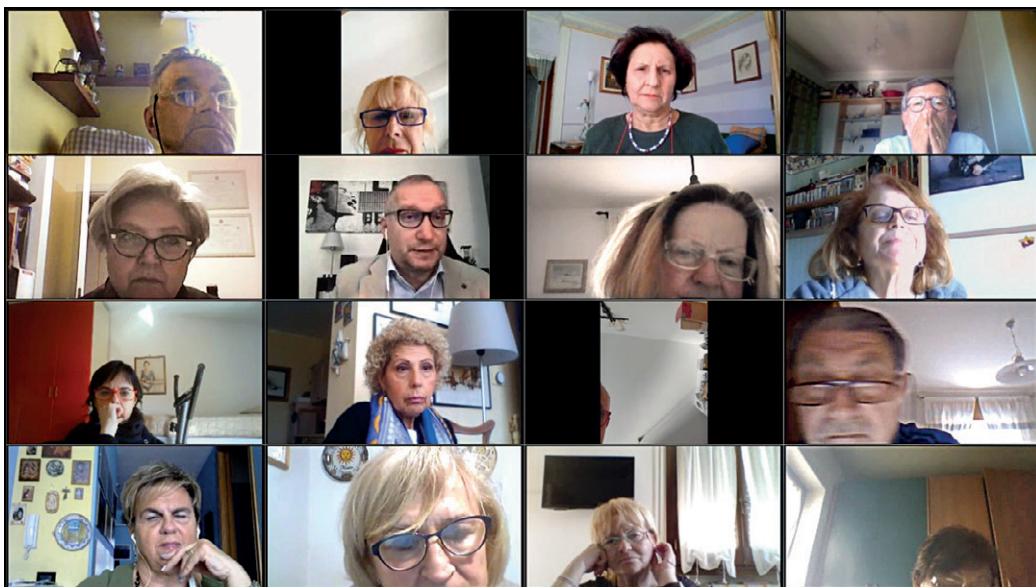


Nuovo NOI INSIEME



Relazione del Presidente Federavo Massimo Silumbra all'Assemblea dei Soci del 5 giugno 2021

Carissimi Presidenti, care amiche e amici,

ci troviamo ancora una volta, a distanza di mesi, riuniti grazie ad una piattaforma informatica per partecipare ad un'assemblea della nostra Associazione, la seconda con queste modalità. È triste ed inutile ripercorrere le varie fasi storiche che da marzo del 2020 ad oggi si sono succedute e che ci portano oggi a questo incontro a distanza. L'emergenza sanitaria che ci ha colpito sta lentamente dando segnali di cedimento ed una seppur ancora indefinita ripresa si sta delineando all'orizzonte.

Il primo pensiero che voglio trasmettervi è quello di una rinnovata speranza tanto più confortata dai tanti incontri che abbiamo avuto in questi mesi che hanno radicato in me la convinzione di un "Gruppo di amicizia" davvero vivo e desideroso di proseguire il cammino intrapreso.

Tanti sono stati i segnali che avvalorano questa sensazione e che ancora giungono,

segue

anzi si amplificano man mano che il tempo passa e la speranza di una ripresa davvero reale diventa sempre più concreta.

Le Avo d'Italia e i tanti loro volontari, chiusi fuori dalle strutture sanitarie, si sono sinora spesi in svariate attività alternative, tutte degne e meritorie, dando un segnale preciso della disponibilità ad esserci, a continuare a coltivare i principi ed i valori della solidarietà, della condivisione, dello stare accanto.

Non disperdiamo questo patrimonio di esperienze acquisite, il senso di un diverso donarsi, la capacità di fare rete e collaborare con altre realtà del volontariato senza timore di esserne sminuiti, ma anzi cogliendone appieno il senso di attività sociale al servizio dei più deboli, dei più fragili.

Mi auguro che voi, i vostri cari, i vostri volontari non abbiate avuto troppo nocumento da questa terribile epidemia che tanto ci ha provati e tanto ancora ci impaurisce, nel timore di una sempre possibile recrudescenza.

Il pensiero mio e di tutta la Federavo va ai volontari che ci hanno lasciati, a tutti coloro che hanno patito lutti, ricoveri solitari, terapie intensive, quarantene prolungate e accompagnate dal timore di non essere pienamente consapevoli di quale malattia si dovesse affrontare, con quali rischi e quali conseguenze.

Per fortuna oggi il panorama sanitario nazionale sta dando segnali di ripresa che fanno ben sperare e ci spingono ad essere fiduciosi nel domani e ci obbligano quali cittadini attivi e consapevoli a fare delle precise scelte per il nostro futuro.

Questa relazione si unisce idealmente a quella elaborata per l'assemblea svolta sempre online ad ottobre 2020 e ripercorre tutto quanto accaduto in questi ultimi mesi:

- *l'ampliamento e il rafforzamento della comunicazione tra Federavo e le Avo;*
- *la splendida collaborazione instauratasi e i frequenti contatti radicati con le Avo Regionali che hanno fatto sentire la loro presenza fattiva e propositiva e il loro appoggio alle iniziative della Federazione;*
- *i corsi di formazione a distanza, la nuova APP MyAvo, il lavoro di informazione capillare svolto dalle amiche della redazione del Nuovo Noi Insieme (che ringrazio ancora una volta), le dirette streaming per la Giornata Nazionale, dedicata non a celebrare ma a ricordare i nostri valori;*

- *l'incontro con lo scrittore Carofiglio per puntualizzare l'importanza della Gentilezza;*
- *le dirette in streaming con alcune Avo pronte a presentare e a condividere i loro progetti innovativi;*
- *l'incontro per gli Auguri di Natale e tanti altri momenti il cui unico rammarico personale è che si siano dovuti svolgere a distanza, ognuno nella propria stanza, davanti allo schermo di un computer e non in presenza, guardandoci negli occhi, ascoltandoci e standoci accanto.*

SOMMARIO

Editoriale	pag. 1
Primo piano	» 5
Volontariato e sanità	» 8
Intervista	» 12
Volontariato e società	» 15
Formazione	» 18
Le Avo tra innovazione e tradizione	» 20
Educazione sanitaria	» 29
Angolo dell'etica	» 31
Premio Noi Insieme	» 32



Penso che sia giunta l'ora di lasciare il recente passato alle spalle, girare pagina e proiettarci sul nostro prossimo futuro.

Le Avo italiane sono impegnate da mesi a collaborare per la piena riuscita del Piano vaccinale e grandi attestati di stima sono giunti da chi ha il compito di organizzare questo programma a livello nazionale così come a livello locale da ogni singola Asl: grazie davvero a tutti i volontari che si stanno prodigando, anche

con lunghi turni di servizio, per contribuire a questa imponente opera di vaccinazione. Da qualche settimana giungono seppur timidi segnali di case di riposo e RSA che stanno riorganizzando l'ingresso ai famigliari e ai volontari, di ospedali dove la nostra presenza viene nuovamente richiesta, almeno in qualche reparto.

È questo il segnale che la nostra opera di sensibilizzazione, i nostri appelli che sono stati più volte rivolti a tutte le più alte cariche dello Stato e delle Regioni sono stati ascoltati e condivisi: per troppo tempo un'intera generazione di anziani e migliaia di ammalati sono stati costretti all'isolamento più totale, alla solitudine più nera, al silenzio, all'immobilità.

In nome di una pur condivisibile prudenza e cautela abbiamo assistito, impotenti, a migliaia di morti avvenute senza alcun conforto umano né spirituale, a famiglie in preda allo sconforto, a solitudini forzate a stati depressivi inguaribili.

Per questo motivo diventa indispensabile che il piano vaccinale in atto trovi compimento nel minor tempo possibile e con la più alta percentuale di adesioni. È l'unica possibilità ad oggi conosciuta per poter se non sconfiggere, almeno limitare la diffusione e il contagio e tutte le nefaste conseguenze che questo virus reca con sé.

Anche in Avo questo concetto deve passare ed essere diffuso e proprio in questi giorni è stata organizzata una campagna promozionale per sollecitare l'adesione al vaccino attraverso alcuni video realizzati da Federavo con l'aiuto della Redazione del NNI e di alcuni volontari che ringrazio per la disponibilità.

Lo abbiamo già detto e oggi lo vogliamo ribadire: corre l'obbligo morale e sociale per ogni volontario Avo di sottoporsi al vaccino. Chi non voglia aderirvi è ovviamente libero di farlo ma non potrà riprendere servizio accanto agli ammalati, agli anziani, alle persone deboli e fragili.

Vi invito a voler tenere ben presente questa indicazione all'interno delle vostre Avo. Inizia per me e per il consiglio direttivo l'ultimo anno di questo mandato che mi sento di definire "azzoppato"; vivo con grande tristezza e amarezza l'impossibilità di potervi incontrare, di venire a farvi visita, di realizzare insieme incontri, convegni, anniversari e mi auguro che in questi ultimi mesi che ci separano dal rinnovo delle cariche previsto per il 2022 si possa ritornare a rivederci in presenza: mi mancate moltissimo, mi man-

ca il vostro affetto, il vostro calore, la carica che sapete infondere attraverso la vostra passione e la vostra voglia di costruire un'associazione sempre più accogliente e coesa. In questi mesi di pandemia e di contatti a distanza non è mancato il sostegno dei nostri giovani volontari alle varie iniziative messe in atto: non posso in questa sede che ribadirvi l'invito a coltivarli, a seguirli, a motivarli senza tregua perché il nostro domani è nelle loro mani e non possiamo pensare a un futuro senza la loro presenza. Non appena sarà possibile ritrovarsi sarà nostro impegno riprendere con loro il discorso interrotto, la collaborazione fattiva che li aveva portati ad essere uno dei principali artefici del nostro Convegno Nazionale 2020 poi saltato, quando ai giovani avevamo delegato l'organizzazione della Fiera dell'Avo, vetrina delle eccellenze locali della nostra associazione. Tutto quanto è formazione e comunicazione; per questo ribadisco l'invito a voler sempre visitare il nostro sito web www.federavo.it, a scaricare e consultare la nostra App MyAvo e per chi lo ama, frequentare le nostre pagine sui vari Social (Facebook – Instagram). Ricordo tra l'altro che in vista di una possibile ripresa di attività e quindi di arruolamento di nuovi volontari è disponibile sul nostro sito il Corso base da utilizzare e diffondere: ancora una volta plaudiamo al supporto della tecnologia e cerchiamo di farne un uso corretto e continuo, utile per l'oggi ma che ci potrà servire in futuro.

Mi sia consentito esprimere un sincero ringraziamento ai consiglieri che stanno lavorando con me in questi difficili mesi, alla nostra tesoriera, ai revisori dei conti e alla redazione tutta del Nuovo Noi Insieme; un grazie anche a tutti i presidenti regionali che hanno ben compreso l'importanza del loro ruolo e con cui si è consolidata una proficua collaborazione; grazie infine a voi presidenti locali che incarnate il vero senso dell'essere volontari Avo e procedete con fermezza per mantenere viva in tutta Italia la nostra Associazione: con l'aiuto di tutti e la benedizione di chi ci ha preceduti e ora ci segue e guida dall'alto, siamo certi che il nostro cammino potrà proseguire con passo fermo e lucida visione del domani.

Ripeto in chiusura quanto già espresso ad ottobre dello scorso anno proprio in merito al nostro futuro: fiducia, speranza, voglia di collaborare, apertura al cambiamento, voglia di comunicare e di lavorare. Da mesi al nostro interno stiamo cercando di capire quale potrà essere il panorama che ci attende; di certo avremo meno volontari, questo è inevitabile perché i più fragili, i più deboli, i più anziani potranno essere intimoriti, impauriti dagli eventi vissuti in emergenza Covid.

Cambierà il nostro modo di fare servizio? Anche questo è assai probabile ma non cambierà mai il fine vero e ultimo del nostro servizio e quel famoso bicchiere d'acqua delle nostre origini resta ancora oggi e resterà per sempre il simbolo più profondo del voler essere d'aiuto al nostro prossimo.

Andremo allora alla ricerca delle criticità che sempre più emergeranno nelle nostre città e presteremo attenzione alle nuove povertà e alle fragilità, legate alla solitudine, alla paura, all'emarginazione; torneremo negli ospedali e sapremo capire e gestire il cambiamento che vi troveremo; potremo riabbracciare gli anziani che ci hanno aspettato, in solitudine, per tutti questi mesi e sarà il momento tanto atteso per tutti del ritorno alla serenità, al conforto della presenza, alla possibilità di sentirci ancora, nonostante tutto, donne e uomini capaci di donarsi e di amare.

Grazie per l'attenzione e per tutto quello che fate e che farete.

“UNO SGUARDO OLTRE LA PANDEMIA

a cura di Claudio Lodoli

Continuano le nostre interviste e i nostri articoli dedicati al futuro del volontariato e dell'AVO dopo la pandemia.

Claudio Lodoli, past President Federavo, intervista Claudia Fiaschi, Portavoce del Forum del Terzo settore sulla ripartenza e sui nuovi scenari, con particolare riguardo al mondo del volontariato. Li ringraziamo molto per questo prezioso contributo.



Claudia Fiaschi Portavoce Forum Terzo Settore

CL «*La società senza dolore*» è il titolo dell'ultimo libro di Byung-Chul Han, filosofo coreano molto seguito a livello internazionale, che in poche, dense pagine propone una lettura controcorrente della contemporaneità. La società pervasa dalla tendenza al rifiuto del dolore – sostiene l'autore – si è evoluta in società palliativa, anestetizzata, che tende a ridimensionare ogni avversario (in senso lato anche gli effetti della pandemia) riducendolo ad elemento bifronte, del quale valorizzare le positività nascoste. Una società,

quindi, che per garantirsi la sopravvivenza non “riconosce” la paura e perde la voglia di battersi.

La teoria del filosofo, lanciata nel pieno della terza ondata del contagio, può suonare come una provocazione, ma non ti sembra singolare che la parola «resilienza», finora relegata in una pagina poco frequentata dei dizionari della lingua italiana, sia diventata all'improvviso tanto popolare?

CF Non ho letto quel libro, ma dalla tua sintesi posso soltanto dire che intravedo spunti inte-

ressanti di carattere sociologico su cui riflettere. Dal mio punto di vista, rovesciare in positivo le avversità e scoprire le opportunità che nascondono non è un concetto così diverso da quello che ha espresso papa Francesco quando ci ha invitati a non sprecare questa crisi innescata dalla pandemia, chiudendoci in noi stessi senza combattere l'egoismo. Possono sembrare frasi a effetto, ma forse soltanto perché riescono a raccogliere un sentimento comune e a tradurlo in un linguaggio universale e costruttivo.

CL No, non sono frasi ad effetto. Al contrario sono parole che dicono della necessità di risalire alle origini del disastro, per evitare che altri ne nascano.

CF Certamente. Sforzarci di capire la crisi del Covid ci ha imposto di guardare anche oltre l'emergenza immediata, e così ci è apparso in modo ancor più evidente come certi modelli disequilibrati di sviluppo non abbiano fatto altro che aggravare la nostra capacità di risposta a un'emergenza. È la lezione che dobbiamo apprendere "grazie" a tutto il dolore che ci è franato addosso, per poter ripartire. Perché noi crediamo che non si possa ripartire senza abbracciare convintamente un modello di sviluppo economico che sia centrato sulle persone, sulle comunità, e sulla capacità di ridurre quelle disuguaglianze che la pandemia ha perfino, se possibile, accentuato. Come vedi, non si tratta di rifiutare il dolore ma di incidere sulle cause che lo hanno generato e, nell'immediato, di alleviarne gli effetti sulle persone.

CL Il dibattito sul grande

tema delle ripartenze nel mondo dell'associazionismo si intensifica alimentato dai webinar e dagli incontri in videoconferenza. Per quanto riguarda l'AVO, le differenti condizioni di contesto e le variegate tipologie delle strutture in cui operano le singole associazioni sul territorio nazionale si riflettono sullo stato d'animo dei volontari. Quindi, nell'assoluta condivisione della necessità di restituire agli assistiti quel sostegno morale che è parte integrante della terapia, registriamo diffinità di visioni sulle modalità dell'offerta.

CF È vero: da più di un anno il Covid-19 e le misure restrittive che sono state giocoforza adottate per ostacolarne la corsa hanno aperto in Italia la più grande emergenza sociale dal dopoguerra: una situazione nella quale i bisogni connessi al lavoro di cura e assistenza, solo per citarne alcuni, sono tornati a essere questione centrale. In questo frangente, nelle nostre comunità si sono mobilitate tutte le energie positive del Terzo settore, e il volontariato ha giocato un ruolo decisivo: dove è stato possibile, ha garan-

tito continuità di servizi e assistenza, e ha dato energia a nuove soluzioni a sostegno dei cittadini, in particolar modo i più deboli. Penso, ad esempio, alla popolazione anziana: il nostro contributo è fondamentale nelle attività di assistenza domiciliare e residenziale, come in quelle iniziative di animazione e integrazione sociale, promosse dalle associazioni che si occupano di terza età e di invecchiamento attivo, che rappresentano azioni qualificanti di un modello nuovo e organico di assistenza sociosanitaria.

Ed è anche vero che il virus ha indebolito la nostra capacità di giocare la solidarietà attraverso la prossimità fisica, con la sospensione della maggior parte dei servizi negli ospedali e nelle strutture territoriali. Proprio la presenza sul territorio, e dunque un volontariato di prossimità, capace di dare risposte ai bisogni consolidati e a quelli emergenti, è una sfida da affrontare.

Lo sdoganamento degli strumenti tecnologici, anche con la mediazione decisiva delle nuove generazioni, ci ha aperto nuove possibilità in que-

sto senso. In tutti gli ambiti del Terzo settore – e credo non facciano eccezione il volontariato ospedaliero e sociosanitario in genere – abbiamo appreso insegnamenti che non dovremo disperdere, perché dovremo imparare a convivere con potenziali emergenze e adottare modelli di intervento compatibili coi vincoli che queste emergenze determinano.

CL *In effetti, anche in AVO molta parte delle attività è tuttora svolta grazie all'informatica, ad esempio raggiungendo gli assistiti attraverso smartphone o tablet. Non tutti però dispongono di dispositivi adeguati, altri hanno difficoltà ad usarli e non sempre il personale può aiutarli. Inoltre, alla grande maggioranza dei volontari manca il contatto ravvicinato: gli sguardi, le espressioni del viso, il linguaggio del corpo, una carezza.*

CF Non c'è dubbio che questa svolta improvvisa e inattesa abbia provocato incertezze e disorientamento. Quindi il cambiamento di passo richiederà una grande innovazione in termini di strumenti, di modalità operative e

anche di formazione delle persone.

Non a caso abbiamo chiesto al governo di consentire al non profit, attraverso misure mirate nel Piano nazionale, di consolidare non soltanto i patrimoni e gli investimenti del Terzo settore ma anche gli elementi di transizione tecnologica, ricambio generazionale, innovazione delle competenze, capacità di organizzare nuove soluzioni di prossimità.

CL *Un'ultima domanda: in questa prospettiva, quali benefici potranno trarre le associazioni di volontariato come la nostra dalla riforma del Terzo settore, finalmente prossima alla completa attuazione?*

CF Prima di tutto, è bene sottolineare che la riforma del Terzo settore ci chiede un salto di qualità dal punto di vista della stabilità organizzativa. Una volta dispiegato il suo potenziale, con norme attuative che speriamo recepiscono le istanze illustrate al governo, favorirà il nostro sviluppo. Pensiamo – anche qui, col supporto delle risorse del Recovery Fund – a una rete di protezione sociale

che connetta stabilmente il Terzo settore con le istituzioni pubbliche, e pensiamo anche a un rafforzamento delle reti di collaborazione all'interno delle comunità.

Il nostro orizzonte è quello dell'attenzione alle comunità per ridurre le disuguaglianze, includere tutti, e dunque generare un modello di sviluppo attento alle persone e alle stesse comunità.

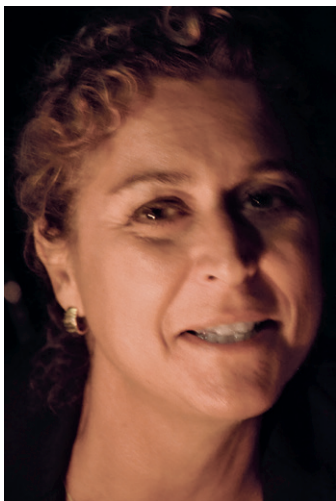
Da questa breve, intensa conversazione con Claudia Fiaschi traggio due spunti di riflessione:

- *Nella sua interpretazione, la resilienza supera la passività dell'adattamento creativo alle condizioni avverse per affermarsi come capacità di reagire alle avversità attraverso il cambiamento e l'innovazione.*

- *Quella interpretazione schiude lo sguardo ad una visione prospettica sulla seconda stagione dell'AVO. Un nuovo grande progetto che, valorizzando il patrimonio di esperienza, di conoscenza, di saperi accumulati in quarantacinque anni di attività sul campo, accompagni l'Associazione nel cuore del Terzo millennio, dando spazio e fiducia alle nuove generazioni.*

“ IL TRAUMA DELLA PANDEMIA DA COVID 19: COSA POSSIAMO FARE PER PROTEGGERCI?

di Sabrina Bonino*



La pandemia da Covid-19 ha fatto irruzione nelle nostre vite nel marzo 2020 modificando profondamente la quotidianità di tutti, nei tempi e negli spazi, cambiando l'ordine delle priorità e imponendo nuove modalità nella vita sociale e di relazione.

Il volontariato ospedaliero ha subito una brusca frenata, non è più stato possibile accedere ai reparti per le consuete attività, gli spazi di collaborazione con l'ospedale si sono ridotti e la vita associativa si è dovuta riorganizzare utilizzando metodologie on line per potere continuare ad operare. La vita ospedaliera è

mutata profondamente, i malati sono isolati da amici e parenti e le misure di contenimento del virus limitano fortemente le possibilità relazionali anche dentro i reparti (per esempio non è possibile scambiarsi giornali e riviste tra ricoverati).

Quello che è accaduto è assimilabile ad un trauma collettivo che ha colpito, con intensità diverse, ogni paese del mondo. In altre catastrofi quali terremoti, alluvioni ecc. le persone che prestavano soccorso non erano direttamente colpite dall'evento e potevano ricorrere a luoghi sicuri per proteggere se stessi e le vittime dirette.

La pandemia attuale ci ha portato a vivere una situazione nuova, dove i "soccorritori" erano colpiti dall'evento traumatico quanto coloro a cui si presta soccorso.

In quanto esseri umani apparteniamo ad una specie particolarmente resiliente e siamo riusciti a tornare alla normalità dopo guerre, epidemie e catastrofi varie, ma alcuni di noi riescono a superare con le proprie forze gli eventi avversi, altri ne vengono travolti.

Possiamo considerare l'impatto del Covid-19 come traumatico perché ha avuto le caratteristiche tipiche del trauma: è stato improvviso, ha minato il senso di sicurezza del nostro contesto di vita e ha fatto temere la morte, nostra o dei nostri cari, senza avere strumenti facilmente accessibili per proteggerci (pensiamo alla difficoltà nel reperire le mascherine e l'incertezza dell'efficacia delle cure).

Il trauma che abbiamo sperimentato, e continuiamo a provare perché non siamo ancora del tutto usciti dalla pandemia, ha portato a cambiamenti psicologici concreti, come una "ritaratura" del sistema d'allarme del cervello deputato a discriminare le informazioni pericolose da quelle irrilevanti, provocando uno stato di ipereattività o ipoattività.

Tutto questo può concretizzarsi in diversi tipi di reazioni quali: disturbi del sonno, difficoltà di concentrazione, difficoltà mnestiche, affaticamento, irritabilità ed irrequietezza, isolamento, chiusura, depressione, pensieri ripetuti ed intrusivi, evitamento,

dipendenza da sostanze. Il Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali 5 (DSM5 A.P.A. del 2014) considera questi come i sintomi del Disturbo da Stress Post Traumatico.

Possono esserci anche conseguenze fisiche espresse da disturbi gastrointestinali, respiratori, alterazioni del battito cardiaco e della pressione sanguigna.

Queste risposte non adeguate allo stress possono portare ad una sottovalutazione del rischio reale oppure a un perenne stato di iperattivazione caratterizzato da un senso di minaccia imminente.

Il trauma non elaborato sconvolge l'equilibrio biochimico del sistema fisico di elaborazione dell'informazione, accade che il presente venga interpretato sulla base di situazioni passate e influenzano i comportamenti attuali del soggetto con convinzioni negative che intaccano il senso di autostima ed autoefficacia. Inoltre l'informazione viene immagazzinata nel cervello con le stesse emozioni, convinzioni, sensazioni fisiche che esistevano al momento dell'esperienza originale.

Ogni volta che un evento ci sovrasta in modo tale che il nostro cervello non riesce ad elaborare l'accaduto in tempo reale, tale

evento viene chiuso in una "rete mnestica" e una parte del nostro vissuto rimane bloccata in quell'evento, che da quel punto in poi ci troviamo a rivivere continuamente.

Se ci troviamo a fare divenire la paura uno stile di vita, una cronica iperattivazione con gravi conseguenze negative per il corpo e per la mente possiamo ricorrere ad una tecnica psicoterapeutica specifica: l'Eye Movement Desensitization and Reprocessing.

L'EMDR, stimolando in modo alternato i due emisferi cerebrali, riattiva la comunicazione tra la rete positiva del sinistro e i contenuti ansiogeni del destro, in questo modo si rielabora l'informazione legata all'esperienza traumatica agendo sui meccanismi inerenti l'immagazzinamento della memoria. Si assiste ad una risoluzione adattativa con associazioni adeguate, l'esperienza è integrata in uno schema emotivo e cognitivo positivo. Tutto questo avviene in uno stato di coscienza del paziente, senza similitudini con l'ipnosi o altri procedimenti terapeutici: l'EMDR non fa dimenticare il trauma ma ne permette una corretta collocazione nelle esperienze passate, così da non influenzare negativamente il presen-

te che stiamo vivendo. Il Consiglio d'Europa nel 2007 ha stabilito che ogni paese membro deve sviluppare interventi psicologici riconosciuti da realizzarsi su larga scala in caso di disastro collettivo. Le linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, per i traumi individuali e collettivi, raccomandano l'uso dell'EMDR che si basa sulla ricerca empirica (evidence based); si è visto in studi controllati e randomizzati che dall'84% al 100% dei sintomi da disturbo post traumatico, originati in seguito ad un singolo evento, vengono eliminati nell'arco di 5 ore di trattamento.

L'elenco aggiornato degli studi sulla validità dell'EMDR può essere trovato nella pagina web dedicata all'argomento dall'EMDR Research Foundation.

Sempre sul sito EMDR ITALIA si possono trovare le attività formative, i risultati delle ultime ricerche e gli Enti pubblici/privati che effettuano trattamenti EMDR oltre che l'elenco dei terapeuti abilitati suddivisi per provincia.

L'EMDR può essere utilizzato, in gruppo o singolarmente, per facilitare la risoluzione dei sintomi e del disagio emotivo legati ad esperienze traumatiche esclusivamente da psicoterapeuti (medici o psicologi)

che abbiano partecipato a corsi di formazione autorizzati, garantiti da standard internazionali.

La pandemia da Covid 19 ha visto l'Associazione EMDR Italia coinvolta in numerosi interventi a sostegno sia dei curanti (medici ed infermieri) sia dei pazienti e delle loro famiglie.

Sono state attuate terapie di gruppo per il personale sanitario affinché riuscisse a reggere la difficile situazione lavorativa, protocolli di intervento per accompagnare i familiari all'ultimo saluto o all'incontro con ammalati gravi, e procedure per rendere l'intubazione e l'estubazione meno impattante possibile grazie a tecniche di rilassamento (Posto al sicuro).

In un prossimo articolo la dott.ssa Giada Maslovaric descriverà in modo approfondito le esperienze condotte in diversi ospedali italiani e il contributo dato alla formazione dei colleghi europei su come affrontare le conseguenze psicologiche della pandemia.

Sappiamo che la paura è fondamentale per la nostra difesa e sopravvivenza, in dosi limitate paura ed allerta sono necessarie, anzi fondamentali per potersi attivare senza perdere lucidità (eustress – distress). La paura può diventare pa-

nico con la sintomatologia tipica o ansia generalizzata. Quando proviamo un'intensa paura possiamo avere le cosiddette reazioni di sopravvivenza che fanno parte del sistema difensivo dell'Homo Sapiens, cioè: FIGHT (attacco), Flight (fuga), Freeze (congelamento).

Troviamo risposte emotive di entità maggiore quando gli eventi traumatici coincidono con un periodo già stressante per l'individuo per altri motivi, quando ciò che accade è particolarmente improvviso o assurdo, quando è molto coinvolgente e non controllabile.

Possono essere considerati fattori protettivi un buon supporto sociale subito dopo l'evento da parte di colleghi ed amici e la possibilità di comunicare e fare affidamento sui propri familiari, oltre che avere avuto nell'infanzia un accudimento adeguato.

In questa sede ritengo importante ricordare che le persone che lavorano quotidianamente a contatto con la sofferenza altrui o in situazioni critiche, quindi chi svolge una professione d'aiuto, e a questi può essere assimilato un volontario AVO, nonostante tendano a sviluppare un'alta soglia di tolleranza agli eventi traumatici, possono

evidenziare disturbi psicologici o somatizzazioni a seguito della cosiddetta traumatizzazione vicaria.

Il DSM 5, ribadisce come un operatore, durante una situazione lavorativa può vivere un trauma, non per una esposizione diretta ma per il contatto con la persona traumatizzata.

La relazione con la vittima può quindi investire l'operatore in modo secondario o indiretto.

Infatti possiamo restare coinvolti profondamente da ciò che accade alle persone intorno a noi perché siano animali sociali neotenici, il nostro mondo relazionale ed emotivo si sviluppa nella relazione con l'altro attraverso l'empatia. Alcune persone riescono a superare eventi traumatici senza riportare danni particolari e vengono definiti resilienti, come mai? E cos'è la resilienza?

Per l'American Psychological Association (2007) la resilienza è la capacità di adattarsi a fronte di avversità, tragedie, minacce o stress significativo.

È la capacità positiva che hanno le persone di gestire lo stress, un adattamento comportamentale positivo quando ci si trova a gestire un evento avverso o un trauma, cioè la capacità di essere flessibili e di adattarsi a circostanze mutevoli.

I traumi possono portare ad una crescita positiva rinforzando la capacità della persona di gestire le avversità future e promuovere interazioni di maggiore vicinanza agli altri. Spesso avere subito un trauma porta a capire quali siano i valori e le priorità della vita apprezzandola maggiormente e generando come risultato un senso di competenza.

Essere resilienti non vuole dire non sperimentare dolore emotivo, difficoltà od angoscia ma riuscirli a gestire di fronte ad avversità, tragedie.

Le persone che hanno vissuto eventi avversi nell'infanzia quali maltrattamenti, trascuratezza, lutti e abusi sessuali incontrano difficoltà nell'essere resilienti. L'importanza di questi eventi nell'infanzia nel condizionare la vita adulta è stata sottolineata da molti studi tra i quali quello di V. Felitti (1998) applicato ad oltre 17000 casi in USA. Quando le esperienze traumatiche infantili o in età adulta ci provocano sofferenza e una sintomatologia significativa possiamo ricorrere all'EMDR.

La stimolazione bilaterale con movimenti oculari della psicoterapia Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) favorisce la desensibilizza-

zione della memoria nella neocorteccia associativa favorendo la formazione di nuovi engrammi non patologici.

Dopo la prima ricerca pilota di Shapiro nel 1989 più di venti studi controllati randomizzati che hanno corroborato l'efficacia della psicoterapia EMDR.

Una premessa fondamentale è che in tutti noi esiste un sistema fisiologicamente deputato a elaborare le informazioni e avente l'obiettivo di raggiungere la salute mentale, la terapia EMDR funge da attivatore e facilitatore di questo sistema innato.

La persona diviene in grado di collocare l'evento traumatico nel passato senza più vivere nel presente riattivazioni emotive, cognitive e corporee.

I rapidi effetti post trattamento dell'EMDR sono documentati da numerosi studi neurofisiologici (Pagani, 2019).

Attraverso la stimolazione oculare bilaterale permette una rielaborazione del ricordo traumatico a livello emotivo, cognitivo e corporeo.

Questo approccio terapeutico è stato utilizzato in molteplici Azioni Umanitarie promosse dall'Associazione EMDR Italia, dove, come potete vedere sul sito, gratuitamente si è

intervenuti in favore delle popolazioni colpite da terremoti, attentati terroristici, omicidi particolarmente efferati ecc.

Per queste Azioni Umanitarie all'Associazione EMDR, nella persona del presidente Isabel Fernandez è stato conferito dal Comune di Milano l'Ambrogino d'oro nel 2020 e il titolo di Commendatore della Repubblica nel 2019 da parte del Presidente della Repubblica Italiana.

**dott.ssa Sabrina Bonino, psicologa, psicoterapeuta Asl 2 Savonese, supervisore EMDR*

BIBLIOGRAFIA

consigliata per chi desidera approfondire:

Tal Croitoru (2015), EMDR REVOLUTION, Sesto San Giovanni (MI), Mimesis Edizioni.

Vincent Felitti, Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. In Rivista di Psicoterapia EMDR ITALIA, 2013.

Francine Shapiro (2018), EMDR IL MANUALE, Milano, Raffaello Cortina Editore.

Francine Shapiro (2013), LASCIARE IL PASSATO NEL PASSATO, Roma, ed. Astrolabio Ubaldini.

Giada Maslovaric (2020), EMDR DI GRUPPO, ApertaMente Web, Roma.

Marco Pagani (2019), IL CERVELLO CHE CAMBIA, Sesto San Giovanni, Mimesis Edizioni.

“ASSICURARE UNA “NUOVA NORMALITÀ” DI SERVIZIO

Colloquio con Andrea Battistini

a cura di Carla Messano

Incontriamo il Dr. Andrea Battistini Presidente di Prèvia, società Agente di Cattolica cui è affidata la gestione della convenzione alla quale aderiscono molte AVO.

Dr. Battistini come si è mossa la sua assicurazione durante la pandemia?

Sollecitati da varie AVO locali, assieme a Federavo abbiamo intrapreso due iniziative:

- la sospensione delle polizze assicurative per le singole AVO che ne avessero necessità;
- la stipula di una polizza collettiva che desse la possibilità ad alcuni volontari di continuare a prestare il proprio servizio a livello locale sotto l'egida di Federavo.

Ad oggi abbiamo sospeso le coperture assicurative per 103 AVO che ce ne hanno fatto richiesta e mediante la polizza unica abbiamo assicurato oltre 200 volontari.

Secondo lei è stata una scelta giusta quella che abbiamo fatto insieme?



Abbiamo adottato assieme soluzioni di emergenza in un momento terribile e fortemente critico.

Tra gli aspetti positivi c'è indubbiamente il fatto che abbiamo congelato i premi per il periodo di inattività, premi che potranno essere utilizzati alla ripresa delle attività.

Attualmente, anche se al momento non si percepisce con chiarezza quando la pandemia finirà, assieme a Federavo stiamo valutando soluzioni che ci traghettino verso la normalità, che forse è meglio definire come “nuova normalità”, comprendendo che non è più adegua-

to continuare a gestire le vostre attività con soluzioni che prima ho definito di emergenza.

Quali soluzioni ci potrebbero essere per il futuro?

Per arrivare alle soluzioni dobbiamo prima, secondo me, fare alcune riflessioni.

La prima riguarda i volontari attivi: un numero che per quasi tutte le AVO è molto inferiore rispetto al pre-pandemia.

Dobbiamo necessariamente ripartire dal Registro Volontari, ovvero conoscere quanti sono i volontari che oggi operano nelle singole AVO: è a questi volontari che siete obbligati a garantire le coperture assicurative.

La seconda riguarda le assicurazioni che molti enti, pubblici o privati, stipulano per i vostri volontari, manlevandosi dal rimborso dei costi assicurativi che comunque dovete sostenere, se non altro per la regolarità dell'iscrizione al Registro Unico del Terzo Settore.

Questa circostanza, che genera uno sconto del 50% del costo della copertura assicurativa in Convenzione, non è più coerente con la realtà: i volontari oggi non possono “entrare” in queste strutture e quando ricominceranno a farlo queste strutture non saranno più, probabilmente, le uniche a beneficiare delle attività svolte dalle AVO. Occorre considerare poi che molte AVO stanno provando ad estendere il proprio raggio di azione attraverso servizi di volontariato che prima non svolgevano e, forse, non avrebbero mai pensato di fare.

Inoltre gli enti pubblici sono tenuti per legge a rimborsarvi questi costi. La terza riflessione: come ho accennato sopra, avvertendo la forte necessità di molte AVO di ampliare la tipologia di servizio fin qui svolto, dobbiamo definire con certezza le evoluzioni che ad esso vorrete dare.

Quindi, per tornare alla domanda, la soluzione sta nel revisionare la Convenzione ripercorrendo assieme il cammino che ci ha portato alla sua stipula, cammino che ha avuto il pregio di essere stato ar-

ricchito dai vostri spunti, dalle vostre esigenze e dalle vostre visioni.

In attesa che si definisca l'evoluzione del vostro servizio dovrete, secondo me, ricominciare a rinnovare le coperture ripartendo dall'effettivo numero dei volontari attivi: ogni AVO, dopo aver aggiornato il Registro Volontari, dovrà comunicare il numero attuale di volontari iscritti.

Così facendo risolverete due problemi: l'iscrizione al Registro del Terzo Settore per l'anno 2021 e il ripristino delle coperture assicurative erogate ai propri volontari direttamente dalle AVO locali.

Ci vengono anche segnalate chiusure da parte delle strutture sanitarie ad accogliere e rimborsare le polizze assicurative stipulate dalle AVO: si ricorda al proposito che la Legge 3 luglio 2017 n. 117 sul Terzo settore all'Art. 18 ha sancito definitivamente l'onere indifferibile di rimborso dei costi assicurativi a carico delle strutture sanitarie presso le quali viene svolta attività in convenzione.

Prima lei ha anticipato un tema che stiamo dibattendolo al nostro interno: l'evol-

uzione del mondo AVO, ovvero nella prospettiva di una ripresa, il fatto che il servizio AVO possa avvenire in modalità anche diverse, sul territorio ed in rete con altre associazioni, ad esempio la Caritas. Cosa comporta questo ai fini assicurativi?

La necessità di rimappare le attività possibili per le AVO.

Occorre capire quanto cambia rispetto all'attuale profilo di rischio.

Più precisi sarete nel segnalare i nuovi profili delle attività, meglio costruiremo assieme coperture assicurative adeguate alle vostre esigenze.

Nel ringraziare Andrea Battistini, Presidente di Prèvia, società Agente di Cattolica cui è affidata la gestione della convenzione, accogliamo con piacere l'intervento di Piero Fusco Direttore Business Unit Enti Religiosi e Terzo Settore (BUERTS) di Cattolica Assicurazioni ringraziandola per la disponibilità.

Data la possibilità della BUERTS di avere un osservatorio privilegiato sul Terzo Settore, ci può raccontare del rapporto esistente tra Cattolica

Assicurazioni ed il Terzo Settore anche alla luce di questo periodo particolarmente difficile?

È sotto agli occhi di tutti che i volontari italiani hanno vissuto da veri protagonisti questo anno segnato dalla pandemia da Covid-19. E proprio, attraverso quelle forme di servizio proprie del DNA del volontariato, continuano ad offrire un insostituibile sostegno allo Stato nella gestione delle povertà certamente accentuate dalla situazione emergenziale. In quanto al rapporto tra Cattolica Assicurazioni e il volontariato, posso affermare che affondi le radici nella storia stessa di una compagnia – da sempre – impegnata a fornire al mondo socio-assistenziale

le coordinate per muoversi in un panorama oltremodo mutevole in cui gli orientamenti emergenti rappresentano un enorme arricchimento dello schema tradizionale, sotto il profilo sia quantitativo sia qualitativo.

Nasce proprio da qui la necessità di uno studio continuo, di un laboratorio permanente, interamente focalizzato sul fenomeno, su un macro-mondo che spazia tra, almeno, 26 attività sociali. L'Osservatorio Enti Religiosi e Terzo Settore di Cattolica Assicurazioni si sviluppa dalla consapevolezza che per proporre soluzioni assicurative adeguate siano da conoscere a fondo prima le dinamiche umane e poi quelle amministrative, economiche e giuridiche.

Siamo certi che solo grazie allo studio – coadiuvato dalla rete delle collaborazioni messe in piedi negli anni e dall'affiancamento di un Comitato Scientifico *ad hoc* – sia possibile creare nuove soluzioni assicurative che soddisfino pienamente le reali esigenze assicurative di chi vive il volontariato. Non dimentichiamo che in Italia esistono e operano associazioni che rappresentano un'eccellenza. Parlo di realtà straordinarie che come Federavo sono nate e operano guardando come prima cosa alla dignità della persona. È questo il perno attorno al quale si muove anche il nostro lavoro: ogni giorno ci sforziamo di operare in coscienza per fare bene a chi fa del bene.



“ LE RESIDENZE SANITARIE PER ANZIANI NELL'OCCHIO DEL CICLONE COVID-19

a cura di Alessia Arba

Le Residenze Sanitarie per Anziani (R.S.A.) sono state colpite duramente dalla pandemia causata dal Covid-19. I ricoverati, per lo più molto anziani, di fronte alla rapidità ed alla inarrestabilità della diffusione del virus hanno infatti pagato un elevato contributo sia per numero di decessi, un fenomeno trasversale che ha interessato tutte le Regioni, sia per l'aumento della “fragilità” emotiva e fisica di coloro che, pur non essendo stati direttamente colpiti, hanno dovuto “sopportare” una situazione di isolamento e distacco dai familiari.

Di tale disagio si è fatta interprete da tempo la Fondazione Promozione Sociale nella persona della presidente Maria Grazia Breda.

Su iniziativa della FederaVo, Alessia Arba, Referente R.S.A. dell'Associazione Volontari Ospedalieri di Torino, l'ha intervistata per fornire, attraverso la sua testimonianza, maggiori elementi informativi sulla problematica in questione.

Alessia Arba (A.A.): *“Partiamo da un'analisi di ciò che è successo nel 2020, all'inizio della pandemia, nelle R.S.A.”.*

Maria Grazia Breda (M.G.B.): “È importante non dimenticare come erano organizzate le R.S.A. all'inizio della pandemia. I problemi sono stati evidenti sin da subito. Sul piano della cura è emerso, ed è stato riconosciuto anche dai massimi esperti e dal Ministero della Salute, che i malati erano persone con gravi patologie croniche invalidanti, da cui derivava la loro non autosufficienza, e, nell'85% dei casi, anche con demenza o morbo di Alzheimer.

Parallelamente, è stato anche messo a nudo il fatto che la maggior parte delle R.S.A. non erano organizzate con un lavoro di équipe di medici, infermieri, operatori socio-sanitari, animatori e riabilitatori. Tutte professionalità oggi indispensabili per garantire le cure a malati affetti da pluripatologie complesse e quindi



Maria Grazia Breda

bisognosi di cure adatte e tempestive nel momento delle ricadute. Questa carenza molto grave non ha consentito di affrontare adeguatamente l'emergenza prodotta dal Covid. Sono mancate anche le cure palliative e le terapie contro la sofferenza e il dolore perché non erano state organizzate e previste. Inoltre, per molti c'è stata l'aggravante di essere ricoverati in ospedale nel momento di maggiore necessità.

Abbiamo assistito persino a situazioni di vere e proprie discriminazioni

nelle cure di questi malati, con l'accesso vietato al Pronto Soccorso, e infine abbiamo avuto, in diverse Regioni compreso il Piemonte, la decisione di trasferire nelle R.S.A. i positivi dimessi dagli ospedali. Tutto ciò ha prodotto, per esempio in due R.S.A. di Torino, numerosissimi decessi e successivamente diversi esposti alla Procura. Su questo fronte si è aperta una battaglia molto intensa per rimuovere la Delibera che aveva permesso questo che è stato un vero e proprio "scempio".

(A.A.): "Come è evoluta la situazione delle R.S.A. dopo la chiusura?"

(M.G.B.): "La situazione, proprio per la grave disorganizzazione delle cure all'interno, per la mancanza di dispositivi adeguati, per l'impossibilità di interventi immediati da parte delle ASL di fronte a problemi di emergenza e per l'impossibilità per molti di ricoverare anche gli stessi anziani, ha provocato problemi enormi per quanto riguarda la gestione dei malati ricoverati.

Un'altra aggravante è stata l'apertura, da parte delle strutture sanitarie

ospedaliere e delle R.S.A., di bandi di concorso per ricerca di personale infermieristico e di operatori socio-sanitari con la conseguenza che, essendo più vantaggiosi i contratti nel servizio pubblico, si è assistito a un trasferimento massiccio di personale dalle R.S.A. nelle strutture sanitarie pubbliche. In tal modo la carenza di personale, che era già ai minimi termini, si è ulteriormente aggravata.

A tutto ciò si sono aggiunti numerosissimi decessi. Solo a giugno, alla fine della prima fase della pandemia, erano stati registrati più di 4.000 posti vuoti nelle R.S.A. Il che ha voluto dire anche mettere in crisi il sistema stesso delle strutture e aver indotto i familiari, si parla di più di mille persone, a ritirare i propri anziani dalle R.S.A. sia per mancanza di fiducia in cure adeguate sia per problemi economici. Molti infatti avevano perso il lavoro o, comunque, erano entrati in cassa integrazione e non erano in grado di fare fronte a 3.000 – 3.500 euro al mese, corrispondenti al costo di un ricovero privato.

L'azione nei confronti della Regione da parte delle

nostre Associazioni è stata proprio quella di fare subito pressione per ottenere le convenzioni, visto che la lista d'attesa conteneva più di 15.000 persone che attendevano da anni un posto in R.S.A. Questo avrebbe dato ristoro ai gestori privati e permesso l'avvio di una riconversione anche dell'organizzazione delle cure perché, a fronte di introiti certi, si poteva iniziare un percorso di revisione degli standard del personale e di riorganizzazione della presenza dei medici all'interno delle R.S.A.

Tutto questo, purtroppo, al momento non è stato attivato e contribuisce a causare la chiusura tutt'oggi alle visite dei parenti ed anche alla presenza dei volontari".

(A.A.): "Alla luce di quello che ci sta dicendo e del fatto che sono in corso le vaccinazioni, quali iniziative si possono intraprendere anche per ottemperare ai parametri di sicurezza e, quindi, far rientrare in sicurezza parenti e volontari all'interno delle R.S.A.?"

(M.G.B.): "Noi siamo convinti che il "Recovery Plan" debba riguardare

anche l'innovazione nelle R.S.A. proprio per restituire agli anziani, a fronte delle migliaia di decessi registrati, quello di cui come società siamo in debito nei loro confronti e che dobbiamo in qualche modo ripagare. Sono diversi i percorsi necessari e dovrebbero essere attivati contemporaneamente. Innanzitutto bisogna dare piena attuazione al nuovo piano pandemico perché non sappiamo se questo si ripercuoterà nei prossimi mesi e se la pandemia dovremo affrontarla per molto tempo ancora.

Inoltre si devono attivare, visto che nelle R.S.A. sono già stati vaccinati sia i ricoverati che il personale, protocolli di sicurezza. Al riguardo, ci sono già degli esempi su base scientifica che noi produrremo sia nei confronti del Ministero della Salute sia nei confronti delle Regioni, perché nel frattempo si è anche istituito un coordinamento nazionale di Associazioni e di Comitati di familiari di anziani sopravvissuti che vogliono tornare ad avere relazioni umane e affettive coi loro cari anche attraverso la presenza fisica all'interno delle R.S.A. stesse.

Le iniziative devono es-



sere attuate anche nei confronti delle Istituzioni regionali perché non ci siano delibere che permettano trasferimenti di malati ancora Covid positivi dagli ospedali nelle R.S.A., senza il rispetto delle indicazioni definite dal Ministero della Salute. Nella Regione Piemonte la delibera è stata rimossa, proprio per impedire nuovi focolai all'interno delle strutture.

A nostro avviso, le Istituzioni, le Associazioni e i familiari dovrebbero insistere con una pressione sia a livello nazionale sia a livello regionale con l'obiettivo di far rivedere le disposizioni del DPCM che verrà approvato prossimamente. Riteniamo infatti che sia doveroso non solo riaprire tante attività lavo-

native, ma anche riaprire le R.S.A. alle visite in presenza, con la sicurezza e con i protocolli necessari".

Al termine dell'intervista Marina Chiarmetta della Redazione del notiziario AVO *Nuovo Noi Insieme* ha sottolineato come in questo momento di grande confusione mediatica, in cui le persone vengono bombardate da notizie di tutti i generi, fare chiarezza sulla situazione delle R.S.A. sia molto importante non solo per i parenti, per gli amici, per i volontari ma anche per tutti i cittadini, molti dei quali costretti in questo ultimo anno a subire in prima persona, direttamente o indirettamente, l'impatto devastante della pandemia sul sistema sanitario.

“FORMAZIONE FEDERAVO IN TEMPO DI PANDEMIA

di Loredana Pianta e Annamaria Ragazzi

Essere Presidenti regionali AVO al tempo del Covid-19 è il titolo del percorso formativo proposto dalla Federavo per i Presidenti delle AVO regionali e per tutto il Consiglio direttivo federale: una opportunità per riflettere sul proprio ruolo in un frangente assai delicato. L'esigenza, nata all'interno del Consiglio delle Regioni, era quella di sviluppare competenze per essere poi di supporto alle AVO locali, soprattutto in materia di capacità relazionale, organizzativa e comunicativa. Si è quindi costituita una commissione ad hoc, formata da tre Presidenti regionali e due consiglieri Federavo, che ha contattato alcuni formatori, ne ha valutato le proposte formative e ha selezionato quella della dott.ssa Letizia Espanoli, ideatrice di *Sentemente*, poi approvata dal Consiglio direttivo. Letizia Espanoli era già conosciuta in quanto ha svolto molte attività di formazione per alcune AVO locali in questo periodo di pandemia.

Il corso, che ha utilizzato la piattaforma Zoom ed è stato seguito con estremo interesse e costante partecipazione, ha avuto inizio



il 10 aprile e si è sviluppato in 5 lezioni, basate sul metodo attivo di lavoro di gruppo e incentrate sulle seguenti tematiche:

1) ***Come dare gambe ai valori costituenti***: si è tornati alle origini per disegnare la mappa dei valori costitutivi e irrinunciabili dell'AVO, da cui trarre ispirazione e forza per calarli nel nuovo contesto con servizi e modalità adeguati alle diverse necessità e ai territori.

2) ***Il carisma per una leadership associativa***: l'impegno è stato costruire una visione nella quale i volontari possano riconoscersi e ritrovare il senso di appartenenza per costruire il futuro oltre la realtà esistente. Essere Presidenti di un'associazione significa intraprendere un viaggio

verso una meta condivisa, essere luce capace di ispirare, di accompagnare, di dare entusiasmo, di valorizzare i compagni di cammino.

3) ***Essere leader nell'incertezza***: per conseguire tale fine bisogna sviluppare il capitale umano dei soci volontari, suscitando in loro emozioni positive e una progettualità capace di superare le abitudini radicate dalla prassi ripetitiva del servizio, perché, di fronte al continuo rincorrersi degli eventi, si deve cercare di interpretare la realtà per migliorarla in una costante tensione verso la crescita di ciascuno, di tutti, dell'AVO e della intera società.

Federavo ha messo in campo anche un'altra proposta formativa per i Presidenti di

tutte le AVO d'Italia con la collaborazione di Roberto Ceschina, trainer coach conosciuto dal mondo AVO, in particolare per il lavoro svolto con i giovani e per il percorso finalizzato alla stesura delle linee guida per le figure chiave di responsabili di reparto, tutor e selezionatori.

Il percorso si è svolto il 24 aprile e il 5 giugno, con il focus sul Presidente di AVO locale, al fine di rinforzarne le competenze di ruolo nell'attuale difficile contesto, dopo tanti mesi di chiusura di Ospedali e RSA. La parola chiave del primo incontro è stata *Antifragile* "Quando soffia il vento del cambiamento, alcuni costruiscono muri, altri mulini a vento": questo proverbio cinese, citato da Ceschina,

rappresenta nella seconda azione l'atteggiamento con cui chi occupa un ruolo da decisore deve affrontare l'imprevista difficoltà, senza chiudersi in una resistenza passiva, ma adattandosi alla nuova situazione per trasformarla in opportunità di miglioramento. Occorre trasformare la fragilità in punto di forza, pianificare e progettare per ripartire con coraggio, non con incoscienza, con speranza pragmatica, costruendo il futuro mattoncino per mattoncino e coinvolgendo i volontari, perché unione è forza.

I Presidenti sono stati impegnati, in preparazione del prossimo incontro, a riflettere, col coordinamento dell'AVO regionale, su queste domande: *In che*

cosa siete fragili? Quali sono le difficoltà? Cosa possiamo fare come volontari? Con chi relazionarci e come farci aiutare?

Alcune AVO hanno comunque messo in risalto l'importanza di fare rete, tra AVO della stessa regione o di diverse regioni, oltre che con altre associazioni, per ripartire e affrontare la realtà con occhi nuovi, allargando gli orizzonti, come alcune AVO stanno facendo. Si diviene responsabili di una situazione negativa che non dipende da noi, se non facciamo niente per cambiarla: non possiamo dimenticare l'esempio del nostro fondatore che, di fronte alla sofferenza del malato che chiedeva da bere, ha concepito dal nulla l'idea dell'AVO!



Letizia Espanoli

"Ascoltare è molto difficile, perché ci chiede tanta stabilità interiore che non abbiamo più bisogno di metterci alla prova con discorsi, argomenti, dichiarazioni. I veri ascoltatori non hanno più un bisogno interiore di far conoscere la loro presenza. Sono liberi di ricevere, accogliere, accettare". Henri Nouwe

“LE AVO TRA INNOVAZIONE E TRADIZIONE

di Loredana Pianta e Annamaria Ragazzi

Le AVO tra Innovazione e Tradizione è il titolo di una nuova rubrica del nostro notiziario.

Essa è nata nella versione on line con la proposta di tre dirette che hanno coinvolto diverse AVO di tutta Italia e che continueranno nei prossimi mesi, ma si è sviluppata anche nella versione cartacea con articoli che aprono nuove prospettive e una nuova proget-

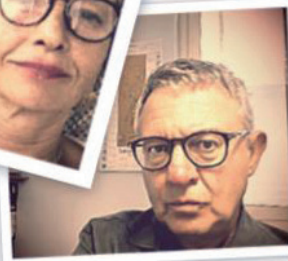
tualità per l'associazione. L'Innovazione è fortemente sollecitata dai tempi in cui viviamo, ma va sapientemente accordata con la tradizione: la sfida oggi è coniugare i nostri valori irrinunciabili, la nostra mission fondativa con le nuove esigenze, utilizzando metodi diversi, in rapporto ai contesti e alle emergenti necessità dei vari territori. Unità nella diversità.

Gli obiettivi della rubrica si possono così sintetizzare: condividere esperienze, riflessioni e sentimenti; far conoscere le attività delle AVO e in particolare i progetti innovativi, in un'ottica di scambio di esperienze e condivisione; migliorare il servizio AVO rispondendo al cambiamento in cui ci troviamo a operare. Proprio per offrire stimoli operativi concreti i relatori hanno

SABATO 13 FEBBRAIO - ORE 17

45 ANNI DI AVO

in diretta con:



FEDERAVO - NUOVO NOI INSIEME

FEDERAVO - NUOVO NOI INSIEME

LE AVO TRA INNOVAZIONE E TRADIZIONE

SABATO 8 MAGGIO - ORE 17



Diretta YouTube: https://youtu.be/_90JSKNoLOI

predisposto slides chiarificatrici anche delle modalità messe in atto e si sono dichiarati disponibili ad ogni ulteriore chiarimento.

Le finalità della rubrica rientrano perfettamente nell'ambito dei compiti del nostro notiziario e sono stati approvati e sostenuti dal Consiglio Direttivo Federavo, il cui Presidente Massimo Silumbra non ha mai fatto mancare la sua presenza.

Significativo è ricordare perché nacque il notiziario *Noi Insieme* attraverso le parole di Erminio Longhini: "L'associazione fin dai primi passi aveva dimostrato una buona capacità di

aggregazione. Ritenevo, però, che fosse molto importante non perdere mai di vista la visione e la missione: per questo motivo avevo pensato che sarebbe stato utile disporre di uno strumento di comunicazione che potesse unire negli stessi valori tutti i volontari, e far conoscere le attività svolte dai gruppi ospedalieri che, in quegli anni, erano attivi soltanto nell'ambito dell'Ospedale Maggiore di Milano: Policinico e Città di Sesto San Giovanni.

Così, nel solco dell'idea primigenia, quando – verso la fine del 1976 – si decise di dotare l'AVO di un proprio giornale, il titolo

scelto, inequivocabile, fu *Noi Insieme*. Fin dall'inizio lo scopo era di porre a disposizione della comunità degli iscritti e del pubblico ogni conquista o progresso dell'associazione, ma non avevo dubbi sulla necessità che la sua funzione avrebbe dovuto essere profetica. Giuliana Pelucchi spiegava così la scelta del titolo della testata "*Noi Insieme*": "Le due semplici parole ci sembravano non solo affettuose ma anche simboliche. Ci sembravano un vero e proprio programma".

Da *Il Patto che mi cambiò la vita – Autobiografia di Erminio Longhini*, a cura di Claudio Lodoli

Il primo appuntamento on line, che si è tenuto il 13 febbraio, ha avuto come protagoniste le AVO storiche, quelle nate subito dopo la fondazione dell'AVO, tra il 1975 e il 1979: AVO Milano, AVO Ragusa, AVO Genova, AVO Trieste, AVO Sesto San Giovanni. La domanda che ha guidato l'incontro è stata la seguente: "L'entusiasmo e lo spirito innovatore delle origini accompagnano ancora l'attività dell'AVO? Quali sono le prospettive e i progetti per la ripresa?". Ne è nato un insieme di testimonianze molto interessante per la profondità e la varietà delle riflessioni e delle esperienze. Il secondo incontro di sabato 20 marzo, alle ore 17, è

stato dedicato ai seguenti progetti: "Prendersi cura prima di curare" in rete tra AVO Novara e l'Università del Piemonte Orientale, sede di Novara; "A casa con AVO" di AVO Milano in collaborazione con il Policlinico; "Competenze contro il bullismo" di AVO Cagliari in collaborazione con i licei classico e artistico di Cagliari; "TV AVO, la Villa in diretta", progetto di animazione a distanza dell'AVO Bari per gli ospiti della RSA.

Sabato 8 maggio sono state protagoniste le AVO di Firenze, Piacenza, Roma e Torino che hanno presentato le loro attività e in particolare i seguenti progetti: "A casa con te" (Avo Firenze); "EMILIB la biblioteca

in corsia" (AVO Piacenza); "Degenza e Conoscenza: la storia di Roma entra negli ospedali" (AVO Roma); "Alimentiamo relazioni" (AVO Torino).

Quasi tutti questi progetti, pur molto diversi tra loro per destinatari, contesto e modalità di attuazione, sono caratterizzati da un lavoro di rete a dimostrazione che il futuro dell'AVO comporterà sempre più apertura alla collaborazione con altre associazioni ed Enti del territorio, cui dobbiamo presentarci con progetti significativi e come coprotagonisti del perseguimento del Bene comune.

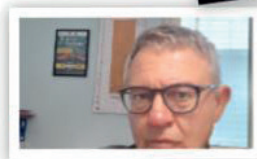
Tutti gli incontri possono essere rivisti sul canale youtube di Federavo.

In diretta su youtube: <https://youtu.be/IGTBW1Kgmi0>



Sabato 20 marzo - ore 17

Le AVO tra innovazione e tradizione

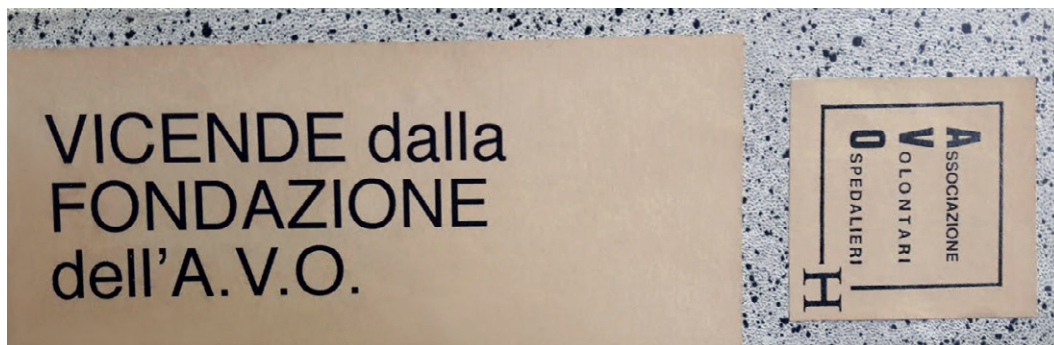


Introduce Massimo Silumbra

Coordina Loredana Pianta

FEDERAVO - NUOVO NOI INSIEME

“GUARDARE “OLTRE LA SIEPE” “AVO A COLORI” CI ASPETTA



Frequento assiduamente da anni la sede AVO di via Dezza che è anche la sede legale di Federavo, AVO Regionale Lombardia ed AFCV, di norma le mie visite sono abbastanza brevi e dai ritmi serrati, firma della corrispondenza, interazione con le volontarie della segreteria ed altri volontari piuttosto che impegnative riunioni di consiglio o con i vari coordinatori dei gruppi di volontari.

In questo tempo sospeso, dove tutto è rarefatto, sono andato in sede per firmare dei documenti, ero solo ed il mio occhio si è posato su un raccoglitore posto ad un ripiano alto sul cui dorso è scritto “vicende dalla fondazione

dell'A.V.O.”, l'ho immediatamente preso e mi si è aperto un mondo.

Nel raccoglitore ci sono tante “veline”, fogli sottilissimi che venivano usati per fare le copie dei documenti battuti a macchina usando la carta carbone, dove sono stati ribattuti fogli scritti a mano con quelle grafie eleganti che incuriosiscono, si parte da documenti del 10 marzo 1975 fino ad arrivare a documenti più recenti della seconda metà degli anni ottanta nonché alle richieste di volontari di diventare soci o a questionari informativi fatti compilare ad aspiranti volontari.

Chi come me ha qualche anno sulle spalle, ricorda

bene l'incubo delle veline, dal fare le correzioni al ribattere tutto quando qualcuno faceva delle modifiche, si capisce quanto lavoro di segreteria ci sia dietro quelle carte che “aprono il cuore” perché disegnano la nascita di una Associazione che diventerà un'esperienza straordinaria, i contenuti sono profondi, si parla di pedagogia morale, psicologia, accompagnamento alla morte, coscienza, responsabilità, formazione, il tutto in modo mai banale e di straordinaria attualità, si disegna la struttura giuridica e organizzativa del “Corpo Volontari” (così allora si chiamava l'AVO) e si scrive di “raccolta, elaborazione e giudizio sui dati emergenti

dell'attività" e su quanto questi possano contribuire a "... formarsi un corretto giudizio sull'andamento delle strutture pubbliche sanitarie ed assistenziali..." e "... sviluppare nel volontario il dovere di partecipazione responsabile al perseguimento del bene comune...".

Ma le sorprese non sono finite, l'incipit dello stesso documento, datato 14 aprile 1975, recita "Il Corpo dei Volontari è destinato a esplicare la propria attività nell'ambito della struttura ospedaliera e nell'ambito della **struttura familiare**".

Mi sono chiesto cosa intendesse l'avvocato Grassani, estensore del documento, quando scriveva "struttura familiare", la mia mente l'ha associata ad un **servizio domiciliare**, ho telefonato ad una socia storica ma neanche lei è riuscita a darmi l'esatto contenuto di cosa intendessero i padri fondatori quando scrivevano di famiglia.

Le pagine presenti nel raccoglitore sono molte e ad un certo punto sono incappato in alcune copie di un "questionario infor-

mativo" dove gli aspiranti volontari rispondevano ad alcune domande per consentire una loro "adeguata collocazione". Al di là degli orari e giorni di servizio ben più ampi di quelli attualmente in uso (per esempio il sabato dalle 15 alle 21 e la domenica dalle 10,30 alle 21) tra i "compiti previsti per i volontari, ai quali si sente maggiormente preparato", l'aspirante volontario doveva scegliere tra:

- servizio normale nella corsia
- dialogo col malato grave
- servizi vari (tempo libero)
- **servizi domiciliari (pre e post-ricovero)**

Alla domanda successiva veniva richiesto agli aspiranti volontari di dichiarare la propria disponibilità a "assistenza notturna" e "**servizi esterni**".

Non potevo credere a quanto stessi leggendo e soprattutto alla scheda di Liana, classe 1923, che aveva barrato le caselle dei "servizi vari" e dei "servizi domiciliari".

Già allora si parlava di "servizi domiciliari" da parte dell'Associazione e pertanto non è una novità degli ultimi anni ma forse nel 1975-6 i tem-

pi non erano maturi per questo mentre lo sono oggi quando si parla di riportare la medicina sul territorio vista l'esperienza della pandemia in corso. Ma il bisogno di stare vicino alle persone al domicilio non è nato con la pandemia ma ben prima quando le degenze ospedaliere si sono ridotte al minimo indispensabile ed i malati vengono dimessi il prima possibile. Sempre più spesso, al loro ritorno a casa, devono affrontare la solitudine che, in assenza di familiari o amici, può essere alleviata dal conforto che un volontario può dare ed è in grado di dare, dopo aver aderito ad un processo di crescita individuale attraverso la formazione continua.

Non è facile cambiare approccio dopo anni in cui la nostra attività si è svolta quasi esclusivamente nelle strutture che per molti aspetti sono "protettive" perché consentono al volontario di avere una precisa identità già dal camice che indossa, ma è possibile, se ci si sforza di guardare "oltre la siepe" ed esercitare due competenze dei volontari AVO che sono **osservare e ascoltare** che in questo

caso vuol dire guardare cosa ci sta intorno: quante persone sole avrebbero piacere anche solo di ricevere una telefonata da parte di un volontario che li faccia sentire ancora parte di una società che corre veloce ed ha ormai una struttura che alimenta le solitudini?

Rispetto al 1975, oggi abbiamo la tecnologia che ci aiuta notevolmente consentendoci, sovente senza costi, di dare sfogo alla nostra fantasia (sempre rimanendo nell'alveo dei nostri valori fondanti!), non era così nel 1975 eppure i nostri fondatori sono riusciti a creare qualcosa di stra-

ordinario "guardandosi intorno ed ascoltando i bisogni", non solo nell'ospedale dove era primario il Professor Longhini ma anche all'estero dove le esperienze di volontariato avevano già una struttura più avanzata.

Allora eravamo nel pieno degli anni di piombo, a Sesto San Giovanni, dove era primario il Prof. Longhini, allora denominata la Stalingrado d'Italia, le contrapposizioni politiche erano molto forti, il clima generale nazionale non era sereno eppure la società è rinata, oggi spetta a noi disegnare e dare corpo al futuro dopo questa pandemia che ci ha mes-

so in ginocchio, ma anche richiamati all'esigenza di esercitare la nostra responsabilità di cittadini, volontari e amministratori/leader, guardando oltre per **costruire insieme un nuovo futuro.**

Noi dell'AVO non possiamo esimerci dalla responsabilità (e dall'opportunità!) di rispondere a questa rinascita post-pandemia, ispirandoci alle solide radici messe a dimora dai nostri fondatori. Non possiamo rinunciare a questo compito perché i valori di AVO ci richiamano ad una partecipazione attiva ai problemi socio-sanitari del nostro territorio, non sto certo dicendo che da domani ci dimentichiamo l'ospedale ma che ci dobbiamo aprire all'esterno. Prendiamo spunto dal questionario firmato da Liana nel 1976, sono convinto che ci siano aspiranti volontari inclini a seguire un anziano a domicilio ma restii a stare in una corsia e vice-versa, facciamo tesoro di questo "tempo di non presenza" per sperimentare e prepararci al tempo in cui la pandemia non sarà più l'argomento del giorno che ci assilla.

Francesco Colombo
Presidente AVO Milano



“DEGENZA E CONOSCENZA:

la storia di Roma entra negli ospedali

Grazie a un protocollo d'intesa tra la Sovrintendenza Capitolina e la Asl Roma1 con l'associazione AVO Roma come partner, è nato il progetto "Degenza e Conoscenza: la storia di Roma entra negli ospedali".

Il progetto, ideato dalla Direzione Musei Archeologici e Storici Artistici della Sovrintendenza Capitolina e realizzato, in qualità di responsabile, dall'archeologa dott.ssa Antonella Corsaro, sta proseguendo dal 2016 e con il passare degli anni si è arricchito di nuove iniziative. Esso prevede che alcuni ragazzi del servizio civile preparino, sotto la supervisione della dott.ssa Corsaro, un video che illustri usi, costumi, abitudini e tradizioni dell'antica Roma e lo proietti, una volta al mese, nel reparto SPDC dell'Ospedale S. Spirito di Roma e nelle Comunità Riabilitative di Disagio Mentale, di Castel di Guido e Via Montesanto. Nello scorrere degli anni, sono stati coinvolti anche gli utenti delle Comunità e del reparto day hospital psichiatrico dell'ospedale S. Spirito. Costoro, accompagnati dal personale sanitario e dai volontari AVO in uscite programmate, hanno la possibilità di visitare gratui-



tamente musei, monumenti, ville storiche e mostre, avendo a loro disposizione una guida in grado di far conoscere e apprezzare tale patrimonio artistico. Questa esperienza assume anche uno scopo terapeutico per i pazienti, che scoprono o ritrovano realtà dimenticate e hanno la possibilità di interagire con più persone e di trovare interessi nuovi e stimolanti. Inoltre, grazie alla presenza di personale qualificato e competente, che sa muoversi con estrema delicatezza e rispetto, opportunamente formato dalla dott.ssa Corsaro, i pazienti riescono a ritrovare quella dignità, che alcune volte viene loro rubata da una società matrigna.

Dal 2020 a tutt'oggi siamo riusciti a trasformare l'even-

to in modalità telematica, utilizzando la piattaforma Zoom per un collegamento con scadenza mensile. Abbiamo così soddisfatto la richiesta degli psichiatri responsabili delle due strutture, che avevano fatto presente le notevoli difficoltà incontrate dai pazienti a causa dell'isolamento. La dott.ssa Corsaro con i suoi ragazzi del servizio civile proietta il video in collegamento sia con i volontari dalle loro case sia con i pazienti dalla comunità insieme al personale sanitario, in modo tale che tutti, al termine della proiezione, possono commentare le immagini in una tavola rotonda virtuale.

Pierpaola Parrella
Responsabile volontari
S. Spirito – AVO Roma

“AMICI DI VIDEO CHIAMATA

un progetto pluriregionale per la RSA Villa Salus di Rimini

“Miei cari Presidenti... Ho bisogno di voi. In una residenza per anziani a Rimini l'Ufficio di Igiene ha ritenuto di indicare che gli anziani stiano nelle loro camere, magari pure con le porte chiuse. Abbiamo bisogno che un volontario adotti un anziano in un orario specifico, per una videochiamata a tema. Mi potete aiutare?”.

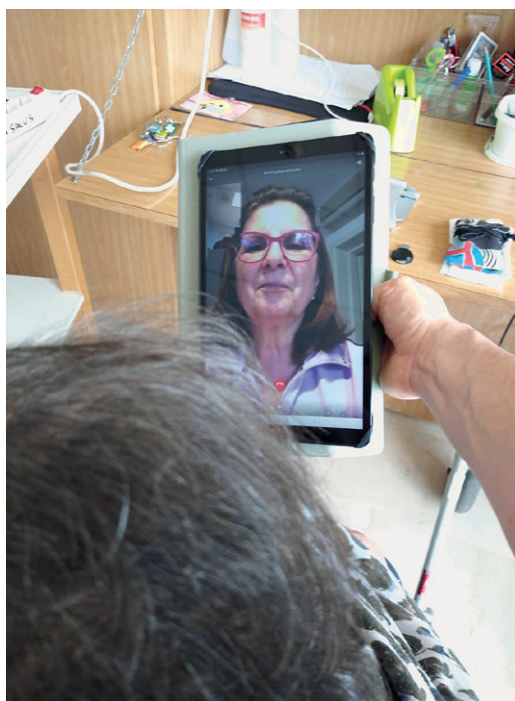
È un venerdì sera di fine marzo quando i Presidenti di AVO Padova, AVO Lombardia e AVO Emilia Romagna si vedono recapitare questa e-mail, inviata dalla dott.ssa Letizia Espanoli, formatrice, che conosce profondamente la nostra Associazione. Chiaramente, un invito di questo tipo non poteva rimanere inascoltato e così, nel giro di 24 ore, il progetto è partito con una decina di volontari. Ad ognuno è stato affidato un tema per la videochiamata ed una persona della quale avere cura, seppur a distanza. E quindi..., ad esempio, Luisa di Muggiò recita preghiere con Etra ogni martedì, Annamaria di Mirandola fa cruciverba con Silvana ogni sabato mattina. C'è poi chi, su richiesta, ha acquisito un accento trentino... perché, diciamocelo, alla signora Giuseppina piace chiudere gli occhi e sentire questa particolare inflessione, durante la lettura di romanzi di Nicolas Sparks.

Dai racconti dei volontari che partecipano al progetto emerge molta emozione e attenzione per queste videochiamate: la scelta dell'angolo più tranquillo della casa per collegarsi indisturbati, la valutazione di quale racconto o preghiera da proporre per non annoiare ma soprattutto per lasciare un po' di tempo, durante il collegamento, per qualche chiacchiera. Tutti parlano della bellezza di questi incontri, delle

storie di vita che gli anziani amano affidare ai volontari e dello scambio reciproco. Gli ospiti si sono sin da subito mostrati curiosi verso i loro amici volontari, chiedono di vedere angoli della casa o fotografie di nipotini e a loro volta fanno scorgere il mare che si intravede dalle finestre della RSA.

Racconta Titti di Reggio Emilia:

«La mia esperienza come “amici in video chiamata” è veramente emozionante: infatti durante la settimana cerco di trovare dei racconti brevi ed interessanti da leggere a Maria. Durante questa lettura escono fatti personali e frammenti di vita quindi ci si conosce meglio. Si è creato un bel legame oltre che con lei anche con il personale



della RSA. La cosa di cui veramente sono molto contenta è, oltre al fatto di essere un po' di aiuto per questi amici, che siamo uniti ad altre AVO e ci scambiamo pensieri ed esperienze personali».

E prosegue Carla, della stessa AVO: "Ho contattato Carla pensando di leggerle libri d'amore, come da lei richiesto inizialmente, ma fin dal primo incontro ha preferito conversare. È una simpatica signora, propensa al sorriso e alla risata. Siamo entrate subito in piacevole sintonia, parliamo di cose semplici, del tempo, delle sue sorelle, della sua passione per vecchi film, della speranza di poter trascorrere qualche giorno al mare. Il tempo previsto scorre velocemente e giunge presto il momento di salutarci con affetto e simpatia. Oggi ci siamo mandate un abbraccio e l'ho vista felice".

E infine riportiamo la testimonianza di Luigi, di AVO Garbagnate: "Ho effettuato due videochiamate con Giancarlo. Presentato-

mi dall'educatore della struttura, leggiamo insieme la Bibbia, che Giancarlo non ha mai letto, e poi la commentiamo per cosa dice a noi stessi. Ho però notato che il bisogno era solo di parlare e raccontarsi, nelle storie della sua vita. Così ho ascoltato e commentato le sue numerose vicende, la Bibbia è rimasta in sottofondo e cerchiamo in alcuni Salmi e passi dei Proverbi di rinforzare qualche riflessione pertinente. Continueremo ancora e scoprirò anche importanti scritti che Giancarlo ha fatto nella sua vita e che ama raccontarmi. Imparo, sto alla sua volontà, aiuto con qualche indiretta riflessione lo scorrere vorticoso dei suoi pensieri".

Lucia, la responsabile della RSA che organizza il servizio dei volontari, incoraggia e dà suggerimenti utili a migliorare il servizio dei volontari: "Per le persone che abitano Villa Salus la connessione con i volontari ha acquisito un significato più profondo. È diventata la meravigliosa possibilità di abbracciare ricordi, sognare, sorridere, scatenare emozioni positive attraverso l'ascolto e le parole gentili di queste preziose persone che hanno scelto, senza esitazione, insieme ai Presidenti delle AVO, di rendere reale in breve tempo un progetto interregionale davvero entusiasmante".

L'entusiasmo di questo servizio ci motiva a cercare di estendere la possibilità di fare video collegamenti con la RSA, individuando nuovi volontari e nuove modalità (ad esempio di inviare video di animali e vita contadina che gli anziani possano vedere sul tablet). Ma soprattutto ci permette di sperimentare una nuova strada: quella della coralità tra AVO anche di territori differenti. La vera reciprocità in fondo è anche saper cogliere questi progetti trasversali, unendo le forze, per arrivare ad "essere accanto" quanto più ci è possibile.

Marisa Monticelli
AVO Emilia Romagna



“ DAL VAILO AL COVID-19: L'IMPORTANZA DELLA VACCINAZIONE

Se sulla Terra siamo oltre 7 miliardi di persone e continuiamo a crescere è perché la nostra storia è costellata, oltre che da guerre, carestie e pandemie, anche da numerose ragioni di ottimismo sulle nostre capacità di difesa. I vaccini sono una straordinaria ragione di ottimismo!

Alcuni studiosi, dopo aver analizzato una ampia casistica di fattori positivi, hanno stimato che i vaccini sono responsabili di una parte significativa dell'aumento della speranza di vita.

Il primo vaccino (Jenner 1796) ha permesso di sconfiggere definitivamente il vaiolo che è scomparso dal 1979.

Malattie importanti debellate con le vaccinazioni di massa sono state la poliomielite (sconfitta al 99,9%), mentre tetano, difterite, morbillo, rosolia, parotite e pertosse si sono ridotti del 98%.

I vaccini sono ancora molto spesso la principale, ed a volte unica, arma per combattere nemici insidiosi come batteri e virus.



Dott.ssa Gigliola Zoni

Quindi la vaccinazione di massa è ancora oggi l'unico strumento per garantire la vittoria del genere umano nei confronti delle malattie e dei decessi provocati dal Covid 19.

Si parla spesso di "immunità di gregge": vediamo cosa significa.

Più risulta alto il numero di vaccinati tra la popolazione e maggiore è la protezione ricevuta, indirettamente, anche dai non-vaccinati.

Detto questo, è un grave errore evitare la vaccinazione con l'idea di "usufruire" di quelle altrui.

L'immunità di gregge funziona finché un numero sufficientemente elevato di persone è vaccinato ma smette di

diffondere benefici se in tanti fanno questo calcolo. I vaccini sono precisi ed efficaci e i loro benefici sono di gran lunga superiori ai rischi.

Vediamo come funziona il vaccino Pfizer per il Covid: vengono consegnati (iniettati) alla fabbrica (il nostro corpo) delle istruzioni di produzione o messaggi (i filamenti di mRNA) che arrivano al sito di produzione (una nostra cellula). Ciascuno di questi messaggi viene poi letto e trasformato (sui ribosomi) nel prodotto finito la proteina virale S e successivamente il messaggio stesso si autodistrugge. Il messaggio non viene conservato da nessuna parte.

A questo punto, il sistema immunitario riconosce la proteina S come antigene, reagisce, la distrugge e crea le cellule della memoria che interverranno immediatamente in caso di contatto con il virus e con le sue proteine superficiali (S).

Il vaccino permette così di acquisire l'esperienza positiva della malattia, quella

memoria che servirà negli incontri successivi col Covid, senza la necessità per l'organismo di avere effetti debilitanti o letali.

Le nostre cellule verranno modificate da questa attività? No, produrranno la proteina virale e poi torneranno a fare quello che hanno sempre fatto.

Le proteine virali saranno pericolose? No, provocheranno la risposta immunitaria e verranno degradate, non verrà creato nessun virus. Funzionerà? I test fatti indicano una efficacia del 90% nelle persone vaccinate.

Quanto durerà la protezione? Almeno 7 mesi, tempo massimo di osser-

vazione in chi è già stato vaccinato, forse di più, ma lo scopriremo solo col tempo.

Il vaccino di Astra Zeneca opera in maniera leggermente diversa. È a vettore virale creato con l'adenovirus (il virus del raffreddore) dello scimpanzè. In una versione indebolita dell'adenovirus, incapace di replicarsi ed innocua per l'uomo, viene inserito il materiale genetico della proteina S. Viene perciò usato questo adenovirus come mezzo di trasporto per introdurre nelle cellule umane l'antigene S.

L'adenovirus, anche in questo caso, non comporta pericoli in quanto non può diffondersi o re-

plicarsi nell'uomo e viene rapidamente degradato.

Farsi vaccinare è perciò la prima strategia per combattere il Covid-19 e possiamo già vederne i primi significativi e benefici risultati nei Paesi che sono in prima linea in questa battaglia come Gran Bretagna e Israele.

Speriamo che anche in Italia si arrivi al più presto ad una vaccinazione di massa in modo che le generazioni future parlino del Covid-19 come noi oggi raccontiamo, al passato, del pericolo del vaiolo.

Dott.ssa Gigliola Zoni

Laureata in biologia

Insegnante di scienze presso ITC Busto Arsizio



volontariato e sanità

Il volontariato nella sanità oggi

di Erminio Longhini

Credo sia necessario, al fine di comprendere chiaramente la filosofia e l'etica del volontariato nella sanità, percorrerne brevemente la storia.

Il volontariato nella sanità dall'inizio fino a pochi decenni or sono fu il tutto. Basti ricordare le opere pie. Venne un'epoca ove la spinta politica all'assistenzialismo portò ad una crisi del volontariato. L'assistenzialismo pure rivelò la sua incapacità di affrontare le vere necessità del malato a fronte di una evoluzione tecnologica sempre più avanzata ma sempre più costosa.

In quel frangente rinacque il volontariato sotto l'aspetto di una comunità sanante, ovvero di una società che vuole vivere la propria responsabilità verso il fratello o la sorella malati non solo per prestare un servizio ma anche per condividere il significato di quell'esperienza, così umana da interessare tutti, che è la sofferenza.

Una immagine esemplificativa che riassume filosofia ed etica del volontariato è quella di un albero. Le radici di questo albero sono quelle che potremmo chiamare il «castello interiore» del volontario.

Prima radice la vocazione, la chiamata al dono non di cose ma di se stessi, del proprio tempo, del proprio spazio e quindi della propria vita, una tendenza ad essere amore, a considerare l'amore come valore essenziale della vita. Quindi perseguirlo sempre, in ogni occasione. Ma vi è di più: la vocazione è credere che l'amore non è peso, rinuncia, ma è una scelta efficace per costruire il Bene Comune che ogni uomo di buona volontà desidera.

La scelta di uno stile di vita basato sull'amore apre la via al dono dell'amore reciproco. Per ottenere questo bisogna essere in due. Da qui nasce il significato del servizio ma anche una possibile spiegazione per la sofferenza della persona: il sofferente non è un terminale della solidarietà ma è sorgente d'amore, è l'altro polo necessario a costruire l'amore reciproco, mattone dell'edificio del Bene Comune.

Alcune virtù devono essere coltivate perché il volontariato raggiunga le sue mete: - la gratuità, non solo economica ma anche

spirituale. Concretizzando il consiglio: «dona gratuitamente ciò che gratuitamente hai avuto»;

- la continuità, che è il persistere, la costanza nella propria convinzione e non solo l'agire sotto la spinta emotiva, che spesso rapidamente si esaurisce. La continuità è uno degli aspetti più ardui nella vita del volontario.

Essere amore significa saper fare il vuoto dentro di sé, per riconoscere il talento che il creatore ci ha donato e per trafficarlo a nome suo nella relazione con il prossimo. Inoltre fa in noi uno spazio vero, libero, per conoscere il problema dell'altro, per poterlo condividere. Da qui la misericordia, che ha nella capacità di ascolto il suo primo modo di essere.

Il volontario sarà sempre un apportatore di pace. Avere la pace in se stessi è la condizione per poterla donare agli altri. Donare pace è anche rispettare l'altrui libertà. Tutto questo non esclude la forza di fronte all'ingiustizia e alla prevaricazione. Ma allora il volontario è uno più bravo degli altri? Il credersi bravi crea un vallo e una incommunicabilità con l'altro ed è una strada chiusa all'armonia.

L'umiltà ci insegna l'ingiudicabilità del prossimo, ma contemporaneamente suggerisce l'opportunità di cercare in tutti quel talento deposto dal creatore. La vocazione del volontario è pertanto di aspirare a costruire una società ove ognuno si senta responsabile dell'altro e sparire, annullarsi in una *civitas*: nuova visione che certamente sa di utopia, ma sappiamo anche che non si devono porre limiti all'ottimismo della Provvidenza.

L'unità dei diversi è sempre la meta dei cristiani e degli uomini di buona volontà.

Arriviamo al tronco del nostro albero. Il volontariato non è accostamento di persone e di valori ma è la realizzazione di un mosaico che rappresenta e comunica «amore reciproco» efficiente ed efficace. Questo è il vero significato dell'Associazione. Se nell'Associazione alligna impostazione, violenza, giudizio, allora si espor-

rà violenza, accusa, giudizio, strumentalizzazione e quindi divisione e dissociazione. Se nell'associazione si sarà disponibili a imparare dall'altro l'arte di amare, a sperimentare l'amore reciproco come stile di vita, a correggere fraternamente, a vedere nell'altro uno che porterà una componente di me al malato, si costituirà un modello di società e si esporterà amore.

Vedere l'altro volontario è per me la gioia di vedere un amico. Il frutto principale dell'Associazione sarà di costruire un passaggio dall'io al noi e quindi la realizzazione di una cultura del dono da propagandare con parola efficace perché specchio di ciò che si vive.

Vieni con me, insieme nella costruzione dell'armonia, senza di te sono inefficace, ma con te e con Dio lo divento.

Arrivo così ai rami del nostro albero. La gratuità e continuità nell'amore consentiranno libertà di scelta nei campi di azione e libertà di statuti.

Il volontariato potrà espletare quel carattere profetico che sempre lo ha contraddistinto. Non sempre si può realizzare un ideale ma indicare la via opportuna e sperimentata si può. Si può invocare una struttura giuridica che preservi i valori del volontariato e la sua specificità.

Il volontariato per quanto detto deve avere grande stima del lavoro degli altri e del lavoro retribuito, perché senza coordinazione con tali settori si tornerebbe a creare divisione e non armonia.

Siamo ai frutti e alla chioma: essere voce di chi non ne ha; agire sull'ambiente percorrendo le vie dell'umanizzazione, del rispetto e della promozione della persona, dell'informazione che renda il nostro malato complice dei suoi destini, dell'operare una educazione sanitaria che prevenga, oltre che curare, la malattia.

Ciò richiede lo studio e l'applicazione di strumenti opportuni (Comitati misti, Centri di servizio, conoscenza e interpretazione della soggettività).

La meta è sempre una società in marcia verso il Bene Comune. Non superiori e buoni fra altri indifferenti o non buoni, ma esseri dialoganti, fermento per una salvezza offerta a tutti. Proporre uno stile di vita e dimostrare che quella è la vera letizia. Se la letizia trasparirà, certo gli amici non mancheranno. Mi sembra anche un modo per partecipare ai problemi del mondo mai così vivi e conosciuti come oggi. Se cambio io e cambi tu, possiamo cambiare insieme e così cambierà la società e i problemi dell'umanità diverranno affrontabili.

“ PREMIO NOI INSIEME 2021



Nuovo NOI INSIEME

Tribunale di Milano n. 285 del 6.10.2015
 Direttore responsabile: Massimo Silumbra
 Direttore fondatore: Giuliana Pelucchi
 Capo redattore: Loredana Pianta
 Redazione: Maria Rosaria Barbato, Marina Chiarmetta, Carla Messano, Annamaria Ragazzi, Jose Vadora, Giusi Zarbà
 Consulente editoriale: Claudio Lodoli
 Consulente Multimediale: Alessandro Demontis
 Versamento contributi:
 bollettino postale c/c n. 62170642
 intestato a Federavo
 via Dezza, 26 - 20144 Milano
 Info: tel. 02 435 130 38
 e-mail: noinsieme@federavo.it

La Federavo è a disposizione degli eventuali proprietari di diritti sulle immagini riprodotte, là dove non sia stato possibile rintracciarli per chiedere la debita autorizzazione.

Anche quest'anno Federavo ha promosso il "Premio Noi Insieme" alla miglior fotografia e al miglior video sul tema "Essere volontario al tempo del Covid".

Ogni AVO potrà partecipare alla sessione "Fotografia" o/e alla sessione video presentando al massimo 3 fotografie e un solo video.

La scadenza per la presentazione dei materiali e partecipare al concorso è il 30 settembre.

Il materiale deve essere inviato dalla posta ufficiale dell'AVO all'indirizzo

premioinsieme@federavo.it

non saranno accettate fotografie o video inviati da indirizzi privati dai volontari.

Per maggiori informazioni consultate il Regolamento del Premio Noi Insieme 2021 sul sito **www.federavo.it**