



Ecco il numero estivo della nostra newsletter nella quale, questa volta, sono raccolte soprattutto esperienze e spunti di riflessione. Riletti, magari sotto l'ombrellone, ci terranno uniti nel periodo in cui normalmente i nostri incontri si diradano. Sono racconti, parole quasi da meditare, per allargare mente e cuore, per trovare nuove spinte e consolidare il nostro impegno di aiuto e vicinanza, che prosegue comunque anche in estate. Nelle ultime riunioni di formazione abbiamo dedicato tempo a raccontarci in modo semplice queste esperienze nei reparti, le difficoltà incontrate, le tante belle storie accolte e vissute. Grazie a chi supervisiona i nostri incontri, la d.ssa Paola Locatelli, al personale dei vari reparti che abbiamo avuto modo di incontrare; citiamo solo gli ultimi, suor Donatella dell'Hospice, il nuovo caposala di Medicina Marco, Silvia di Riabilitazione Geriatrica. Buona lettura e buone vacanze.

## IL CORAGGIO DELLA SPERANZA

### Storia diversa di un immigrato

*ce la racconta Roberto, infermiere in Hospice*

Una mattina come le altre al lavoro, le cose da fare, l'orologio da guardare per riuscire a svolgere nei tempi giusti le attività del turno di lavoro... Si attende un paziente che ci viene trasferito da un altro ospedale; è in ritardo, così si cercano informazioni. "È partito già da un quarto d'ora"; i pochi chilometri che separano le nostre strutture si annullano nel giro di qualche minuto ed il nuovo paziente è con noi. La pelle scura di coloro che provengono dal continente dove la "razza umana" ha mosso i suoi primi passi, gli occhi profondi e spaventati di chi non è completamente lucido e non comprende appieno ciò che gli sta capitando, il respiro corto ed affannato, nonostante il supporto dell'ossigeno, è reso ancor più difficoltoso da frequenti piccoli colpi di tosse. Nonostante i guanti sento il sudore della sua pelle quando con le colleghe lo spostiamo dalla barella al letto. Ha solo 24 anni ed è fragile come un bambino. Veste un camice ospedaliero ed i barellieri lasciano le sue poche cose raccolte in quello che è stato l'unico contenitore trovato per raccogliergli. Un sacco nero di plastica. Nessuno lo accompagna; arriverà qualcuno della comunità di accoglienza per rifugiati che lo ospita, ci viene detto. Ora bisogna pensare a farlo stare meglio. Il corpo giovane è minato da una malattia di cui, dopo il clamore degli anni del suo esordio, si parla poco... forse perché risveglia tante paure... una malattia virale accompagnata ancora da tanti pregiudizi e da tante paure, spesso ingiustificate. A volte, purtroppo, anche nel personale sanitario. Il destino si è accanito contro questo ragazzo che lontano, dove è cresciuto, ha una compagna ed un figlio piccolo. Da noi lo porta un linfoma contro cui ha lottato sottoponendosi alle chemioterapie. "Sono quelle che devono avergli falciato i riccioli neri", penso quando vedo la sua fotografia sui



documenti che l'educatrice della sua comunità ci spedisce via mail.

È difficile comunicare con lui; è vigile ma non è lucido. Non parla. Francamente non riesco a capire se comprende la nostra lingua. Ma ora è urgente fare qualcosa per lui. Il medico lo visita subito, si imposta la terapia e si inizia l'infusione dei farmaci coi quali si cerca di fare in modo che non senta la difficoltà di ogni respiro. Si tenta di togliergli l'angoscia che deve provocare la

sensazione di sentirsi morire. Sembra quietarsi, si appisola. È gravissimo ma dopo un po', quando sente l'urgenza di urinare, ha la forza di scavalcare le spondine del letto. Del resto cosa deve pensare un ragazzo di 24 anni, pur in un frangente di poca lucidità? Non certo che deve arrendersi ad un pannolone e sgretolare così la dignità sopravvissuta alle tante battaglie, perse, contro la malattia.

Con la collega lo rimettiamo a letto, lo sistemiamo, gli leviamo il camice bagnato e gli mettiamo una t-shirt. Respira malissimo; l'odore pungente di quel respiro malato ci costringe ad aprire le finestre per un po'. Lo osserviamo; sembra di nuovo tranquillo. I miei occhi incrociano quelli di Francesca in sguardi sgomenti e, senza usare le parole, ci diciamo che il tempo di quel ragazzo si sta esaurendo.

(Continua in seconda pagina)

## Il coraggio della speranza (segue dalla prima)

Tornati nel nostro studio, ormai prossimi alla fine del nostro turno di lavoro, ci chiediamo chissà quante cose hanno visto gli occhi di quel ragazzo, chissà quali prove ha dovuto sopportare il suo corpo per arrivare fino a qui. Ha sicuramente dovuto attraversare i deserti, magari restare un tempo lungo come un'eternità in uno di quei "campi" in Libia (dove a fiorire sono solo le miserie umane) prima di solcare il mare alla ricerca di braccia pietose e generose che qualcuno ha l'indecenza di guardare con sospetto se non addirittura ostilità. Per salvarsi dai flutti e potere continuare il suo viaggio. Il viaggio della speranza. Per sé, per la sua compagna, per suo figlio, per la sua famiglia. Un viaggio che richiede un coraggio infinito. Il coraggio della speranza.

L'indomani mattina trovo il suo letto vuoto; la sera stessa del ricovero i suoi sogni si sono definitivamente infranti, il suo coraggio si è arreso alla morte. Senza chi l'ha visto crescere. Senza quelli che l'hanno amato. L'ultima immagine che mi rimane è quella della sua sagoma in un bianco sudario fatto di lenzuola in cui, dopo i riti imposti dalla sua religione, alcuni suoi connazionali hanno avvolto il suo corpo. Per "occultare la morte alla vita" mi dice una collega che si è documentata su quelle usanze straniere. E penso che la vita e la morte celano dei grandi misteri.

Credo che difficilmente mi dimenticherò di lui.

*Roberto*  
infermiere in Hospice

## QUANDO TOCCA A NOI

### L'accompagnamento visto con gli occhi del familiare

Siamo volontari. Ci accostiamo ai pazienti, li ascoltiamo, li custodiamo durante il nostro turno, li accompagniamo nei loro ultimi giorni accogliendoli e rispettandone i desideri, i tempi, le necessità.

Cosa succede quando il paziente è un nostro familiare e scopriamo che gli resta poco tempo da vivere?

L'essere volontari, per quanto ci presenti situazioni ben note, non ci mette purtroppo al riparo dalla preoccupazione, dall'angoscia, dalla stanchezza e, come mi ha ricordato suor Donatella lo scorso mese di maggio, **anche quando si è preparati al distacco da un proprio caro, non si è mai pronti**. Verissimo, soprattutto quando si tratta di un figlio o di un genitore. Il 4 maggio è mancata mia suocera e, nelle settimane precedenti, dal momento in cui si è aggravata a causa di una polmonite *ab ingestis* che l'ha colpita subito dopo Pasqua, ho sperimentato insieme a mio marito Marco e al resto della famiglia tutto ciò che i parenti dei nostri pazienti vivono durante la malattia del proprio congiunto.

Gli occhi fissi su mamma Laura e sui suoi respiri, ora lunghissimi come apnee, ora corti, ora più leggeri, ora sempre più flebili. La nostra attenzione a parlare di lei fuori dalla stanza, perché – anche quando non sono coscienti – possono sentirci. Il nostro rivolgerci a lei, dolcemente e sottovoce, leggendole i passi della Bibbia che più amava e sentendo in qualche modo che ne era felice, anche se non poteva dimostrarcelo.

Le nostre notti accanto a lei, tendendo l'orecchio a quei respiri e vegliandola cercando di vincere il più possibile il sonno. I pranzi e le cene nella struttura, alternandoci, perché, a casa, avremmo trascorso tutto il tempo pensando a lei e ad una possibile, temuta telefonata da parte del personale sanitario che ci avrebbe fatto pentire di esserci allontanati anche solo per mezz'ora. La delicatezza dei medici e degli infermieri, i loro gesti e tutte quelle piccole attenzioni che, in quei momenti, sono una vera boccata d'aria fresca per i familiari del paziente, dalla coperta per la notte con le istruzioni per allungare la poltrona, al caffè durante la veglia notturna, fino al tè caldo con brioche al mattino a Marco "altrimenti come fai ad arrivare a mezzogiorno?".

Anche il semplice "ti serve qualcosa?", in quelle notti, assumeva un significato più profondo del solito. Ci faceva sentire al sicuro e mai soli.

E, quando Laura è mancata, abbiamo assistito con gratitudine a un andirivieni composto, silenzioso e

affettuoso nella camera ardente di OSS ed ausiliarie che volevano salutarla per l'ultima volta. Le prime a farle visita sono state proprio due di loro alla fine del turno di notte, ricordandomi le donne al sepolcro nel mattino di Pasqua.

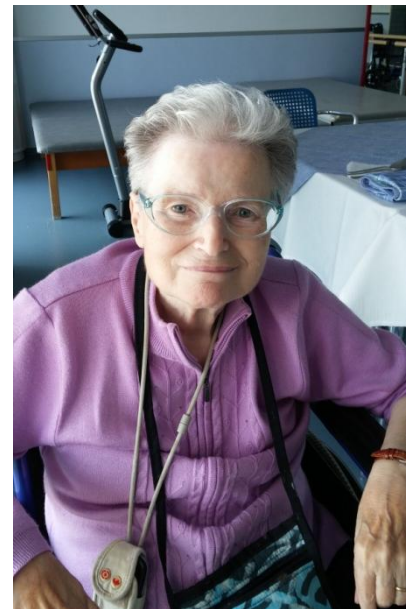
"Non volevo venire perché mi dispiaceva troppo, ma poi non ho resistito perché mi hanno detto che è troppo bella", mi ha confidato commossa una delle sue preferite più tardi.

Quanti abbracci, quanto affetto, quanti ricordi che affioravano dai racconti di tutti... Sono stati giorni dolorosi ma al tempo stesso carichi di sincera vicinanza di tante persone e questa grazia ha illuminato i nostri cuori e i nostri volti anche il giorno del funerale.

La sera una telefonata: la suora delle poverelle in Missione in Burkina Faso, dove vivono i bambini che sosteniamo a distanza, ci dice che nel villaggio hanno pregato per la "nonna" e fatto festa, perché in Africa, quando un'anziana muore, si festeggia con canti e danze ricordandone la testimonianza e l'esempio.

Siamo rimasti senza parole. Laura ne sarà stata molto felice.

Questa esperienza mi ha fatto capire ancora una volta quanto sia fondamentale stare accanto ai familiari dei pazienti in atteggiamento non giudicante, offrendo loro ciò che siamo. Un sorriso, l'alternarsi col parente al capezzale del malato per consentirgli una pausa, una chiacchierata per farlo distrarre un po', una semplice attenzione, sono gesti preziosi e di grande sollievo: ogni goccia donata, in momenti come questo, diventa uno sconfinato oceano di bene che non possiamo neanche immaginare.



*Ida*

**Allora, ci siamo: pronti per l'estate 2018?** Ogni volta è quasi l'affermazione di un rito antico, quello della vacanza, del riposo necessario che ci ritempra in vista dei mesi più faticosi di lavoro, di impegni ed obblighi, che ci carica di forze rinnovate per affrontare i mesi freddi e bui dell'inverno.

Vacanze che non faranno gli ammalati ricoverati così come nemmeno i loro familiari, impegnati ad assisterli.

Cerchiamo ogni estate di garantire la nostra presenza nei reparti; certo ci vorrebbero anche forze nuove, nuove adesioni alla nostra Associazione, nuovi *volontari per il servizio*.

Scrivendo queste poche righe mi rendo conto di quanto queste due parole, *servizio* e *volontariato*, siano strettamente legate: propongo allora come riflessione sul nostro fare alcune brevi letture.

Definizione di **Volontariato** (Enciclopedia Treccani):

- Prestazione volontaria e gratuita della propria opera a favore di categorie di persone che hanno gravi necessità e assoluto e urgente bisogno di aiuto e di assistenza, esplicita per far fronte a emergenze occasionali oppure come servizio continuo.
- In Italia, lo sviluppo del volontariato si è innestato sulle tre grandi tradizioni (cattolica, socialista, liberale) del tessuto culturale nazionale, proponendosi come una realtà innovativa, nonché un'esperienza di autorganizzazione dei servizi e di affermazione di un'etica della responsabilità verso l'altro.

Definizione di **Servizio** (da servizio):

- Atto generoso e disinteressato con cui si opera a favore di persone, gruppi, ..
- Dedizione a nobili scopi e valori, attività disinteressata a favore di un ente o di una categoria di persone...
- ...ciò che si è compiuto o che si compie a favore di altri, senza ricompensa ma per cortesia, per affetto...
- "è nel servizio che si rivela il volto autentico di Dio, che esce da sé stesso, va in cerca dell'uomo e lo salva amandolo" (Bose)

**Il vero dono non vuole la reciprocità** (Enzo Bianchi, fondatore della Monastica di Bose, Lezione magistrale, Torino sett. 2012):

- Si tratta ... di dedicarsi, mettersi al servizio degli altri affermando la libertà, la giustizia, la vita piena. Ma cosa significa donare se stessi? Significa dare la propria presenza e il proprio tempo, impegnandoli nel servizio all'altro, chiunque sia, semplicemente perché è un uomo, una donna come me, un fratello, una sorella in umanità. Dare la propria presenza: volto contro volto, occhio contro occhio, mano nella mano, in una prossimità il cui linguaggio narra il dono all'altro.

Ma il dono all'altro – parola, gesto, dedizione, cura, presenza – è possibile solo quando si decide la prossimità, il farsi vicino all'altro, il coinvolgersi nella sua vita, il voler assumere una relazione con l'altro. Allora, ciò che era quasi impossibile e comunque difficile, faticoso, diviene quasi naturale perché c'è in noi, nelle nostre profondità la capacità del bene: questa è risvegliata, se non generata, proprio dalla prossimità, quando cessa l'astrazione, la distanza, e nasce la relazione.

Nicoletta

## PAROLE DA FARE NOSTRE

Dopo tre indimenticabili incontri con Frank Ostaseski, la lettura di suoi due libri\*, e soprattutto le importanti esperienze intensamente vissute a partire dalla fine del 2014, quando ho cominciato il mio servizio di volontariato con la nostra associazione, **nella mente e nel cuore mi trovo a ripetere parole, frasi, che sono diventate uno stimolo, un sostegno, una specie di guida.**

Ve le comunico in segno di ringraziamento per come mi avete accolta, per tutto quello che ho imparato da ognuno di voi "compagni di strada", dal personale tutto della Casa di Cura, dai pazienti e dai loro cari.

Parole e frasi chiave su cui riflettere, una per una e in profondità, che penso possano servire anche a voi per favorire un continuo dialogo e un proficuo scambio, per migliorare noi stessi e il nostro comune impegno di lavoro INSIEME. Ecco:

- consapevolezza (vedere le cose come sono e non come dovrebbero essere);
- essere lì dove si è;
- apertura, ascolto;
- attenzione non giudicante (trattare con ... "leggerezza" anche le nostre opinioni per essere più liberi);
- accettazione (dare il benvenuto a qualsiasi cosa, cercare di non allontanare niente);
- disponibilità al momento che si sta vivendo;
- intuizione;
- coraggio;
- immediatezza;
- intimità con noi stessi, per arrivare a quella con l'altro, con il mondo;
- indagine, scoperta (scoprire un nuovo modo di conoscere, di imparare);

- non dimenticarsi di guardare l'immenso cielo sopra di noi;
- verità, concentrazione all'essenziale;
- presenza (spesso silenziosa intensa e vigile);
- "mettersi in gioco" con tutto se stessi (la vista, l'udito, le sensazioni, i pensieri, il respiro);
- imparare la calma, il rilassamento;
- accoglienza (accogliere non è un atto di volontà ma soprattutto di amore);
- comprensione, condivisione;
- contatto (il corpo c'è, è sempre presente, non corre via come i pensieri nel passato o nel futuro);
- appartenenza;
- compassione infinita;
- generosità, perdono, vita, morte, luce;
- gratitudine (riconoscenza anche verso chi ci permette di aiutarlo);
- fiducia, solidarietà, aiuto reciproco;
- essere testimoni (non aver troppa paura della sofferenza);
- umanità profonda;
- "Esiste un continuo cambiamento. Attimo per attimo, tutte le cose muoiono. Attimo per attimo, le lasciamo andare. Attimo per attimo, tutte le cose nascono. Attimo per attimo, proviamo gratitudine".

Bianca

\*Frank Ostaseski:

SAPER ACCOMPAGNARE - Aiutare gli altri e se stessi ad affrontare la morte -Oscar Mondadori 2006;

CINQUE INVITI- Come la morte può insegnarci a vivere pienamente - Mondadori 2017

## UN BEL FILM

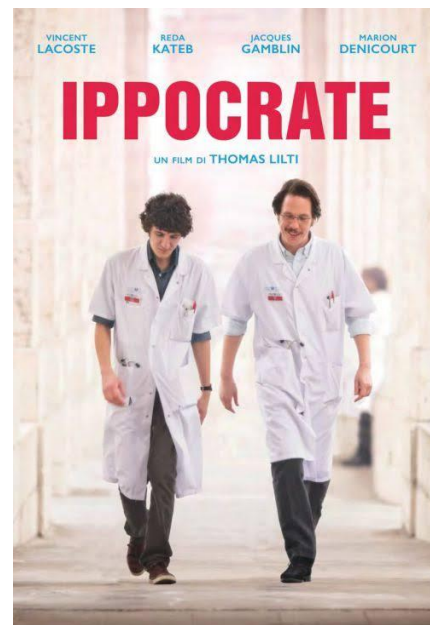
Domenica pomeriggio, a Bergamo, sono andata al cinema per vedere il film italiano vincitore del premio per la migliore sceneggiatura al festival di Cannes: "Lazzaro felice". Era già iniziato. Sono stata allora attratta dal cartellone di un altro film con due giovani medici in camice bianco e dalla storia lì brevemente tratteggiata: prometteva una descrizione della sanità francese, fra dramma e commedia, con le sue criticità, carenze economiche, insufficienza di personale, attraverso il percorso di formazione di un giovane medico, Benjamin, che comincia il suo tirocinio di 6 mesi nell'ospedale nel quale lavora suo padre. Senza indugio sono entrata in sala, era completamente vuota! Non mi era mai capitata una simile situazione, ma proprio questa ha forse contribuito a permettermi di concentrarmi meglio e di commuovermi.

IPPOCRATE (nome del famoso filosofo fondatore della medicina nella Grecia antica) è un film uscito nel 2014 che ha riscosso grande successo di pubblico in Francia, ma che non mi pare, a quattro anni di distanza, lo ripeterà in Italia. Thomas Lilti, regista e sceneggiatore del film, che ha certamente una componente autobiografica, è anche medico. Il regista conduce lo spettatore lungo interminabili corridoi dell'ospedale, nelle camere dei pazienti, negli alloggi dei tirocinanti, nelle infermerie, a mensa, seguendo le difficoltà, le incertezze, le paure, i sogni di Benjamin e dei suoi colleghi, spesso molto diversi fra loro. Ho notato che in questo ospedale manca la figura del volontario e, aggiungo io, se ne avverte davvero la mancanza!

Benjamin sarà aiutato a... "crescere" da vari episodi e soprattutto dall'incontro con un medico algerino, giovane ma più esperto, dotato di umanità e professionalità, schivo e rigoroso, che fatica a inserirsi e a stringere amicizie con i colleghi (interprete di questo ruolo è Reda Kateb che ha vinto il prestigioso premio César come migliore attore non protagonista). La narrazione ha una certa attinenza con la realtà delle strutture ospedaliere che anche noi conosciamo ed evidenzia grandi interrogativi: qual è il confine tra accanimento terapeutico e terapia? Quand'è che la sofferenza del paziente deve avere la meglio sulla scienza? Il caso di un'anziana signora consentirà di scendere in profondità e di rispondere ad alcune di queste domande.

Errori e scelte economiche, che niente hanno a che fare con la medicina e la tutela del malato, riescono a venire superati dai fondamentali contributi dei singoli individui, medici e infermieri, che possono fare la differenza, per scelta etica ma, prima ancora, per compassione: questa, suggerisce il regista, salverà l'ospedale dalle sue logiche perverse, e in fondo anche l'umanità. Se vi capiterà di ritrovarlo in qualche sala non perdetevi questo film.

Bianca



## UN LIBRO CHE CI PUÒ INTERESSARE



**ALBERTO MAGGI**

**CHI NON**

**MUORE**

**SI RIVEDE**

Il mio viaggio di fede e allegria  
tra il dolore e la vita

Garzanti

Nell'aprile 2012 Alberto Maggi, il frate innamorato della libertà, viene trasportato d'urgenza all'ospedale di Ancona dove trascorrerà tre lunghi mesi fra esami, cartelle cliniche e pericolose operazioni chirurgiche: a sorreggerlo costantemente in questo percorso nuovo ci sono la sua straordinaria voglia di vivere e la sua fede allegra e contagiosa. In Chi non muore si rivede Maggi racconta il suo rapporto con i medici e gli infermieri del reparto in cui è ospitato, il confronto difficile con la malattia, il dialogo online con i fedeli, il lieto fine della salute ritrovata. Protagonista del libro è l'amore per la verità sempre fortificato da una fede fatta di Spirito e sentimento che l'autore riesce a comunicare in ogni gesto e frase. Grazie alla sua grande capacità di attingere senza mediazioni al Vangelo e al senso ultimo dell'esperienza umana, Alberto Maggi in queste pagine conferisce un valore universale alla sua avventura e riesce a dare ai suoi lettori la forza di affrontare la vita, soprattutto nei momenti più duri, con un sorriso carico di speranza. Perché è nella debolezza e nelle difficoltà che si possono ritrovare le forze per ricominciare.

### 5 PER MILLE

Grazie a chi ci ha donato e a chi ci donerà il suo 5 per mille dell'IRPEF.  
Ricordiamo il nostro **Codice Fiscale da indicare nella denuncia dei redditi:**  
**02911690168.**

Intanto abbiamo ricevuto la bella notizia che ci verranno riconosciuti Euro 4.307,95 quale 5 per mille 2016 che destineremo in via preferenziale a progetti ed iniziative in favore dei degenti della Casa di Cura B. Palazzolo.

## CORSO NUOVI VOLONTARI

Nel prossimo autunno contiamo di organizzare un corso per nuovi volontari di cui abbiamo sempre estremo bisogno. Seguiranno informazioni. Intanto ricordiamo, a chi fosse interessato, che è possibile già sin d'ora segnalare il proprio nominativo scrivendo a [conteonlus@libero.it](mailto:conteonlus@libero.it) o lasciando i propri dati in busta presso la nostra casella di posta in portineria o presso l'Hospice. Per fare il volontario è richiesta, la maggiore età; è prevista la verifica con lo psicologo delle proprie motivazioni, la partecipazione al corso di formazione, un periodo di tirocinio guidato da un volontario già esperto.