



“QUESTO NUMERO È PARZIALMENTE FINANZIATO DALLA REGIONE VENETO  
CON RISORSE STATALI DEL MINISTERO DEL LAVORO E DELLE POLITICHE SOCIALI”

COPIA GRATUITA

# PER MIANO

Periodico dell'Associazione Volontari Assistenza Pazienti Oncologici

“Poste Italiane S.p.A.” – Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003



## FUMO E ALCOL: CAUSA DI GRAVI MALATTIE ONCOLOGICHE



- 03** **EDITORIALE**  
di Stefania Bullo
- 04** **FUMO. ALCOL. SCUOLA.**  
di Michela Michieletto
- 05** **STORIE CHE FANNO RIFLETTERE**  
di Viviana Gottardo
- 06** **OGNI CLASSE PUÒ ESSERE...**  
di Carla Galvan
- 07** **EMERGENZA GIOVANI!**  
di Cristiana Puppi
- 08** **QUATTRO ZAMPE IN AVAPO**  
di Caterina Tagliapietra Palmeri
- 10** **INTERVISTA A PAOLA MAR**  
di Valter Esposito
- 12** **UN VIAGGIO NEL MONDO DEI GIOVANI: LE DIPENDENZE**  
di Marco Bracco
- 14** **FUMO E ALCOL, DROGA POVERA PER POVERI**  
di Luciano Osello
- 15** **È BELLO**  
di Antonino Romeo
- 16** **PAROLE DI CASA NOSTRA**  
di Maristella Cerato
- 17** **ART&FOOD CHARITY LOTTERY**  
di Giusto Cavinato
- 18** **ARRIVA L'ESTATE: I CONSIGLI...**  
Dottoressa Rossana Capezzerà

- 20** **COSA LEGGERE**  
di Margherita Ruglioni
- 21** **COSA ASCOLTARE**  
di Matteo Scarpa
- 22** **COSA VEDERE**  
di Francesca Brandes



# IMPARIAMO A CURARE LA NOSTRA SALUTE



di Stefania Bullo  
Presidente AVAPO Mestre - OdV

Il richiamo che proviene da fonti accreditate sul piano scientifico, è forte: gli abusi sono dannosi per la salvaguardia del bene più prezioso quale la salute. Guardandoci attorno però, sembra che gli appelli sui quali c'è ampia condivisione, cadano nel vuoto o per lo meno, non vengano applicati alla quotidianità. Molte persone fumano, si concedono il piacere di un momento di condivisione e di incontro quale quello offerto dallo Spritz Hour, ma non riconoscono queste consuetudini come qualcosa di pericoloso, soprattutto se rientrano tra i comportamenti abituarini di una persona. Pare quasi esista una sorta di discrasia tra il riconoscere la pericolosità del fumo, dell'alcol, così come di un'errata esposizione al sole, e i comportamenti che comunemente vengono messi in atto. E' come se si trattasse di qualcosa che riguarda altri, non le persone comuni.

Spesso si sentono affermazioni quali: "Fumo una sigaretta ogni tanto..." Oppure: "Un aperitivo, cosa vuoi che faccia, mica mi ubriaco!" In realtà anche questi comportamenti occasionali, soprattutto se protratti nel tempo, possono risultare dannosi; non è necessario solo pensare agli eccessi e parlare di alcolismo o tabagismo. In particolare tra i giovani si notano comportamenti che potrebbero rivelarsi pericolosi: accettare una sigaretta così come un aperitivo, ti fa sentire accettato dal gruppo e puoi entrare a farne parte in quanto condividi delle consuetudini; operare scelte diverse pur se responsabili, non sempre è facile.

Le cronache però, soprattutto nei mesi estivi, riportano notizie di ragazzi, spesso minorenni che devono ricorrere alle cure mediche a causa di abusi di sostanze alcoliche o di altro tipo assunte per contrastare la stanchezza, mantenere ritmi defaticanti per il fisico e dimostrarsi prestanti.

Sarebbe importante imparare a riflettere sul fatto che ciascuno di noi può fare molto per mantenere buone condizioni di salute e spesso questo dipende proprio da azioni individuali che portino responsabilmente ad adottare comportamenti, anche se possono risultare "impopolari e controcorrente".

L'adozione di corretti stili di vita è nelle nostre mani e il nostro agito può fare la differenza. Lo stesso non sempre si può dire per l'ambiente in cui viviamo caratterizzato da inquinamento ad alti livelli tanto da costringere il nostro corpo ad assorbire e respirare molteplici sostanze nocive. Su questo aspetto ben poco possiamo fare per indurre un cambiamento; ciò nonostante anche in questo ambito, qualche margine di intervento è a nostra disposizione: preferire i mezzi pubblici agli spostamenti con la propria auto per esempio, prevedere la differenziazione dei rifiuti, rispettare le norme che vietano il fumo, ecc.

Da poco è iniziata la stagione estiva che ci vede spesso all'aria aperta, desiderosi di "prendere un po' di colore" ed abbandonare il livore invernale: anche in questo caso rivolgo un appello a farlo in modo intelligente seguendo le indicazioni che ci vengono date dagli esperti del settore, rinunciando al desiderio di una tintarella in breve tempo, magari esponendoci al sole nelle ore più calde e senza protezione. Il sole è un nostro alleato: dipende da noi mantenerlo tale e fare in modo di non rischiare inutilmente e provocare alla pelle danni che possono essere permanenti. Tale affermazione vale per tutte le situazioni in cui siamo tentati dal mettere in atto comportamenti per abitudine o per compiacere gli amici: riflettiamo sul fatto che il mantenimento di buone condizioni di salute, dipende dalle nostre scelte, operate in modo consapevole e responsabile. Ciò non significa che avremo la garanzia di non ammalarci, ma di aver agito per quanto nelle nostre possibilità, limitando l'insorgenza di malattie quali il cancro. Nessuno può ritenersi invincibile o intoccabile, siamo fragili, ma proprio per questo, agiamo in modo tale da dimostrare che ci teniamo alla nostra salute e al nostro benessere fisico.

**PROPRIETARIO**  
AVAPO MESTRE ODV

**DIRETTORE RESPONSABILE**  
Valter Esposito

**IN REDAZIONE**  
Giusto Cavinato  
In copertina: illustrazione di Sara De Marchi

**EDITORE**  
AVAPO-Mestre ODV

**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:**

Annamaria Dessì, Antonino Romeo, Giusto Cavinato, Luciano Osello, Luciano Rossi, Marco Bracco, Maristella Cerato, Riccardo Da Lio, Stefania Bullo, Micaela Velli.

**PUBBLICATO IL MESE DI GIUGNO 2025**

ANNO 21 Periodico trimestrale di informazione e formazione dell'AVAPO-Mestre ONLUS C.F. 90028420272  
Autorizzazione del Tribunale di Venezia n.9/06 Registro Stampe.  
Direttore Responsabile Valter Esposito  
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 (VE) Viale Garibaldi, n. 56 - 30173 Mestre.





# FUMO. ALCOL. SCUOLA.



Di Michela Michieletto  
Preside dell'istituto Bruno Franchetti

Ufficio di Presidenza. Secondo cassetto a sinistra. Lo apro e sorrido: ci sono sei dispositivi per sigaretta elettronica di diverse fogge e colori, nero, verde malva, azzurro metallizzato, fucsia, grigio perla. Sono il bottino dei docenti, "svapo" e "iqos" requisiti ai ragazzi durante le ricreazioni e consegnati a me insieme ai loro fruitori. Fase uno: nota disciplinare ("Lo studente è stato sorpreso con una sigaretta durante il secondo intervallo. Si ricorda che è vietato fumare sia nei locali interni sia nei cortili della scuola e che chiunque violi il divieto di fumo è soggetto alle sanzioni amministrative pecuniarie di cui all'articolo 7 della legge 11 novembre 1975, n. 584, e successive modificazioni"); fase due: paternale sull'importanza del rispetto delle regole e di sé stessi; fase tre: telefonata a uno dei genitori, il tono della quale varia in base all'età del discente; fase quattro: commiato. Gli svapo sono rimasti nel cassetto e nessuno è venuto più a reclamarli. Completo il quadro confessando che nascosta dietro i manuali di legislazione scolastica è possibile trovare anche una bottiglia di vodka ancora sigillata, Wodka Gorbatschow per l'esattezza (non Michail, ma Lev), datato souvenir di un viaggio di istruzione delle classi quinte. La Scuola, ogni anno, investe ingenti risorse umane e finanziarie per attività di prevenzione e contrasto all'uso di sostanze alcoliche e al tabagismo. Abbiamo numerosi "progetti di educazione alla salute". Sono inseriti nel piano triennale dell'offerta formativa, obbligatorio per

ogni istituto. Vengono programmate attività pensate proprio per gli studenti e si organizzano anche incontri pomeridiani dedicati ai loro genitori: esperti esterni, docenti, psicologi, Polizia di Stato, Carabinieri, testimonianze, studi di caso. La realizzazione di uno "Spazio Ascolto", gestito da personale esterno, va nella stessa direzione: è un servizio di promozione della salute intesa come benessere a tutto tondo, benessere fisico, psicologico, socio-relazionale, sempre con obiettivi di prevenzione del disagio e della devianza. Tanto. Davvero. Ma è sufficiente? Evidentemente no, se la mia raccolta di e-cig è in aumento. Certamente no, se il servizio di "vigilanza" rientra tra i nostri compiti. Assolutamente no, se le stime più recenti riportano che il 25% degli incidenti per i giovani compresi tra i 18 e i 24 anni sono attribuibili ad alcol. Nel tentativo di alleggerire il senso di colpa mi dico che, insieme alla famiglia, siamo un'efficace agenzia di formazione ed educazione, ma non siamo l'unica. In verità, però, l'attenzione e l'affetto che nutriamo per i nostri alunni ci fa sentire, a volte, inadeguati. Soluzioni? Non ne ho. Mi rincuora il fatto che molti studenti ritornano a salutare i docenti, i collaboratori, spesso anche il dirigente scolastico. E li vedi grandi, soddisfatti, realizzati, con le idee chiare. E mi rendo conto che la soluzione sta nel lungo tempo. Verrà dopo. O almeno lo spero.



# STORIE CHE FANNO RIFLETTERE



di Viviana Gottardo  
Docente in Pensione- Volontaria Avapo

È una soleggiata mattina di fine febbraio, sono di guardiana, alla mostra "Una canzone per Avapo- Note dal cuore" in Provvederia, a Mestre. Entra un giovane uomo che mi chiede, cortesemente, di poter visitare la mostra. Mi spiega che lui è un pittore, anzi uno studente- pittore che di lì a poco sarà ricevuto, in Municipio, per essere premiato dal sindaco Luigi Brugnaro in quanto, con il dipinto "Venezia di notte", è risultato vincitore del PremioMestrePittura 2024, classificandosi al secondo posto. È la nostalgia di una sua mostra precedente che lo porta ad entrare in sala. Gli spiego qual è l'oggetto della mostra. Passa in rassegna tutti i testi, si sofferma sulla copertina del CD, apprezzandone la grafica, e poi viene letteralmente "catturato", dal riccio, l'animaletto di carta, simbolo di Avapo, realizzato con libri che andrebbero al macero ed invece viene data loro una nuova vita. Alla fine della visita mi scrive le sue considerazioni, riguardo il manufatto e le sensazioni che ha suscitato in lui. Mi ha anche informato che il giorno successivo si sarebbe laureato a Venezia, laurea che ha conseguito con votazione 110 su 110. Mi ha fatto partecipe della sua vita non proprio facile, di emigrato dall'Albania, probabilmente con i primi sbarchi, e che non avrebbe mai, mai, immaginato di arrivare alla Laurea. Ha potuto contare sull'amore della sua famiglia, della madre e del supporto economico

della sorella che lavora in Svezia, in campo medico. Lui si è rivisto nel riccio, animaletto resiliente, che tra le mille difficoltà che può incontrare nella sua esistenza, trova il modo di superarle per divenire. Invulnerabile. Mi ha spiegato che il "Riccio" è anche un animaletto totemico, noto per la sua abilità a proteggere e a difendere quelli che sono sotto la sua cura perché è in grado di affrontare grandi sfide della vita. A questo si lega la mission di Avapo Mestre. La vita ci offre, quotidianamente, occasioni di gioia, ma anche situazioni che ci mettono duramente alla prova, come una malattia, la nostra o di un familiare. Avapo Mestre, ti offre la possibilità di affrontare questa situazione offrendoti aiuto perché non ci si senta soli. Fa come il "Riccio" protegge e si prende cura di chi sta affrontando un periodo difficile della propria vita. Il sig. Lir Avrami, questo il nome dello studente- pittore è tornato il giorno della chiusura della mostra a portare due suoi acquerelli, come dono ad Avapo e per ringraziarci per tutto quello che Avapo Mestre fa, per chi si trova ad affrontare un percorso difficile, di vita.



# OGNI CLASSE PUO ESSERE UN UNIVERSO DI UMANITÀ



# EMERGENZA GIOVANI!



di Carla Galvan  
Volontaria Avapo Settore Scuola

Avapo Scuola interviene già dallo scorso anno in numerose scuole del territorio proponendo attività e laboratori che permettono a bambini e ragazzi di comprendere alcuni aspetti dell'essere Volontari in un'associazione come Avapo.

Entrare in una classe relazionandosi con gli studenti assume ogni volta un'accezione differente che arricchisce i volontari stessi attraverso quanto emerge nelle diverse esperienze.

In modo particolare questi momenti diventano pregnanti di significato quando sono spontanei, le considerazioni e le riflessioni rivelano una sensibilità, una delicatezza d'animo che meritano attenzione da parte di tutti.

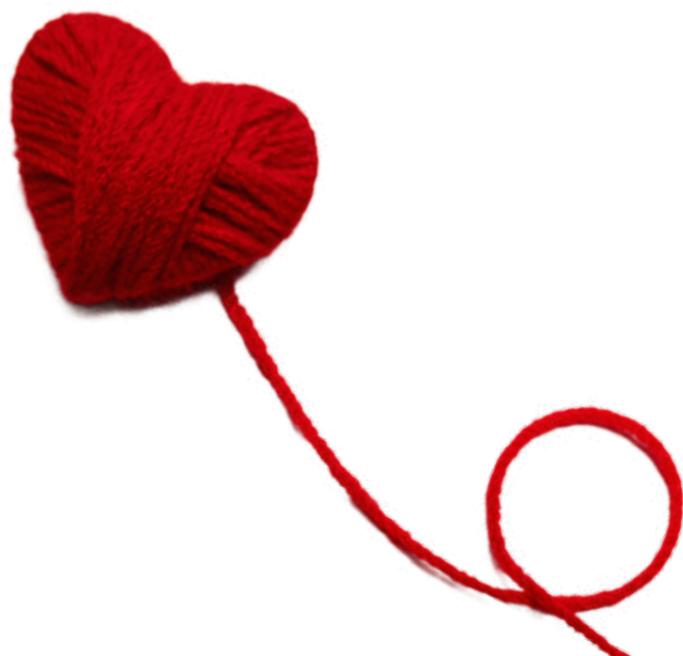
"Ho capito che aiutare gli altri ti fa stare bene"

"Non è possibile andarsene o fare finta di niente se qualcuno ha bisogno di aiuto" "Insieme è possibile fare molto e migliorare le condizioni di chi non sta bene"

"In classe io cerco sempre di aiutare chi ha bisogno"

Sono frasi scritte da alcuni alunni di una classe terza della scuola primaria "D. Valeri" di Favaro Veneto ma, ovunque noi volontari entriamo, la disponibilità a collaborare, ad aiutare ed esserci qualora ce ne sia bisogno è una

costante in tutte le differenti realtà scolastiche. Questa è una delle ragioni che ci portano a credere che quanto stiamo proponendo sia fondamentale per contribuire, nel nostro piccolo, a rinforzare il senso civico in ogni individuo.



di Cristiana Puppi  
docente scuola in Ospedale

Non ci sono dubbi... questi ragazzi e ragazze hanno bisogno di ritrovare i valori perduti.

Quando qualcuno di loro entra nella nostra classe della scuola in ospedale, dimostra di avere dentro se stesso, la nostalgia di ciò che non ha e che, forse, ha conosciuto solo nel "sentito "direi ". I loro occhi sembrano alla costante ricerca di qualcosa che è talmente lontana da lasciarli isolati nel loro pensiero.

Se si parla con loro di sostanze non esprimono paura per ciò che possono provocare ma sollievo per la prospettiva di poter godere di momenti frastornati, momenti in cui il pensiero si annulla. Che cos'ha portato queste giovani menti ad allontanarsi dalla realtà per dare spazio a tutto ciò che è virtuale?!? Quale solitudine interiore ha portato a tale disastro?!? guati, non conoscono l'autorevolezza che li aiuterebbe a sviluppare dei limiti, non hanno famiglie capaci di dire dei no per il timore di contraddirli. ...allora, cosa potrebbe aiutarli? La socializzazione, lo staccarsi dai "rapporti-messaggio" e vivere, vivere con gli altri, incontrarsi uno a casa dell'altro per il gusto di stare insieme e non di chattare. Trovarsi senza l'obbligo di un bicchiere in mano, di una canna da condividere, di sigarette fumate senza tregua. Stare in compagnia per sentirsi vicini, sostenuti e in grado di sostenere, viverci per non sentirsi soli anche quando

ci si trova. Una ragazza di 14 anni mi ha detto che non ama uscire perché, pur trovandosi con gli amici, si siedono vicini e ognuno chatta per conto proprio fino al momento in cui un ciao interrompe la routine. Il momento del saluto, del rientro a un altro tipo di solitudine. Ascoltare le voci di chi passa per l'ospedale, mi rattrista talmente tanto perché mi rende cosciente del fatto che ciò che vorrebbero è completamente diverso da ciò che hanno e, in questo modo, entrano in un tunnel pericolosissimo da cui non sono in grado di uscire. Il giudizio degli altri li condiziona a tal punto da vestirsi di panni che non gli appartengono. Dicono di non poter dimostrare di essere diversi perché, altrimenti, sono derisi e allontanati dal gruppo. Tutta questa situazione dovrebbe farci pensare a una grande sconfitta, alla perdita di valori che ci sostenevano. Stiamo perdendo di vista che il futuro è compromesso per tutti se non riusciamo a ridare fiducia ai giovani. Io credo che solo un po' di ottimismo e tanta voglia di correggere gli errori fatti possano aprire la porta a questi ragazzi scoraggiati dalla vita. Potremmo solo aiutarli a superare il senso di disagio che si legge in ogni loro atteggiamento. Lo possiamo fare parlando, hanno bisogno di ascoltare e capire che siamo presenti. Un genitore che li cresce nell'apertura al confronto pur dando dei limiti avrà, nella maggioranza dei casi, la possibilità di vederli diventare adulti sereni. Quando si trovano di fronte a chi li ascolta sembrano ragazzi non cresciuti, soli, perduti. Si meravigliano di fronte a un gesto, alle cose più semplici perché non sono abituati. Aiutiamoci ad aiutarci e magari qualcosa cambierà!



# QUATTRO ZAMPE IN AVAPO



di Tagliapietra Palmeri Caterina  
Psicologa in formazione e Coadiutore del cane

“Tic, tic, tic...”, questo è il suono delle zampine che per un anno hanno percorso i corridoi della sede di Avapo Mestre. Sono i passi di Lady, una terapeuta a quattro zampe, protagonista di un progetto di Interventi Assistiti con gli Animali (IAA) al fianco di pazienti oncologici, di caregiver e di chi ha perso una persona cara. Alcuni animali hanno la capacità di leggerci dentro, di comprenderci in modi che spesso ci sfuggono. Il loro atteggiamento non giudicante, lo sguardo limpido e il contatto spontaneo creano le condizioni per vivere momenti di autentica vicinanza. In un contesto delicato e

profondamente impattante come la malattia o il lutto, la presenza di un cane può diventare una risorsa preziosa. Una zampa che cerca attenzione, un muso poggiato sul ginocchio: piccoli gesti che sanno comunicare quando le parole non bastano. I cani ci guardano negli occhi alla ricerca di rassicurazione, ascoltano la nostra voce per cogliere delle sfumature nel tono o nelle pause, e ci annusano per acquisire informazioni importanti sulla nostra salute fisica ed emotiva. Dopo la laurea in Psicologia Clinica e di Comunità ho scelto di svolgere presso Avapo Mestre il Tirocinio Pratico

Valutativo che mi ha permesso di affiancare le psicologhe della struttura durante un intero anno nelle quotidiane attività, ma non ero sola: con me c'era Lady, la mia cagnolina.

Lady ha cinque anni, ma vive con me da due. È entrata a far parte della mia vita un po' per caso, un po' per destino, e in questo tempo abbiamo sviluppato un legame speciale e profondo che sento di dover condividere con gli altri. All'interno degli IAA, la relazione tra il coadiutore e il cane apre i propri confini, accogliendo al suo interno i bisogni emotivi e relazionali degli utenti coinvolti.

Tante sono state le persone incontrate, ma molti di più sono stati i momenti significativi nati dall'interazione spontanea tra loro e Lady. Tutto ciò ha permesso alle persone presenti di sperimentare un'esperienza nuova: dal dolore è nata una preziosa opportunità di relazione e di consapevolezza di sé. Lady ha accompagnato con dolcezza i percorsi psicologici offerti in sede: in silenzio, ha ascoltato storie, accolto emozioni, offerto conforto durante momenti di fragilità e, attraverso il linguaggio non verbale, ha saputo rivelare gli stati emotivi di chi le stava accanto.

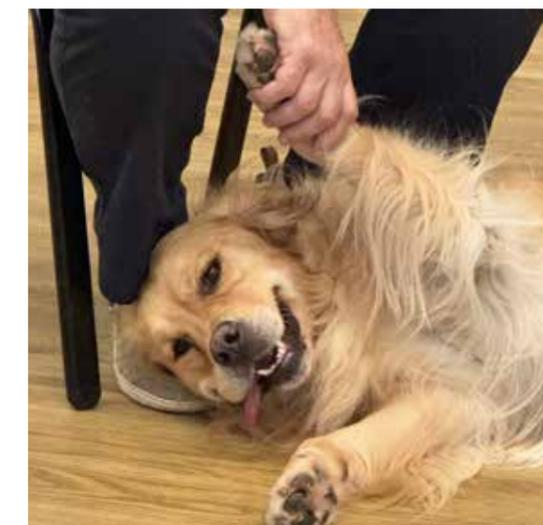
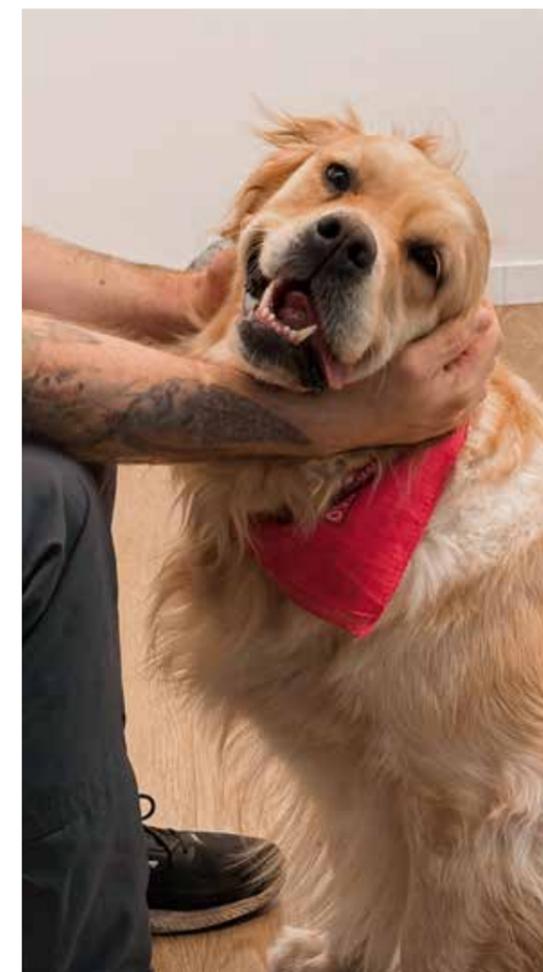
Ha donato la sua presenza nei gruppi di elaborazione del lutto, dedicati a genitori che hanno perso un figlio e a vedove e vedovi, contribuendo a

creare uno spazio relazionale in cui sentirsi visti e compresi, in veste di quell'amore incondizionato di cui spesso si avverte la mancanza.

È stata presente anche durante i gruppi terapeutici rivolti a pazienti in terapia attiva e a giovani che hanno perso una figura di riferimento, diventando una presenza rassicurante su cui posare lo sguardo quando le emozioni si sono fatte troppo intense. Ha partecipato, inoltre, al percorso di scrittura terapeutica dedicato a pazienti e caregiver, sedendosi tra i partecipanti e rendendo più morbide persino le parole più dure.

Nei colloqui individuali, invece, ha in più occasioni facilitato la relazione terapeutica rivelandosi un alleato prezioso nel lavoro clinico.

Dall'esperienza maturata in questo anno, è nato un nuovo progetto che vede nuovamente Lady al centro di interventi di Pet Therapy sia in sede che a domicilio. Gli incontri sono rivolti a persone già prese in carico dall'Associazione nel caso in cui la malattia o l'elaborazione del lutto interferiscano in modo significativo con il benessere emotivo. È in questi momenti di maggiore vulnerabilità che subentra Lady: con la sua dolcezza e il suo silenzio può portare un sorriso a chi crede di non poter più sorridere alla vita.





# INTERVISTA A PAOLA MAR



di Valter Esposito  
Direttore responsabile  
di "Per Mano"

**MESTRE.** Paola Mar, è nata a Venezia nel 1963. Laureata in storia con una tesi di cartografia storica a Ca' Foscari con il massimo dei voti. Di seguito si è specializzata in ricerche di storia urbana, del territorio e del paesaggio. Per diversi anni è stata direttrice amministrativa dello studio architetti Mar fondato dal padre Gian Paolo. Attualmente è Assessore al patrimonio, toponomastica, università e promozione del territorio del Comune di Venezia.

## 1) Come si svolge una giornata "tipo" di un'assessora impegnata in una città come Venezia centro storico e Mestre terraferma?

Il Comune di Venezia è un comune estremamente esteso. La mia giornata tipo ha impegni di rappresentanza istituzionali quasi sempre, oltre al tempo per ricevere i cittadini e rispondere alle cinquanta/settanta mail al giorno che arrivano in quanto le leggo personalmente tutte. Inoltre c'è la parte di interfaccia politica quando sono in consiglio comunale e commissioni consiliari.

## 2) Ultimamente stiamo assistendo a episodi molto violenti nella nostra città. Furti, aggressioni, droga, stupri in terraferma e il "fenomeno" dei "pickpocket" in centro storico. Una sua "ricetta" per contrastare questa pesante situazione?

Secondo me il contrasto deriva da un mix, quale leggi diverse che permettono una certezza della pena a cui

aggiungere la rivitalizzazione dei luoghi per non lasciarli in mano a chi vuole delinquere. Da questo punto di vista un buon risultato raggiunto è quello del parco Albanese.

## 3) Una domanda, forse curiosa, a Mestre non esiste una locazione dedicata ai bagni pubblici. Secondo lei, visto l'emergenza senza tetto e quant'altro, non sarebbe necessaria?

Credo che nella nostra città si faccia molto per venire incontro alle esigenze dei senzatetto dal punto di vista sociale. Basta vedere il lavoro del comune di Venezia dalla casa dell'ospitalità e di tante altre istituzioni impegnate al servizio del cittadino.

## 4) Il fumo e l'alcol sono un'altra brutta piaga, quanto possono incidere secondo lei in eventuali malattie oncologiche. Organizzare una campagna a tappeto nella nostra città informando la popolazione dei seri rischi potrebbe essere opportuna?

L'informazione è sempre necessaria, perché almeno ti rende edotto su tutti quelli che sono i rischi dei tuoi cattivi comportamenti. Credo che molto sia stato fatto in questi ultimi anni soprattutto nella sinergia fra istituzioni e volontariato grazie al lavoro del presidente del consiglio comunale Ermelinda Damiano. Sicuramente non basta mai e quindi c'è sempre un'opportunità di miglioramento condivisibile.

## 5) Lei conosce la nostra associazione AVAPO e cosa ne pensa?

Certo, la conosco perché con voi partecipo a molte iniziative e dai cittadini che sono i vostri migliori testimonial apprendo quale sia la qualità del servizio che svolgete. Soltanto pochi giorni fa una mia carissima amica vi ha definito "santi"!

## 6) Una domanda che rivolgiamo solitamente a tutti è in merito al "suicidio assistito o malati assistiti". Lei come la pensa su questo delicato argomento?

L'argomento effettivamente è molto delicato perché incide anche su una sfera etica. Credo sia giusto guardarlo su due punti di vista. Quello del malato e quello della famiglia che lo circonda. Se le due volontà coincidono non vedo dubbio che sia giusto parlare dei malati assistiti. Se per contro subentra una scelta da parte di chi vive in maniera tragica la malattia su se stesso ovviamente ne ho rispetto.

## 7) Il ruolo della comunicazione nella nostra città funziona o potrebbe migliorare in certi ambiti?

Sicuramente sì, sono molti giorni che dichiaro che il male fa tanto rumore e il bene non fa notizia. La nostra città ha una rete straordinaria di persone che si dedicano al volontariato e credo sarebbe giusto dare loro lo spazio che meritano.

## 8) Un'ultima domanda, ad aprile ci saranno le nuove votazioni per il rinnovo delle cariche comunali a Venezia. Lei si ricandiderà e con quali eventuali prospettive?

Gli ultimi dieci anni trascorsi della mia vita sono stati rappresentati da un'esperienza bellissima al servizio della collettività. Faccio questo lavoro con passione e con la finalità di risolvere i tanti problemi che vengono a crearsi. Nel mio pensiero pragmatico ci sarebbe l'intenzione di ricandidarmi per poter continuare in questo impegno a favore della collettività.





# UN VIAGGIO NEL MONDO DEI GIOVANI: LE DIPENDENZE



di Marco Bracco  
Volontario AVAPO Mestre

Il mondo giovanile rappresenta un universo complesso e ricco di sfumature, a volte poco conosciuto dagli adulti ma da comprendere. Le scelte fatte durante l'adolescenza, infatti, possono spesso fungere da preludio a problematiche più gravi, come dipendenze di vario genere, ed è proprio in questa fase delicata che si inizia a cercare qualcosa di più, spinti dalla voglia di scoprire se stessi e di appartenere, ma talvolta imboccando strade sbagliate. Analizzare le dinamiche di questa fase di crescita può aiutare a prevenire rischi e a promuovere un orientamento più consapevole tra i giovani. Per questo entreremo insieme

in un ambiente dove i giovani "vivono e sperimentano": la notte, simbolo di mistero che si configura come un territorio complesso e avvincente, teatro di sogni e incubi, promesse e minacce, realtà e illusioni. Osservare i giovani in questa dimensione significa esplorare uno degli spazi più significativi della cultura sociale, dove si plasmano identità, si sperimentano limiti e si definiscono nuovi orizzonti. La notte, dunque, non è soltanto un momento di oscurità, ma un crocevia di possibilità e trasformazioni, un laboratorio di emozioni e di mutamenti che influenzeranno il domani. Nel cuore della notte, i confini tra divertimento, trasgressione e

sballo si disegnano all'insegna di un crescendo di intensità: è nel momento più profondo, tra l'una e le due, che si registra il picco della trasgressione.

Secondo studi e testimonianze raccolte sul campo, tra i maschi adolescenti e giovani adulti si manifestano comportamenti a rischio con abuso di alcool e scene di abbandono all'euforia, di moda provocatoria, di rumore e confusione nelle strade, accompagnata da consumi di sostanze più pesanti come acidi, anfetamine e droghe di varia natura.

Diverse, invece, le modalità di trasgressione tra le ragazze. Meno evidenti e più sottili, queste si manifestano nelle scelte di comportamenti che di giorno non si sarebbero mai immaginate di mettere in atto, come lasciarsi coinvolgere in discorsi trasgressivi con i compagni o partecipare a comportamenti che sfidano le norme sociali. A volte, questa sfida ha anche una componente di ricerca sessuale, una prova di sé e di autonomia. La notte nei locali diventa così un'occasione per esplorare limiti e confini, spesso come risposta a un senso di insoddisfazione legato alla routine quotidiana.

Tuttavia, l'esperienza notturna non è priva di contraddizioni. Più che di un semplice desiderio di divertimento, si tratta spesso di una ricerca di un significato più profondo dell'esistenza, di una dimensione autentica di sé che la vita diurna non riesce a offrire. La musica, l'alcool e le sostanze stupefacenti vengono talvolta vissuti come sostegni esterni, strumenti che, se da un lato facilitano l'esplorazione di sé, dall'altro rischiano di svuotare di senso questa stessa ricerca, portando alcuni giovani a pentirsi delle scelte fatte nelle notti discotecare.

Concludiamo questo rapido viaggio avendo la consapevolezza che per costruire una società più equa e resiliente, è fondamentale mettere al centro l'ascolto delle esigenze dei giovani. Promuovere una cultura della prevenzione e dell'inclusione rappresenta un passo decisivo verso un futuro migliore cominciando a investire nell'educazione, nel benessere psicologico e nello sviluppo di laboratori e di iniziative che coinvolgano attivamente le nuove generazioni. Per questo è necessario riscoprire la bellezza nell'arte, nella musica e nei momenti gioiosi di convivialità, elementi essenziali per rafforzare il senso di comunità e favorire una crescita condivisa.





# FUMO E ALCOOL, DROGA POVERA PER POVERI



di Luciano Osello  
Volontario AVAPO Mestre

Ho conosciuto, nei primi anni '50 del secolo scorso, quando avevo poco più di dieci anni, contadini ed altre persone anziane che abitavano vicino alla casa dei nonni materni, a Marcon, in piena campagna. Per qualche anno, d'estate, trascorrevi qualche settimana da loro. Ad un centinaio di metri dalla loro casa, una osteria con rivendita di generi alimentari e di monopolio era il centro di ritrovo occasionale di tutta la zona. Lì vicino, una fontana forniva l'acqua a tutti quelli che, come i nonni, non potevano permettersi l'impianto domestico. Il paese era povero, viveva di agricoltura e qualche piccola attività artigianale, non era ancora cominciata la ripresa economica. La nonna, qualche volta, mandava me a fare la spesa e a prendere l'acqua. I tavoli dell'osteria erano sempre occupati da giocatori di carte o disoccupati in attesa di lavoro e, sopra, bicchieri e posacenere invitavano a sedersi. Ho ancora il ricordo del forte odore di vino e del fumo che si sentiva in quel locale. Da quello che, anni dopo, sentivo in giro, il vino era il "grinton", ovvero

"clinton", molto economico non da tavola, ed il fumo era delle sigarette "alfa", pure molto economiche e diffuse. Non da molti anni si è scoperta la relazione tra il consumo di quei prodotti e la comparsa di tumori, in particolare ai polmoni ed al fegato, e mi spiegai la morte del nonno materno in età non molto avanzata, per una di quelle malattie. In quegli anni, la povertà provocata dalla guerra, unita alla mancanza di prospettive di miglioramento economico, spingeva molta povera gente ad "affogare" nel vino e nel fumo l'ansia per il futuro. Se si può parlare di spiegazioni, questo può valere per quei tempi, ma cosa si può dire per i nostri giorni, quando vediamo giovani ed adulti, ricorrere a simili rimedi per alleviare per un tempo molto breve l'ansia esistenziale, con conseguenze irrimediabili e disastrose per il futuro? Non ho una risposta, se non quella di constatare una profonda perdita di valori etici e religiosi, di solidarietà e condivisione. In questa prospettiva, vedo l'Avapo in prima linea per il recupero di tutto questo, e sono certo che saranno questi valori la sua forza.



# È BELLO... MAMMA ANATRA



di Antonino Romeo  
Volontario AVAPO Mestre

Mamma anatra.....  
È BELLO assistere al risveglio primaverile al parco Piraghetto, quando le gemme fanno capolino sui rami degli alberi che, sbadigliando, si stiracchiano ed il prato, ingrignito dall'inverno, esplose in un color verde tenero. Sbuca da un groviglio di cespugli appare, sul bordo del laghetto, mamma anatra : non ha l'elegante, iridescente, coloratissima livrea dei maschi, ma un piumaggio di un insulso color marroncino, perfetto per mimetizzarsi e proteggere se stessa e la prole. "Qua, qua, qua, qua..." Con richiamo lento, leggero, ritmato, continuo fa scendere in acqua, uno alla volta, i suoi dieci figli, batuffoli di soffice piumino, non più grandi del pugno di un bambino. Sono tutti vicini vicini, sembra ascoltino una lezione ma...che succede ? Uno si è allontanato, muovendo velocemente le pur inesperte zampette. La madre lascia immediatamente gli altri piccoli, il suo "Qua, qua" diventa forte, concitato, sgraziato, quasi isterico.

Raggiunge il fuggitivo, gli fa una bella romanzina e lo spinge verso la riva, riportandolo in gruppo. Chissà che abbia capito, l'incosciente. Si sa in ogni famiglia c'è il disobbediente, il ribelle, l'anarchico. È BELLO assistere ad un naturale, istintivo atteggiamento di responsabilità genitoriale. Ringraziamo Marilena Babato Grienti di Mestre(marilena.babato@gmail.com) per questo suo contributo.

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



di Maristella Cerato  
Volontaria AVAPO Mestre

Bossa- boccia, bottiglia, recipiente. La parola può derivare dal latino. Baucia che indicava un vaso di vetro tondeggiante o dallo spagnolo bocha (palla).

E così troviamo la bossa de vin e la bossa de aqua calda e se siamo vanitose/i la bossetina de profumo (bocchetta di profumo) ed anche la bosseta de le giosse (la bocchetta delle gocce).

C'è chi non si accontenta della bossa de vin e chiede un... bosson de vin (bottiglione di vino).

Il vino fa bene o fa male? Solo i medici possono darci informazioni. Come dicevano gli antichi in ogni cosa ci vuole comunque moderazione e non è un buon segno dire di qualcuno che el se ga trinca 'na bossa de vin ( si è scolato una bottiglia di vino).

Nella nostra cultura il vino spesso vuol dire fare festa, si brinda con gli amici, si beve per gustare meglio il cibo, durante ogni festa, in ogni occasione ghe vol el

bozon . anche se qualcuno ha detto: Ho rovinato la mia salute bevendo a quella degli altri (B. Behan).

A volte si beve per dimenticare le difficoltà della vita, per cercare un momento di leggerezza

Ricordiamoci: il nostro corpo e in particolare il nostro fegato non distinguono i motivi per i quali abbiamo bevuto! Sentono solo arrivare in circolo l'alcol! E quindi bere vino, aperitivi, drink e simili per allegria o bere per tristezza non cambia gli effetti sul nostro fisico.

Non buttiamoci via, non perdiamoci in un bicchiere di troppo! Come diceva un saggio Prima l'uomo prende un drink, poi il drink prende un drink, poi il drink prende l'uomo.

( B. E. Ellis)



di Giusto Cavinato  
Volontario AVAPO Mestre

Ci sarà tempo e spazio, su queste pagine, per raccontare nel dettaglio Casa Avapo, il nuovo progetto di Avapo Mestre nato da un'esigenza concreta e sempre più urgente: offrire accoglienza e supporto ai pazienti oncologici che, nel percorso delle cure palliative si trovano soli o con la persona che li assiste non in grado di reggere le difficoltà. Una realtà, questa, già oggi più diffusa di quanto si pensi e destinata a crescere nei prossimi anni. Nasce così l'idea di una casa in cui sentirsi protetti, mai lasciati soli, accompagnati non solo nella salute ma anche nell'anima: un luogo dove la cura possa offrire presenza, ascolto, dignità. Per iniziare a trasformare questa visione in realtà, Avapo Mestre lancia la seconda edizione della Art&Food Charity Lottery 2025, una grande lotteria benefica con un obiettivo importante: raccogliere 50.000 euro per dare avvio al progetto Casa Avapo. Se nell'edizione 2024 era stato raggiunto un traguardo importante - 3.200 biglietti venduti e l'auto "Avapomobile" acquistata - quest'anno la sfida si fa ancora più ambiziosa: 10.000 biglietti disponibili, per un

sogno che riguarda tutta la nostra città. Grazie alla preziosa collaborazione con Art&Food siamo riusciti ad organizzare questo evento che si concluderà il 19 settembre 2025 con l'estrazione finale presso Il Molo di Venezia. Una serata aperta a tutti, un'occasione per ritrovarsi, ascoltare buona musica, brindare insieme e condividere storie ed emozioni. E i premi? Davvero tanti e importanti: uno scooter Yamaha 125, un collier di brillanti, due crociere nei mari del Nord, e molti altri donati da aziende del territorio che hanno scelto di sostenere Avapo Mestre con generosità. Acquistare un biglietto significa prendere parte a un gesto collettivo di solidarietà, contribuendo a creare un rifugio per chi affronta la malattia in condizioni di fragilità. Ti chiediamo un piccolo favore: aiutaci a diffondere questa iniziativa: ogni persona in più può fare la differenza. Nel biglietto sopra trovi il qr code per tutti i dettagli e, comunque, sul nostro sito [www.avapomestre.it](http://www.avapomestre.it) Un biglietto, una speranza concreta. Casa Avapo ha bisogno anche di te. Grazie



# ESTATE IN ARRIVO COME PROTEGGERE E CURARE LA PELLE



**Dottoressa Rossana Capezzer,**  
Medico Chirurgo - Specialista in Dermatologia  
Coord. regionale AIDA Ass. Italiana Dermatologi  
Ambulatoriali - Volontaria AVAPO

Gli interferenti endocrini sono sostanze esterne che possono agire influenzando negativamente sul nostro equilibrio ormonale e immunitario.

Ma cosa sono realmente? Sono sostanze presenti ovunque: nell'aria, nel suolo, nel cibo, nei cosmetici, nei capi di abbigliamento e proteggere la pelle dal sole è doveroso sia per ragioni estetiche che di salute. Per le persone che soffrono di patologie dermatologiche sono necessari degli accorgimenti ulteriori, per evitare un peggioramento dei sintomi.

[www.dermatologavenezia.it](http://www.dermatologavenezia.it)

**Dottoressa Capezzer, numerose patologie dermatologiche sono apparentemente "incompatibili" con il sole. Occorre quindi evitarlo a prescindere, basta prepararsi adeguatamente?**

Chi si è scottato frequentemente, soprattutto da bambino e possiede fattori predisponenti come un fototipo basso, numerosi nei e nei dalla nascita, storia familiare per tumore della pelle, ha maggiori possibilità di avere problemi durante l'esposizione alla radiazione ultravioletta solare e quindi anche di sviluppare il melanoma, tumore maligno della pelle.

Una volta identificato il fototipo è più semplice adeguare i comportamenti per una corretta esposizione al sole, godendo dell'aria aperta e delle vacanze al mare o in montagna senza correre i rischi. Gli effetti nocivi del sole sono di due tipi:

1. Effetti immediati osservabili in breve tempo dopo l'esposizione ai raggi solari come l'eritema (arrossamento) della pelle accompagnato da prurito o bruciore, fino alla formazione di vere e proprie bolle contenenti liquido
2. Effetti ritardati che compaiono dopo lungo tempo, anche molti anni dall'esposizione, quali:
  - fotoinvecchiamento: invecchiamento precoce che si manifesta con la comparsa di rughe e macchie sulle zone più esposte come il viso, il collo, la regione più alta del tronco ed il dorso delle mani;
  - fotocarcinogenesi: induzione di tumori sulla pelle.

## **Esistono dei casi, al contrario, in cui i disturbi migliorano con l'esposizione al sole?**

Le malattie della pelle che possono migliorare con il sole sono quelle allergiche o che hanno origine da un'eccessiva reazione dell'organismo, perché i raggi sono in grado di combattere lo sviluppo di batteri o di ridurre le naturali difese dell'organismo.

Alla base dell'eczema c'è un'eccessiva reazione dell'organismo contro sostanze normalmente innocue. Sulla pelle compaiono macchie rosse, vescicole e rilievi tondeggianti. In questo caso, il sole inibisce lo sviluppo della malattia perché riduce la capacità di reagire del naturale sistema di difesa

dell'organismo. L'esposizione al sole deve essere graduale, per non ottenere l'effetto opposto a quello voluto.

Nella psoriasi, malattia cronica che si manifesta quando l'organismo "sbaglia" e mette in funzione le sue naturali difese contro sé stesso. Si manifesta con chiazze rosse e squame di forma e dimensioni varie, che a volte guarisce spontaneamente, anche se spesso sono necessari mesi di cure.

I raggi ultravioletti vengono usati per la cura della psoriasi insieme a farmaci specifici. L'esposizione al sole fa bene perché riesce a inibire l'eccessiva riproduzione delle cellule: La vitiligine

Anche alla base di questa malattia c'è un disturbo immunologico ereditario per cui l'organismo aggredisce le cellule che producono melanina. In genere, la malattia si cronicizza, ma può anche guarire in tempi lunghi. È caratterizzata da macchie di color bianco-latte al viso, alle mani e ai genitali, la cui forma e grandezza varia molto da persona a persona. In questo caso e con le opportune precauzioni, la radiazione ultravioletta può inibire l'azione del naturale sistema di difesa dell'organismo e stimolare la riattivazione delle cellule che producono melanina.

## **Il sole non deve essere considerato un nemico: addirittura, alle persone con carenza di vitamina D si consiglia di stare di più al sole. In che modo possiamo ottenere beneficio senza rischiare conseguenze negative?**

Il sole è importante per evitare il rachitismo nei bambini. Anche se per fissare la vitamina D sono sufficienti pochi minuti al giorno di esposizione.

Al contrario è dimostrato che troppo sole nell'infanzia e nell'adolescenza aumenta il rischio di sviluppare un melanoma in età adulta.

Le regole per una corretta esposizione al sole

- Evitare le esposizioni eccessive e le conseguenti scottature soprattutto se si ha un fototipo 1 o 2.
- Esporsi gradualmente per consentire alla pelle di prepararsi e ispessirsi per sviluppare poi la naturale abbronzatura, facendo uso dei filtri solari e integratori
- Proteggere soprattutto i bambini, quelli al di sotto di un anno perché la pelle è ancora immatura, quindi i melanociti del bambino devono "imparare" a produrre la melanina.
- Evitare di esporsi al sole nelle ore centrali della giornata 11-17
- Utilizzare indumenti di protezione: cappello con visiera, camicia, maglietta ed occhiali anti UV.
- Approfittare dell'ombra naturale o di ombrelloni e tettoie.
- Usare creme solari adeguate al fototipo con filtri per i raggi UVA e UVB; in caso di allergia o intolleranza al sole consultare il dermatologo per tempo (per non arrivare impreparati alla stagione estiva)
- Le creme antisolari devono essere applicate in dosi adeguate e più volte durante l'esposizione. Si calcola mediamente un'applicazione ogni 2 ore, da ripetere anche quando si esce dall'acqua
- Alcune sedi sono da proteggere in modo particolare: naso, orecchie, petto, spalle, cuoio capelluto (se calvi).
- Evitare l'abbronzatura artificiale ovvero le lampade UVA, che,

invecchiano ancor più precocemente la pelle, esponendola precocemente a rischi.

## **La protezione dal sole non si ottiene sempre e solo all'utilizzo delle creme solari. È vero che esistono dei fotoprotettori sotto forma di integratori? Quando sono indicati?**

Gli integratori solari sono prodotti appositamente formulati per rafforzare le difese della pelle esposta al sole e favorire un'abbronzatura intensa e duratura. Il loro utilizzo è infatti in grado di supportare dall'interno la protezione conferita dall'esterno tramite l'applicazione di cosmetici dotati di filtri solari (azione sinergica).

Una molecola molto valida è il Polypodium leucotomos, una felce tropicale, nativa degli stati centrali americani e del Sud America, usata per i suoi effetti antiinfiammatori e curativi.

Dall'estratto di questa pianta, infatti, sarebbe possibile isolare una serie di composti, per lo più dotati di spiccate attività antiossidanti e fotoprotettive come l'acido p-cumarinico; l'acido ferulico; l'acido caffeico; l'acido vanillico; alcuni acidi idrossibenzoici; l'acido idrossicinnamico; l'acido clorogenico.

La capacità di questi principi attivi di ridurre i danni ossidativi delle specie reattive dell'ossigeno, sia a carico delle strutture cellulari che del collagene e delle altre proteine strutturali del derma, di ridurre l'espressione di citochine infiammatorie, di controllare l'azione trasformante dei raggi UVB, giustificherebbe il ruolo fotoprotettivo attribuito a questa pianta. Quando assunto oralmente, il Polypodium leucotomos si è dimostrato un'arma potente nel contrastare gli effetti lesivi dei raggi UV, soprattutto nelle persone maggiormente fotosensibili.

Da numerosi studi clinici ed evidenze sperimentali, gli estratti di questa pianta sarebbero risultati utili nel: preservare l'integrità strutturale della matrice extracellulare evidentemente irradiata; ridurre l'espressione delle metalloproteasi, enzimi coinvolti nella degradazione della matrice stessa; evitare l'iperproduzione di melanina ed i relativi discromatismi; ridurre frequenza e severità dell'edema post-esposizione; ridurre le conseguenze in acuto dell'esposizione ai raggi solari. Particolarmente interessanti sarebbero anche gli esiti di numerosi studi nei quali, l'uso orale di questi estratti controllerebbe in modo efficace la proliferazione e la differenziazione cellulare, riducendo così il rischio di trasformazioni cancerogene.



# COSA LEGGERE



di Margherita Ruglioni  
giornalista

## Hai da spegnere?

**dieci ragioni che non vi hanno mai raccontato per abolire il fumo, di Giulia Veronesi - 2021, Sonzogno editore**

**Collana Scienza per la vita, ideata e diretta da Eliana Liotta | 192 pagine**

Questo libro è un saggio scientifico scritto da Giulia Veronesi, figlia del professor Umberto Veronesi, una delle figure più importanti della storia della medicina in Italia.

Giulia, chirurgo robotico toracico, in questo testo spiega come il fumo faccia male anche a chi non fuma e sia uno dei nemici principali dello sviluppo sostenibile.

«A ogni boccata di sigaretta c'è un pezzetto di mondo che va in fumo» scrive l'autrice «Bruciano il tabacco, la cartina e le foreste decimate per produrli. Una nuvola grigia occupa uno spazio che prima era di aria pulita.»

Il libro è diviso in due parti, la prima narra in dieci capitoli, le dieci ragioni per cui si debba abolire il fumo: per salvare l'ambiente, per potenziare il sistema immunitario, per combattere lo sfruttamento, per vivere di più e meglio, per preservare la giovinezza, per proteggere chi sta vicino, per rifiutare le manipolazioni, per risparmiare, per liberarsi dalla dipendenza e ritornare se stessi.

Nella seconda parte invece, sette capitoli con sette consigli medici su come smettere di fumare: come mangiare e bere bene, prendersi cura del corpo, conoscere i propri punti deboli, farsi aiutare dalla scienza, affrontare il viaggio in compagnia, non mollare... alcuni test per riuscire ad abolire definitivamente il fumo senza soffrire di astinenza e senza ingrassare.

Il libro termina con due mosse in due capitoli per rivoluzionare la lotta al fumo: fare gli screening di massa e controllare le multinazionali.

Un saggio molto interessante per chi fuma, chi desidera smettere ed anche per chi non fuma ma, volente o nolente, deve subire quello altrui...

# COSA ASCOLTARE



di Matteo Scarpa  
Direttore artistico di Radio Base Venezia

## Amy Winehouse

Perché parlare di Amy? Perché proprio di lei? Per mille diversi motivi. Perché c'è un filo sottile che unisce le più grandi cantanti del secolo, da Billie Holiday ed Ella Fitzgerald ad Aretha Franklin, passando per Nina Simone, Janis Joplin, Miriam Makeba e più recentemente Whitney Houston e Sinéad O'Connor. Un filo che unisce i destini di tutte loro, fatto di passione, di sacrifici, di talento e creatività ma anche di Abusi; subiti, raccontati, voluti, cercati per cancellare mali troppo intensi. Una liaison di vite vissute e di sofferenza che spesso, (questo non vale per tutte loro ovviamente) ha portato a tragiche conseguenze. Perché quando cantava Amy apriva il suo cuore e ti mostrava le lacerazioni della sua anima delicata e sublime. Perché con oltre 30 milioni di dischi venduti nel mondo, Amy Winehouse è tra le artiste musicali femminili di maggior successo.

Amy Jade Winehouse nasce a Londra il 14 settembre 1983. Cresce nel quartiere di Southgate, dove nel 1993, all'età di dieci anni, fonda un gruppo rap chiamato Sweet 'n' Sour. A dodici frequenta la Sylvia Young Theatre School, istituto con regole molto severe che Amy fatica a rispettare (ad esempio si fora il naso da sola e si fa alcuni tatuaggi). I genitori quindi la trasferiscono in un'altra scuola. Nel 1999 entra nella National Youth Jazz Orchestra e nel 2003, dopo che il suo amico Tyler James invia una sua demo a un'etichetta, Amy finalmente ottiene un contratto e pubblica per Island Records, Frank, il suo primo album. Frank riceve ottimi consensi da pubblico e addetti ai lavori, il Times, Dazed e The Guardian gridano al fenomeno. L'album viene anche nominato ai BRIT Awards nelle categorie miglior artista solista femminile britannica e British Urban Act. Riceve due dischi di platino e vende un milione e mezzo di copie. In questo periodo si manifestano,

però, in Amy i primi sintomi della sua dipendenza da farmaci ed alcool, Certo è che la ragazza non si ferma e nel 2006 esce Back to Black che, grazie ai tre singoli Rehab, Love Is a Losing Game e Back to Black, diventa uno degli album più venduti di tutti i tempi, ottenendo successo a livello globale e facendo vincere all'artista 5 Grammy Awards. Nel frattempo però le sue dipendenze diventano gravi, (no, no, no, il celebre refrain di Rehab si riferisce al suo rifiuto a disintossicarsi dall'alcool entrando appunto in un "rehab"), droga, alcool e disturbi alimentari, la vedono sempre più coinvolta e sempre meno presente. Inizia una lunga sequela di ritardi per la realizzazione dell'album nuovo, di concerti saltati e di date in cui sebbene sullo stage Amy non riesce a cantare e cade a terra più volte. Il culmine viene raggiunto quando una Amy in preda alle lacrime e completamente stravolta viene lanciata sul palco dal padre incurante delle sofferenze della figlia. Alle 15:53 del 23 luglio 2011 Amy Winehouse viene trovata morta nel letto di casa sua, al numero 30 di Camden Square e subito stampa ed addetti ai lavori aprono la ridda delle congetture. Per alcuni la cantante probabilmente è morta per un'intossicazione da alcool che le ha bloccato la respirazione, per altri non è morta per via dell'alcool ma perché soffriva di bulimia fin dall'adolescenza. Per altri ancora è morta per un abuso di alcool dopo un lungo periodo di astinenza. In realtà poco importa quale sia la causa o le cause che hanno portato alla morte di Amy. Il fatto preminente è che una delle migliori cantanti mai esistite ha perso la vita. Amy non era solo una cantante, componeva personalmente le sue canzoni e quando cantava la sua voce sapeva trasportarti nel suo dolce, coloratissimo, strampalato, triste, mondo malato. Pensate che nonostante tutti i gravi problemi, Amy non ha mai perso empatia e generosità continuando a donare denaro, fino alla fine, a molti enti di beneficenza, in particolare a quelli che si occupano dei bambini. Anche se questo aspetto della sua personalità non è mai stato reso noto al grande pubblico, nella comunità artistica e nella comunità delle no profit era conosciuta per la sua generosità «chiedi a Amy e lei lo farà» dicevano di lei negli enti benefici.



**COSA VEDERE**

# ARTE SALVATA: DA MONET A RENOIR



di Francesca Brandes  
critico d'arte

Il volto dell'Escursionista di Pierre-Auguste Renoir, è già un mondo: capelli fulvi mossi da una leggera brezza, lo sguardo trasognato, l'ovale dolcissimo e fiducioso. La piccola tela, con altri cinquanta capolavori dell'Ottocento e del Novecento francese, fa parte di una straordinaria esposizione in mostra al Museo M9 di Mestre fino al 31 agosto: s'intitola Arte salvata. L'iniziativa è unica nel suo genere: si tratta di opere di Maestri – da Monet appunto a Renoir, da Gauguin a Braque a Dufy – provenienti dal Museo d'arte moderna André Malraux (MuMa) di Le Havre, che fanno parte di un nucleo di millecinquecento tele messe al riparo, letteralmente salvate, prima che i bombardamenti alleati, nel settembre 1944, distruggessero completamente il Museo e buona parte della città. Per la prima volta, il MuMa presta una sezione così

considerabile del proprio patrimonio a un'altra istituzione culturale: l'occasione è costituita dalle celebrazioni per l'ottantesimo anniversario della fine della seconda guerra mondiale. La ricostruzione, a Le Havre, partì proprio da quel Museo fortunosamente protetto nei suoi tesori; anche Mestre e Porto Marghera vennero riedificate dopo la devastazione della guerra, pur senza un progetto unificante come quello di Le Havre. Da questo parallelo, nasce il filo portante della mostra allestita al terzo piano di M9: un'arte che diventa rinascita, si ribella all'orrore e si fa memoria condivisa. Tematica più che mai attuale, riflessione assolutamente necessaria. È uno spunto tenace di speranza, così caro alla linea curatoriale del Museo mestrino e della sua dirigenza: dopo le monografiche dedicate a Banksy e a Burtynsky, anche Arte salvata, nella classicità dell'allestimento lineare,

suscita profondi interrogativi. È un'arte che si fa ponte, traccia di futuro ben celata nelle vedute di Normandia, nei paradisi di Monet. Ideata da Géraldine Lefebvre, direttrice del MuMa e da Marianne Mathieu, tra le più grandi esperte mondiali di impressionismo e post impressionismo, l'esposizione racconta l'evoluzione artistica di Le Havre, la vivacità di un ambiente culturale molto fertile. Un Museo importante, fondato nel 1845, in un'epoca di grande sviluppo industriale, accoglie i lavori di Eugène Boudin e del suo allievo Claude Monet. A loro, via via si aggiungono le nuove opere di Renoir, Sisley, Maxime Maufra e Henry Moret. Per non citare che alcuni tra i simbolisti, sul percorso tracciato già da Paul Gauguin, o assistere alla genesi del Fauvismo, che ha le sue radici proprio a Le Havre, grazie a Raoul Dufy e Othon Friesz.

C'è dell'altro, oltre alla storia narrata dalle opere in mostra. L'avventura estetica di Arte salvata, le vivaci vedute del porto di Le Havre s'intrecciano con la traccia dell'esposizione permanente dell'M9, che riguarda la Guerra Totale e il dopoguerra italiano.

Al secondo e al terzo piano del Museo, infatti, è allestita una sezione fotografica, curata da Giuseppe Saccà e Daniele Resini, dedicata agli anni della Seconda Guerra Mondiale a Mestre; in particolare, alla devastazione del veneziano in seguito al terribile bombardamento del 28 marzo 1944, in cui persero la vita circa duecento persone. A Mestre furono colpite piazza Barche, via Mestrina, via Cappuccina e la zona adiacente alla stazione (ma anche Catene, Villabona, e la zona di Chirignago). Una foto riguarda anche Venezia, colpita una sola volta, in modo chirurgico, con un'incursione che centrò una nave tedesca alla fonda in Marittima. Un crescendo tragico, che gli scatti

testimoniano con crudezza; sfollati e profughi che si contendono i pochi alloggi disponibili, via Piave distrutta, così come le fabbriche di Marghera, il bunker antiaereo predisposto in piazza Ferretto (all'epoca piazza Umberto I). Poi, il faticoso (e caotico) risanamento del patrimonio abitativo e della zona industriale, la nascita di Villaggio San Marco. Il rapporto con Le Havre è significativo: in un caso i capolavori pittorici salvati dai bombardamenti e la rifondazione del MuMa hanno rappresentato il perno ideale della rinascita; nell'altro il desiderio di ricostruire ha assunto accenti più caotici e disorganizzati. In ogni caso, tuttavia, la pratica di conservazione e propagazione, anche dei beni culturali, assume – in questi nostri tempi più che mai faticosi – un valore simbolico fortissimo. Per portare bellezza, e speranza di giorni migliori, dove tutto sembra crollare.



# COME SOSTENERE AVAPO MESTRE



- Donando il tuo cinque per mille: quando fai la tua dichiarazione dei redditi assegna il tuo 5 per mille ad AVAPO Mestre. Non ti costa nulla! Inserisci il nostro codice fiscale: 90028420272.
- Effettuando un Bonifico bancario su conto corrente intestato a AVAPO Mestre O.D.V. presso UNICREDIT, IBAN: IT10G0200802003000105794106 Codice BIC SWIFT: UNCRITM 1912.
- Effettuando una donazione regolare mensile con un bonifico bancario continuativo gratuito (anche minimo), semplicemente compilando il modulo che puoi scaricare dal nostro sito. Ricordati di far pervenire alla sede di Avapo Mestre il modulo compilato oppure spedendolo via mail ad [info@avapomestre.it](mailto:info@avapomestre.it)
- Effettuando un versamento su c/c postale n° 12966305
- Facendo una donazione direttamente presso la segreteria nella sede della nostra Associazione, a Mestre, in Viale Garibaldi 56
- Facendo una donazione on-line nella pagina [www.avapomestre.it](http://www.avapomestre.it) premendo il pulsante "DONA ORA"
- Lascito testamentario: ricordando AVAPO Mestre nel proprio testamento
- Diventando volontario e donando un po' del tuo tempo in una delle tantissime attività di cui ha bisogno Avapo Mestre
- Per tutti gli importi donati **POTRAI DEDURRE /DETRARRE LA TUA DONAZIONE** dalla **DICHIARAZIONE DEI REDDITI**: ti verrà **RESTITUITO IL 35%!**

Se doni ad AVAPO Mestre con bonifico bancario, la banca ci fornirà solo il nome dell'intestatario del conto. Per registrare correttamente la donazione, ti invitiamo ad inviare una copia del bonifico a [amministrazione@avapomestre.it](mailto:amministrazione@avapomestre.it), indicando: Nome del donatore; Codice Fiscale; Causale del versamento. Questo ci aiuterà nell'inviarti la dichiarazione per le detrazioni fiscali.

**25.030** È il numero totale di **ORE DONATE DAI VOLONTARI** di AVAPO-Mestre nel **CORSO DEL 2024** corrispondenti all'attività lavorativa a tempo pieno di **13 PERSONE.**

AVAPO MESTRE  
TEL. 041 5350918  
[www.avapomestre.it](http://www.avapomestre.it)  
[info@avapomestre.it](mailto:info@avapomestre.it)  
[redazione@avapomestre.it](mailto:redazione@avapomestre.it)



## ATTIVITÀ EFFETTUATE NEL CORSO DEL 2024

**730**  
PERSONE CHE HANNO USUFRUITO DI UNO O PIÙ SERVIZI

**11.650**  
INTERVENTI SANITARI E SOCIO-SANITARI

**4506**  
CONSEGNA FARMACI, AUSILI SANITARI E COLLOQUI CON FAMILIARI

**1.360**  
ACCOMPAGNAMENTI DOMICILIO/ OSPEDALE RIVOLTI A 106 PAZIENTI

**2083**  
SOSTEGNI PSICOLOGICI RIVOLTI A 317 PERSONE

**336**  
ACCOMPAGNAMENTI DI MINORI DOMICILIO/OSPEDALE RIVOLTI A 19 MINORI

**11650**  
INTERVENTI SANITARI E SOCIO-SANITARI

**186**  
CONSULENZE NUTRIZIONALI RIVOLTE A 51 PAZIENTI

**127**  
VISITE DOMICILIARI DA PARTE DEI VOLONTARI

**209**  
PAZIENTI ASSISTITI DAL SERVIZIO DI CURE PALLIATIVE DOMICILIARI