il servizio anche a chi presenta difficoltà di deambulazione. La scelta di definire questa attività come "Accompagnamento" sottolinea l'importanza che viene attribuita alla particolare relazione che si instaura tra volontario e chi usufruisce del servizio stesso.

- SERVIZIO DI CURE PALLIATIVE DOMICILIARI, erogato in convenzione con l'ULSS 3 Serenissima nelle zone di terraferma del Comune di Venezia e nei Comuni di Marcon e Quarto d'Altino. L'obiettivo di questa attività è poter garantire interventi assistenziali alle persone che vivono la fase più avanzata di malattia raggiungendole nella propria abitazione, con la convinzione che essere curati nella propria casa, consente di apprezzare momenti di vita legati alla quotidianità e, per i familiari, di vivere nella più profonda intimità anche il momento del fine vita. Questo servizio mette in risalto l'importanza di una presenza di più figure che, agendo in modo coordinato, aiutano la famiglia supportandola in un percorso innegabilmente difficile.

- PRESENZA QUOTIDIANA PRESSO IL PUNTO INFORMATIVO DELL'OSPEDALE DELL'ANGELO: l'incontro con i volontari che garantiscono questo servizio spesso rappresenta il primo contatto con AVAPO Mestre. In molte occasioni il richiedere un'informazione è solo l'occasione per esternare una profonda sofferenza per l'esperienza che si sta vivendo. Ciò rende questo servizio particolarmente impegnativo, perché pone a diretto contatto con vissuti spesso molto dolorosi e sottolinea l'importanza di saper ascoltare, accogliere e "prendere per mano" chi varca la soglia di questo spazio.

Le attività brevemente descritte si riconducono ad un progetto globale che giustifica, anima e promuove i vari interventi, considerando sempre la centralità della Persona ed il bisogno di poter trovare, lungo i sentieri della vita, qualcuno che la affianchi in questo cammino cosi da renderlo più lieve.

PREMIO PER LE SCUOLE DOTTORESSA SILVIA MANGIAFORTE

"QUESTO DONO È PER TE"

La dottoressa Silvia Mangiaforte, medico specializzato in cure palliative che lavorava per AVAPO-Mestre, colpita dallo stesso male di cui erano ammalati i pazienti di cui si occupava, con amore e dedizione tutti i giorni, è deceduta l'8 dicembre 2017.

Alla sua memoria, per volontà della famiglia, AVAPO-Mestre, istituisce il premio "Questo dono è per te", mettendo a disposizione degli Istituti Superiori del Comune di Venezia delle somme di denaro da distribuire ad altrettanti alunni meritevoli, che si siano distinti nel corso dell'anno scolastico in corso 2019/20 e che abbiano difficoltà famigliari legate a malattie di tipo oncologico. Gli studenti devono aver frequentato, durante quest'anno, una delle prime quattro classi del corso di studi.

Per questo motivo AVAPO-Mestre invita la Dirigenza scolastica degli Istituti Superiori con sede in Mestre, a segnalare fino a due studenti che ne abbiano i requisiti. Sarà esclusiva cura e insindacabile giudizio della Dirigenza scolastica accertare il dato della difficoltà.

La Commissione di AVAPO-Mestre, appositamente allestita, effettuerà una graduatoria, esclusivamente in base alla media delle valutazioni dello scrutinio finale di giugno 2020, escludendo le valutazioni di Religione Cattolica, Materia Alternativa e Educazione Fisica. Al primo in graduatoria verrà consegnato un dono di € 1.000,00, mentre al secondo e al terzo ne verrà consegnato uno di € 500,00 ciascuno. La decisione della commissione è insindacabile.

Sarà richiesta la partecipazione degli studenti premiati alla consegna del dono, prevista il 4 ottobre 2020, "Giorno del dono" (legge 9 luglio 2015 n 110), nel corso di un incontro pubblico organizzato per gli studenti sul tema "I giovani, il volontariato e la solidarietà".

Da sempre AVAPO-Mestre pone attenzione alle difficoltà di chi vive il dramma del dolore e della malattia. Per questo, anche attraverso questo premio, vuole rimanere vicino alle famiglie che, nonostante le sofferenze, sono attente alla formazione dei propri figli che dimostrano di comprendere questi sforzi attraverso impegno e risultati. Con i giovani vogliamo condividere il motto "Per mano... ricevere donandosi", così insieme riusciremo a riscoprire il valore della vita, anche attraverso esperienze drammatiche di una malattia inguaribile, cercando insieme nuovi orizzonti e nuove opportunità.

AIUTIAMOCI... AIUTANDOCI...

di Barbara Balabani

Siamo tutti estremamente consapevoli che l'attività fisica abbia positivi effetti sul nostro sistema immunitario, porti benefici psico-fisici e che la condivisione del movimento crei socializzazione e allegria.
Sappiamo che il movimento allevia il dolore e gli effetti collaterali delle terapie oncologiche e sappiamo che chi attraversa questo difficilissimo periodo della vita, spesso vorrebbe praticarlo, ma si sente solo, anche a terapie concluse da tempo.
Il fatto è che a Mestre le risorse non mancano mai.
Abbiamo parchi cittadini grandi, panoramici e rigeneranti.
Abbiamo associazioni, come AVAPO-Mestre, che si dedicano all'assistenza dei pazienti e dei loro familiari anche dal punto di vista psicologico.
Abbiamo sempre quel nostro motto che ci accompagna: 'IO SORRIDO ALLA VITA'.
Ci avete visti correre e camminare per la città con le nostre magliette gialle e ci vedrete correre, sempre più numerosi, nelle marce non competitive.
Potevamo accontentarci? Potevamo segnarlo come un risultato raggiunto e archiviato? Naturalmente, assolutamente: no.
Grazie alla formazione specifica degli Istruttori ANWI, stiamo preparando un programma di Corsi di Nordic Walking soprattutto al femminile, ma non solo.
Grazie all'affiliazione di AVAPO-Mestre alla UISP ed alla presenza di un certificato medico di idoneità sportiva non agonistica, sarà possibile godere dei benefici di questo sport, mediante corsi appositamente dedicati.
I medici concordano sul fatto che il Nordic Walking sia una attività fisica completa e che abbia un' azione di linfodrenaggio essenziale nella salute del corpo femminile. Inoltre, non essendo uno sport di impatto, consente di avere benefici cardio-circolatori anche se si è 'fuori forma' o in leggero sovrappeso, senza sottoporre il corpo allo stress ossidativo che attività come la corsa possono portare.
Poiché il Nordic Walking è una attività sportiva che coinvolge quasi la totalità dei nostri muscoli e delle nostre articolazioni, va comunque praticato consapevolmente e guidati da istruttori esperti, che per noi si sono resi disponibili a guidare i nostri corpi e a darci tutti gli insegnamenti indispensabili alla corretta fruizione di questa disciplina.
E non è finita qui.
AVAPO-Mestre, in contatto con il Trifoglio Rosa, sta per affacciarsi anche al Dragon Boat, con le sue meravigliose e sempre sorridenti partecipanti, per poter pagaiare in armonia.
Quindi ti chiediamo, se vuoi unirti a noi, di indossare un paio di scarpe sportive, di avere un certificato medico di idoneità non agonistica, di concordare con i tuoi medici il tipo di attività a te più confacente e di avere un po' di voglia di apprendere.
All'entusiasmo e ai benefici pensiamo noi!

VITA È BEN-ESSERE

Progetti

di Riccardo Da Lio

Il nuovo progetto di AVAPO-MESTRE finanziato dalla Regione Veneto

La Regione Veneto, in applicazione dell'art. 72 del decreto legislativo 117/2017 (Codice del terzo settore), ha assegnato ad AVAPO-Mestre un importante contributo economico per la realizzazione di un progetto di rilevanza regionale.

Al progetto è stato dato questo titolo: VITA È BEN-ESSERE.

L'idea è di ribadire come la qualità di vita di una comunità possa essere conseguita tramite azioni che comportano un "BEN-ESSERE", inteso come percezione di sé, all'interno di un contesto sociale di cui si diventa promotori di azioni di servizio verso gli altri, oltre che fruitori di servizi collettivi. In un solo termine, protagonisti e fautori della propria vita individuale e di relazione, sempre. In particolare, il progetto si propone di dar vita ad iniziative ed attività al servizio della persona e della comunità, allo scopo di migliorare le condizioni di "BEN-ESSERE" delle persone (pazienti, familiari, care-givers), in condizioni di fragilità e di svantaggio dovute alla malattia oncologica, al fine di ridurre i fenomeni di marginalità e di esclusione sociale; di promuovere la cultura della salute e della prevenzione oncologica, di informazione sulle possibilità offerte dalla legge in materia di diritto alle cure palliative; di sviluppo della cultura del volontariato, in particolare tra i giovani.

Le attività, che saranno espletate a partire dal mese di novembre 2019 fino a tutto ottobre 2020, si propongono obiettivi ambiziosi.

Innanzitutto, quello di promuovere la conoscenza dell'Associazione, della sua storia, dei servizi erogati a favore delle persone colpite da patologia oncologica e dei loro familiari. Una particolare attenzione sarà riservata al ruolo che può rivestire un volontario all'interno di una vita associativa articolata, in cui per ognuno è possibile individuare un proprio ambito di intervento. L'obiettivo è di favorire un maggiore esercizio dei doveri di cittadinanza attiva da parte del cittadino volontario, attraverso l'acquisizione di conoscenze, capacità e valori che sviluppino il suo impegno sociale in senso olistico, interdipendente e interconnesso con il mondo e con i gli altri.

Sarà, inoltre, sensibilizzata la cittadinanza sulle possibilità offerte dalla legge in materia di diritto alle cure palliative, attraverso una periodica informazione anche a mezzo stampa e sulle iniziative promosse dall'ULSS 3 Serenissima in merito alla organizzazione delle campagne di screening oncologico e sui corretti stili di vita, anche alimentari, per prevenire patologie neoplastiche.

Il progetto VITA È BEN-ESSERE intende prendersi cura della persona affetta da patologia oncologica, considerando la globalità dei suoi bisogni fisici, psichici, spirituali e sociali, garantendo una vasta gamma di servizi qualificati, modulati ed offerti in base alle varie fasi di malattia; consentendo così ad un maggior numero di ammalati oncologici di trascorrere il periodo di fine vita tra le mura domestiche, anziché in strutture ospedaliere.

Importante, quindi, è garantire, accanto alle terapie mediche, un sostegno psicologico al fine di contrastare il senso di solitudine, offrendo servizi qualificati e mirati che aiutino le persone ad affrontare le varie fasi di cura e fornire assistenza psicologica e aiuto ai familiari delle persone affette da patologia oncologica, anche nel periodo di elaborazione del lutto.

Rimane fondamentale, nell'ambito di questo progetto, raggiungere i giovani degli Istituti Superiori per sensibilizzarli alla cultura del volontariato e all'attenzione verso le persone deboli e fragili, attraverso interventi formativi ed educativi, nonché evidenziare l'importanza di adeguare il proprio stile di vita e le proprie abitudini alimentari per la salvaguardia della propria salute fisica, in un'ottica di prevenzione della patologia oncologica.

Il progetto riserva attenzione anche alle persone che si stanno sottoponendo ad un percorso di cure oncologiche, offrendo suggerimenti di tipo estetico ed alimentare, al fine di riconciliarsi con il proprio aspetto fisico e di contrastare gli effetti collaterali delle terapie.

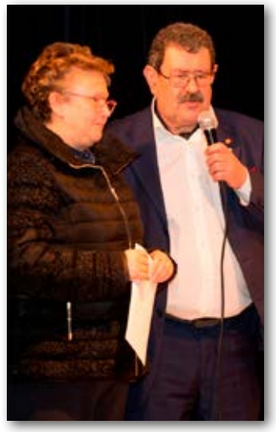
Si propone, inoltre, di sensibilizzare la cittadinanza sulla cultura del riciclo e della gestione di materiali/presidi sanitari non più utilizzati, che possono trasformarsi in nuova risorsa a disposizione della collettività e di promuovere iniziative per umanizzare i luoghi di cura, in particolare i reparti dove si effettuano cure oncologiche, mediante l'offerta di esecuzione di brani musicali che allietino i tempi dell'attesa.

Progetti

UN NATALE INSIEME!

Un Babbo Natale speciale e la sua aiutante hanno portato l'augurio di Avapo Mestre a degenti ed operatori di alcuni reparti ospedalieri.

La Tower Ristorazione Donazzon del **Parco scientifico e tecnologico VEGA di Marghera** ha fatto una donazione ad AVAPO Mestre come dono di Natale ai propri dipendenti! Che dire… semplicemente Grazie!



Il 2 gennaio 2020, presso il teatro Mabilia di Mestre è stato presentato il libro "Sentirsi vivi" che raccoglie testi, pensieri e riflessioni della dottoressa Viviana Zanoboni. Lo spettacolo, che ha proposto la recitazione di parti del testo, è stato anche l'occasione per ringraziare pubblicamente Avapo Mestre per aver saputo accompagnare con discrezione la dottoressa Viviana nel suo ultimo sofferto tratto di vita.

Serata davvero ricca di emozioni quella del 16 dicembre 2019, nei locali della Parrocchia Maria Immacolata e San Vigilio di Zelarino, per la consegna dell'assegno ad AVAPO del ricavato delle "camminate solidali", nella quale si è respirato lo spirito di comunità: grazie a Roberto Pistolato ed all'Associazione Ciani4ever. Le camminate solidali sono state organizzate dal gruppo "Donne Zelarino in cammino" con la collaborazione di Ciani 4Ever, ed hanno ottenuto il sostegno dell'Amministrazione comunale, dei negozianti del Distretto del Commercio di Zelarino e del Comitato Festeggiamenti Zelarino.
Alla premiazione erano presenti il Sindaco di Venezia Luigi Brugnaro, l'Assessore Paola Mar, IOV, Black Lions, il Comitato Festeggiamenti di Zelarino. *Grazie per il grande sostegno, non solo economico, ricevuto.*

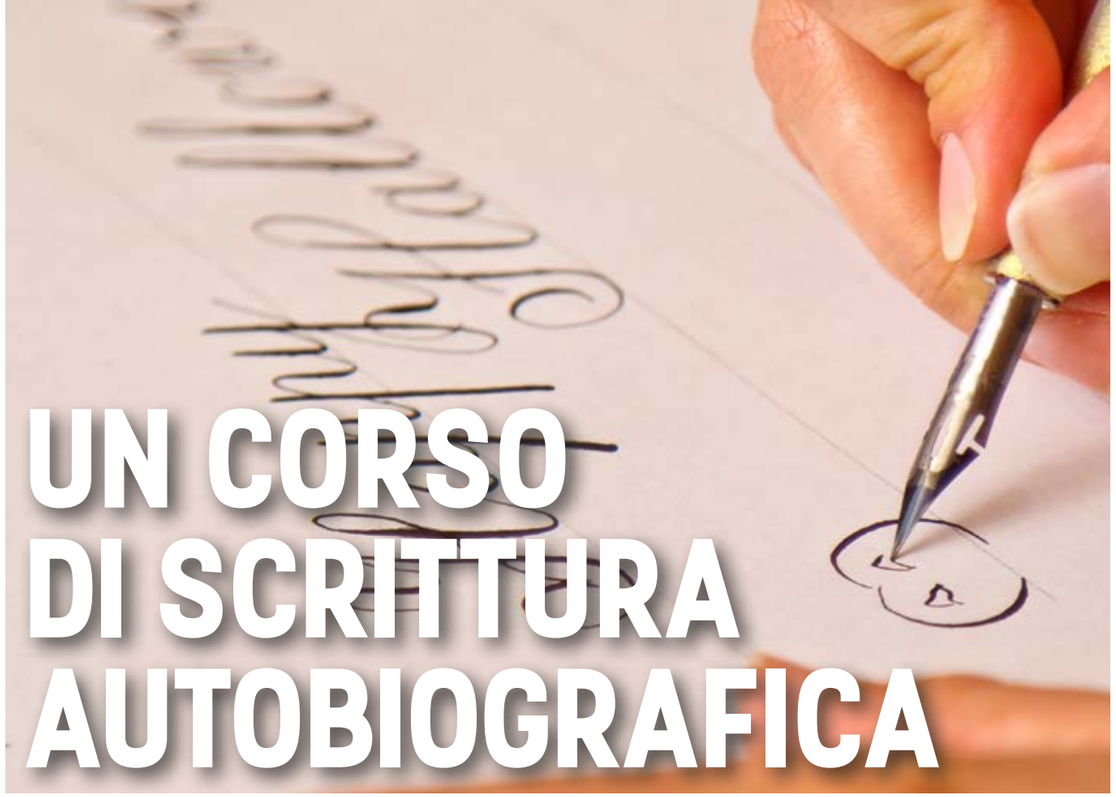
Un particolare ringraziamento a Luca Zanin di VENICE CATERING, di Spinea per averci fornito i panettoni natalizi.

ASTA BENEFICA
A FAVORE DI AVAPO – MESTRE

di Giusto Cavinato

Devo dire che non so se sia più entusiasmante partecipare all'organizzazione di un'asta d'arte oppure semplicemente assistervi.
Entrambe le cose si sono rivelate estremamente interessanti perché, per quanto mi riguarda, avevo visto distrattamente qualche asta alla televisione e non mi sono mai posto il problema di cosa ci fosse dietro ad una persona con martelletto che pronuncia il fatidico uno, due, tre... aggiudicato!
Dico solo che il 12 dicembre, nella sala dell'Hotel Laguna Palace, c'erano 29 volontari di AVAPO Mestre che hanno collaborato all'asta, ognuno dei quali aveva un incarico preciso affinché la complessa macchina organizzativa funzionasse a dovere: le segretarie che registravano i partecipanti e gli assegnatari dei lotti, le hostess che raccoglievano i dati dei concorrenti, le centraliniste per seguire le offerte via telefono, l'addetto alla trasmissione in diretta facebook, le aiutanti di sala, gli imballatori delle opere assegnate, i trasportatori. Un insieme di persone che ruotavano attorno a Willy Montini, il battitore, che con grande passione ha saputo intrattenere per oltre due ore un pubblico di partecipanti o semplici curiosi che si sono lasciati coinvolgere in un'atmosfera carica di cultura, curiosità, aneddoti e tanta simpatia. Willy, una persona che vive nell'arte dalla nascita in quanto sia suo padre che suo nonno sono stati battitori di aste d'arte, ha messo gratuitamente a nostra disposizione la sua professionalità affinché la serata si trasformasse in un successo e a lui in particolare va la nostra gratitudine per i consigli e l'assistenza che ci ha costantemente fornito.
Nel numero scorso di "Per mano" avevamo accennato che le opere sono state donate da diverse Gallerie d'arte italiane e da molti artisti internazionali presentati dalla fondazione European Cultural Centre di Venezia: tutti erano stati invitati a collaborare al progetto "Illumina le notti più buie" per finanziare l'assistenza medico specialistica agli ammalati assistiti da AVAPO Mestre durante le notti e nei giorni festivi dell'anno. Ma oltre a voler partecipare all'asta e oltre a donare le proprie opere, alcuni di essi hanno addirittura effettuato la spedizione a proprie spese e posso dire che tra gli imballaggi e il trasporto, non è stata cosa da poco. Il ricavato della serata è stato di circa 20.000 euro, potremmo dire un successo per AVAPO Mestre ma soprattutto un successo per la nostra città perché tutto questo importo verrà speso a favore delle persone più deboli del territorio. Il merito va a coloro che ci hanno creduto, a coloro che hanno partecipato e ai volontari di AVAPO Mestre. A coloro che ci leggono un invito ad aiutarci anche donando un po' del proprio tempo libero, magari per l'asta che faremo nel 2020: lo utilizzeremo insieme, per costruire un mondo migliore.

Un ringraziamento particolare a:
Willy Montini, European Cultural Centre, Arte Network Orler, Marignana arte, Antigallery, Fidesarte, Associazione Culturale Paolo Rizzi, Galleria Massimo De Luca, Rossovermiglioarte, Ravagnan Gallery, Galleria Rizzo, Gio Arte, Galleria Peccolo, Borella Mauro.



UN CORSO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA

a cura della Redazione

A partire dal 20 gennaio 2020, la psicoterapeuta Lucia Bazzo di AVAPO – Mestre terrà un corso di scrittura autobiografica.

Scopo di questa iniziativa è quello di integrare la fase della riabilitazione oncologica, diretta a garantire la migliore qualità della vita possibile, con la psiconcologia, al fine di promuovere interventi che possano offrire ai pazienti nuove opportunità e strumenti di crescita personale in aggiunta ai trattamenti oncologici convenzionali (chemioterapia, radioterapia, chirurgia) e psicoterapici.

In quest'ottica la psiconcologia, riconosciuta come disciplina autonoma, rientra a pieno titolo nel percorso riabilitativo della persona, sia come assistenza diretta, sia come sostegno e formazione permanente dei vari operatori della sanità.

La scrittura autobiografica può essere inserita tra le pratiche terapeutiche volte alla riabilitazione psicologica dei pazienti oncologici e può occupare un posto non secondario nelle pratiche volte all'umanizzazione delle cure.

Nello specifico la scrittura terapeutica, lavorando sulle emozioni, si integra anche con i saperi delle conoscenze psicologiche.

Esperienze già collaudate presso altre strutture di cura e di positiva riuscita, ci portano a proporre lo svolgimento di un laboratorio di scrittura autobiografica, da realizzarsi in sei incontri, con l'obiettivo di valorizzare lo strumento della scrittura come strumento di riabilitazione volto alla conoscenza di sé, a lavorare su se stessi e relazionarsi con meno fragilità, più sicurezza e determinazione.

Tornare a rivisitare il proprio passato, ripercorrerlo significa entrare nuovamente nelle sensazioni e nelle emozioni già vissute, imparare ad elaborarle e a prendersi cura delle proprie fragilità.

Lo svelamento della storia che ci ha forgiato come uomini e donne può portare lontano se sappiamo anche accogliere la sofferenza che da essa ne può derivare e riconciliarci con quei vissuti anche faticosi.

La metodologia clinica prevista è quella della psicoterapia supportivo-espressiva che precede la creazione di uno spazio condiviso dove poter dar voce alle proprie esperienze di vita favorendo così una "lettura" più chiara dei propri vissuti, maggior equilibrio interiore e anche la possibilità di scoprire risorse rimaste fino a quel momento nascoste.

LA PAROLA AI NOSTRI VOLONTARI

L'IMPORTANZA DI ESSERCI

Sono una nuova Volontaria, **mi occupo e faccio parte del punto informativo presente all'Ospedale all'Angelo. A volte sembra quasi di non fare nulla, perché, magari, nelle due ore di servizio non e' arrivato nessuno... ma poi succede che qualcuno da solo, o in compagnia, timidamente si presenti: d'improvviso quel tempo che era sembrato vuoto viene riempito dalle domande, dal bisogno di condividere lo smarrimento procurato dalla malattia. Allora capisci l'importanza di esserci** rispettando le richieste, un sorriso, una stretta di mano, sollevando, anche se per poco, la persona dal proprio dolore. Questo per me è il significato di essere VOLONTARIO.
Michela Martin

ABBIAMO BISOGNO GLI UNI DEGLI ALTRI

Giusto sei anni fa, l'Azienda in cui lavoravo mi avrebbe dato, da lì a pochi mesi, la possibilità di anticipare il mio pensionamento. Avevo letto che AVAPO stava cercando volontari...
Ecco avviata la mia collaborazione con AVAPO!
Dall'iniziale desiderio di "donare" un po' del mio tempo è maturata la consapevolezza della reale ed impressionante necessità di aiuto e di assistenza per tante, tante persone. Il mio piccolo apporto, certamente consapevole, non punta alla pura gratificazione, ma vuole essere, primariamente, un gesto di sincera gratuità!
Ho accompagnato molte persone per la terapia; ho imparato ad ascoltare pezzi della loro vita, con attenzione; ho cercato di lenire, come potevo, la sofferenza espressa anche con battute leggere per mitigare un po' quel triste momento. Ci vuole tanta disponibilità e... coraggio!
Ora mi dedico ad un settore più "pesante" fisicamente: consegno e ritiro letti ed ausili. Tuttavia è un servizio non meno importante dal punto di vista relazionale.
Si entra proprio in casa e si stabilisce un contatto immediato con i familiari. Si viene coinvolti dalle storie e difficoltà dovute alla malattia che entra in quella casa. Non è sempre facile mantenere un distacco equilibrato di fronte a queste cose! A volte interviene la mia naturale empatia che, quasi simultaneamente, cerco di dissimulare e prontamente ridimensionare.
Tocco con mano quanto abbiamo bisogno gli uni degli altri. è una consapevolezza che dovremmo seminare con convinzione, soprattutto oggi.
Roberto Pagotto

UN CONCERTO PER PIERO

di Giovanna Bison

Piero ha trascorso mesi di vita a casa fino allo scorso giugno. È stata una scelta generosa dei suoi familiari per permettergli quel calore, quella intimità che solo il proprio nido può donare.

All'inizio dell'anno, quando i difficili ricoveri si sono moltiplicati, le residue speranze sono state spazzate via da una diagnosi che non lasciava dubbi. La stessa malattia che aveva colpito il fratello avanzava silenziosa, senza pietà. Si è presentata la situazione che nessuna famiglia vorrebbe conoscere: decidere tra un calvario di cure sempre più invasive e l'arrendersi all'inevitabile.
Poi un colloquio con l'AVAPO di Mestre. La sensazione di poter ricevere un aiuto esterno, fuori dalle levigate mura ospedaliere e Piero è tornato a casa tra i suoi quadri, tra le sue migliaia di CD musicali e le sue imperdibili partite di rugby davanti alla televisione.
Le operatrici e gli operatori dell'AVAPO, puntuali ed esperti, hanno provveduto a tutte le necessità di una persona che gradatamente perde ogni autonomia.
È' un percorso difficile, di sofferenza per il malato, di crudeltà per chi gli è vicino. L'alimentazione, la gioia di un tavolo apparecchiato, diventa un vassoio in precario equilibrio, andare in bagno diventa un accidentato e pericoloso esercizio pieno di insidie e di spigoli.
Gli operatori e le operatrici dell'AVAPO portano il letto attrezzato e una stanza, la più comoda, viene modificata in una specie di infermeria. Le medicazioni, le flebo, le iniezioni più difficili vengono eseguite dall'infermiera inviata dall'AVAPO. Due signori, con robuste e calcolate manovre, cambiano, puliscono, spostano Piero che ancora riesce ad infilare qualche battuta ironica delle sue.
Aveva sempre avuto la tendenza a sdrammatizzare tutte le vicende umane ed è riuscito a farlo fino ai suoi ultimi giorni. Il personale, i volontari e le volontarie dell'AVAPO erano diventati una sorta di cordone sanitario contro il dolore e la solitudine di un malato, che vede questa ultima danza della vita attorno a sé.
Poi succede. Succede in una sera di fine giugno e Piero ci lascia. Piero era un appassionato di Jazz, di musica contemporanea, di ogni avventura strumentale, ma non era solo. Organizzava eventi con un eccentrico gruppo di musicofili in una filanda storica vicino a Mogliano. Un luogo incredibile. Archeologia industriale perfetta, ristrutturata e convertita in meravigliosi studi e spazi per architetti, pittori, fotografi e pubblicitari.
Con questi complici di filanda per anni Piero ha organizzato ed animato decine di concerti, ospitando a casa i musicisti, presentati al pubblico e banchettando, a fine spettacolo, tutti insieme.
Piero era la musica. E gli amici della filanda hanno voluto ricordarlo proprio così: con un concerto, un concerto per Piero, una fisarmonica e un pianoforte.
Molte persone, qualche voce incrinata dai ricordi, e la decisione di devolvere l'intero provento della serata all'AVAPO. Nessuno si sarebbe stupito di vedere il sigaro ancora acceso di Piero abbandonato pericolosamente da qualche parte.

RICORDI DI MAMMA...

a cura di Marco Bracco

La mia unica consolazione, quando salivo a coricarmi, era che la mamma sarebbe venuta a darmi un bacio una volta che fossi a letto (Marcel Proust)

Anche nelle stanze della mia casa ci sono fotografie che ritraggono scene in cui ci sono persone che oggi non ci sono più: i bisnonni, i nonni, i genitori. Chi ci frequenta lo sa e, a volte, soffermandoci su quegli sguardi, ci si stupisce per come il tempo sia passato, per come la morte ci possa sorprendere, per come possa essere passato tutto quel tempo da quando li abbiamo salutati per l'ultima volta.

Queste righe, scritte qualche anno fa da un noto giornalista, mi hanno fatto pensare alla mamma: *"Poi pian piano una vita diversa, costruita mattone dopo mattone, tutto conquistato grazie alla tua capacità di guardare sempre oltre il muro senza paure. Sei sempre stata piena di curiosità, quella che ti ha fatto diventare colta anche se non hai avuto la possibilità di studiare; per te tutto era interessante. La tua è stata una vita fatta così, sempre preoccupata per il benessere degli altri, hai tolto sempre a te ed hai ricevuto sempre troppo poco. Ma tu hai cambiato la vita di tanti, hai dato un senso a chi veramente ha capito la donna che sei stata. Ancora ricevi le lettere di quella coppia di olandesi che hai aiutato circa dieci anni fa; smarriti nel caos romano. Si ricordano sempre. Non rammento una volta che ho sentito parlare male di te. Fin da piccolo mi hai dedicato tutta te stessa; ti sei inventata una favola solo dedicata a me, quella che mi raccontavi tutte le sere, pur di farmi capire quanto mi amavi".*

Quando la mamma va in cielo il cordone ombelicale si rompe per sempre, il dolore che ciascuno prova è unico e immenso come unica e immensa è stata lei e come unico è il rapporto che unisce la mamma alla figlia o al figlio. Rielaborare il lutto non significa prendere un calmante per il dolore, o, per chi è credente, chiedere a Dio la forza di dimenticare, o di darci spiegazioni, perché, in una logica umana, non ne esistono. È invece chiedere a Dio la forza di non dimenticare il buono che c'è stato e di trarne nutrimento e senso per le nostre giornate ora.

Impariamo a non rendere inutile il ricordo di chi non c'è più, ma a far emergere il bello che è stato per noi l'amore della mamma, aver vissuto con lei momenti belli della nostra infanzia e della nostra crescita. E infine scoprire che quell'amore cammina ancora in noi con le sue cose belle e anche con le sue fragilità.

Concludo queste riflessioni con le parole con cui il giornalista chiudeva il suo lungo articolo:

"Rispetterò tutte le tue volontà, i tuoi desideri, scritti o meno, perché i tuoi desideri sono i miei, perché dentro di me ci sarai ogni giorno della mia vita. Con la tua morte Mamma è morta anche la parte migliore di me. Non ci sarà un giorno in cui non ti penserò, così come hai fatto sempre per me. È impossibile pensare che non ci sei... Pronto mamma, pronto, ti prego rispondimi..."

"È papà; più ancora è madre"
Angelus di Papa Luciani del 10/09/78

"... Di pace hanno fame e sete tutti gli uomini, specialmente i poveri, che nei turbamenti e nelle guerre pagano di più e soffrono di più... Anche il Papa ha pregato, fatto pregare e prega perché il Signore si degni di aiutare gli sforzi di questi uomini politici. Io sono stato molto ben impressionato dal fatto che i tre Presidenti abbiano voluto pubblicamente esprimere la loro speranza nel Signore con la preghiera. I fratelli di religione del Presidente Sadat sono soliti dire così: "C'è una notte nera, una pietra nera e sulla pietra una piccola formica; ma Dio la vede, non la dimentica". Il presidente Carter, che è fervente cristiano, legge nel Vangelo: "Bussate e vi sarà aperto, chiedete e vi sarà dato. Non un capello cadrà dalla vostra testa senza che lo voglia il Padre vostro che è nei cieli". E il Premier Begin ricorda che il popolo ebreo ha passato un tempo momenti difficili e si è rivolto al Signore lamentandosi dicendo:
"Ci hai abbandonati, o Signore, ci hai dimenticati!". "No! - ha risposto Dio per mezzo di Isaia profeta - Può forse una mamma dimenticare il proprio bambino? Ma anche se succedesse, mai Dio dimenticherà il suo popolo". Anche noi che siamo qui, abbiamo gli stessi sentimenti; noi siamo oggetto da parte di Dio di un amore intramontabile. Sappiamo: ha sempre gli occhi aperti su di noi, anche quando sembra ci sia notte. È papà; più ancora è madre. Non vuol farci del male; vuol farci solo del bene, a tutti. I figlioli, se per caso sono malati, hanno un titolo di più per essere amati dalla mamma. E anche noi se per caso siamo malati di cattiveria, fuori di strada, abbiamo un titolo di più per essere amati dal Signore.

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

PAROLE DI CASA NOSTRA INVARIGOLÀ

di Maristella Cerato

INVARIGOLÀ

Invarigolà, Invarigolarse: bella parola che solo a pronunciarla ci fa subito pensare a qualcosa di ingarbugliato, contorto.
La parola deriva da “varigolo”, il cavatappi che girando e girando su se stesso ci aiuta a togliere il tappo della bottiglia.
E quando el spàgo se ga invarigolà serve molta pazienza per districarlo.
Anche nella vita di ogni giorno può capitare di invarigolarse nei discorsi, accorgersi di parlare a caso, senza concludere e senza riuscire a farci capire da chi ci ascolta.

E sicuramente non staremo bene in compagnia di un tipo invarigolà, una persona contorta, difficile da capire, anche se abbiamo le migliori intenzioni.

Che fare quando ci accorgiamo di essere noi … invarigolà? Per sciogliere i nodi spesso l’unico sistema è stare calmi e, prima di agire, capire bene la situazione.
E concedersi un po’ di fantasia. Invarigolarsi a volte ci aiuta a volteggiare come una piuma sopra la realtà di ogni giorno.

È BELLO...

di Antonino Romeo

AI ME VECI

Se gavesse e ciave del Paradiso
verzeria la porta a spieta
par robarve un sorriso.

Par vederve balar esieri come piume
in mezo ala cusina
prima de ‘ndar al lavoro
ae sinque dea matina.

Un cafè bevuo de corsa
un baso a spiseghin sul viso
se solo podesse aver e ciave del Paradiso.

Attendiamo i vostri scritti per conoscere ciò che considerate BELLO. Con l'indicazione del nome, del cognome e del vostro indirizzo specificando se tali dati possano essere pubblicati. Indirizzate i vostri scritti specificando la rubrica: **È BELLO / per LETTERA** ad AVAPO-Mestre viale Garibaldi n.56, 30174 Mestre **/ per EMAIL a** redazione@avapomestre.it

Grazie a Natalina Noè Bovo per la sua poesia.

RIVOLGIAMO UN RINGRAZIAMENTO PARTICOLARE A MANUELA CAMPALTO, AUTRICE DEL LIBRO "CENTOTTANTA GIORNI", CHE HA SCELTO DI DESTINARE IL RICAVATO DELLA VENDITA A SOSTEGNO DEI SERVIZI EROGATI AD AVAPO MESTRE. È UN LIBRO CHE RACCONTANDO LE ESPERIENZE DELLA PROTAGONISTA EMMA, AFFRONTA PROBLEMATICHE E VISSUTI COMUNI A CHI VIVE L'ESPERIENZA DI MALATTIA ONCOLOGICA.

IL TESTO È DISPONIBILE ANCHE PRESSO LA SEDE AVAPO-MESTRE.

COME SOSTENERE AVAPO-MESTRE

- Come **volontario**, donando il tuo tempo;
- Con una offerta libera, presso la sede **AVAPO-Mestre, Viale 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**.

26.577

È il numero totale di **ORE DONATE DAI VOLONTARI** di AVAPO-Mestre nel **CORSO DEL 2018** corrispondenti all'attività lavorativa a tempo pieno di **15 PERSONE**.

ATTIVITÀ EFFETTUATE NEL CORSO DEL 2018

889 PERSONE CHE HANNO USUFRUITO DI UNO O PIÙ SERVIZI

22593 INTERVENTI SANITARI

4042 CONSEGNA FARMACI, AUSILI SANITARI E COLLOQUI CON FAMILIARI

2694 ASSISTENZA TUTELARE SERVIZIO RIVOLTO A 117 PAZIENTI PARI AL 49% DEGLI ASSISTITI A DOMICILIO

1951 SOSTEGNI TELEFONICI

150 PROFESSIONISTI E VOLONTARI

1925 SOSTEGNI PSICOLOGICI RIVOLTI A 420 PERSONE

1.575 ACCOMPAGNAMENTI DOMICILIO/OSPEDALE RIVOLTI A 129 PERSONE

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 Dessì, Anna Paola Michieletto, Antonino Romeo, Barbara Balabani, Elisabetta Bianchi, Giusto Cavinato, Luciano Osello, Luciano Rossi, Marco Bracco, Riccardo Da Lio, Stefania Bullo, Tania Catana.

PUBBLICATO IL MESE DI GENNAIO 2020
Anno 16 - 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

AVAPO mestre ONLUS

UN RINGRAZIAMENTO A
Volksbank