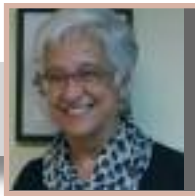




*Aquilegia scura (Ranunculacee)*  
Giardino botanico alpino Paradisia di Valnontey

*(Fotografia scattata durante La gita sociale AVO di giugno 2014 a Cogne - AO)*



di Eugenia Berardo

**R**iprendo i seguenti concetti emersi dal Convegno *L'albero della solidarietà...*

«Impariamo a lavorare insieme per unire le nostre forze, per averne sempre di più per chi ha bisogno, per condividere le scelte che ogni giorno portiamo avanti, pensando alla stupenda bellezza dell'uomo e del mondo».

Ruben Nasi

«In ogni istante della mia vita è una mia responsabilità essere il più felice possibile. I media ci tengono incollati al peggio, noi ricordiamoci del meglio: le vittorie sulle malattie, l'arte. Recuperiamo la fede nell'uomo e nella storia...».

Silvana De Mari

«Il nostro punto di forza è che ci stanno a cuore i legami e i significati. L'altro sono io. Siamo in grado di generare comunità dense di senso e di cambiamento? L'altro mi cambia o ruota attorno a me? Noi abbiamo nel nostro DNA che l'altro è importante e va rimesso culturalmente al centro».

Jonny Dotti

... per condividere con voi qualche riflessione.

La situazione internazionale e i fatti di cronaca (guerre, stragi, corruzione dilagante), ci fanno sentire, di fronte al male, cupi e pessimisti.

Riteniamo che non sia più possibile condividere scelte pensando alla bellezza dell'uomo o credendo alla fede nell'uomo. Ci chiediamo, al pari di Enzo Bianchi: *"Dov'è l'uomo? Dov'è finita la sua umanità?"* (da un articolo apparso su la Stampa, dopo le barbare stragi dell'Isis).

L'ottimismo e la fiducia nell'umanità potrebbero apparire oggi come "buonismo" a tutti i costi.

Non possiamo ignorare il male, ma è necessario puntare con saggezza e con fiducia su tutto ciò che c'è di bene, su tutto *"Ciò che inferno non è"* prendendo a prestito il titolo del libro di Alessandro D'Avenia sulla vita di don Pino Puglisi.

È un atteggiamento che ci aiuta a far valere i nostri punti di forza, a portare avanti quello in cui crediamo senza fare paragoni e senza sentirci migliori di altri, ad impegnarci per realizzare e diffondere la visione di un futuro migliore.

Mario Calabresi su *La Stampa*, rispondendo ad una lettera dal titolo *"Il pessimismo è contagioso, non arrendersi è fondamentale"*, ha scritto: *"Non è necessario essere ottimisti, di questi tempi anzi può apparire irritante agli occhi dei più, ma è fondamentale essere cittadini vivi, che fanno la loro parte, non si arrendono e almeno ci provano"*.

Camminiamo quindi insieme verso un mondo più giusto, uniti da valori condivisi e dai nostri punti di forza. Ma alla domanda posta da Jonny Dotti *"L'altro mi cambia o ruota attorno a me?"*, che cosa mi sentirei di rispondere? Mi farei subito un'altra domanda: *"A che punto è il mio percorso verso l'altro?"*

Il pensiero del geniale scrittore Franz Kafka, che mi sento di condividere appieno, è *"La via che arriva al prossimo è, per me, lunghissima"*.

Dopo la prima parte della strada che mi permette di "vedere" l'altro e di incontrarlo fisicamente, mi chiedo a che punto è per me il vero cammino, quello interiore, lungo e difficile, quello che non finisce mai ed è il solo che può permettermi di capire se l'altro sono io.

**DONA ALL'AVO TORINO IL TUO  
5 X mille**

Codice fiscale del  
beneficiario

9 | 7 | 5 | 0 | 3 | 8 | 6 | 0 | 0 | 1 | 3

**A. V. O. TORINO**  
[www.avotorino.it](http://www.avotorino.it)

VIA S. MARINO, 10 - 10134 TORINO TEL. (011) 318.76.34 - 319.89.18

*In redazione:*

**Eugenia Berardo, Marina Chiarmetta, Angela De Liberato, Onofrio Di Gennaro, Elena Ferrario, Antonio Gallo, Franco Marchisio, Lucia Nicoletta, Dario Oitana, Roselena Testore**



di Dario Oitana

## RIFLESSIONI SCOMODE

### FARE SOFFRIRE IL MENO POSSIBILE

**D**a molto tempo, nell'ambito della chiesa cattolica (e non solo), si discute (ponendo vari pappi) su problemi legati alla famiglia: rapporti prematrimoniali, divorziati risposati, omosessualità.

Ma se invece si dovesse mettere al primo posto un appello a tutti per evitare, o almeno contenere, il peso del dolore causato dalla difficoltà di varie situazioni, l'orizzonte si dovrebbe ampliare.

Non esiste un mezzo che "misuri" il dolore. Quindi sarebbe scorretto fornire una casistica precisa.

Inoltre non si dovrebbe solo trattare di coniugi che si separano, ma anche di ragazzi e ragazze molto giovani. Due si lasciano (a 15 anni, a 20, a 50...). Ma tutti e due erano intenzionati a interrompere il loro rapporto? E se uno/a continua ad amare l'altra/o? Chi viene "piantato", "scaricato", è esposto a immani sofferenze. E chi non è più innamorato può anche tollerare di continuare un certo rapporto, tenendo per così dire il *coltello dalla parte del manico* e trattando l'altro/a come un burattino, magari inconsapevolmente.

E per quanto riguarda la separazione e il divorzio tra coniugi, nel caso di una decisione consensuale, ne può derivare una diminuzione di sofferenza. Quindi l'atto sarebbe augurabile, anche da parte di credenti. Ma quando solo in uno dei coniugi l'amore si è spento? L'altro/a non può che soffrire? Oppure chi vorrebbe divorziare è condannato (per amore?) a convivere per forza, e a non risposarsi, rischiando di rendere la vita un inferno per tutti, figli compresi? La risposta non è sicura. È anche possibile una mobilitazione della volontà da parte dell'uno/a e dell'altra/o al fine di soffrire il meno possibile.

E non è diversa la situazione del rapporto tra omosessuali. Invece di disquisire sulla liceità del rapporto occorre considerare il caso (almeno comune quanto tra eterosessuali) in cui in uno/a l'amore si spegne, mentre l'altro/a è ancora innamorato/a.

Ma, comunque si consideri la questione, forse un solo comandamento va osservato. «*Ama il prossimo*». Da lì dipende «tutta la Legge e i Profeti» (*Matteo 22, 40*). Cioè da lì dipendono tutte le questioni sui rapporti prematrimoniali, sui divorziati risposati, sulla liceità della cosiddetta convivenza, sulla eguale dignità tra omosessuali ed eterosessuali.

Ma, alla luce di quanto detto, dovremmo davvero condannare ogni comportamento in cui non si rispetti la dignità altrui, anzi la si calpesti, con l'inganno, col disprezzo, con l'irrisione, con un'inescusabile leggerezza.

«Guai a giocare coi sentimenti!».

È una delle forme peggiori di odio. È un vero omicidio. È comune a ogni età.

Ma spesso questo crimine viene passato sotto silenzio o tollerato con un sorriso, anche da coloro sempre pronti a giudicare e condannare.

Un altro argomento che ha fatto molto discutere, sull'onda dei criminali attentati di Parigi, riguarda la libertà di stampa e i suoi eventuali limiti. "Libertà" significa "libertà di offendere"?

Le vignette "anticristiane" di *Charlie Hebdo* potrebbero essere interpretate non come offesa alla fede, ma come una forte critica alla condanna di molte chiese cristiane nei confronti degli omosessuali. È possibile, ma occorre porre delle domande.

Quanti percepiscono che l'oggetto del dileggio non è Dio né tantomeno lo spirito religioso delle persone, ma la sessuofobia e l'omofobia di tante autorità religiose? Quanti percepiscono che dire che Maometto e il corano sono "ripugnanti" è solo una critica al fanatismo criminale di una parte degli islamici?

Faccio alcuni esempi. Se dico «il calcio fa schifo» (e ci disegno una vignetta), magari io intendo condannare la stupida violenza di alcuni tifosi o lo squallore culturale di chi vive solo per il calcio. Ma per coloro per i quali il vedere una partita in tivù rappresenta un relax dopo una settimana faticosa e stressante, questa affermazione costituisce un'offesa.

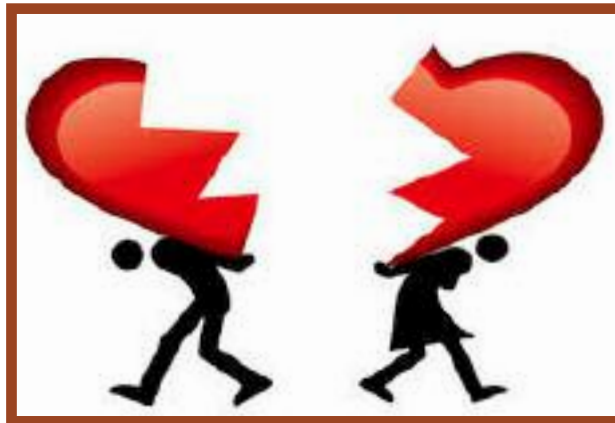
Se io dico «si fa troppo vittimismo sugli handicappati» (e ci disegno una vignetta), magari intendo condannare sprechi e imbrogli. Ma per gli autentici portatori di *handicap* e per chi li assiste questo messaggio costituisce una feroce offesa.

Se prendo in giro "zitelle" e "zitelli" forse intendo affermare che in certi casi la loro solitudine è un risultato della loro condotta e posso satirizzare a più non posso. Ma per coloro che soffrono per la mancanza dell'affetto che hanno sempre cercato, ciò costituisce uno scherzo crudele.

Se dico «non bisogna aiutare barboni, rom, sfrattati, immigrati, ecc.» (e ci disegno cento vignette) magari intendo denunciare malintesi, abusi e crimini. Ma, per la maggioranza dei casi, ciò costituisce un'offesa gravissima e immotivata.

Lo so, bisognerebbe esaminare caso per caso e un po' di satira magari ci sta bene. Alcuni abusi sono reali e vanno portati alla luce. E ci sarà sempre qualcuno che percepirà qualsiasi critica come un'offesa imperdonabile.

Ma la satira dovrebbe essere tale da **offendere il meno possibile**.





## SPUNTI PER L'AUTOFORMAZIONE

di Elena Ferrario

### LA DIFFICILE CONQUISTA DELL'INDIPENDENZA INTERIORE

*I più grandi doni che puoi dare ai tuoi figli sono le radici della responsabilità e le ali dell'indipendenza.*

Denis Waitley

*È facile, nel mondo, vivere secondo l'opinione del mondo; è facile, in solitudine, vivere secondo noi stessi; ma l'uomo grande è colui che in mezzo alla folla conserva con perfetta serenità l'indipendenza della solitudine.*

Ralph Waldo Emerson

*Amatevi l'un l'altro ma non fatene una prigionia d'amore. Riempitevi l'un l'altro le coppe, ma non bevete da un'unica coppa. Datevi sostentamento reciproco, ma non mangiate dello stesso pane. Cantate e danzate insieme e siate lieti, ma ognuno di voi sia solo, come sole sono le corde del liuto, benché vibrino di musica uguale. E siate uniti ma non troppo vicini: la quercia e il cipresso non crescono l'uno all'ombra dell'altro.*

Da un poema di Khalil Gibran

**U**na delle mete più impegnative ed esigenti nella vita di ogni persona è il conseguimento di un'autentica autonomia interiore. Autonomia significa non far dipendere la propria esistenza da altri, essere norma di se stessi, saper stare in piedi sulle proprie gambe anche nelle prove più difficili della vita.

Il lungo e faticoso processo per raggiungere questa libertà dovrebbe avviarsi fin dalla più tenera infanzia sotto la guida di genitori ed educatori responsabili che favoriscano nel bambino il suo viaggio verso l'indipendenza, superando la tentazione del tener piccoli, del "non lasciar crescere". In altri termini, educare i figli alla libertà nell'arco dell'infanzia e dell'adolescenza, implica che gli adulti responsabili della crescita dei minori riescano a vincere i propri impulsi di indispensabilità e di possesso delle loro giovani vite. Se questi processi educativi fossero svolti correttamente, alla conclusione dell'adolescenza, che si colloca intorno ai venti/ventuno anni (ma che oggi, in modo molto anomalo, si prolunga in molti casi fin oltre i trent'anni), i giovani adulti dovrebbero possedere, da un lato l'autonomia personale, inclusiva non solo della cura della propria persona ma anche della gestione corretta dei propri luoghi abitativi, come ad esempio rifarsi il letto e tenere in ordine la propria camera senza interferenze materne; dall'altro lato questi giovani ormai adulti (a cui sono stati riconosciuti la maggiore età e il diritto di voto a diciotto anni), dovrebbero essersi già conquistati un'autonomia operativa con la capacità di arrangiarsi da soli per vivere. Essere indipendenti significa infatti saper gestire e risolvere i problemi che la vita porta incontro di volta in volta, dirigere le abilità acquisite e i propri talenti verso attività pro-

duktive e creative. Per chi non ha svantaggi dovuti alla nascita o a disavventure della vita, tutto questo significa aver sviluppato il gusto del "far da sé", avere duttilità mentale, metodo nello studio e nella ricerca, capacità di organizzarsi, possedere, anche se si stanno proseguendo gli studi, attitudini a svolgere un lavoro che permetta di conseguire un minimo di autonomia economica dalla famiglia. I giovani educati fin da piccoli all'indipendenza, riescono anche oggi a cavarsela malgrado il penoso clima di crisi che stiamo vivendo, con l'arte sapiente dell'arrabattarsi, del rimboccarsi le maniche, non disdegnando, ad esempio, lavori ritenuti "umilianti" per il proprio grado di istruzione, o inventandosi attività inedite e innovative, al di fuori dei circuiti lavorativi istituzionali che offrono attualmente scarse possibilità d'impiego. Sotto questo aspetto si nota invece una tendenza molto diseducativa, da parte dei genitori, a sostituirsi ai figli nella soluzione dei loro vari problemi con l'effetto di prolungare la presenza dei giovani in famiglia. Ne consegue che adagiandosi nella loro comoda dipendenza sostanziale, questi figli non cresciuti esigano come un diritto maturato con l'età anagrafica, di vivere la loro libertà. Una libertà intesa come diritto di fare quel che pare e piace e che sfocia nell'adesione ai modelli consumistici e comportamentali in voga in un dato momento.

Venendo ora ad altre tappe importanti nel cammino verso l'indipendenza, tra cui primeggiano l'autonomia del pensiero, quella affettiva e quella morale, l'adulto consapevole che la propria crescita umana va al passo di queste conquiste interiori, deve prepararsi a essere un gran lottatore.



L'autonomia di pensiero richiede inevitabilmente di porsi in atteggiamento critico nei confronti del sistema dominante e questo potrà avvenire a due condizioni:

a) rendersi conto che i sistemi di potere vigenti non mirano a creare uomini liberi - liberi ad esempio di esprimere le proprie potenzialità antropologiche, i propri talenti - ma persone obbedienti ai modelli normativi imperanti; quelli cioè che vantano, tanto per fare un esempio, la centralità assoluta della propria immagine sociale, dell'essere come gli altri vogliono (con l'incubo annesso del giudizio di una società che non tollera debolezze, esalta i vincenti e squalifica i perdenti).

b) capire in quale misura queste norme sociali facciano ormai parte del nostro mondo interiore e lo condizionino.

Riguardo al punto b) va detto che gran parte degli individui, dall'adolescenza in poi, orgogliosamente convinti di essere liberi e padroni di sé, rifiutano di ammettere che in realtà vivono in un regime di dipendenza da modelli inculcati e poi rimossi al punto di essere impercettibili alla loro coscienza. Invece una verifica spassionata fa scoprire che tutti siamo schiavi di ideologie, mentalità, mode, pubblicità e che le nostre opinioni sono state a poco a poco forgiate dalla cultura imperante veicolata dalla stampa, dalla televisione, dalla rete, che hanno un enorme potere condizionante. Pertanto risulta chiaro che nella nostra attuale società l'indipendenza di pensiero è piuttosto l'eccezione che la regola. Eppure, sarebbe gran tempo che gli uomini, dotandosi degli strumenti critici necessari, si liberassero dal conformismo sociale che porta all'omologazione dei cervelli e a dipendenze sempre più disumane senza lasciare spazio alla libera espressione creativa dei talenti di ognuno. Nessuno può cambiare il sistema, ma ognuno può cambiare se stesso riducendo al minimo indispensabile la propria dipendenza dal sistema.

Quando si parla di indipendenza affettiva non si deve pensare che essa porti l'individuo all'autosufficienza e all'isolamento. Si tratta invece di aver chiaro che il bisogno di socialità affettiva dell'adulto - termine sintetico inclusivo di tutte le modalità di relazione: col proprio partner, coi familiari, con gli amici - non consiste riduttivamente nell'esigenza di avere dei punti rassicuranti di riferimento, qualcuno su cui poter contare. La relazione con l'altro dovrebbe muovere dal desiderio di condividere con qualcuno le proprie potenzialità affettive, la propria ricchezza personale, sempre nel rispetto della libertà dell'altro. L'affettività adulta, una volta raggiunta l'indipendenza, è un arricchimento dell'essere e non una stampella dell'identità (= senza l'altro,

io non sono nulla); non mantiene cioè le relazioni sulla base della necessità di rifuggire la solitudine, ma sulla base della loro qualità. Solo così se viene a crollare una relazione affettiva che ha perso significato, non si precipita nell'angoscia o nella disperazione, perché l'individuo ritorna a se stesso.

La strada che conduce a questa libertà? La risposta sarebbe molto lunga e complessa, ma in poche parole essa si riassume nella capacità, tutta da conquistare, di reggere da soli il peso dell'ansia che chiamiamo esistenziale perché connaturata con la struttura stessa dell'essere umano: ansia legata alla vulnerabilità (= possibilità di sofferenza), alla precarietà, alla finitezza (= certezza della morte). In relazione all'affettività, l'indipendenza interiore si può definire come la capacità che l'adulto consegue di fronteggiare quest'ansia senza aspettative che le relazioni interpersonali possano dargli sicurezza. Il superamento di quest'ansia è ovviamente più facile per chi possiede un solido ancoraggio ad un'ottica spirituale, rispetto a chi quest'ancoraggio non ha.

Da ultimo, ma non certo in ordine d'importanza, resta da accennare all'indipendenza morale che ai nostri giorni è facile interpretare come relativismo o come individualismo edonistico. Nulla di tutto ciò. L'autonomia morale si fonda su una maturazione personale per cui coscienza del bene e del male, valori etici, ideali, norme di comportamento e conseguenti scelte esistenziali sono ormai interiorizzati e non più legati a norme e comandamenti imposti dall'esterno. C'è autonomia morale quando

ognuno è norma di se stesso, quando al "devi, devi, devi" imposto dall'esterno si sostituisce il "faccio questo e quest'altro e quest'altro ancora perché lo voglio".

La strada della libertà, l'abbiamo già ampiamente detto, è tutta in salita. Quello che ancora non si è detto è che da ogni frammento di libertà conquistato con sudore, sgorga sempre un'indicibile gioia.





di Marina Chiarmetta

## FINESTRA SUL MONDO

### LA BELLEZZA È UN DIRITTO DI TUTTI

**I**n uno dei quartieri più poveri e multietnici di Parigi si apre una grande vetrina con i muri fluorescenti che ti invita ad entrare.

Siamo di fronte al primo salone di "bellezza sociale" dove le donne in difficoltà possono, con soli tre euro, ricevere un trattamento di bellezza completo, dal taglio al colore e messa in piega dei capelli, dalla manicure al guardaroba in prestito, all'assistenza sociale e anche medica.

L'80% dei poveri sono donne, e soprattutto dai 25 ai 45 anni sono le più vulnerabili. Hanno sovente difficoltà abitative, o hanno perso il lavoro, a volte hanno subito violenza. Non possono aver cura di se stesse. Questo salone è un luogo di accoglienza dove si sentono seguite e imparano a riprendere fiducia e a riacquistare dignità e sicurezza.



Lucia Iraci

L'ideatrice di questa realtà è una bella signora siciliana, Lucia Iraci, a capo di uno dei saloni di bellezza più lussuosi di Parigi. Arrivata da Canicatti a soli sedici anni per aiutare la sorella, ha iniziato a lavorare come apprendista parrucchiera. Dotata di grande talento, in poco tempo si è dedicata a lavorare per gli stilisti nelle sfilate di moda e ha

poi aperto un salone tutto suo. All'inizio, nel giorno di chiusura del suo negozio, accoglieva le donne della periferia parigina, ascoltava i loro racconti segnati dalle difficoltà e sofferenze. Poi ha compreso che si poteva fare di più.

Ha coinvolto importanti aziende produttrici di prodotti di bellezza come l'Oréal e ha fondato l'associazione "Josephine pour la beauté des femmes", un progetto assolutamente innovativo nel cuore della città, a cui nessuno aveva pensato prima.

Per Madame Iraci la bellezza è un diritto. «Le donne che noi aiutiamo non hanno i soldi per andare dal parrucchiere e neanche per la cura del viso. Noi ricordiamo loro che sono persone di valore, che meritano di essere belle. Per questo ho voluto che ogni cliente pagasse una cifra simbolica di tre euro per lasciare loro l'idea che i servizi resi non fossero gratuiti. Molte di queste donne hanno storie di violenza, di miseria, sono anche

anziane e sole. Molte non lavorano, hanno difficoltà e problemi nell'assistenza dei figli. Arrivano a noi mandate dai servizi sociali e devono ovviamente fornire dei giustificativi di spesa».

L'associazione si prende cura di ognuna personalmente. Dopo un colloquio, vengono loro proposti alcuni servizi di cura alla persona con l'aiuto di un dermatologo, uno psicologo e un ginecologo.

Si cerca anche di accompagnarle nella prospettiva di un reinserimento lavorativo fornendo strumenti anche tecnici di approccio alla richiesta di un lavoro. (Vengono a tale scopo organizzate giornate di simulazioni di colloqui di lavoro).

È un lento processo di riconquista della loro essenza di donna. Collaborando poi con altre associazioni, si tenta di trovare il percorso migliore per ciascuna.

C'è anche un servizio di prestito di abiti per occasioni importanti. Alcune aziende fanno donazioni di abiti nuovi che possono essere anche adattati per esigenze diverse.

Nel salone poche persone sono pagate: per la maggior parte sono volontari con competenze specifiche. Il successo è stato grande e ci sono liste di attesa interminabili. In media l'attesa per un colloquio è di circa due mesi, perché ogni donna deve trovare una disponibilità completa, la più adatta per le sue necessità.

A settembre del 2012 è stato aperto un nuovo salone a Tours, grazie anche all'interessamento di alcune forze politiche. Un altro è stato aperto a Moulins e si sta cercando di aprire a Rennes.

L'ultima idea di Madame Iraci è quella di creare una scuola per parrucchieri che vogliano lavorare nel sociale. Con l'aiuto di medici, infermieri e psicologi potranno imparare come ci si relaziona con gli ammalati e con le persone in difficoltà. Queste persone, se prive di mezzi, potranno avere una formazione gratuita ed essere facilitate a trovare lavoro anche nelle strutture ospedaliere. Si tratta di una scuola che potrebbe essere aperta anche a volontari che, imparando specifiche competenze, possano poi metterle a disposizione delle associazioni a cui appartengono.

È un progetto che ha incontrato subito il favore di grandi sponsor e ci fa comprendere l'importanza per una donna di essere considerata nel suo valore di persona e nella sua femminilità che tante volte non è riconosciuta o è offesa.

Dietro questi progetti c'è una sensibilità che poteva essere solo femminile: tali progetti potrebbero essere tranquillamente esportati anche nella nostra realtà.



## CRONACHE E APPUNTAMENTI

### FORMAZIONE SEMINARIALE: METODI E CONTENUTI



Hanno riscosso interesse e registrato una buona partecipazione gli ultimi seminari sul tema

*“Guarigioni possibili. Storie di persone che ce l'hanno fatta”.*

La trilogia, imperniata su tre testimonianze, ha offerto non solo l'aspetto scientifico/letterario delle patologie in questione: panico, schizofrenia e dipendenze varie, ma anche il dato esperienziale di soggetti che hanno attraversato con esito positivo il tunnel della sofferenza. Storie diverse, ma tutte connotate dall'incrocio della volontà di non arrendersi con la professionalità e la sensibilità di professionisti, orientati a superare schemi o etichettature precostituite, che molte volte ostacolano la guarigione, col favore di un atteggiamento di fiducia sulle possibilità di recupero. D'altra parte, a spiegare l'interesse del pubblico, sta anche il dato emerso con chia-

rezza dell'incidenza che il contesto ambientale e familiare ha nello sviluppo e nella cura di queste malattie. In due dei casi proposti, la testimonianza raccontata dai protagonisti in un libro, ha consentito di arricchire le relazioni, con la lettura di alcuni passi ritenuti significativi e di poesie scritte dai protagonisti in stadi diversi della malattia. Molto apprezzata dai partecipanti a livello organizzativo, l'impostazione snella adottata, che attraverso le interviste, la proposta di video musicali di alleggerimento e la particolare cura degli aspetti tecnici, ha consentito di mantenere vivo l'interesse sulle relazioni, grazie anche alla percezione di un *fil rouge* tra le varie parti, che il moderatore ha contribuito ad evidenziare.

O.D.G.

22 novembre 2014: *“Ansia, che emozione”* con la testimonianza di Pierluigi Bertini e con Paolo Cottura, psichiatra e psicoterapeuta e Fabrizio Tabiani, psicologo e psicoterapeuta.

24 gennaio 2015: *“Normali si diventa: vincere la schizofrenia”* con la testimonianza di Lia Govers e con Giuseppe Tibaldi, psichiatra.

7 marzo 2015: *“Alcol, droga, gioco: la strada per l'(in)dipendenza”* con la testimonianza di Bruna Damiani e con Ugo Zamburru, psichiatra.

### CONVEGNO NAZIONALE FEDERAVO A MONTESILVANO MARINA (PE) 22 - 24 MAGGIO 2015

Il Capitale umano  
Linfra dell'AVO, Patrimonio del Paese

Ricorrono i 40 anni di AVO, fondata a Milano nel 1975 dal prof. Erminio Longhini e, per festeggiare questa ricorrenza, si terrà a Montesilvano Marina (Pescara) nei giorni 22-23 e 24 maggio il XX Convegno Nazionale Federavo.

Il Convegno, dedicato a tutti i volontari, ha come titolo *“Il capitale umano Linfra dell'Avo, Patrimonio del Paese”*.

Nelle ampie sale dell'Hotel Majestic si incontreranno volontari provenienti da tutta l'Italia per partecipare ai numerosi incontri in programma ed interrogarsi sul ruolo del volontariato nella società odierna.

Da Torino partirà un pullman con le rappresentanze delle AVO del Piemonte.

Partecipare ad un Convegno nazionale è sempre un'esperienza arricchente e formativa.

Auguriamo a tutti buon soggiorno e buon lavoro!

### Premio NOI INSIEME

Nell'ambito del Convegno Nazionale sarà premiato il miglior progetto presentato dalle AVO d'Italia. Si tratta di un riconoscimento indetto dalla rivista Federavo *Noi Insieme* per premiare un progetto realizzato o in fase di realizzazione che presenti aspetti innovativi per il servizio, per il coinvolgimento di Enti/associazioni, ecc.

L'AVO Torino presenta in concorso tre progetti:

- \* Progetto “Maxi corso di aggiornamento a chiamata” per oltre 300 volontari.
- \* Progetto “Gruppi appartamento”: volontari accanto ad utenti con disagio psichico.
- \* Progetto “Giovani (18-23 anni)” di animazione nelle RSA.

## 19 febbraio: Convegno “L’Albero della solidarietà”

**G**iovedì 19 febbraio presso l’Aula Magna “A.M. Dogliotti” dell’Ospedale Molinette si è tenuto il convegno dal titolo “L’albero della solidarietà – Tanti modi di sperimentare la gratuità –”.

Il convegno inizia con la proiezione di un filmato con la canzone “Si può dare di più”, del lontano Sanremo 1987 e quanto mai attuale. “Si può dare di più senza essere eroi”, dice il testo. L’eroe crea distanza, è una persona irraggiungibile. Non abbiamo bisogno di eroi, ma di persone credibili e responsabili che ogni giorno confermino le proprie scelte.

Il moderatore Ruben Nasi che molti già conoscono per la sua partecipazione ad altri nostri incontri, introduce la mattinata partendo dal simbolo del convegno: un albero.

«Il simbolo è un albero dalle forti radici che apre i suoi rami agli altri. Il volontariato ha radici comuni e condivise che ci spingono all’impegno, ad agire in settori diversi. Non è sufficiente la buona volontà: serve l’intenzione che ci spinge a scegliere ogni giorno la nostra azione e a organizzare le forze. Impariamo a lavorare insieme per unire le nostre forze, per averne sempre di più per chi ha bisogno, per condividere le scelte che ogni giorno portiamo avanti, pensando “alla stupenda bellezza dell’uomo e del mondo”».

A questo punto, grazie a filmati e testimonianze dirette, si “aprono le finestre” su tre espressioni di volontariato.

**Comunità Cenacolo**, un’associazione cristiana che accoglie giovani smarriti, delusi, disperati che desiderano ritrovare se stessi, la gioia e il senso della vita.

Un ragazzo porta la sua testimonianza: «A poco a poco ho imparato a lottare contro l’egoismo e a vivere il dono gratuito verso l’altro. Questo mi ha portato a vivere una vita nuova, non più rinchiusa in se stessa. È un circuito virtuoso: chi ha ricevuto solidarietà la porta ad altri...»

**Emergency**, associazione umanitaria che offre cure mediche gratuite nei luoghi di guerra e povertà. La testimonianza è quella di un infermiere che è già stato più volte in missione: «La salute è un diritto, non un privilegio. Nei posti di povertà spesso invece diventa un privilegio. La cura deve essere di qualità e garantita a tutti senza discriminazioni. Io vado all’estero in luoghi di guerra e di fame, mi occupo dei più deboli perché credo sia giusto farlo. Se però non fossi attento al mio vicino qua, in famiglia, sul luogo di lavoro, squalificherei tutta la mia attività di missione all’estero. L’amore unisce tutti quanti: dobbiamo essere vicini a chi soffre, a chi è debole. La sofferenza è la stessa per tutti. Ciò che si fa qui dà valore a ciò che possiamo fare lontano».

**Avvocati di strada**, la prima (e finora unica) associazione di volontariato che offre assistenza legale gratuita ai senza dimora e si mette a disposizione di chiunque si sia ritrovato a vivere in strada e abbia bisogno di consulenza o supporto in cause penali o civili. L’avvocato rappresentante dell’associazione ci rammenta che difendere i diritti dei più deboli significa difendere i diritti di tutti...

Prende poi la parola Jonny Dotti, pedagogista ed imprenditore sociale, docente all’Università Cattolica di Milano. L’argomento del suo intervento è quanto mai stimolante: “La

cultura della solidarietà in un momento di crisi”. Il relatore pone subito una domanda su cui riflettere: «Noi che abbiamo fatto tante belle cose singolarmente, perché abbiamo inciso così poco a livello sociale e politico? Eppure il terzo settore movimenta milioni di persone... Abbiamo qualcosa da dire? Non basta dire che siamo tanto bravi. Forse non lo siamo così tanto... Possiamo giocare un ruolo più incisivo nella società?»

Ecco alcune considerazioni: l’immaginario, dal 1989 (data della caduta del muro di Berlino) fino al 2008 era: siamo un mondo di consumatori (cittadino=consumatore). Possiamo consumare all’infinito, dunque l’economia sta in piedi sui consumi. Per sostenere consumi infiniti occorre una produzione infinita che si regge su debiti infiniti. Siamo diventati consumatori di tutto, anche di servizi sanitari e assistenziali, e consumatori singoli.

Questo immaginario è crollato nel 2008, e non c’è la luce in fondo al tunnel: bisogna cambiare stile di vita. Il volontariato, il terzo settore sono state le toppe che salvavano il sistema. Ora tornano parole come “comunità”. Non esiste l’io, esiste il tu. Esiste il dialogo. Ogni desiderio va collegato alla responsabilità e alla relazione, così anche per i bisogni. Il nostro punto di forza è che ci stanno a cuore i legami e i significati. L’altro sono io. Siamo in grado di generare comunità dense di senso e di cambiamento? L’altro mi cambia o ruota attorno a me? Noi abbiamo nel nostro DNA che l’altro è importante e va rimesso culturalmente al centro. E l’altro è l’altro, non l’immagine che ne ho io. L’altro è la mia finestra verso l’infinito: mi dà la possibilità di sperimentare il mio tu.

Il volontariato si deve impegnare su due fronti: nell’esperienza educativa, di un volontariato obbligatorio per i giovani, che devono imparare ad impegnarsi per la comunità; nella prossimità e nel vicinato, nel creare una cultura solidaristica. Non dobbiamo fare i prestatori d’opera a servizio del sistema...»

Infine, l’intervento di Silvana De Mari, medico, scrittrice e psicoterapeuta, è stato un insieme di risorse per alimentarci di ottimismo: «In ogni istante della mia vita è una mia responsabilità essere il più felice possibile. I media ci tengono incollati al peggio, noi ricordiamoci del meglio: le vittorie sulle malattie, l’arte. Recuperiamo la fede nell’uomo e nella storia...»

«Teniamo sempre l’attenzione su qualcosa che funziona, su qualcosa che amiamo, sulla bellezza. Impariamo l’assoluta importanza del perdono e della gratitudine».

L’autore della poesia “Invictus” diceva: “Per quanto enorme sia la notte che mi circonda da tutte le parti, io sono e resto l’unico Capitano della mia anima”.

Non possiamo stabilire in che direzione viene il vento, ma possiamo diventare molto bravi a manovrare le vele»..



(Tratto dagli appunti di Rita Borello)





### INTERVISTA A SAMANTHA URSI

Come è ormai tradizione, al termine di ogni mandato intervisto il consigliere uscente dell'A.V.O. Giovani, oggi Samantha Urssi, per redigere un bilancio del suo mandato.

Il periodo del suo incarico è stato caratterizzato in particolare, sia dall'uso dei *social networks* con la creazione della pagina dell'AVO Giovani su Facebook (AVOGIOVANI-Torino), di un indirizzo e.mail su Twitter (@AVOGiovaniTo) e dall'uso di Whatsapp, mezzi di comunicazione molto in voga tra i giovani e non solo, sia dall'aver pubblicizzato la nostra associazione con iniziative originali.

*Come è nata l'idea di candidarti consigliere dell'A.V.O. Giovani nel 2012?*

La mia candidatura era stata caldeggiata dal precedente consigliere, Marco Sarti, e promossa anche da alcuni ragazzi del Gruppo.

*Che cosa ritieni di aver donato a questo gruppo?*

Ho cercato di donare tutta la mia energia ed il mio entusiasmo e spero di esserci riuscita.

*Hai dei rimpianti?*

Sicuramente avrei voluto essere più presente in alcune attività e nel mio servizio in ospedale.

Quest'ultimo aspetto è per me fondamentale, ma purtroppo non ho potuto svolgerlo con regolarità.

*Ritieni che in questi tre anni del tuo mandato, i giovani siano stati più presenti nelle molteplici attività dell'Associazione e che la loro voce e la loro forza abbiano lasciato un segno?*

Sicuramente sì. Ne è la prova la Tavola Rotonda organizzata proprio dai Giovani lo scorso ottobre

durante la VI Giornata Nazionale o i progetti che siamo riusciti a realizzare. Sono convinta che comunque questo non sia un punto d'arrivo, ma di partenza. Il gruppo è formato da persone molto valide, che sicuramente porteranno avanti ciò che abbiamo fatto finora e poi ci saranno i nuovi ragazzi con la loro forza e le loro idee.

*Che cosa auguri all'A.V.O. Giovani?*

Auguro di continuare così, di crescere e di fare in modo che la loro voce sia sempre più presente nell'Associazione.

*E al prossimo consigliere?*

Di non mollare mai, di trovare persone valide, motivate ed AMICHE come io ho avuto la fortuna di trovare all'interno del Gruppo Giovani (e non solo!)

*Quali saranno i tuoi progetti futuri all'interno dell'Associazione?*

Sicuramente parteciperò ancora agli incontri ed alle attività del Gruppo e cercherò di "recuperare" la regolarità del servizio in ospedale, che mi è mancata molto!



Grazie di cuore, Samantha, per questa simpatica chiacchierata.

Il gruppo A.V.O. Giovani ti ringrazia per tutto ciò che hai realizzato e in particolare per la tua disponibilità, il tuo impegno e la tua energia.



## VOLONTARI PER LA SINDONE: Torino 19 Aprile/ 24 Giugno



Numerosi sono i volontari della nostra Associazione che si metteranno a disposizione dei pellegrini per assisterli e indirizzarli nel percorso di avvicinamento alla Sindone; un servizio che si collega molto da vicino a quello che ordinariamente facciamo nelle Strutture, visto che Papa Francesco ha voluto privilegiare e agevolare, in questa occasione, in particolar modo i giovani e i malati la cui partecipazione è prevista in maniera massiccia. Al riguardo, per favorire l'accoglienza di disabili e persone che vivono nella sofferenza, la Pastorale della Salute della diocesi di Torino, insieme al Comitato organizzatore, ha predisposto una serie di servizi dedicati: un percorso prioritario per la visita alla Sindone, la possibilità di un percorso breve, luoghi di accoglienza per pel-

legrinaggi di un solo giorno (Cottolengo, Valdocco, Consolata e Sermig) nonché, in caso di pernottamento, due strutture di "Accueil" con assistenza medica e pasti, presso il Maria Adelaide e il Cottolengo, previa prenotazione presso l'Opera Diocesana Pellegrinaggi di Torino.

Particolarmente apprezzato, per l'autorevolezza e la competenza dei relatori, il Corso di Formazione dei Volontari presso il Santo Volto, articolato su quattro incontri di carattere generale ed una serie di incontri specifici, più direttamente collegati alla tipologia di servizio che si andrà a espletare. Per noi dell'AVO Torino l'esperienza, già di per sé significativa e coinvolgente, si arricchirà con la possibilità di contatto con volontari provenienti da altre Regioni, tutti attratti dal desiderio di mettersi, in "ascolto" di un'immagine, icona di una sofferenza muta ma quanto mai eloquente: una sosta davanti alla Sindone, che per quanto breve, è espressiva di quella vicinanza e presenza silenziosa che caratterizza, nel suo aspetto più profondo ed essenziale, la nostra relazione d'aiuto e che per molti di noi si fa testimonianza di "un amore più grande".



*Onofrio di Gennaro*

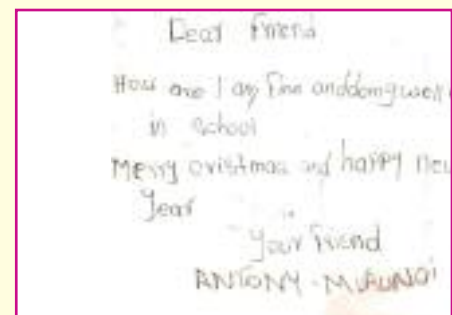
## ADOZIONI 2014



**Scolastica**

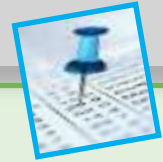


**Antony**



*Scolastica e Antony fanno parte del progetto "Adozioni" che l'AVO Torino ha effettuato nel 2014. Con gli auguri natalizi ci hanno aggiornato sui loro progressi scolastici ed inviato i loro disegni.*





### Ho fatto una conquista

**I**l giovedì mattina sono di servizio al Reparto Geriatria. Hanno da poco distribuito i pasti e sto per entrare nella prima stanza. Qui un infermiere sta cercando di persuadere un'anziana signora a mangiare qualcosa, dicendole: «Su Angela, deve mangiare se vuole guarire. Guardi, è arrivata una volontaria che sicuramente riuscirà a convincerla ...».

L'infermiere mi invita a prendere il suo posto, mentre la signora Angela mi guarda malissimo. Con il mio sorriso migliore mi appresto ad avvicinarle il cucchiaino alla bocca, ma la signora mi sibila: «Piuttosto che mangiare, voglio morire». La frase mi colpisce, ma ormai sono lì e l'infermiere mi incoraggia a non desistere. Ma appena le porgo il cibo in bocca (un frullato di verdura) Angela reclina il capo sul cuscino e si mette a dormire profondamente emettendo il classico respiro profondo. Così, di colpo. Sia l'infermiere che i parenti delle vicine di letto sono del parere che Angela stia mettendo in atto una messa in scena allo scopo di non mangiare; pare che non sia la prima volta. Intanto però sono accorsi altri infermieri che cercano di svegliarla, chiamandola e dandole schiaffetti sulle guance. Io, da parte mia, mi sento male: sarà mica stata colpa mia e del boccone che le ho messo in bocca? Arriva la capo sala che fa uscire tutti dalla stanza per visitare Angela. Nel corridoio aspetto con apprensione finché la capo sala esce e dice che tutto è a posto, Angela si è svegliata. Di mangiare ormai non se ne parla più e quando mi avvicino per salutarla, si volta dall'altra parte. Finisco il mio servizio col dubbio: si sarà veramente addormentata o sentita male oppure ha finto? Nell'ultimo caso, penso, si meriterebbe un Oscar per la migliore interpretazione.

Il giovedì successivo, faccio il mio giro in reparto e Angela è ancora ricoverata. È piuttosto agitata e appena mi vede mi chiama a gran voce: «Venga qui, lei, mi faccia scendere, mi tolga queste sbarre!». Le rispondo che non posso, sono una volontaria e non mi posso prendere questa responsabilità. La mia risposta la manda su tutte le furie: «Allora se ne vada e non si faccia più vedere!». Inutile insistere, è piuttosto nervosa e decido di lasciar perdere. All'ora del pasto, entro nella camera e aiuto una vicina di letto ad aprire i contenitori. Angela a quel punto mi chiede perché non mi occupo anche di lei. Mi avvicino, le sollevo lo schienale e le avvicino il vassoio con il pranzo. Nel frattempo osservo il comodino, completamente spoglio, a riprova del fatto che non ci sono parenti a fornirle l'occorrente. In realtà Angela non ha nessuna intenzione di mangiare; assaggia due cucchiaini di ogni cosa, poi sdegnosamente allontana i contenitori. Il passato di verdura è troppo salato, la carne è disgustosa, il fruttino è troppo freddo. Provo ad insistere, seppure con cautela, ma non c'è verso. Anzi, ad un certo punto mi manda via sgarbatamente: «Sa cosa le dico?, lei non è proprio portata per questo lavoro!». Incasso e mi allontano.

Terzo giovedì. Questa volta Angela non è in camera. La vedo sulla sedia a rotelle nel soggiorno con la testa appoggiata ad un tavolino. Sembra che dorma. All'ora del pranzo la sua stanza è chiusa, segno che c'è qualche medico in visita oppure che stanno cambiando una paziente. Quando finalmente posso entrare, Angela, come al solito non si occupa del cibo, quasi completamente intonso sul comodino, ma in compenso urla che ha freddo. Indossa solo un camice bianco dell'ospedale e dice di volere una maglia. Controlla nel suo armadio, ma non c'è nulla. A quel punto scendo nel nostro ufficio, dove teniamo del vestiario per i pazienti soli e senza parenti. Scelgo la maglietta migliore, nuova, a mezze maniche, con lo scollo bordato di raso, la porto ad Angela e l'aiuto ad infilarla. Da quando la conosco vedo sul suo volto il primo sorriso e anche uno sguardo commosso. Mi prende le mani e mi chiede di stare un po' con lei. Da ciò che mi racconta capisco una grande solitudine e anche, da qualche frase sconnessa, che purtroppo la sua mente non è del tutto lucida. Prima di andarmene mi chiede che cosa può fare per me, per ringraziarmi: «Ho ancora una casa, se vuole gliela regalo perché a me tanto non serve più ...». Al mio rifiuto dice: «Allora pregherò per lei e mi raccomando, venga ancora a trovarmi ...».

Questa volta esco dalla camera di Angela con il cuore gonfio di tenerezza: finalmente l'ho conquistata e sono riuscita a regalarle la sensazione che qualcuno si è preso a cura di lei.

L. N.



Il 29 gennaio in Via Giolitti 21, è stato inaugurato ufficialmente **Vol.To**: uno tra

i più grandi centri di Servizio per il Volontariato in Italia, nato dalla fusione di V.S.S.P. e IDEA SOLIDALE.

L'unione di due realtà e di due esperienze che permetterà di offrire al volontariato un sostegno efficace ed efficiente e di incrementare il numero dei servizi a disposizione delle associazioni, nonostante il progressivo calo dei fondi determinato dalla difficile congiuntura economica a livello nazionale.

Silvio Magliano è stato eletto primo Presidente di **Vol.To**; Vice Presidente Vicario sarà Luciano Demateis, Stefano Lergo e Leonardo Patuano ricopriranno la carica di Vice Presidente, Vincenzo Favale è stato scelto come Segretario, mentre per il ruolo di Tesoriere è stato designato Alessandro Terlizzi.



Presso la nostra Associazione è stata ufficialmente firmata la convenzione tra AVO Torino e Di.A.Psi (Difesa Ammalati Psichici) che operano in rete nell'ambito del disagio psichico.

(Nella foto: Felice Accornero, Graziella Gozzellino, Silvestra Pinzi, Nadia Gandolfo e Stefania Garini)

## Notizie dalle strutture

### Dalla RAF Buon Riposo

Il **Buon Riposo** di via San Marino 30 è una RAF, il cui acronimo significa R Residenza, A Assistenziale, F Flessibile ma noi volontari AVO preferiremmo credere che indichi R Residenti, A Allegri, F Festaioli.



Infatti, con il patrocinio e la presenza degli operatori sanitari condotti mirabilmente dall'educatrice Ilaria, noi volontari AVO partecipiamo attivamente alle attività organizzate nella struttura: per le feste di Natale abbiamo improvvisato una rappresentazione ... teatrale, recitando a gesti una canzone dello Zecchino d'oro: "La Madonna va al mercato". È stato un gran successo, molto apprezzato dai residenti e dalla struttura tutta.

Immane ogni mese c'è la "Festa dei compleanni", durante la quale i residenti festeggiati ricevono un dono, spengono le candeline sulla torta e presiedono in prima fila alla baranda musicale.

Due o addirittura tre giorni la settimana c'è la tombolata; il gioco diverte tantissimo tutti gli ospiti, che si impegnano seriamente nel cercare i numeri

sulle cartelle, desiderosi di vincere il premio: un pacchetto di fazzoletti, un gingillo, una sciappa.

Per la Festa di Carnevale sono venuti a farci visita Gianduja, Giacometta, le damigelle e Sbirulino. Hanno ballato e cantato con noi tutti, compresi alcuni residenti e i loro parenti: un gran successo!

Margherita ha potuto festeggiare in anticipo i suoi 105 anni, blandita e celebrata da Gianduja in persona!

Ma oltre a coriandoli, stelle filanti, candeline e cartelle della tombola, per noi volontari c'è l'ascolto, il conversare insieme, il contatto continuo e attento con i singoli, il porgere il bicchiere d'acqua, il sorriso, la presenza e la condivisione di un cammino ormai lungo e crepuscolare, ma sereno e continuo. La "Banda Avo" è ormai un gruppo numeroso, composto da ventiquattro elementi, coeso, motivato e affiatato. Ciascuno mette generosamente e spontaneamente del suo per realizzare questo stare insieme semplice e sincero, coniugando il DARE con il RICEVERE tanto, tanto, tanto affetto e riconoscenza!

*Volontari Avo del Buon Riposo*

### In memoria di Nicola Leonetti, volontario AVO del Buon Riposo

*"Mi sai nen".*

Nicola, sin dalle prime volte, aveva dimostrato grande dimestichezza nel prestare servizio come volontario Avo al Buon Riposo. I residenti lo cercavano, si sentivano protetti e ben voluti. Sapeva comunicare e creare un clima di amicizia e di confidenza, dimostrandosi disponibile, cordiale, attento. Raccontava sovente barzellette o battute per rendere piacevole la conversazione; la barzelletta "Mi sai nen" dell'immigrato meridionale a Torino al quale rubano la bicicletta, era il suo cavallo di battaglia.

Quando in autunno fu ricoverato, andammo a trovarlo alternandoci sino agli ultimi giorni per fargli sentire il nostro affetto e la nostra amicizia. Ci accoglieva col sorriso, persino scherzando, sempre con una mano tesa per tutti. Ha saputo affrontare con estrema dignità e serena forza interiore il suo cammino, dimostrando che anche nella sofferenza si può trasmettere amore per la vita e condivisione col prossimo.

Una di noi scrive: "... Abbiamo iniziato un percorso insieme frequentando il 67° Corso AVO ... non riesco a pensare di non vederlo più accanto a me dai nostri "vecchietti" ... l'ho salutato sabato scorso, senza credere che fosse l'ultimo saluto ... Ciao caro Amico ... e se puoi ogni tanto vieni a salutarmi ..."

Sarai per noi una stella che splende e ci guida da lassù. Grazie di cuore Nicola!

Torino, 22 gennaio 2015.

*I tuoi colleghi Avo del Buon Riposo.*



**Dai Gruppi Appartamento**

**Il nuovo servizio nei gruppi-appartamento  
UNA SECONDA FAMIGLIA**

**D**a ottobre 2014 l'AVO Torino ha avviato un nuovo servizio in quattro gruppi-appartamento dell'Asl To1. Si tratta di alloggi dove vivono piccoli gruppi (cinque persone al massimo) di malati psichiatrici nel periodo di transizione tra il ricovero in ospedale/clinica e il ritorno alla piena autonomia: relazionale, abitativa, lavorativa. Qualche volta le persone restano nel gruppo-appartamento anche tutta la vita, come nel caso di chi è stato a lungo in manicomio e non riesce più a recuperare un'esistenza "normale".

Ma perché questo nuovo servizio? Perché l'ospedalizzazione è solo una breve tappa nel percorso di sofferenza dei malati psichici. In reparto si finisce nel momento della "crisi", quando la malattia si acutizza, ma il percorso di dolore - e di solitudine - della persona con problemi psichiatrici continua poi nella vita di tutti i giorni, e il volontario può essere utile anche in queste situazioni.

Andando nei gruppi-appartamento si entra di fatto "in casa d'altri": ciò richiede molto tatto e delicatezza, rispetto delle abitudini altrui, flessibilità, spirito d'adattamento. Il volontario si trova a fare un po' di tutto: cerca di stimolare le persone a uscire di casa, accompagnandole a fare la spesa, a prendere un caffè, a fare una passeggiata... a recuperare la "normalità" della vita vissuta; piccoli gesti per noi scontati, ma che per loro possono essere una conquista. A volte ci si ferma a pranzo nel gruppo, altre volte si cucina tutti insieme. Come ci racconta Marina Chiarmetta, una dei quattro volontari coinvolti nel servizio (uno per gruppo, una volta a settimana):

*«All'inizio ho trovato una chiusura totale, gli ospiti quasi non mi parlavano. Ma tutto ha iniziato a cambiare quando si è deciso di fare il pranzo di Natale alla vigilia, con la sottoscritta come cuoca. Abbiamo deciso il menù a base di pesce. C'è stato finalmente un bello scambio di opinioni. E il 24 dicembre, è stato un successo... Cucinando parlavo con tutti, spiegando quel che facevo. Una signora che mangia sempre solo il primo ha mangiato anche il pesce, tutti hanno apprezzato il menù e alla fine ho chiesto un voto da 0 a 10: quasi tutti mi hanno dato 10. Non mi sembrava vero tanta cordialità! Da allora le cose stanno piano migliorando...».*

Questo fa comprendere come all'inizio il servizio possa essere faticoso, dal punto di vista emotivo, anche se si svolge in un contesto 'protetto' dalla presenza o almeno dalla supervisione degli operatori sociosanitari. Con loro, a fine gennaio, c'è stato un incontro di verifica sui primi mesi di servizio e tutti si sono detti molto contenti. Gli operatori - educatori, infermieri, Oss - hanno notato miglioramenti nel comportamento di alcuni malati: qualcuno ha iniziato a uscire di casa con il volontario mentre prima non usciva mai; qualcuno è diventato meno taciturno; qualcuno sta scoprendo nuovi interessi o capacità che migliorano la sua autostima...

È successo ad esempio nel gruppo seguito dalla volontaria Maria Teresa Talarico, composto da due signore di 83 e 62 anni. Racconta M. Teresa: *«Per la loro patologia, a parte accudire la loro persona e preparare pranzo e cena, non riescono a creare da sole iniziative per trascorrere la giornata. Una fuma parecchio, l'altra si crogiola nel letto, aspettando che il tempo passi. Ecco allora che la mia presenza ha portato a passeggiate, partite a carte, abbiamo iniziato dei lavori a maglia - non so se verranno portati a termine - ma non è questo l'importante; ciò consente di parlare di qualcosa di diverso, di tenersi attive, di sentirsi orgogliose del proprio lavoro. (...) È come avere due zie che vivono sole, e una volta la settimana passi da loro a sentire come va. Se dovessi saltare la mia visita settimanale, non so se io mancherei a loro, ma sicuramente loro mancherebbero a me».*

Questa sensazione di trovarsi in famiglia è testimoniata anche da un altro volontario, Giancarlo Bergandi: *«Il bello di questo servizio è che entri in contatto con loro a casa loro, nella loro intimità, nella loro privacy. Non ci sono camici, medici, infermieri, ore scandite dalle terapie: è una vita vera anche se protetta. Ti parlano delle loro aspettative, dei loro sogni e turbamenti, delle loro affettività o presunte tali. Si va a fare la spesa come una vera famiglia, si riempie il carrello come nelle "normali" famiglie, c'è la lista da seguire e si chiacchiera del più e del meno. Per me, dopo il servizio in reparto, è l'esperienza più formativa che l'AVO potesse darmi. Esci arricchito, gioioso e grato per quello che "loro" ti danno e trasmettono».*

Naturalmente, vista la delicatezza e complessità del servizio, è molto importante la formazione dei volontari, non basta la buona volontà, ma occorre essere preparati per evitare di danneggiare involontariamente - dal punto di vista emotivo e psicologico - non solo queste persone così fragili ma anche noi stessi. Ai volontari psichiatrici si propongono durante l'anno corsi di formazione e aggiornamento, e incontri di supervisione con un professionista esterno che aiuta a fare un lavoro di riflessione su di sé e sul proprio servizio, confrontandosi su paure, dubbi, difficoltà, emozioni negative. Incontri che offrono ai volontari la possibilità di crescere insieme e rafforzare lo spirito di gruppo, vivendo sulla propria pelle la verità dello slogan 'Aiutare ci unisce'.

E può unire anche gli altri, come ci spiega Castiliano Boscolo parlando del "suo" gruppo: *«La nostra presenza discreta e silenziosa vorrebbe aiutare questi gruppi di persone a diventare sempre meno gruppi e sempre più persone: che si accettano, che si rispettano, che si accolgono con sempre meno fatica. Dove la convivenza diventa ogni giorno sempre più una ricchezza per tutti! E anche se a volte è un po' più difficile o faticoso, è bello tornare alla propria casa sereni, pensando che sei stato di aiuto a qualcuno che ne aveva bisogno».*

Stefania Garini

*Una casa non è una questione di mattoni, ma di amore. (Christian Bobin)*



di Lucia Nicoletta

## DAL MIO BLOCK NOTES

### IL REGIO MANICOMIO DI TORINO

**U**na città grande come Torino subisce negli anni tante e tali trasformazioni che spesso diventa difficile ritrovare nella sua fisionomia le tracce del suo passato, della sua memoria. Questo ho pensato di recente passando in Corso Regina Margherita di fronte allo stabile che ora ospita l'Anagrafe Centrale e che fino al 1975 è stato la sede del Regio Manicomio di Torino, quello che la cittadinanza chiamava comunemente "l'Albergo dei due Pini". Tale ricordo è stato suscitato, con tutta probabilità, dall'aver frequentato alcuni momenti formativi (un corso e dei convegni) organizzati dall'AVO sul tema dei disturbi psichiatrici. Chi ne soffre vive tutt'oggi una condizione di estrema difficoltà ma, mi sono chiesta, qual era la situazione di questi ammalati nei secoli scorsi?

La sede di via Giulio fu costruita per sostituire l'antico "spedale dei pazzerelli" sorto nel 1729 per volere di Vittorio Amedeo II che ne affidò la gestione alla Confraternita del Santissimo Sudario e della Beata Vergine delle Grazie. Tale struttura era stata creata con lo scopo principale di liberare le strade dalla presenza di soggetti il cui comportamento poteva essere fonte di pericolo per la cittadinanza o di scandalo per le famiglie di appartenenza. I membri della Confraternita si avvalevano della consulenza di un medico esterno il quale si limitava alla cura della salute fisica dei ricoverati poiché l'alienazione mentale, a quel tempo, era considerata una malattia incurabile. L'unico accenno tecnico si avverte nella distinzione tra "alienati fatui (innocui, indifferenti) e furiosi".



In considerazione dell'eccessivo affollamento e della necessità di suddividere i malati a seconda del sesso, l'Amministrazione nel 1828 decise la costruzione del nuovo ospedale. La Città di Torino concesse a tale scopo un ampio quadrilatero di circa sei giornate di terreno precedentemente occupato da fortificazioni militari e dalle ghiacciaie. Via Giulio infatti era chiamata in precedenza Via delle Ghiacciaie. Il luogo fu scelto poiché "sufficientemente appartato dalla città per non riuscire d'incomodo al vicinato, ben esposto e ventilato, con il prospetto di campagna". I malati stessi vennero impiegati nella costruzione della nuova grande casa di cura progettata dall'architetto Talucchi. Il nuovo nosocomio, che fu inaugurato nel 1834, presentava due grandi fabbricati paralleli intersecati da un braccio trasversale e ospitò, fin dalla sua apertura, circa 400 ammalati. Per la prima volta si procede, a seguito di un concorso pubblico, all'assunzione di un medico primario e all'attivazione di un servizio sanitario "interno e ininterrotto".

Nell'800 la teoria più accreditata è quella organicista: la follia è da ricercare in un danno organico localizzato in qualche parte del cervello anche se alcuni studiosi francesi, come Pinel e Esquirol, ipotizzavano già allora cause più profonde di carattere "morale", legate alle "passioni, gli affetti, le relazioni" e a "disquilibri dell'anima". Esquirol ebbe modo di visitare il Regio Manicomio di Torino e non risparmiò le sue critiche. Il sito gli sembra ben poco adatto all'assistenza dei malati di mente.

Gli psichiatri torinesi intanto continuano la loro opera di classificazione, nel tentativo di individuare e separare i ricoverati in una sorta di "sistema di padiglioni", vere e proprie sezioni autonome, in base alle diverse tipologie e alla gravità: i "tranquilli lavoratori", i "convalescenti", i "tranquilli dementi cronici", i "semitranquilli", i "semiagitati", i "sudici e paralitici", gli epilettici e i "clamorosi e furiosi".

Quali erano le cure, le terapie adottate in quel periodo?

Posto che gli obiettivi primari continuavano ad essere la segregazione e l'isolamento, alcuni medici applicarono, in via sperimentale, altri tipi di rimedi. In primo luogo l'ergoterapia (terapia del lavoro), atta alla rieducazione e alla "moralizzazione" del malato. In via Giulio i ricoverati erano adibiti ai servizi interni di forno e cucina, sartor-



- *Le mie impronte digitali*
- *Prese in manicomio*
- *Hanno perseguitato le mie mani*
- *Come un rantolo che salisse*
- *le vene della vita.*
- *Quelle impronte digitali dannate*
- *Sono state registrate nel cielo*
- *E vibrano insieme*
- *Ahimè*
- *Alle stelle dell'Orsa maggiore*

Alda Merini

Occorre sottolineare che fino alla metà del XX secolo furono adottati dei metodi assurdi e disumani come l'elettrochoc, la psichirurgia (l'asportazione di parti del cervello) e la piretoterapia che consisteva nell'inoculazione della malattia malarica al paziente, partendo dal presupposto che la febbre aveva un'azione benefica sulla malattia mentale.

Solo a pochi anni dalla sua apertura l'ospedale di via Giulio iniziò a presentare problemi di sovraffollamento e carenze dal punto di vista igienico-sanitario e nel 1851 il direttore si trovò costretto a constatare la saturazione della capacità ricettiva della struttura con l'impossibilità di far fronte a ulteriori richieste di ricovero. Fu così deciso di trasferire parte dei ricoverati presso la Certosa di Collegno, un grande complesso situato alle porte della città, in aperta campagna, e abitato fin dal 1641 da un gruppo di monaci certosini provenienti dalla Val di Susa. Con l'acquisto della Certosa il manicomio di Torino si dotava di una succursale di enormi dimensioni, provvista di aree verdi e di terreni agricoli e destinata peraltro ad ingrandirsi ulteriormente nel corso del tempo, tanto da arrivare a comprendere, sul finire dell'800, alcuni nuovi fabbricati, una casa coloniale e numerosi laboratori per l'ergoterapia. A queste strutture si aggiunsero nei decenni successivi altre due sedi situate rispettivamente a Grugliasco e a Savonera. A partire dagli anni venti del 1900 nell'ospedale di Torino rimangono solo le donne.

Il significativo incremento dei ricoverati nel periodo di fine Ottocento e inizio Novecento (da circa 800 a 2.400 persone) è da imputarsi al processo di modernizzazione avvenuto nel Paese che provocò numerosi costi sociali quali la diffusione della pellagra nelle campagne e dell'alcolismo e della sifilide nei centri urbani che ebbero riflessi psichiatrici immediati.

Nel 1964, con l'apertura di altri due nosocomi destinati agli anziani e ai minori, la capacità ricettiva totale dei manicomi torinesi tocca il suo massimo e il picco dei ricoverati si ha nel 1966 con 4.773 degenti.

Ma sarà proprio nel corso degli anni '60 che si verificheranno i primi cambiamenti in ambito psichiatrico. Il movimento di contestazione sorto in quel periodo criticò duramente l'istituzione manicomiale in cui ogni libertà e ogni diritto venivano negati e la psichiatria ufficiale stessa viene messa in discussione. Vanno inoltre citati altri fattori quali l'introduzione degli psicofarmaci e l'insostenibile aggravio economico sulle Province per la gestione degli istituti psichiatrici. Alla fine del decennio si assiste al graduale superamento delle modalità assistenziali e di ricovero con la dimissione di molti pazienti e l'attivazione dei primi Centri di Igiene Mentale sul territorio. Sarà infine la Legge 180/78 a decretare la fine della realtà manicomiale nel nostro Paese.

ria, calzoleria, materasseria. Inoltre venivano utilizzati alcuni metodi pseudo terapeutici e "cure igieniche" come il salasso, l'idroterapia (bagni caldi e freddi) e altri dall'intento chiaramente punitivo: la contenzione su letto orizzontale o verticale con catene, l'applicazione di corsetti di ferro, camicie e cinture di forza, macchina rotatoria, isolamento in camera oscura con pareti e soffitti tinti di nero, urticazione ottenuta percuotendo con rami di ortica.

### In questo numero

- 2 Editoriale
- 3 Riflessioni scomode  
*Fare soffrire il meno possibile*
- 4-5 Spunti per l'autoformazione  
*La difficile conquista dell'indipendenza interiore*
- 6 Finestra sul mondo  
*La bellezza è un diritto di tutti*
- 7-8 Cronache e Appuntamenti  
*Formazione seminariale*  
*XX Convegno nazionale*  
*Convegno "L'albero della solidarietà"*
- 9 Avo Giovani  
*Intervista a Samantha Ursi*
- 10-11 Oggi in bacheca  
*Volontari per la Sindone. Adozioni 2014*  
*Vol.To*  
*AVO Torino-Di.A.Psi*  
*Ho fatto una conquista*
- 12-13 Notizie dalle strutture
- 14-15 Dal mio block notes  
*Il Regio manicomio di Torino*
- 16 Dove siamo



*Per informazioni e iscrizioni:*

**AVO TORINO**  
Via S. Marino, 10  
10134 Torino  
Tel. 011.3187634  
Tel/Fax 011.3198918

**www.avotorino.it**  
**e.mail: info@avotorino.it**  
**c/c postale n. 12996104**  
**C.F. 97503860013**

**Orario segreteria:**  
**Mercoledì e Venerdì ore 10-12**  
**Lunedì e Giovedì ore 17-19**

## DOVE SIAMO - Strutture e reparti

**Gradenigo:** Medicina / Ortopedia / Oncologia / Pronto Soccorso / Day Hospital oncologico / Riabilitazione/

**Martini:** Accoglienza / Cardiologia / Chirurgia / Degenza temporanea / Geriatria / Medicina / Nefrologia / Neurologia / Accoglienza Neurologia / Ortopedia / Pronto Soccorso / Pediatria / Urologia / SPDC Repartino Psichiatrico /

**Mauriziano:** Medicina Generale 1/ Medicina Generale 2 / Medicina generale lunga degenza / Pronto Soccorso/ Riabilitazione funzionale / Dialisi / Chirurgia vascolare / Ortopedia /Accoglienza / Punto d'ascolto / SPDC Repartino Psichiatrico /

**San Giovanni Antica Sede:** Accoglienza / Radioterapia / Diabetologia

**Regina Margherita:** Accoglienza / Pronto Soccorso: DEA (Dipartimento Emergenza Temporanea) e OBI (Osservazione Breve Intensiva) / Neuropsichiatria / Chirurgia media intensità / Pneumologia / Pediatria Lattanti / SAN (Terapia Subintensiva allargata neonatale) / Sala gessi / Chirurgia Alta Intensità / Pediatria d'urgenza / Nefrologia-dialisi / Centro ustionati /

**San Giovanni Battista Molinette:** Triage (prima accoglienza di Pronto Soccorso) / Pronto Soccorso / Medicina 4 / Medicina 6 / Medicina 10 / Neurologia / Pneumologia / Oncologia 1 / Oncologia 2

**S. Anna:** Ginecologia A-B-C / Ginecologia Oncologica A-B-C / Ginecologia A I° Clinica / Ginecologia B 2° Clinica / Ostetricia settori 2C-2D / Reparto Accettazione (P.S.) / Day Hospital Oncologico /

**San Giovanni Bosco:** Geriatria / Reparto Ortopedia / Medicina A / Medicina B / SPDC Repartino Psichiatrico /

**C.T.O. Centro Traumatologico Ortopedico:** Accoglienza / Ambulatorio Ortopedia / Reparti: su segnalazione Assistente sociale / U.S.U. Unità Spinale Unipolare 2°-3°-4° piano /

**Maria Vittoria:** Accoglienza Ambulatori Otorino /Day Hospital Chirurgia/Pronto Soccorso

**Centro Diurno Aurora:** Assistenza malati di Alzheimer

**Gruppi Appartamento per utenti psichiatrici:** quattro gruppi appartamento ASL TO1

**I.R.V. Istituto di Riposo per la Vecchiaia:** 1°-2° piano Post-acuzie

**Pensionato "Buon Riposo":** Assistenza ospiti Pensionato

**R.S.A. - ASL TO2 - Via Botticelli:** Assistenza ospiti Residenza

**R.S.A. - Crocetta:** Assistenza ospiti Residenza

**R.S.A. - Senior Residence:** Assistenza ospiti Residenza

**R.S.A. - Residenza Richelmy:** Assistenza ospiti Residenza

**R.S.A. - Residenza Principe Oddone (R.P.O.):** Assistenza ospiti Residenza