

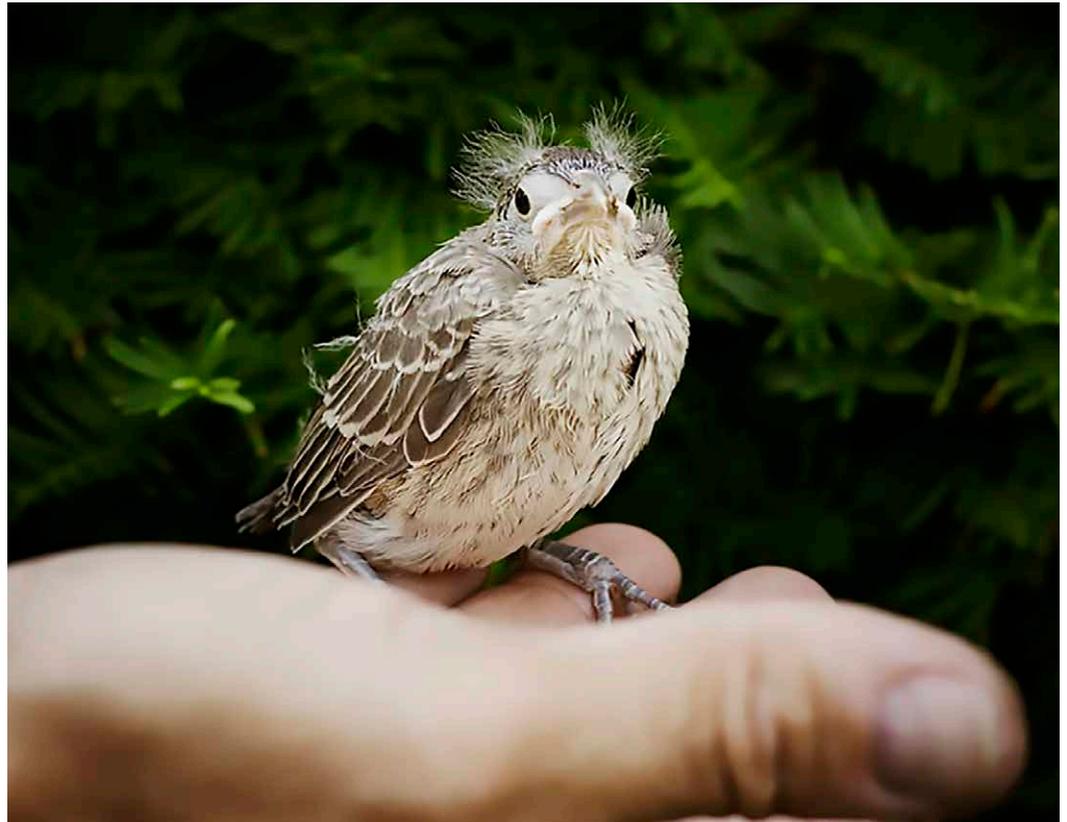
OLTRE LE PAROLE. UNA CAREZZA PER L'ANIMA

L'APPROCCIO ALLA PERSONA MALATA - NEL CORPO E NELL'ANIMA

AVAPO-Mestre ha offerto ai volontari la possibilità di due giornate di studio (21 e 22 febbraio 2015) per migliorare ed approfondire le modalità di comunicazione tra malato e volontario.

La finalità di queste giornate di studio, ma anche di "piacere" e di "scoperte" interessanti che riguardano ognuno di noi di questo incontro, è di scoprire una nuova e potente modalità di comunicazione con l'altro, malato o sano che sia, ma anche quella di dedicare finalmente uno spazio di attenzione e di ascolto a noi stessi, di prendere coscienza del nostro corpo e dei nostri sensi. Forse non ci abbiamo mai riflettuto ma per molti di noi la via del corpo è preferenziale per dare voce alle nostre emozioni, alla nostra sofferenza e a tutto ciò che non saprebbe emergere attraverso altri linguaggi.

Nella vita della persona malata il corpo assume un ruolo diverso. Quel corpo, spesso curato per anni con attenzione e amore, diventa ostile, sfugge ad ogni controllo, fa soffrire. Ma comunque è pur sempre un corpo che ha bisogno di essere toccato, accarezzato, abbracciato, al di là del decadimento e delle deformazioni causate dalla malattia. Un lieve contatto, una carezza, fanno sentire alla persona ammalata che essa è ancora degna di rispetto, che continua ad esistere come persona, che è un soggetto di



incontro e non solo un oggetto di cura...

Quando la persona si trova nella fase finale della sua vita, nell'anzianità avanzata o comunque in una situazione di fragilità dovuta a patologia grave tende a "chiudersi", la comunicazione è sempre più difficile e la solitudine esistenziale diviene la sua inseparabile ed assidua compagna.

Subentrano anche difficoltà oggettive quali il dolore, lo stato confusionale, l'espressione verbale talora molto faticosa, la sonnolenza dovuta alla somministrazione di farmaci e difficoltà soggettive quali emozioni inesprese, rabbia, frustrazione, solitudine, disperazione, paura.

Le cure mediche di accudimento quotidiano migliorano indubbiamente la qualità della vita della persona dal punto di vista fisico ma ben poco possono sullo stato di isolamento di cui soffre. Ecco allora che attraverso il con-tatto affettivo e il massaggio si può "gettare un ponte", superare la barriera dell'isolamento ed entrare in una comunicazione, anche intima. Ciò le permette **— segue a pag. 2 —>**

all'interno:

pag 2: nurturing touch
pag 3: l'alimentazione nell'infanzia
pag 6: la storia di avapo mestre
pag 9-10: il gusto della vita
pag 13: dove trovare "Per mano"



NURTURING TOUCH

CORSO SPECIALE PER VOLONTARI

L'incontro con 'nurturing touch' ha cambiato il mio modo di "stare accanto", ho partecipato al corso e ho fatto esperienza di quanto il contatto sia strumento indispensabile di comunicazione profonda.

Si lavorava a coppie e ci si scambiava i ruoli: c'era chi dava e chi riceveva. Ho provato sensazioni tattili ricche di comunicazione corporea affettiva, ho sentito su di me l'emozione "di essere presa in cura", con amore in uno scambio di emozioni intenso c'era partecipazione alla vita dell'altro, pur non conoscendola.

Marinella dice che importante è mettere il cuore, il resto viene quasi da sé, il tocco che nutre è un massaggio per l'anima.

Ho iniziato a praticarlo da subito, appena finito il corso.

Ho cercato di trasmettere il benessere provato, l'amore accogliente e la tenerezza a Maria durante il mio accompagnamento, non era difficile perché la "signora Maria" come amavo chiamarla per affetto e rispetto della sua età è sempre stata accogliente e fiduciosa nonostante la sua malattia avanzata, starle accanto era dono reciproco. Nel suo ultimo mese di vita Maria desiderava riposare e restava molto in silenzio: chiedevo il permesso: vuoi riposare da sola o posso restare con te? Il suo sì di starle accanto mi veniva sempre concesso, avvicinavo la mia



mano alla sua fino a sfiorarla e aspettavo l'impercettibile tocco della sua mano sulla mia, era il suo sì al contatto.

Prendevo semplicemente la sua mano tra le mie.

Niente interferiva in questo scambio fatto di silenzio, di rispetto, di amore, di sacralità. Si arrivava al palmo con palmo per restare vicine in un incontro profondo dell'anima. Il suo respiro a volte difficoltoso si tranquillizzava, sentivo pur nella sofferenza, benessere del rilassamento, in me c'era pace e armonia, quiete e amore.

Anna Paola Michieletto

— dalla prima pagina — ➔ da un lato di esprimere e condividere paure, le sue angosce, i suoi interrogativi, dall'altro di percepire il miglioramento fisico ottenuto grazie al massaggio, ed infine di sentire che qualcuno si sta "prendendo cura" di lei nella sua interezza di soma e psiche, di essere umano unico e irripetibile.

Il NURTURING TOUCH è il "tocco che nutre", il massaggio che offre momenti di pace, quiete, serenità e amore. Una modalità basata sul contatto attraverso il massaggio, che consente, anche quando le parole non sono più utilizzabili, di entrare in comunicazione con l'altro, di superare le barriere della paura e dell'isolamento, di offrire momenti di vero sollievo ai malati e anche ai loro familiari.

Attraverso il Nurturing Touch si riesce ad assicurare una "presenza vera" accanto a chi percorre il suo ultimo tratto di vita e a chi si trova nella "grande anzianità", condividendo la sua solitudine interiore: una condivisione che implica l'essere capaci di guardare dentro all'essere umano e di comunicare attraverso l'espressione di piccoli gesti che manifestano tenerezza e solidarietà; piccole "sorgenti luminose" che danno luce e senso all'esperienza dell'accudimento e dell'accompagnamento.

Marinella Cellai: WORKSHOP DI NURTURING TOUCH Mestre

Bambini in salute: l'alimentazione nell'infanzia (parte 1°)

Bambini, si sa, sono “clienti” difficili ed esigenti. La maggior parte dei cibi sani e consigliabili non trova gradimento nel loro palato. Ci sono, però, tanti trucchi per contrastare le cattive abitudini e radicare in loro sane abitudini di vita. Il cancro è una patologia strettamente legata al cibo: mangiare correttamente sin da piccoli è il miglior investimento per la salute.

Le preferenze alimentari e l'abitudine a un regolare esercizio fisico si consolidano nei primi anni di vita. Per questo è molto importante insegnare ai più piccoli ad alimentarsi correttamente e invitarli a praticare sport nella giusta quantità.

Diversi studi epidemiologici hanno dimostrato che oltre il 30 per cento dei tumori è associato al tipo di alimentazione seguita e che un consumo di cibi sani fin dalla più giovane età si accompagna a una più bassa incidenza di tumori.

Questo dato è stato confermato anche da un grande studio epidemiologico europeo, lo studio EPIC, al quale anche AIRC ha contribuito. L'elemento determinante, secondo lo studio EPIC, è l'elevato consumo di vegetali fin dalla più tenera infanzia, a fronte di un apporto contenuto di proteine di origine animale.

LA COLAZIONE È UNA COSA SERIA

La colazione del mattino, spesso sottovalutata in Italia, è molto importante perché al risveglio, dopo una media di 10 ore di digiuno, l'organismo ha bisogno di “carburante” per ripartire.

Per fare una buona colazione, l'elemento chiave è il tempo. Alzarsi dieci minuti prima per sedersi a tavola è una strategia vincente: non solo si dà al bambino il tempo di svegliarsi con calma e di sentire gli effetti del digiuno

notturno, ma si incentiva un inizio della giornata non troppo frenetico.

Una colazione scarsa innesca un vero e proprio circolo vizioso: è facile infatti che il bambino che non mangia al risveglio si butti affamato sulla merenda di metà mattina. Di conseguenza a pranzo non avrà fame. La merenda pomeridiana sarà quindi eccessivamente abbondante e la cena scarsa: in sostanza si sposta il bilancio nutrizionale verso gli spuntini di scarso valore a scapito dei pasti principali.

La merenda di metà mattina dovrebbe essere costituita da un frutto fresco o da semplice pane, meglio se integrale, che fornisce un buon apporto di carboidrati senza l'eccesso di zuccheri presente invece nelle merendine e nei biscotti.



Testo a cura di AIRC, Associazione Italiana per la Ricerca sul cancro
www.airc.it



VIZI E VIRTÙ: INDICAZIONI UTILI

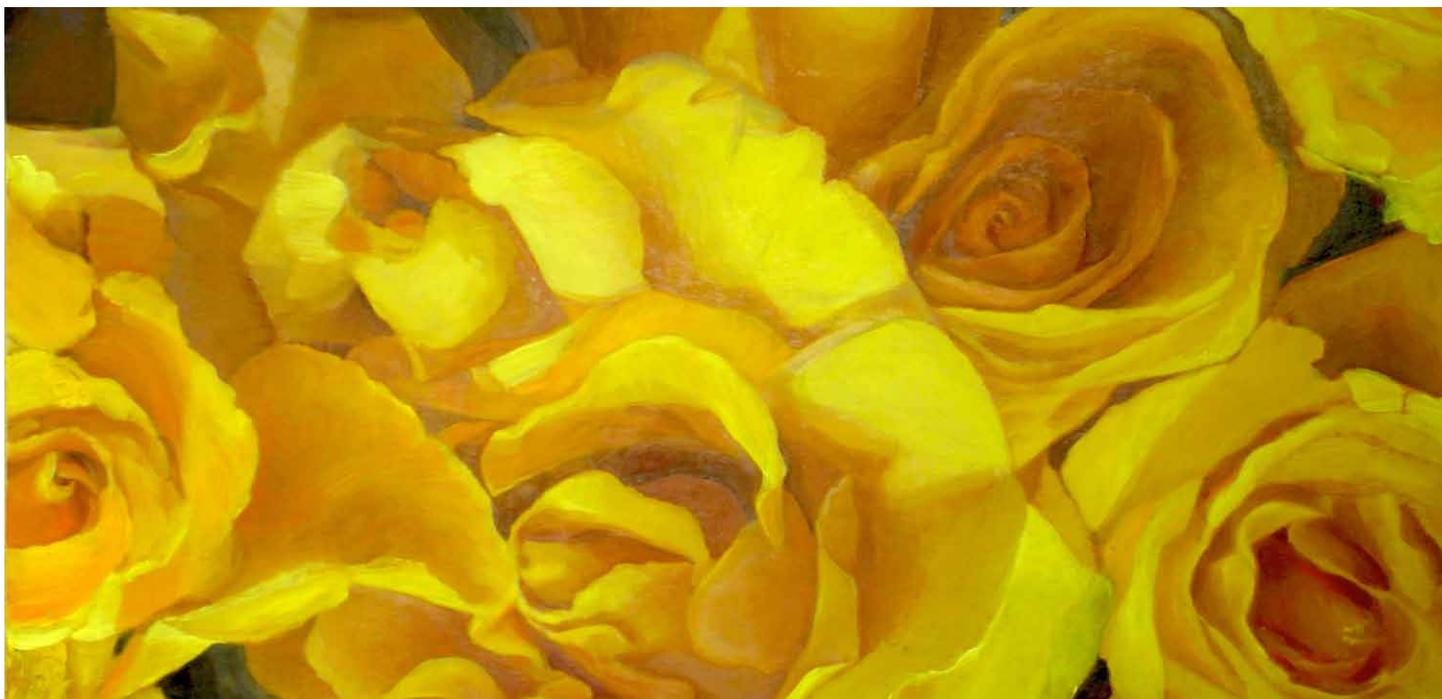
GLI ERRORI PIÙ COMUNI

- I bambini assumono troppe calorie rispetto al loro fabbisogno quotidiano
- La ripartizione delle calorie nei diversi pasti non è quella corretta
- Spuntini e merendine sono spesso molto calorici ma scarsi dal punto di vista nutrizionale
- Il consumo di proteine animali è eccessivo
- Il consumo di carboidrati ad alto indice glicemico come gli zuccheri semplici è eccessivo
- Viceversa, i bambini mangiano poca frutta e verdura, ricche di fibre e di vitamine
- Spesso manca sulla tavola il pesce, che è invece fondamentale
- I bambini mangiano troppo spesso fuori casa pasti preparati industrialmente (con troppi grassi, troppo sale e troppo zucchero)
- I piccoli mangiano spesso davanti alla TV e questo favorisce l'obesità perché riduce la capacità di controllare consapevolmente la quantità di cibo ingerito
- I bambini fanno troppo poca attività fisica: dopo la scuola, spesso fanno i compiti e guardano la TV, mentre avrebbero bisogno anche di muoversi e giocare

I COMPORTAMENTI VIRTUOSI

- Consumare tre pasti principali, con la giusta ripartizione calorica.
- Limitare a un massimo di due gli spuntini giornalieri
- Introdurre quando possibile il piatto unico ben equilibrato
- Consumare almeno una volta al giorno alimenti ricchi di amido come pasta, riso o pane, preferendo quelli integrali. Ridurre il consumo di cibi e bevande zuccherate sia nei pasti sia fuori dai pasti
- Aumentare il consumo di frutta, verdura e legumi
- Limitare il consumo di carni grasse e insaccati, eliminando il grasso
- Consumare pesce almeno due volte la settimana
- Limitare il consumo di burro a favore dell'olio extravergine d'oliva a crudo. Eliminare lardo e strutto
- Evitare un consumo eccessivo di formaggi grassi
- Variare la scelta dei cibi evitando la ripetitività

LE VOSTRE LETTERE



Vi siamo grati. Poter assistere ed accompagnare mamma, a casa, è stata un'esperienza importante, e ha reso la sua morte meno drammatica. L'intimità della propria casa è preziosa in momenti simili. Medico e infermiere ci hanno guidati passo passo con amore e professionalità. Tutto impeccabile. Grazie ancora

Desidero esprimere i miei ringraziamenti per l'umanità con cui agiscono tutti i collaboratori della vostra equipe, che resterà per me un'esperienza indimenticabile.

Con cuore grande, ringraziamo di tutto. Vi consideravamo parte della nostra famiglia e riconoscevamo la vostra attenzione su tutti i bisogni che la nostra cara sorella Maria poteva avere. Grazie al Dott. Bastianetto, all'Infermiere Mariano, a tutti coloro che ci fornivano i medicinali. Grazie ancora a tutti.

Fratelli G.

La famiglia M. ringrazia i medici e tutto il personale infermieristico che con unità e sollecitudine ha supportato la malattia del nostro Caro e con la loro presenza ci ha aiutati nelle difficoltà.

Non troviamo le parole per come avete assistito il nostro caro Carlo. Siete stati tutti meravigliosi, gentili e tanto altro ancora ... Grazie di cuore.

Raffaella, Mauro e Lara Panizzo

Ringrazio il Dott. Iginio Cagnazzo e l'infermiera Martina che con la loro presenza e pazienza hanno avuto modo di parlarci sempre, specialmente a mio marito, un caso particolare perché voleva capire tutto quel che dicevano. Hanno avuto sempre la risposta pronta in ogni momento, specialmente nei suoi ultimi giorni. Grazie ai sostituti medici, infermieri, e collaboratrici socio sanitarie. Hanno fatto di tutto perché potesse morire tranquillo e soprattutto avere meno dolore possibile. Ringrazio tutto il personale: Maria Cristina, Franca, la Psicologa e tutti quelli che ora dimentico ma che sono stati preziosi per noi. Un caro ricordo di voi, di cosa avete fatto, di tutto e di più, per noi e per mio marito. Grazie di cuore a tutti.

Ifamiliari di Maria Buzzanca desiderano ringraziare di cuore tutti coloro che si sono prodigati per rendere meno dolorosa e difficile la vita in questo ultimo anno della loro Cara. Le persone che ci hanno aiutato in questo percorso fanno parte dell'Associazione AVAPO. Ognuna di loro ha un grande compito, lavora per alleviare le sofferenze fisiche e psicologiche del Malato oncologico e dei familiari che lo sostengono, impegnando tempo proprio che magari viene tolto alla famiglia, e dedicando energia, professionalità e tanto, tantissimo amore. Nel nostro caso vorremmo citare alcuni nomi per noi importantissimi, che resteranno per sempre scolpiti nei nostri cuori: dott. Iginio Cagnazzo, infermiera Martina Tiberini, dott.ssa Lucia Bazzo, le volontarie Anna Paola e Maria Grazia (diventate poi amiche), la presidente sig.ra Stefania Bullo. Queste persone noi le possiamo definire "angeli". Anche a tutti gli altri ovviamente va il nostro grazie infinito per il loro prezioso lavoro.



TUTTO SU A.V.A.P.O.-MESTRE (parte 4)

TAPPE PRINCIPALI DELLA SUA STORIA

Ricordare i momenti salienti della vita di A.V.A.P.O.-Mestre diventa un modo per tener presenti gli step che anno dopo anno, hanno contribuito a far crescere l'Associazione, a farla conoscere, ad apprezzarne i servizi erogati e a farla diventare un punto di riferimento importante per la cittadinanza.

1991 ● ● ● ● ● ●

- Si costituisce l'Associazione A.V.A.P.O.-Mestre

2002 ● ● ● ● ● ●

- Si avvia il rapporto di collaborazione con l'ULSS 12 per il servizio di O.D.O. (Ospedalizzazione Domiciliare Oncologica) nella terraferma veneziana

2003 ● ● ● ● ● ●

- Si avvia il primo corso di formazione per volontari. I corsi per nuovi volontari si ripeteranno da questo momento in avanti con cadenza annuale.
- Apertura della prima sede dell'Associazione in via San Donà 210

2004 ● ● ● ● ● ●

- L'Associazione Internazionale Cavalieri di San Marco riconosce un "Attestato di benemerenzza per la continua e quotidiana opera di assistenza svolta nella più completa gratuità a favore dei sofferenti"
- Presso il Teatro Toniolo si svolge il concerto "C'era una volta il beat" organizzato dall'Associazione i Ragazzi della Panchina di Marghera il cui ricavato viene destinato ad A.V.A.P.O.-Mestre. Questa iniziativa proseguirà nel corso degli anni ed è ancora in essere nel periodo di Natale.

2005 ● ● ● ● ● ●

- Iscrizione alla Federazione Cure Palliative, Organizzazione di secondo livello presente in ambito nazionale, che collabora con la Società Italiana di Cure Palliative (SICP) e con l'EAPC, Organizzazione Europea di Cure Palliative.
- Trasferimento della sede associativa in viale Garibaldi 56.

- Si stipula un accordo di collaborazione con l'Assessorato alle Politiche Sociali del Comune di Venezia per la rapida attivazione degli interventi domiciliari delle Operatrici Socio-Sanitarie
- Acquisto del primo automezzo Fiat Doblò con un finanziamento ricevuto dal Centro di Servizio per il Volontariato della Provincia di Venezia destinato all'accompagnamento dei pazienti dal domicilio alle strutture ospedaliere e/o al trasporto di farmaci/ausili.
- Dono di un'autovettura Fiat 600 da parte di una benefattrice. Questo automezzo è destinato





all'accompagnamento di pazienti verso le strutture ospedaliere

2006 ● ● ● ● ● ●

- Partecipazione al XIII Congresso Nazionale della SICP a Bologna. La partecipazione ai congressi annuali della SICP proseguirà nel corso degli anni con presentazione di poster e comunicazioni libere inerenti le Cure Palliative.
- Ha inizio la pubblicazione del periodico associativo "Per mano"
- Si dà vita al progetto "Insieme...per tornare a sorridere" con la costituzione del gruppo di aiuto rivolto alle persone colpite da un lutto



2007 ● ● ● ● ● ●

- Nasce il Punto di accoglienza ed ascolto all'interno del reparto di Radioterapia nell'ospedale Umberto I
- Avvio del progetto biennale "Sorridere alla vita: insieme si può" finanziato da Fondazione Vodafone, per favorire la permanenza a domicilio di persone sole, senza care-giver. All'interno di questo progetto si prevede anche l'acquisto di un nuovo Doblò.

2008 ● ● ● ● ● ●

- A.V.A.P.O.-Mestre partecipa ad un progetto di ricerca nazionale per individuare un modello di unità operativa domiciliare

- Realizzazione del progetto "Essere insieme" finanziato dall'Assessorato alle Politiche Sociali del Comune di Venezia

- L'Azienda Comunale di Trasporti di Venezia (ACTV) dona due Doblò attrezzati con pedana per l'accompagnamento alle strutture ospedaliere di malati con difficoltà di deambulazione

2009 ● ● ● ● ● ●

- Grazie ad un lascito testamentario dei signori Del Pero, il parco autovetture si arricchisce di due nuovi automezzi, Fiat Panda, messi a disposizione del gruppo O.D.O. per raggiungere il domicilio dei pazienti assistiti

2010 ● ● ● ● ● ●

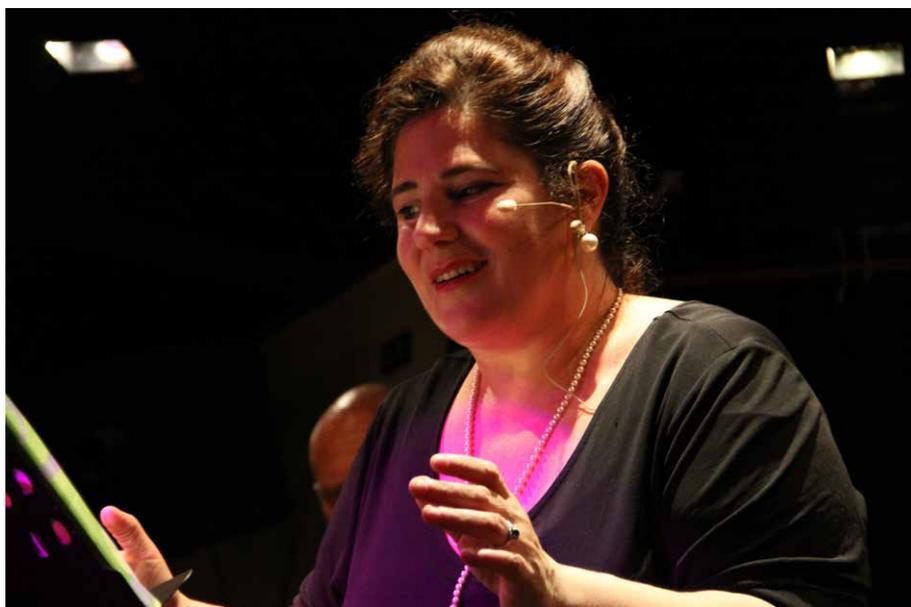
- Realizzazione del libro fotografico "L'equazione possibile" realizzato da Giovanni Cecchinato, che viene pubblicato grazie ad un finanziamento ricevuto dalla Cassa di Risparmio di Venezia.

- Viene donata ad A.V.A.P.O.-Mestre una nuova autovettura da destinare al gruppo O.D.O. per raggiungere il domicilio dei malati assistiti

- Viene assegnato al dottor Angiolino Ianniciello, Responsabile Sanitario di A.V.A.P.O.-Mestre il

- Premio "Città di Mestre"

- Il Casinò di Venezia destina ad A.V.A.P.O.-Mestre un contributo grazie al quale si acquista un automezzo Doblò Cargo





utilizzato per la consegna domiciliare di ausili sanitari.

2011 ● ● ● ● ● ●

- Organizzazione a Mestre del convegno "SI PUÒ FARE: la vita in casa di fronte ad una diagnosi di inguaribilità"
- Apertura della sede succursale di via Giusti 11 dove si avvia l'attività del gruppo di mutuo-aiuto "Fa e desfa"
- Si avvia il progetto "Con te, per tornare a piacerti" che prevede interventi di consulenza estetica ed il servizio di prestito di parrucche

- Partecipazione al progetto "CORRERE INSIEME PER LA TUA CITTA'" promosso da Fondazione Vodafone e UISP: MARATONINA DI MESTRE. Con i proventi della Maratonina di Mestre 2013 viene acquistato un nuovo automezzo attrezzato per l'accompagnamento dei malati con difficoltà di deambulazione.

2015 ● ● ● ● ● ●

- Nasce "Pausa Caffè", il secondo periodico di A.V.A.P.O.-Mestre

2012 ● ● ● ● ● ●

- Realizzazione e presentazione alla cittadinanza del cortometraggio "Quieto mare" premiato al concorso nazionale Pasinetti.
- Organizzazione del Primo concorso Nazionale di poesia e prosa "Tenendoci per mano: se ti ammali di tumore io sono vicino a te"
- Si costituisce la Fondazione A.V.A.P.O.

2013 ● ● ● ● ● ●

- Si prende parte al gruppo di lavoro costituito dalla Federazione Cure Palliative, che sfocia nella stesura del Core-Curriculum del volontario
- Si ricostituisce il Punto di ascolto ed accoglienza presso il reparto di Radioterapia all'ospedale dell'Angelo
- Partecipazione al progetto "CORRERE INSIEME PER LA TUA CITTA'" promosso da Fondazione Vodafone e UISP: MARATONINA DI MESTRE

2014 ● ● ● ● ● ●

- Partecipazione alla VIVICITTA', marcia non competitiva lungo le strade di Mestre, organizzata da UISP Venezia
- Nasce il Punto Accoglienza riservato alle Associazioni di volontariato, presso l'ospedale dell'Angelo



IL GUSTO DELLA VITA: spazio destinato agli scritti dei lettori

RICORDI DI UN TEMPO

Ho 92 anni e ho conosciuto Avapo-Mestre durante la malattia di mio marito, siamo stati tutti aiutati e per questo provo gratitudine, e leggo sempre il giornalino e vorrei contribuire con i miei ricordi di un tempo, dove a differenza di adesso si era contenti con poco.

Quando ero bambina abitavo in una casa in campagna, eravamo in tanti in famiglia: eravamo quattro sorelle, poi c'era la mamma, il papà e con noi vivevano i nonni e anche gli zii e i cugini che abitavano da noi perché avevano perso la loro casa durante i bombardamenti alla stazione di Mestre.

Eravamo una famiglia di contadini, c'era poco ma eravamo contenti. Eravamo in tanti ma non mancava l'allegria della nonna che ci raccontava storielle, noi anche se piccole avevamo i nostri compiti, le più grandi andavano alla fontana a prendere l'acqua per bere e per far da mangiare,

la mamma e la nonna avevano gli animali da accudire, il mangiare da fare per tutti, e poi cucire, rammendare...il papà e il nonno erano nei campi.

Nel tempo libero, dopo la scuola, potevamo giocare con le bambole che ci facevamo con le pannocchie, poi si giocava a nascondino, a palla prigioniera, al capanon ma quando arrivava l'ora di cena la mia nonna, se c'erano altre bambine le mandava a casa loro con una filastrocca che ancora mi ricordo: "rua, rua, rua, tutti a casa sua."

Nel mezzo della corte c'era un grande pozzo che serviva per lavare la biancheria ma serviva anche per mettere in "fresca" tante cose, era come il frigorifero di oggi, ricordo che d'estate il mio papà metteva l'anguria dentro un cesto e alla sera si mangiava tutti insieme facendo festa.

Ecco ci si divertiva con poco, con cose semplici con l'aiuto di tutti e si stava bene.

Irma Colorio



paroleinpenola.blogspot.it



IL GUSTO DELLA VITA: spazio destinato agli scritti dei lettori

L'ASILO AL GRIS, I MATTI, LA MODESTA

All'età di tre anni, nel '43, cominciai a frequentare l'asilo Gris di Mogliano, in via Provinciale. Era situato quasi a ridosso del comune di Marcon, dove la mia famiglia era sfollata per la guerra, era facile da raggiungere, e con me fu iscritto anche mio fratello di due anni più vecchio. Le classi erano nettamente separate per età, ma mio fratello, molto intraprendente, riusciva a evitare la sorveglianza e qualche volta veniva a trovarmi. Ricordo che una delle sue aspirazioni era quella di salire



in cima alla torretta dell'edificio per vedere cosa ci fosse dentro, ma ogni tentativo per riuscirci era miseramente fallito.

Le monache che ci accudivano facevano del loro meglio per tenerci attivi e tranquilli, ma l'aria che tirava era tutt'altro che tranquillizzante. All'aperto si giocava a rincorrersi, a nascondino, con i sassi o al girotondo, altri giochi non c'erano; all'interno, in un grande salone (così mi sembrava allora), c'erano dei tavolini sopra i quali si giocava con striscioline di carta da intrecciare. Ogni tanto ci facevano cantare. Tutto quello che si poteva mangiare veniva portato da casa, dentro un cestino.

Ogni tanto passavano sopra di noi, non molto alti, i bombardieri che andavano chissà dove, ed allora ci

facevano rifugiare sotto i tavolini. Un giorno, poi seppi che era il venerdì santo del '44, gli aerei passarono molto bassi e molte volte fummo tutti spaventati. Poco dopo all'asilo accorsero tutte le mamme per portare a casa i bambini. Era cominciato il terribile bombardamento di Treviso, e l'orizzonte verso Nord era rosso per gli incendi. Qualche mamma piangeva, facendo così piangere anche il bambino.

Durante l'inverno le pozzanghere del cortile gelavano, ed i ruzzoloni non si contavano. Faceva parte della grande struttura del Gris anche un reparto per "matti tranquilli" come venivano chiamati allora. Il loro cortile era separato

dal nostro da una semplice rete metallica non molto alta, alla quale spesso questi poveretti si attaccavano rivolgendo ai bambini parole incomprensibili.

Noi, per una innata paura del "diverso", evitavamo di avvicinarci al recinto, ma, quando cominciarono ad urlare, scappavamo lontano ed allora intervenivano gli infermieri e li portavano all'interno. Alcuni di loro, anche se la legge Basaglia era di là da venire, potevano uscire liberamente e si potevano incontrare per la strada.

A noi veniva sempre raccomandato di evitarli, anche se, a quanto mi risulta, non avessero mai fatto del male a nessuno, al massimo

uno spavento.

Non ricordo nessuna delle monache, ma ho un vivo ricordo di una persona particolare: era una donna un po' anziana, probabilmente viveva da sola ed era stata accolta nella comunità in cambio di un lavoro umile. Infatti non vestiva come le monache ma indossava un grembiule da lavoro: era la "modesta", il suo incarico era quello di pulire e di cambiare i panni dei bambini che si sporcavano.

Ma tutti i bambini e le mamme la ricordavano e stimavano anche perché era quella che accoglieva al mattino e salutava alla sera con un sorriso ed una carezza i bambini. Credo che di tutto il personale dell'asilo lei fosse quella che li amava di più.

Luciano Osello

Le parole del cuore

di **Maristella Cerato**

CONSOLAZIONE: consolazione è sollievo e conforto. Nei momenti difficili chiediamo consolazione o consoliamo chi ci è vicino. Nella parola consolazione troviamo il verbo latino “solari” con i molteplici significati di consolare, calmare, ricompensare, ed anche l’antico “sollus-solus”= intero, che indicava il sentirsi sazi, soddisfatti.

La consolazione, dunque, conforta ed attenua la sofferenza, colma il senso di vuoto che a volte ci assale, rende sazi perché vede le strade della serenità e della gioia possibile nelle concrete situazioni della vita. E il verbo consolare ha anche il significato di “rallegrare, allietare”, come nella frase “una notizia che consola”.

Possiamo consolare ed essere consolati, chiedendo aiuto con fiducia. E possiamo anche consolare noi stessi, dicendoci buone parole che aprono alla speranza.



Il padre di Sandra le ha scritto questa lettera

Se un giorno mi vedrai vecchio, se mi sporco quando mangio e non riesco a vestirmi... abbi pazienza, ricorda il tempo che ho trascorso io a insegnartelo. Se quando parlo con te ripeto sempre le stesse cose, non mi interrompere... ascoltami. Quando eri piccola dovevo raccontarti ogni sera la stessa storia, finché non ti addormentavi.

Quando non voglio lavarmi non biasimarmi e non farmi vergognare... ricordati quando dovevo rincorrerti inventando scuse, perché non volevi fare il bagno.

Quando vedi la mia ignoranza per le nuove tecnologie, dammi tempo e non guardarmi con sorrisetti ironici. Ho avuto tanta pazienza per insegnarti l’abc. Quando non riesco a ricordare o perdo il filo del discorso, dammi il tempo necessario per ricordare. E se non ci riesco, non ti innervosire: la cosa più importante non è ciò che dico, ma il bisogno di essere con te e averti lì che mi ascolti. Quando le mie gambe stanche non mi consentono di stare al tuo passo, non trattarmi come un peso morto; vieni verso di me con le tue mani forti, come ho fatto io con te quando muovevi i primi passi. Quando dico che vorrei essere morto... non arrabbiarti. Un giorno comprenderai che cosa mi spinge a dirlo.

Cerca di capire che alla mia età non si vive, ma si sopravvive. Scoprirai un giorno che, nonostante i miei errori, ho sempre voluto il meglio per te, ho cercato di spianarti la strada. Dammi un po’ del tuo tempo, della tua pazienza; dammi una spalla su cui poggiare la testa allo stesso modo in cui l’ho fatto per te.

Aiutami a camminare, a finire i miei giorni con amore e pazienza. In cambio ti darò un sorriso e l’immenso amore che ho avuto sempre per te.

Tuo padre





DOVE TROVARE IL NOSTRO PERIODICO

Desideriamo ringraziare coloro (attualmente 403 tra esercizi privati e pubblici) che gentilmente mettono a disposizione i loro spazi accogliendo il bimestrale 'per Mano' e, consentendone la capillare diffusione a pubblico e lettori, contribuiscono a far conoscere A.V.A.P.O.-Mestre e i suoi servizi.

Elenchiamo qui la prima parte di questi nostri sostenitori, la parte successiva nei prossimi numeri di 'per Mano'. A pubblicazioni ultimate, l'elenco completo dei nominativi verrà inserito e sarà consultabile nel sito www.avapomestre.it.
GRAZIE a TUTTI.

CHIESA S. Eliodoro, Via S. Eliodoro n.29	Altino
POLIAMBULATORI Studio Medici, Via Asseggiano 258	Asseggiano
CHIESA S.ta maria del Suffragio, Via Asseggiano 260/a	Asseggiano
FARMACIA Gobbin, Via Asseggiano n.258	Asseggiano
FARMACIA Erbor.-Omeop.-Veter., Via Giovanni XXIII	Borbiago di Mira
CHIESA S.ta maria Assunta, Via Giovanni XXIII n.151	Borbiago di Mira
CHIESA Sacro Cuore di Gesù, Via Don Zorzi n. 10	Ca' Sabbioni
SCUOLA dell'Infanzia S. Pio X, Via Monego 1	Ca' Sabbioni
PANIFICIO "Arte del pane" Via Colombara 221	Ca' Sabbioni
MACELLERIA - "CHINELLATO" - VIA GOBBI 222	Campalto
CHIESA San Benedetto, Via Orlanda n. 89	Campalto
CHIESA San Martino, Via Orlanda n. ??	Campalto
CHIESA dell'Annunziata, Villaggio Laguna, P.le Zandrini n.8	Campalto
FARMACIA Patelli, Via Orlanda 156/158	Campalto
FARMACIA AMES n.4, Villaggio Laguna, P.le Zandrini n.21	Campalto
FARMACIA De Notariis - Via Miranese n.252	Chirignago
CENTRO "DON ORIONE", Via Ghetto n.1	Chirignago
CHIESA S. Giorgio, P.za S.Giorgio n.1	Chirignago
CHIESA S.ta Barbara, Via Salvore n.1	Chirignago
DISTRETTO SANITARIO ULSS12 VE, Via Cavanis n.48	Chirignago
MUNICIPALITA' di CHIRIGNAGO, Via Miranese n.454	Chirignago
SANITARIA, Alma Ortopedica snc, Via Castellana 34	Cipressina - Mestre
FARMACIA CIPRESSINA, Via Castellana n.47	Cipressina - Mestre
CHIESA San Lorenzo Giustiniani, P.le Giustiniani n.1	Cipressina - Mestre
PASTICCERIA Bar Girasole, Via Ciardi n.12	Cipressina - Mestre
ALIMENTARI Vernier Gianni, Via Castellana n.24/a-b	Cipressina - Mestre
BAR Paninoteca 'Marina', Via Castellana n.25/c	Cipressina - Mestre
Wash e Clean Lavanderia self service, Via Castellana n.61/f	Cipressina - Mestre
FRUTTA e Verdura ai 4 cantoni, Via Castellana n.8/b	Cipressina - Mestre
FRUTTOLO Sas di Nardi Mario, Via Castellana n.21	Cipressina - Mestre
EDICOLA-TABACCHERIA alla Cipressina, Via Castellana n.61/N-O	Cipressina - Mestre
CHIESA Natività di maria, Via Altinia n.211/b	Dese
FARMACIA Piva, Via Altinian.248/d	Dese
FARMACIA COMUNALE, Via Altinia n. 133	Favaro Veneto
LA BOUTIQUE DEL VINO, Via San Dona' n. 232	Favaro Veneto
PASTICCERIA "BINDI", Via Monte Bianco n.1	Favaro Veneto
PASTICCERIA INVASO LUCA, Via S. Maurizio n. 36	Favaro Veneto
VINI DEL PIAVE, Via Triestina n.48/21 – Centro Comm.le LA PIAZZA	Favaro Veneto
CHIESA S. ANDREA Apostolo, Via Altinia n.131	Favaro Veneto
CHIESA S.LEOPOLDO, Via Triestina n.164	Favaro Veneto
CHIESA S. PIETRO Apoatolo, Via S. Maurizio n.26	Favaro Veneto
FARMACIA CIAVATTA L. Via San Dona' n.400	Favaro Veneto



PANIFICIO Aiolo, p.zza IV Novembre n.10	Maerne
BOTTEGA DEL PAN, p.zza IV Novembre n.10	Maerne
SUPERMERCATO Despar, P.ZZA IV Novembre n.66	Maerne
AGRARIA, Via Olmo n.209	Maerne
STUDIO Medici Riuniti, Via Stazione n.8	Maerne
EDICOLA Ai Gemelli, Via IV Novembre n. 77	Maerne
DOTT: Zane, Via Roviego n.4	Maerne
MERCERIA Ghirigori, Via IV Novembre n.4	Maerne
PISCINA Comunale, Via Olmo n.70b	Maerne
MACELLERIA Danilo, Via IV Novembre n. 63	Maerne
FARMACIA Dott. Carraro, Via Stazione n.2	Maerne
FARMACIA Colacci, Via Olmo n.10	Maerne
FIORERIA Giusi, Via Olmo n.277	Maerne
POLIAMBULATORI Maerne, Via Stazione n.8	Maerne
SUPERMERCATO Gatto Adriano, P.za IV novembre n.83	Maerne
CANTINA Rampazzo Eugenio, Via Stazione n.6	Maerne
MACELLERIA 1a Qualità, Via Stazione n.71	Maerne
EDICOLA Giornali, Via Stazione n. 66	Maerne
BAR - "LA CANTINELLA" - PIAZZA MALCONTENTA 54	Malcontenta
FARMACIA Malcontenta, Via Malcontenta 61	Malcontenta
CHIESA S. Ilario Vescovo, Via Moranzani n.1	Malcontenta
FARMACIA Rossetto, Via Boito n.4	Malcontenta
STUDIO MEDICO, Dott. Mascolo n.52/a	Malcontenta
STUDIO MEDICO, Dott. Marsilio Luigi n.14/e	Malcontenta
BAR - GRILLO DI GIUSTO, V.le S.Marco n.26	Marcon
BAR "Sport", P.za Municipio n.59	Marcon
"LA OSTERIA", P.za 4 Novembre n.9	Marcon
SNACK BAR - "Sole e Luna", P.za Municipio n.27	Marcon
CENTRO CIVICO A.Moro, Via della Cultura n.3	Marcon
CHIESA S. Giorgio Martire, P.za IV Novembre n.35	Marcon
CHIESA S. Bartolomeo Apostolo, P.za I maggio n.22	Marcon
COMUNE DI MARCON, Via della Cultura n.3	Marcon
CHIESA loc. TARU', Via Gatta n. 116	Marocco
STUDIO DENTISTICO Dott. Michielan N., Michele G., Via Fapanni 12/A	Martellago
PANIFICIO Il forno Ecologico, Via Fapanni 34/4	Martellago
ABBIGLIAMENTO All'Orizzonte, Via Castellana 4/A	Martellago
FARMACIA Castellana dott. E.Rosa, p.zza Vittoria n.79	Martellago
AUTOSCUOLA Castellana Agenzia, Via Fapanni n.23	Martellago
FARMACIA Centrale di Trevisani G., Via Castellana n.6	Martellago
CHIESA - S. Stefano, P.za Vittoria n. 51	Martellago
PANIFICIO Vallongo Gloria, Via Castellana n.7A	Martellago
PASCOLI DEL VENETO di Venezia Scarl, Via Castellana n.88	Martellago
SUPERMERCATO PRIX QUALITY, Via Castellana n.88/A	Martellago
ORTOFRUTTA Sperandio Alessandro, Via Castellana n.26	Martellago
AMBULATORI Medici, Via Fapanni n.83	Martellago
OLIVIA, Via castellana n.1	Martellago
BAR Caffetteria Bea Vita, Via Castellana n.11/a	Martellago
STUDIO Medico Dott. Di Giulio-Scassola-Spolaor, Via Ciardi 45a	Martellago
FARMACIA alla Marca, Via Marignana n.7	Mogliano - Marocco
CHIESA San Giuseppe, Via Marignana n. 33	Mogliano - Marocco
CHIESA Cuore Immacolato di Maria, Via Ronzinella n. 176	Mogliano - Mazzocco



CHIESA Cuore Immacolato di Maria, Via Ronzinella n. 176	Mogliano - Mazzocco
CHIESA S.ta Maria Assunta, Via Don Bosco n.39/a	Mogliano Veneto
CHIESA Sacro Cuore, Via Torino n. 1/d	Mogliano Veneto
FARMACIA San Marco, Via Ronzinella n. 68	Mogliano Veneto
CHIESA San Marco, Via Manin 27/a	Mogliano Veneto
L'ALTRO GHEMO, Via Don Minzoni n.10	Olmo di Martellago
SMANIA Casalinghi, Via Don Minzoni n,18	Olmo di Martellago
PANIFICIO Todesco daniele, Via Frassinelli n.2	Olmo di Martellago
PASTICCERIA Barbiero, Via Stazione n.12	Olmo di Martellago
BAR Pasticceria Meraviglie di Zuccherò, Via Roviego n.2	Olmo di Martellago
DOLCE in Piazza, P.zza Ilaria Alpi n.2	Olmo di Martellago
VETERINARIO Dott. Lazzari, Via Stazione n. ??	Olmo di Martellago
3C Centro Clinico Chimico, Via Manzoni 9/d	Olmo di Martellago
CHIESA Annunciazione del Signore, Via Damiano Chiesa n.64	Olmo di Martellago
PANIFICIO Il Pane, P.zza Donatori di Sangue n.9	Olmo di Martellago
FARMACIA Olmo, P.za Maestri del lavoro n.6	Olmo di Martellago
PARAFARMACIA all'Olmo, Via Olmo n.165e	Olmo di Martellago
SALONE Graziella, Via Olmo n.122	Olmo di Martellago
SUPERMERCATO Ilario, Via olmo n.283	Olmo di Martellago
MAXI SUPERMERCATI, Via T. Speri n.1	Olmo di Martellago
GOCCE BOLLE Snc, P.zza maestri del Lavoro n. 14	Olmo di Martellago
PASTICCERIA Dolce, Via Papa Giovanni XXXIII n.10	Olmo di Martellago
PIZZERIA Rialto, Via olmo n.124	Olmo di Martellago
MACELLERIE Spolaore, Via Maroncelli n.1	Olmo di Martellago
ARTICOLI da regalo-casalinghi-ferramenta, Via Olmo n.259	Olmo di Martellago
PANIFICIO 900 Via Don Minzoni n.12	Olmo di Martellago
BAR Centrale, Via Venezia n.126	Oriago
FARMACIA Dott. Favero, Via Venezia n.118	Oriago
FARMACIA Comunale, Piazza mercato n. 11B	Oriago
CHIESA S.ta Maria Maddalena Penitente, Via Venezia n.131	Oriago
CHIESA San Pietro, Riviera San Pietro n.60	Oriago
CHIESA S. Magno Vescovo, Via Trieste n.11	Oriago
FARMACIA Dott. Menegaldo, Via Trieste n.71	Portegrandi
BAR - GRILLO DI GIUSTO, V.le S.Marco n.26	Portegrandi
BAR "Sport", P.za Municipio n.59	Quarto d'Altino
"LA OSTERIA", P.za 4 Novembre n.9	Quarto d'Altino
SNACK BAR - "Sole e Luna", P.za Municipio n.27	Quarto d'Altino
COMUNEdi QUARTO D'ALTINO, P.za S. Michele n.1	Quarto d'Altino
PANIFICIO Spiga d'Oro, Via Matteotti n.1	Quarto d'Altino
CENTRO ANZIANI, Via Matteotti n.7	Quarto d'Altino
FARMACIA Dott. A.Perulli, Via Roma n.38	Quarto d'Altino
ULSS 12, Via Tagliamento n.10	Quarto d'Altino
ERBORISTERIA Aurora, Via Roma n.11	Quarto d'Altino
PARRUCCHIERE per uomo VLADY Creaturità, Via marconi n. 22/c	Quarto d'Altino
STUDIO Medico Favaretto dott. Mara, Via Manzoni n.10	Quarto d'Altino
STUDIO Medico Mosconi dott. Marina, Via Isonzo n.20	Quarto d'Altino
CAF Uffici, Via della Stazione n.24	Quarto d'Altino
CENTRO MEDICO S. Michele, Via Roma n. 93/c	Quarto d'Altino
CHIESA S. Michele Arcangelo, via Roma n.14	Quarto d'Altino
RADIOLOGIA Medica, Via Volpato n.2	Quarto d'Altino Z.I.
CHIESA S.Liberale, Via Don Sturzo 97	San Liberale
FARMACIA Polato, Via Don Sturzo n.180	San Liberale
PANIFICIO Tiveron, Via Don Luigi Sturzo n.93	San Liberale
COMUNE DI MARCON, Via Don sturzo n. 47	San Liberale



BAR Dei Fiori, V.le Viareggio n. 77	Spinea
3C Centro Clinico Chimico, Via Roma n.230	Spinea
BANCO SAN MARCO, P.za Marconi n.1	Spinea
FARMACIA Comunale, Via Alfieri n.2/A	Spinea
CHIESA SS. Vito e Compagni MM., p.zza Marconi n.64	Spinea
FARMACIA Alla Giustizia, Via Roma n.152	Spinea
PANIFICIO Bezze Ivan, Via Fornase n.53	Spinea - Fornase
PANINOTECA Fora del Comune, via Fornase 48/a	Spinea - Fornase
CHIESA Loc. Fornase, p.zza Granatieri di Sardegna	Spinea - Fornase
FARMACIA Santa Rita, Dott. Camozzi, Via roma 23	Spinea - Graspò d'Uva
CHIESA Madonna del Rosario, Via Mantegna	Spinea - Graspò d'Uva
FARMACIA Pinelli, Via Roma n.325	Spinea - Orignano
CHIESA Santa Bertilla, Via Roma n.226	Spinea - Orignano
CHIESA S.ta Maria del Carmelo, Via Terraglio n.45	Terraglio
CHIESA S.ta Maria Assunta, Via Asti n.1	Tessera
FARMACIA, Via Castellana n.204	Trivignano
CHIESA San Pietro Apostolo, Via chiesa 20	Trivignano
PANIFICIO Vesco Barbara, Via Castellana n.234/a	Trivignano
EMPORIO Agrario Anòè Vittorio, Via Castellana n.204	Trivignano
LA FIORERIA, Via Castellana n.203/c	Trivignano
CHIESA S. Pietro Apostolo, Via Chiesa n.20	Trivignano
SUPERMERCATO MaxiFamily N.1	Trivignano
BP Center, Via Castellana n.177	Trivignano
STUDIO Medico dott. Bottecchia-Parisotto, Via Castellana n.234	Trivignano
CENTRO CIVICO ZELARINO, Via Zuccarelli 6	Zelarino
FARMACIA -Alla Dogaressa-Via S.Vigilio 4/c (c/o Polo)	Zelarino
CHIESA S. Lucia, Via Gatta n.116	Zelarino
CHIN Ariella, Via Castellana n.16/c	Zelarino
ELETTROCASA Mognato, Via Castellana n.22/u	Zelarino
ALIMENTARI Rossi P. e Brancalioni E., Via Castellana n.22/a	Zelarino
PASTICCERIA Zancanaro, Via Castellana n.115	Zelarino
FIORERIA Sogno Fiorito, Via Castellana n.150/a	Zelarino
FARMACIA Pedrina, Via Castellana n.99	Zelarino
BAR Pasticceria Prosdocimi, Via Castellana n.99/f	Zelarino
CAVOLI a Merenda, Gastronomia, Via Castellana n.101	Zelarino
Simioni Pierina, Via Castellana n.66/c	Zelarino
VARIETY Intimo Tessuti Mercerie, Via Castellana n.105/a	Zelarino
SUPERMERCATO Coopca, Via Castellana n.97	Zelarino
A&O Dalla Costa Giuseppina, Via Castellana n.64f	Zelarino
MERCERIE Filati Kristen, Via Castellana n.97/L	Zelarino
L'ORTO DI CASA TUA di Caterina, Via Castellana n.107	Zelarino
LA COCCINELLA Bomboniere, Via Castellana n.97/d	Zelarino
WASH & CLEAN Lavanderia self service, Via Castellana n.97/m	Zelarino
PANIFICIO Grani d'Oro, Via Castellana n.64/a	Zelarino
CHIESA S.ta Maria Immacolata e S.Vigilio Martire, Via Castellana n.99	Zelarino
PANIFICIO da Mxr, Via L.Giordano n.10	Zelarino
STUDIO Dott. Niero, Via Scaramuzza n.4	Zelarino
STUDIO DENTISTICO dr. Meneghello e Berlin, Via Carpaccio n.3/4	Zelarino



Freschezze dell'estate dolcezza del donare. Con 10 euro puoi garantire un valido sostegno psicologico ad un malato ed alla sua famiglia. Versa il tuo contributo attraverso il sito www.retedel dono.it oppure secondo le indicazioni qui sotto. Grazie!

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



tel. 041 5350918

www.avapomestre.it - info@avapomestre.it

AVAPO MESTRE GARANTISCE GRATUITAMENTE:

- assistenza medica ed infermieristica domiciliare gratuita, con una reperibilità di 24 ore su 24 per 365 giorni all'anno;
- sostegno psicologico per il sofferente ed i suoi congiunti;
- affiancamento di aiuto alle famiglie e aiuto al malato facendogli compagnia a casa;
- consegna domiciliare di farmaci e presidi sanitari;
- disbrigo di pratiche burocratiche;
- accompagnamenti dal domicilio all'ospedale, con automezzi privati, di pazienti deambulanti che devono sottoporsi a cure o visite;
- sostegno ai familiari nella fase di elaborazione del lutto, grazie anche alla costituzione di gruppi di mutuo aiuto.

Comitato di redazione: *Laura Auriemma, Anna Maria Dessi, Annalisa Febrino, Anna Paola Michieletto, Guerrino Bergamo, Giusto Cavinato, Luciano Osello, Antonino Romeo* - Proprietario: AVAPO MESTRE ONLUS - Editore: AVAPO MESTRE ONLUS - Stampata: Arti Grafiche Ruberti, Via L. Perosi 9, 30174 Mestre (VE) - Redazione: Viale Garibaldi 56, 30173 Mestre (VE)

PUBBLICATO IL MESE DI LUGLIO 2015

Anno 10 - N. 46 - Periodico bimestrale di informazione e formazione dell'A.V.A.P.O. 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).

ATTIVITÀ EFFETTUATE NEL CORSO DEL 2014

PERSONE SEGUITE	656
ACCOMPAGNAMENTI DOMICILIO OSPEDALE	1024
CONSEGNA FARMACI ED AUSILI SANITARI	3071
SOSTEGNI TELEFONICI	1378
ELABORAZIONE DEL LUTTO	425
SOSTEGNI PSICOLOGICI	531
INTERVENTI SANITARI	10423
ASSISTENZA TUTELARE	3085
PROFESSIONISTI E VOLONTARI	143