

COPIA GRATUITA

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

PER MANO

Periodico dell'Associazione Volontari
Assistenza Pazienti Oncologici

**2 AVAPO-Mestre:
un bene per tutti**

**La dignità
del malato 6**

15 Il coraggio

**Il natale non lo
sento proprio 16**





AVAPO – MESTRE: UN BENE PER TUTTI



di Stefania Bullo

Nei giorni in cui mi accingo a scrivere questo articolo ricorre “il compleanno” della nostra Associazione. Da quando nel 1991 AVAPO Mestre è stata costituita, ha saputo guardare davanti a sé ed accettare le sfide che ha trovato lungo il suo cammino di vita. Sfide che si sono intrecciate con quelle vissute dalle persone che hanno richiesto il nostro aiuto. Con determinazione i Soci ed i Volontari le hanno affrontate senza arrendersi, cercando di **realizzare un Grande Sogno: quello di far percepire AVAPO Mestre come un Bene Comune che appartiene alla comunità civile all'interno della quale è inserita ed opera.**

I Consigli Direttivi che si sono susseguiti negli anni, hanno operato affinché questo sogno potesse diventare una realtà. Molta strada è stata fatta in tale senso e le attestazioni che AVAPO Mestre ha ricevuto e che sono diventate nel

tempo sempre più frequenti e numerose, testimoniano che l'impegno profuso è stato compreso ed apprezzato, ma soprattutto che si è riusciti a veicolare un messaggio portante: **ognuno di noi è chiamato ad operare impegnandosi in prima persona perché realtà come la nostra Associazione possano continuare ad esistere e a crescere.**

Il seme della solidarietà piantato e curato, ha dato origine ad una pianta dai rigogliosi frutti che si sono concretizzati in varie forme di aiuto nel sostenere con interventi professionalmente competenti e profondamente umani, i vari momenti di fragilità nella malattia. Passo dopo passo ci siamo posti accanto al malato e alla sua famiglia con discrezione rispettando le scelte e i tempi di ciascuno, abbiamo saputo esserci e donare speranza nell'affrontare anche i percorsi più duri e difficili.



Per quanto riguarda il servizio di Assistenza Domiciliare, nei mesi scorsi è stato siglato l'accordo con l'ULSS 3 Serenissima per la prosecuzione dell'attività nel prossimo triennio. L'arco temporale che abbiamo davanti a noi ci chiama ad operare in sinergia sempre più stretta con il Coordinamento di Cure Palliative; nel contempo l'inserimento di nuove figure sia sanitarie che di volontari ci consentirà, facendo tesoro dell'esperienza acquisita, di riconoscere i margini di miglioramento e di crescita possibili.

Il nostro impegno è di continuare a percorrere la strada che è già stata tracciata sapendo leggere e accogliere i cambiamenti sociali con cui verremo a contatto per adattare i nostri interventi e renderli sempre più vicini ai reali bisogni delle persone a cui ci rivolgiamo.

Fondamentale sarà mantenere vivo il dialogo con le Istituzioni Pubbliche affinché venga riconosciuto il ruolo rivestito da AVAPO Mestre nell'operare ponendo al centro di ogni scelta il diritto del malato a veder riconosciuta **sempre la propria dignità di persona.**

Rivolgo il mio pensiero al nuovo Consiglio Direttivo al quale nel raccogliere il testimone, porgo l'augurio di poter agire tenendo presenti i capisaldi che hanno portato alla costituzione della nostra Associazione, l'hanno fatta crescere, conoscere ed apprezzare nel tempo.

Vista la pubblicazione di questo numero in prossimità delle festività natalizie, porgo a tutti i nostri lettori il mio augurio mutuando le parole della canzone di Paolo Vallesi:

**“C'è una forza che ti guarda
e che riconoscerai
È la forza più testarda che c'è in noi
che sogna e non si arrende mai
È la volontà
più fragile e infinita
La nostra dignità
La forza della vita.”**

Che la Forza della Vita possa pervadere il nostro intimo ed accompagnarci in questo particolare momento dell'anno e nei giorni che verranno.



LA DIGNITÀ DEL MALATO

di Riccardo Da Lio

Il rispetto della dignità umana, l'attenzione alla persona e alla sua integrità psico-fisica e spirituale, guidano l'attività di AVAPO-Mestre nella cura e nella assistenza dei malati oncologici che stanno vivendo l'ultima fase della loro vita. Ma, in concreto, cosa significa erogare cure palliative alla persona che vive questa delicata condizione dell'esistenza tutelando e rispettando la sua dignità umana?

È bene premettere che la dignità umana viene tutelata e rispettata attraverso le azioni con le quali noi entriamo in relazione con il malato, quelle con le quali ci prendiamo cura di lui con senso di responsabilità e riconosciamo il suo valore di uomo o donna.

La tutela e il rispetto della dignità umana sono esperienze relazionali, si realizzano nelle azioni che compiamo per soddisfare i bisogni essenziali, sia di tipo psicologico che spirituale della persona di cui ci prendiamo cura.

La dignità è quindi legata alla comprensione di ciò che è la persona umana; una essenza unitaria, inscindibile, costituita da un corpo e da un'anima nella loro dimensione fisica, percepibile ai nostri sensi, e spirituale, che li trascende. La consapevolezza dell'essenza della persona umana è sicuramente un aspetto fondamentale, ma la promozione della dignità è un processo dinamico, sempre in evoluzione, che deve essere adattato alle particolari esigenze che vengono espresse dal malato o che si manifestano durante il decorso della malattia.

Assicurare la tutela della dignità è il risultato di un atteggiamento



di attenzione, cura e rispetto per l'altro, in quanto essere umano come descritto sopra, è una relazione di prossimità e di unità che può essere conseguita attraverso questi comportamenti:

- Entrare in relazione con la persona ammalata tenendo conto della sua identità, intrinseca e peculiare. Riservare grande attenzione alla cura della relazione che si stabilisce tra il paziente e chi lo assiste, alla comprensione dei suoi bisogni fisici, psicologici, spirituali;

- Curare la persona rispettando la sua differenza di genere, età, etnia, cultura, riconoscendola parte della comune famiglia umana e trattandola come un soggetto unico e irripetibile. Tutti gli interventi medici e infermieristici o socio-sanitari devono avere lo scopo di aiutarla a superare i momenti difficili o di particolare sofferenza e a garantire una adeguata igiene personale;

- Agire con discernimento, tenendo conto, primariamente, del vissuto personale del malato

e rispettando, in primis, la volontà delle sue scelte di carattere terapeutico. Grande attenzione deve essere posta nelle modalità di informazione del malato in modo di consentirgli, per quanto possibile, la libertà di scelta e di autodeterminazione.

- Adeguare l'aiuto farmacologico alle condizioni fisiche, psichiche e spirituali della persona, evitando forme di accanimento terapeutico e accettando, qualora la cura si riveli infruttuosa, di non poter impedire il corso naturale della vita.

- Non fare mancare al malato la relazione di amore e di vicinanza, oltre che di assistenza medica, fondata sul riconoscimento del suo valore, accompagnandolo con gentilezza e rispetto, con partecipazione emotiva alla sua sofferenza in un contesto sempre dialogante.

In sostanza, solo trattando l'altro come vorrei essere trattato io, solo considerando l'altro come parte di me stesso, posso dare valore all'altra persona e trattarla con dignità.



di Martina Tiberini

Plic... Plic... Plic...

"Ancora questo rubinetto che perde... ma non ti dà fastidio? Non pensi sia ora di farlo riparare?"

"E dai, porta pazienza, sai che a queste cose ci pensava papà..."

"Sì, lo so, ma adesso che è ammalato potresti chiamare un idraulico, no?"

"No, non posso, si offenderebbe, mi sembrerebbe quasi di rinfacciargli che la malattia gli ha portato via anche le forze per riparare un rubinetto che perde"

"Non so come fai a resistere... io impazzirei!"

"Non sono queste le cose che mi fanno impazzire"

"Eh, capisco..."

"No che non capisci, non puoi capire... Ma non te ne faccio una colpa... Tu non ci vivi qui, con lui, ventiquattro ore al giorno... A volte non so come comportarmi, le cose che una volta gli piacevano adesso non gli piacciono più, quello che ci piaceva fare insieme, adesso non gli piace più... E quando lo devo cambiare, e quando ha i piedi arrossati, e quando ha la nausea... Forse devo cambiare gli alimenti? O magari il modo di prepararli?"

Quando tu hai un problema con i bambini, cosa fai?

Ti confronti con le tue amiche che hanno figli della stessa età, ne parli con le educatrici del nido... Io, con chi ne parlo? Da quando papà si è ammalato sono qui tappata in casa, esco solo per le spese, con chi ne parlo?

Con il salumiere?"

"Ma scusa, perché non ne parli con AVAPO?"

"Benedetti loro! Sono meravigliosi! Sempre pronti e

disponibili quando ho un problema, appena li chiamo mi rispondono, spesso vengono qui di corsa... ma non posso disturbare il medico per chiedergli cosa preparare da mangiare al papà! O l'infermiera perché ho bisogno di sfogarmi un po'!"

"Ma no, non intendevo l'equipe sanitaria!"

Certo, lo so che sono meravigliosi e sempre disponibili, ma devono fare il loro lavoro! Per confrontarti con gli altri caregiver, partecipa agli incontri del gruppo caregiver!"

"E chi sarebbero 'sti caregiver? Loro lo sanno come mi sento io? Capiscono in che situazione mi trovo?"

Sanno spiegare quelle giornate un po' così, che non so neppure io come definire?"

"Il caregiver è la persona che si prende cura di un'altra persona, come fai tu con papà. AVAPO segue tanti ammalati, e ognuno di loro ha un caregiver, qualcuno che si prende cura di loro. E tutti avete gli stessi dubbi, le stesse domande, gli stessi problemi. AVAPO vi mette a disposizione uno spazio e un po' di tempo per confrontarvi; ci sono anche gli infermieri e le operatrici socio sanitarie, così potete chiedere consiglio anche a loro."

"Ma dici davvero? Sarebbe bello, lì sì potrei trovare persone che mi capiscono davvero, che sono sulla mia stessa barca... ma come faccio con papà? Mica posso lasciarlo da solo!"

"Non ti preoccupare, AVAPO ha pensato anche a questo: un volontario viene a fare compagnia a papà mentre tu sei via."



PEDALA E VAI IN TANDEM DA VENEZIA

a cura della Dott.ssa Roberta Sabbion
Direttore dipartimento dipendenze AAS5 Pordenone

In tandem da Venezia a Matera per trasformare un proprio handicap in opportunità

Pedala e vai, un progetto per e con persone che hanno avuto meno fortuna in alcuni momenti della loro vita, **per persone che hanno deciso di trasformare un proprio handicap in opportunità** per rivisitare parti di sé che erano state accantonate perché troppo dolorose, per persone che pensavano di “accompagnare” qualcuno verso qualche luogo e si sono ritrovate dolcemente “accompagnate” lungo un tratto della propria vita riscoprendo debolezze, forze, tratti di personalità che non pensavano di avere....in poche parole, Venezia-Matera un percorso attraverso strade di ricostruzione di un pezzo di mondo interno. Il progetto, partito da una esperienza compiuta da alcuni del gruppo, si è allargato a sei coppie di tandem, una persona in bicicletta singola e due persone alla guida di un furgone che ha vigilato lungo tutto il percorso rendendo soste e tappe situazioni piacevoli e non fonti di stress.

Pedala e vai è un progetto quinquennale che vede in Venezia-Matera l'obiettivo del primo anno; 1050 chilometri di esperienza pedalata, di emozioni continue, di rischio e attenzione, di conflitti affrontati e risolti, di continue situazioni in mutamento in maniera non sempre prevedibile. Venezia-Matera ha significato preparazione fisica, allenamenti, confronti, discussioni, chiarimenti che hanno preceduto la partenza: tutti pezzi di vita che ci hanno allenati alla quotidianità, alla possibilità di affrontare lo stress che ci accompagna senza mai raggiungere livelli troppo elevati da determinare una paralisi. La valutazione fisica pre e post esperienza, la valutazione di come si affronta lo stress pre e post esperienza ci daranno ulteriori informazioni di come abbia influito l'attività in fisico e mente.

Le tappe sono state 11 : Rovigo, Bologna, Cesenatico, Senigallia, Loreto, San Benedetto del Tronto, Tollo, Marina di Chieuti, Foggia, Corato, Matera. In ogni tappa cresceva la consapevolezza dell'impresa che stavamo compiendo; le difficoltà fisiche o psicologiche di ciascuno che segnavano il



motivo iniziale della costruzione del progetto, si affievolivano sempre più facendo emergere la parte sana, quella motivata alla vita, al piacere della vita; **la differenza tra tutti i 15 componenti dell'esperienza diminuiva progressivamente mentre uscivano risorse, capacità, abilità di ciascuno**, così come fragilità, paure e preoccupazioni che non sono più state del singolo, ma hanno trovato nel gruppo un contenitore molto più in grado di gestirle. Direi che, "tandem", "gruppo", "strada" sono state le parole chiave per valorizzare la parte sana di ogni partecipante. Le emozioni hanno condito tutto l'insieme: paesaggi meravigliosi, accoglienza sincera e molto calorosa delle persone che abbiamo incontrato, rabbia in alcuni momenti, paura intensa in altri, affetto verso l'altro molto schietto e non condizionato da interessi altri se non lo stare bene assieme di quei giorni, tristezza, gioia intensa; le emozioni non sono solo quelle positive, le emozioni sono tutto ciò che proviamo, anche quelle negative.

La forza di questo gruppo è stata proprio quella di poterci concedere una libertà di sensazione e di comunicazione senza sentire mai il giudizio dell'altro.

L'immagine che rappresenta meglio il percorso interno di ogni partecipante è questa: ogni

persona nella vita percorre la propria strada; ogni difficoltà determina una buca che a volte è piccola, a volte è una vera e propria voragine che interrompe la comunicazione. Ogni pedalata in allenamento e ogni pedalata nel percorso è stato come chiudere le buche, appianare la strada e permettere di ripercorrere quelle strade su asfalto liscio e scorrevole e ogni tratto di strada esterna percorsa, corrispondeva ad un tratto di strada interna ricostruita.

Per concludere, credo che riabilitazione ed inclusione viaggino paralleli. I professionisti della riabilitazione devono sempre più uscire dalle 4 mura dell'istituzione e lavorare a fianco delle persone mettendo in gioco parti di sé, con una preparazione professionale nettamente superiore a quella necessaria al lavoro all'interno di un ambulatorio, ma deve sempre mirare a identificare e potenziare le parti sane di ogni persona. Il gruppo misto, fatto di persone con problematiche differenti, volontari, tecnici e professionisti delle relazioni d'aiuto, costituisce il setting migliore per creare spazi di motivazione e cambiamento.

L'ottica quindi è "pedala e vai" e non "vai....e pedala": inclusione e partecipazione attiva e non allontanamento e abbandono.



INSIEME PER AVAPO

Nei mesi scorsi si sono susseguite varie iniziative a favore di AVAPO Mestre, ad attestazione di come l'operato della nostra Associazione sia apprezzato e riconosciuto per la qualità dell'attività svolta e l'umanità con cui ci poniamo accanto al malato e alla sua famiglia. I presenti alle iniziative hanno riconosciuto l'impegno profuso dai professionisti e dai volontari, i quali hanno saputo operare in maniera coordinata, adattando i propri interventi alle necessità che le diverse situazioni familiari potevano presentare. "Continuate ad esistere! - è stato più volte sottolineato dalle persone che abbiamo avuto modo di incontrare, quindi il nostro impegno è di proseguire nell'impegno che ci siamo assunti verso i nostri concittadini. Attestazioni come quelle ricevute in questi mesi, ci motivano, per quanto possibile, a dare e a fare sempre di più, avvolgendo con un mantello ideale chi sta vivendo i momenti più bui e difficili e donando tutto l'affetto ed il calore necessari per ritrovare la forza e la speranza nel guardare



avanti.

Ringraziamo chi si è profuso per organizzare i vari eventi e garantirne la buona riuscita: è grazie al loro impegno che è possibile promuovere, in contesti diversi, la conoscenza di AVAPO Mestre e contribuire a sostenerne l'operato.

AD AVAPO LE CURE PALLIATIVE

Ad AVAPO Mestre è stata recentemente riconfermata l'assegnazione delle attività di cure Palliative Domiciliari all'interno del Distretto 2 dell'ULSS 3 Serenissima. Un risultato che premia l'impegno pluriennale profuso per garantire un servizio di qualità rivolto alle famiglie che vivono l'esperienza della malattia oncologica.

**1 LUGLIO 2019
FINO AL 30 GIUGNO 2022**

**AVAPO MESTRE
RICONFERMATA**

**L'ASSEGNAZIONE DELLE ATTIVITÀ
DI CURE PALLIATIVE DOMICILIARI
NEL TERRITORIO DELL'ULSS 3**

IL DONO DI CIANI 4EVER

Il 18 ottobre, alle ore 11.00 presso il municipio di Mestre si è svolta la conferenza stampa di chiusura del Ciani Live Aid 2019. AVAPO – Mestre ha ricevuto tanto.

Grazie all' Associazione Ciani 4Ever per credere in noi. L'Associazione ha effettuato altre donazioni allo IOV e ai Black Lions Venezia. Ancora, grazie di cuore!



AVAPO A M9 PER LA PREVENZIONE

Nei giorni 18 e 19 ottobre AVAPO-Mestre ha allestito un proprio stand nel chiostro del Museo Multimediale dedicato alla storia del novecento di Mestre e proiettato un filmato per promuovere la prevenzione al tumore al seno nell'ambito delle iniziative di "Ottobre in rosa" organizzato dal Comune di Venezia.

Nella foto la presidente Stefania Bullo, la presidente del Consiglio comunale di Venezia (al centro) e le volontarie di Avapo Mestre nel chiostro del Museo M9.



IL TRENO ROSA...



Il 20 ottobre, in occasione di OttobreRosa2019, il mese dedicato alla prevenzione del tumore al seno, AVAPO-Mestre ha organizzato un viaggio su un treno a vapore da Mestre a Feltre, per sensibilizzare la cittadinanza sulla necessità di sottoporsi alle campagne di prevenzione. Nella bella città della val Belluna i passeggeri del treno Rosa sono stati allietati da un concerto vivace e molto apprezzato, eseguito dall'orchestra I Flauti di San Marco di Mestre diretta dal maestro Davide Nicolosi. Questo gruppo mestrino rappresenta

un'esperienza molto significativa e singolare, si esibisce nelle sale da concerto, nelle chiese, nei luoghi di sofferenza, carceri, ospedali, case di riposo per anziani. Ha viaggiato in Italia ed in Europa. Ogni esperienza diventa significativa, ogni nota concorde imparata e maturata serve a lanciare un messaggio... E la musica di questi giovani parla sempre al cuore di chi ascolta. Essi sono la dimostrazione di come la scuola possa lasciare un segno fecondo nelle menti e nei cuori dei ragazzi.



UN AIUTO DA ALÌ...

Il supermercato Ali di Mestre ha avviato una iniziativa per dare ascolto e un piccolo sostegno concreto alle attività delle Associazioni che animano il territorio.

Ogni mese tre nuove Associazioni possono candidarsi e presentare i propri progetti, mentre i clienti e la comunità hanno la possibilità di intervenire in prima persona per decidere quali organizzazioni aiutare e quali progetti finanziare.

Anche AVAPO-Mestre ha potuto beneficiare di questa iniziativa ricevendo dal punto vendita Ali di via Altinia a Favaro, un sostegno economico di 528 euro.

Grazie alla Direzione per questa iniziativa ed alla clientela che hanno sostenuto AVAPO- Mestre.



MARATONINA BAGNATA

... MARATONINA FORTUNATA!!!

di Barbara Balabani

Gli appuntamenti del Ben-Essere non finiscono mai, per gli affezionati amici di AVAPO-Mestre.

Il 9 settembre, con un cielo carico di nubi (che poi ha regalato pioggia a catinelle), ci siamo incontrati in 35 per rendere partecipe la città del nostro messaggio: IO SORRIDO ALLA VITA.

Non siamo tutti atleti, anche se alcuni di noi lo sono. Non siamo tutti volontari, anche se alcuni di noi lo sono, ma siamo tutti testimoni del messaggio che ci sta a cuore: alla base della prevenzione dalle malattie c'è uno stile di vita sano. La Maratonina di Mestre, sempre splendidamente organizzata, è il primo appuntamento,



agonistico e non agonistico, di fine estate e gli organizzatori si fanno carico di raccogliere fondi anche per la nostra Associazione. Quest'anno io mi sento di dover ringraziare soprattutto la nostra splendida Ada, che ha provveduto a farci trovare al gazebo tutti i nostri pacchi gara e, naturalmente, quanti hanno reso possibile l'evento e fatto parte del nostro fantastico gruppo.



Un progetto finanziato dalla Regione Veneto

Il 31 ottobre 2019 si sono concluse le attività del progetto "DONAR..SÌ", finanziato dalla Regione Veneto come progetto di rilevanza regionale promosso da AVAPO-Mestre nella sua veste di Organizzazione di Volontariato, in attuazione dell'art. 72 del Decreto Legge 117/2017- Codice del Terzo Settore.

AVAPO – Mestre ha così potuto beneficiare, nel periodo 01.11.2018- 31.10.2019, di un contributo economico per svolgere attività nel campo dello sviluppo della cultura del volontariato, nel sostegno all'inclusione sociale, in particolare alle persone deboli e non autosufficienti, nello sviluppo e rafforzamento della cittadinanza attiva, al fine di promuovere la salute e il benessere per tutti e tutte le età e promuovere altresì una convivenza sociale più giusta, pacifica ed inclusiva.

In sostanza questo progetto, attraverso vari interventi di tipo assistenziale e informativo, ha avuto come obiettivi:

- La sensibilizzazione della cittadinanza sul ruolo del volontariato quale dovere umano e sociale, al fine di elevare il senso della solidarietà e promuovere il concetto di cittadinanza globale nonché il senso di unità che riveste la propria esistenza in rapporto a quella degli altri;
- Promuovere un cambiamento culturale in merito ai temi delle cure palliative e sulle possibilità offerte dalla legge in materia, garantendo una periodica informazione alla cittadinanza attraverso la pubblicazione bimestrale di una rivista sui temi dell'aiuto ai malati oncologici;
- Sensibilizzare la cittadinanza sull'adesione alle campagne di screening oncologico e sui corretti stili di vita, anche

alimentari, per prevenire patologie neoplastiche.

- Sensibilizzare gli alunni delle scuole superiori alla cultura del volontariato attraverso interventi educativi e formativi;
- Prendersi maggiormente cura della persona affetta da patologia oncologica, considerando la globalità dei bisogni fisici, psichici, spirituali e sociali, consentendo ad un maggior numero di ammalati oncologici di trascorrere il periodo di fine vita tra le mura domestiche, anziché in strutture ospedaliere;
- Proporre alle persone che si stanno sottoponendo ad un percorso di cure oncologiche, suggerimenti di tipo estetico ed alimentare, al fine di offrire un aiuto nel riconciliarsi con il proprio aspetto fisico e nel contrastare gli effetti collaterali delle terapie. Garantire un sostegno psicologico al malato durante la cura ed il percorso di follow-up;
- Fornire assistenza e aiuto ai familiari delle persone affette da patologia oncologica e assistenza psicologica anche nel periodo di elaborazione del lutto e successivamente.
- Promuovere la cultura del riciclo attraverso semplici gesti che possano divenire azione di solidarietà

Con il 1° Novembre 2019 è stato avviato il progetto "VITA È BENESSERE", anch'esso finanziato dalla Regione Veneto, nell'ambito delle risorse messe a disposizione delle Organizzazioni di Volontariato per la realizzazione di progetti di rilevanza regionale, che oltre alle attività sopracitate promuoverà l'organizzazione di incontri per l'aiuto e il sostegno ai caregivers e interventi musicali nel Reparto di Oncologia dell'Ospedale all'Angelo.



ILLUMINA LE NOTTI PIÙ BUIE

ASTA BENEFICA A FAVORE DI AVAPO MESTRE 12 DICEMBRE 2019 HOTEL LAGUNA PALACE

Che cosa possono fare le Fondazioni Culturali, le gallerie d'arte e gli artisti per aiutare una associazione come Avapo Mestre? Da una domanda del genere durante una serata con un'amica che lavora presso la European Cultural Centre di Venezia è nata l'idea di organizzare un'asta benefica di opere d'arte a favore di Avapo Mestre. Un'idea semplice che si è però trasformata in poco tempo in un evento estremamente importante e complesso perché molte gallerie d'arte e artisti hanno con grande entusiasmo aderito all'iniziativa donando opere importanti e di valore il cui ricavato andrà a finanziare il progetto di Avapo Mestre "Illumina le notti più buie".

Un progetto ambizioso e oneroso che Avapo Mestre porta avanti da molti anni e che garantisce ai malati oncologici assistiti dal servizio di cure palliative domiciliari erogato da Avapo Mestre in convenzione con l'Ulss 3 Serenissima, di contare sulla presenza da parte di un medico dell'equipe di cura in tutte le notti ed in tutti i giorni festivi dell'anno. Un aiuto concreto che Avapo Mestre sostiene economicamente in toto e vuole garantire proprio nei momenti in cui le persone ammalate e i loro familiari si sentono più soli e spaventati. Sapere infatti, di poter contare sulla reperibilità di un medico palliativista che conosce le condizioni cliniche del malato e che può intervenire a domicilio in qualunque momento, rassicura e consente ai familiari di far permanere a casa il malato anche nelle fasi più critiche.

Un progetto che ha trovato una risposta immediata e inaspettata da artisti internazionali e Gallerie d'eccezione

che hanno voluto con le loro donazioni sostenere l'attività di Avapo Mestre.

L'asta si terrà presso l'Hotel Laguna Palace di Mestre il giorno 12 dicembre 2019 alle ore 20.30, con benvenuto alle 19.30. Le opere potranno essere visionate presso l'Atelier 3+10 in Via Cappelletto 20 a Mestre, (parallela via Torino) dall' 8 all'11 dicembre con il seguente orario:

8 DICEMBRE

inaugurazione della mostra dalle ore 16.00 alle ore 20.00

9-11 DICEMBRE dalle ore 10.00 alle ore 19.00

Un ringraziamento particolare a:

European Cultural Centre, Galleria Stefano Orler, Marignana arte, Antigallery, Fidesarte, Associazione Culturale Paolo Rizzi, Galleria Massimo De Luca, Rossovermiglioarte, Ravagnan Gallery, Galleria Rizzo, Gio Arte.



LE CITTÀ IN FESTA



AL VIA IL CORSO VOLONTARI

a cura della redazione

Martedì 15 ottobre, ore 17,30: la sala riunioni di AVAPO-Mestre è gremita.

Cinquanta persone, tra le quali una decina di operatori socio-sanitari della Cooperativa Fondazione Venezia e quaranta nuovi volontari, siedono composte e in silenzio, l'una accanto all'altra nell'esiguo spazio disponibile, in attesa del saluto di Stefania Bullo, presidente dell'associazione.

Il momento è di quelli solenni, anche quest'anno, come ormai è consuetudine nel mese di ottobre, prende il via il corso di formazione per nuovi volontari di AVAPO- Mestre, che è divenuto un appuntamento qualificante per la vita dell'associazione e un passaggio obbligato per l'inserimento dei nuovi volontari nelle attività dell'Associazione. Tra gli iscritti al corso vi sono persone che si sono avvicinate ad AVAPO perché hanno fatto esperienza in famiglia della malattia oncologica, altre perché ritengono importante acquisire una preparazione per saper affrontare queste situazioni traumatiche, altre ancora perché hanno deciso di dedicare un po' del loro tempo agli altri e hanno scelto AVAPO – Mestre per la considerazione cui gode nel territorio mestrino. Dopo aver salutato i presenti, Stefania chiarisce che diventare volontario non richiede alcuna competenza specifica di tipo sanitario e che il servizio reso non prevede necessariamente una relazione con persone malate. Vi sono persone

dedicate a questo compito, ma ve ne sono altre che si dedicano ad altre attività funzionali al raggiungimento degli obiettivi associativi.

Essere volontario comporta degli oneri: bisogna riuscire a mantenere fede agli impegni assunti, essere affidabili, persone su cui si può contare ed esercitare i compiti assegnati con spirito di servizio e di solidarietà. Il volontario inoltre, è una persona disponibile ad accrescere le proprie conoscenze attraverso lo studio, la formazione specifica, gli incontri di gruppo.

La presidente precisa che la missione dell'associazione è quella di garantire la migliore qualità di vita possibile al malato oncologico e ai suoi familiari. Un impegno etico che comporta un dare e un ricevere, un prendersi cura di sé e degli altri, per rendere migliore la società in cui viviamo. Se vogliamo incidere sulla qualità della vita della persona ciascuno deve adoperarsi per il cambiamento mettendo a disposizione del bene comune le proprie competenze e abilità personali. È importante affrontare questa esperienza con la giusta motivazione: nel rendersi disponibili a dare un aiuto ai malati oncologici ci si deve sentire bene, si deve percepire di fare la cosa giusta anche per sé. Si deve affrontare questa sfida affermando il valore alla vita, prendendo per mano coloro fanno esperienza della fragilità umana, sostenendoli amorevolmente e con gioia nel loro cammino.



IL CORAGGIO

di Luciano Osello

I sentimenti e le riflessioni che esprimo nelle righe che seguono, avrebbero potuto restare segreti chiusi dentro di me. Solo la speranza che qualcuno, angosciato come ero io, possa trovare conforto dalla lettura, mi ha spinto a scrivere.

Non sono coraggioso, o, almeno, non lo sono più di quanto lo sia una persona prudente di quasi ottanta anni. Eppure, questa qualità mi è stata riconosciuta dopo aver superato un tumore molto aggressivo diagnosticato un anno e mezzo fa e che, giudicando dalla cautela con cui il medico mi parlava, non mi dava molte speranze. Malgrado queste premesse, dopo due piccoli interventi chirurgici e una immunoterapia ben tollerata, sono guarito.

Ma un anno e mezzo è un tempo molto lungo, e l'angoscia che si soffre in occasioni come questa non si vince con il solo coraggio. Così, quando non riuscivo a dormire, mi sforzavo di pensare che la mia malattia, non provocata dall'uomo, e quindi sicuramente voluta o permessa dal Signore, non poteva essere un male, perché da Lui può venire solo il bene, e che quindi anche il mio male doveva possedere un fondamento di bene. Ho cominciato quindi ad immaginare il Signore non come un padre severo, come nel sentire comune viene percepito, ma come una mamma affettuosa, che qualche volta deve dare al suo bambino una medicina cattiva per il suo bene, bene che il bambino non conosce. Questo era il rapporto che io pensavo, e penso tuttora, esista tra me ed il Signore.

Una mamma ama il suo bambino di un amore totale, viscerale, amore che è parte inseparabile dal suo essere, e, se la mamma è tutto per il bambino, anche il bambino è tutto per la sua mamma, vale più della sua stessa vita. Allora, se io valgo tanto per la mia mamma, che è il

Signore, che è amore onnipotente, che è disposto a dare, come ha dato, la sua vita per me, di che cosa posso avere paura? In qualunque modo si concluda la mia vicenda, non potrà che essere un bene per me, e pure per i miei cari, anche questi figli suoi. Se mi vedrà soffrire, pensavo, mi darà forza, mi consolerà. E la consolazione è sempre arrivata. Di più: sono guarito. È stata questa la mia esperienza. Quando l'angoscia non mi faceva dormire, semplicemente chiedevo al Signore, come un bambino chiede alla mamma, che mi stesse vicino, e presto mi addormentavo. Anche il pensiero della morte non era più un incubo. Immaginavo che mi sarei trovato come un bambino nel grembo della mamma quando, credendo di morire, sta nascendo. Lei, invece, lo sta aspettando ansiosa, sognando il giorno in cui lo chiamerà per nome e gli insegnerà a chiamarla mamma. Questo sarà l'ultimo dono del Signore, il suo abbraccio senza tempo, nella beatitudine, l'abbraccio della nostra mamma. Questo è quello che noi, ora, chiamiamo morte. Ora chiedo al Signore che mi aiuti a conservare questi pensieri, che mi hanno dato la serenità. Gli chiedo pure che mi consenta di continuare a fare il volontario, perché anche da questo ho ricevuto serenità, come è sereno chi rinuncia ad una manciata di grano per affidarlo alla buona terra, sicuro che per ogni chicco donato, riceverà in dono una spiga. E che continui a farsi sentire, ogni tanto, come una mamma si fa sentire dal suo bambino. Il coraggio è un'altra cosa.



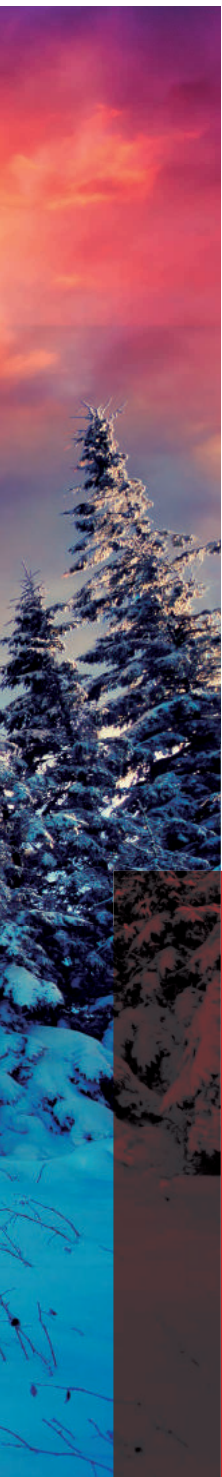
IL NATALE NON LO SENTO PROPRIO

a cura di Marco Bracco

Per molti il Natale non è più il benvenuto perché visto solo come un periodo lungo e insopportabile, infatti ci sentiamo costretti a fare sempre le stesse cose: gli addobbi, i regali, gli auguri, le cene, i pranzi, le ferie forzate... che ossessione!!! E quanti di noi vivono con estrema noia tutti questi riti. E che dire del denaro, che scarseggia sempre più, e allora la corsa ai regali diventa la corsa al risparmio..

Amici miei io ho sempre pensato che il Natale non fosse una festa così legata al consumismo, al contrario, credo che sia una festa dedicata all'amore, all'amicizia sincera.

Natale è, prima di ogni altra cosa, stare insieme. Con gli altri, in famiglia, tra gli amici. A chi manca anche solo uno di questi affetti, il Natale è il momento in cui l'assenza pesa di più. Ognuno di noi vorrebbe



vivere, nel giorno di Natale, il momento per stare insieme con chi amiamo, con chi ci fa stare bene, con chi ha a cuore la nostra felicità, con chi ci è vicino, nel bene e nel male della vita. Regaliamo prima di tutto un sorriso, un abbraccio, un bacio, un augurio sincero di serenità e di salute.

Credo che uno degli errori, oggi, sia proprio quello di dare tutto per scontato, senza renderci conto del valore di ogni cosa, salvo nel momento in cui la perdiamo. È molto triste, perché alcune cose si perdono per sempre, e non tornano: persone, sensazioni, momenti, attimi, emozioni, occasioni. Il Natale si può ancora recuperare, basta volerlo. Provare a prenderlo per ciò che è veramente: un momento speciale da regalare a se stessi ed a chi si vuole bene, per stare insieme. Io vi regalo il testo di una canzone, scritta due anni fa da alcuni giovani colpiti dal tumore. Un Natale di corsie di ospedale e di chemioterapia, di angosce e di dubbi, ma visto dagli occhi di chi riesce a trovare la forza per rinascere ogni giorno, per continuare a sperare e a lottare, senza perdere mai la voglia di sorridere.

La canzone Palle di Natale nasce nel 2016 all'interno del Progetto Giovani della Pediatria Oncologica della Fondazione Istituto Nazionale dei Tumori di Milano. Un testo ironico e profondo, scritto dai giovani pazienti per combattere la malattia e la compassione, perché il giorno di Natale possa essere per ciascuno "un'occasione per rinascere, qualcosa che ti cambierà e questa voglia di sorridere che non mi passa, è un sogno in tasca, è l'universo in una stanza", senza dimenticare il "tubo della flebo per fare gli addobbi" e i nastri "di cerotti e bende" da scartare prima dei regali, perché, nonostante tutto è Natale e bisogna imparare a ridere anche delle piccole cose.

Buon natale!



Palle di natale

Scritto dai ragazzi dell'Istit. dei Tumori di Milano

Natale ha senso se tu sei con me
la festa è pronta e sai che c'è
che non mi perdo neanche un attimo
se siamo qui e non è un film
niente può dividerci

È un'occasione per rinascere
qualcosa che ti cambierà
e questa voglia di sorridere
che non mi passa, è un sogno in tasca
è l'universo in una stanza

"il ragazzo della stanza 13 pensa
che le feste sono vicine e sua madre
riempire la dispensa
E riflette sul regalo che già si
trova davanti
Chiuso com'è nella scatola dei
desideranti
Vorrebbe la normalità di ogni anno,
la consuetudine
Ma si tratta di un giudice che
condanna all'abitudine
La vera norma è la forma che diamo
noi, nessuno dorma d'ora in poi,
perché partono le musiche
Passami il tubo della flebo per fare
gli addobbi,
le lucine non servono bastano i tuoi
occhi
che illuminati di speranze illuminano
le stanze
e nei globuli bianchi vedono la neve a
fiocchi
Dunque il ragazzo scarta il nastro di
cerotti e bende
Altrimenti poi il Natale chi ce lo
difende!
Dentro la scatola un biglietto che
invita a recarsi dagli amici in sala
d'affetto e infine lascia detto:
'Ci vediamo in pediatria e
condividiamo la magia'
Firmato l'Istituto del Natale,
speciale"

Natale insieme con chi resterà
accanto a me, nell'anima
la nostra stella che ci illumina
sarai tu la mia risposta, ricomincio
con più forza

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



PAROLE DI CASA NOSTRA PUTEO

di Maristella Cerato

PUTÈA, PUTÈO: bambina, bambino.

È una parola dolce come il loro viso e i loro occhi, che curiosi guardano il mondo, e deriva dal latino popolare *puttus*, parola a sua volta derivata dal latino *puer*, come *putin* (=bambino). Anche se spesso si parla in tono affettuoso dei *putèi*, dire di qualcuno che l'è ancora *putèo* non è proprio un complimento. Sia pure con un sorriso, si vuol sottolineare che si tratta di persona immatura, bambinona. E per le ragazze, la frase *la ze tanto na bona putèa* significa certo che è una brava ragazza, però con una sfumatura ironica, per indicare una ragazza che non ha ancora capito come si deve stare al mondo. Ed anche meter i *putèi* in cuna (mettere i bambini nella culla) è un'immagine tenerissima che però nel detto

popolare significa ingannare gli altri con qualche raggirio. Solo i bambini, dunque, possono permettersi tenerezza e ingenuità, poi si deve crescere nell'animo e nel carattere come si cresce nel corpo.

Attenzione però a non forzare le fasi della crescita dei *putèi*, a non chiedere troppa maturità e troppo presto ai piccoli, che hanno diritto al rispetto dei loro tempi di vita. E se a volte ci infastidisce qualcosa del loro modo di essere e di fare, se li vogliamo diversi da come sono, ricordiamo le parole – sempre attuali – del grande terapeuta Carl Gustav Jung (1875-1961): se c'è qualcosa che dobbiamo cambiare nel bambino, dovremmo prima vedere se non è qualcosa che faremmo meglio a cambiare in noi adulti.



È BELLO...

di Antonino Romeo

GRAZIE A "GIÒ" PER LA SUA LETTERA DI CUI PUBBLICHIAMO LA SECONDA PARTE

- Ricevere la telefonata di una persona cara che non sentivi da anni, scoprire che il legame che vi univa non è cambiato e che il tempo non cancella le cose preziose
- Al termine di una giornata pesante, senza senso, ritrovarsi stanca e sentire tua figlia che ti dice, così senza motivo, che sei una mamma bellissima
- Salire sull'altalena e lanciarsi verso l'azzurro del cielo, quasi potessi raggiungerlo
- Passeggiare con tuo marito, tenendovi per mano e per qualche attimo, sentirsi proiettare nel passato, scoprendo viva dentro di te l'adolescente di quarant'anni fa, quando vi siete conosciuti e innamorati
- Scoprire una chiesetta di campagna, solitaria e silenziosa e regalarti un momento di preghiera tra quelle antiche mura che sanno di pace e mistero...e ascoltare

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

- la "voce silenziosa" di Dio
- Cimentarsi in una ricetta difficile e scoprirsi una grande pasticceria, apprezzata da amici e familiari
- Ascoltare una dolce musica di Bach e stupirsi perché una lacrima di gioia è apparsa nei tuoi occhi
- Meravigliarsi dei tanti amici ed amiche che si sono ricordati del tuo compleanno telefonandoti o scrivendoti e pensare che forse nella vita hai combinato qualcosa di buono
- Aprire un enorme uovo di Pasqua attendendo con gioia infantile di scoprire la sorpresa che è nascosta all'interno
- Sedersi al tavolino di un bar, come un turista in vacanza, e scrivere un elenco di cose belle da inviare ad un'amica, così... Come sto facendo io ora.

È Natale ogni volta
che sorridi a un fratello
e gli tendi la mano.
È Natale ogni volta
che rimani in silenzio
per ascoltare l'altro.
È Natale ogni volta
che non accetti quei principi
che relegano gli oppressi
ai margini della società.

È Natale ogni volta
che spera con quelli che disperano
nella povertà fisica e spirituale.
È Natale ogni volta
che riconosci con umiltà
i tuoi limiti e la tua debolezza.
È Natale ogni volta
che permetti al Signore
di rinascere per donarlo agli altri.

Madre Teresa di Calcutta

**LA REDAZIONE DI "PER MANO" AUGURA AI LETTORI
UN SERENO NATALE E FELICE ANNO NUOVO.**



COME SOSTENERE AVAPO-MESTRE

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

26.577

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

ATTIVITÀ EFFETTUATE NEL CORSO DEL 2018

889
PERSONE
CHE HANNO
USUFRUITO DI UNO
O PIÙ SERVIZI

22593
INTERVENTI
SANITARI

4042
CONSEGNA FARMACI,
AUSILI SANITARI
E COLLOQUI
CON FAMILIARI

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

1951
SOSTEGNI
TELEFONICI

150
PROFESSIONISTI
E VOLONTARI

1925
SOSTEGNI
PSICOLOGICI
RIVOLTI A 420
PERSONE

1.575
ACCOMPAGNAMENTI
DOMICILIO/OSPEDALE
RIVOLTI A 129 PERSONE

PROPRIETARIO
AVAPO MESTRE ONLUS

EDITORE
AVAPO-Mestre ONLUS

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

REALIZZAZIONE GRAFICA
Ilaria Foscari

REDAZIONE
Viale Garibaldi 56, 30173 Mestre (VE)

COMITATO DI REDAZIONE:
Annalisa Febbrino, Annamaria Dessi,
Anna Paola Michieletto, Antonino Romeo,
Barbara Balabani, Elisabetta Bianchi,
Giusto Cavinato, Luciano Osello, Luciano
Rossi, Marco Bracco, Riccardo Da Lio,
Stefania Bullo, Tania Catana.

PUBBLICATO IL MESE DI DICEMBRE 2019

Anno 15 - Periodico bimestrale di informazione
e formazione dell'AVAPO. Mestre ONLUS - C.F. 90028420272 -
Autorizzazione del Tribunale di Venezia n.9/06 Registro Stampe.
DIRETTORE RESPONSABILE Don Armando Trevisiol - Poste Italiane
Spa - Spedizione in abbonamento postale - d.L. 353/2003
(Conv. in L. 27/02/2004 n°46) art.1, c.2, DR Venezia.

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

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



UN RINGRAZIAMENTO A

