Luglio 2020
ANNO XII - N. 1

ASSOCIAZIONE Cucchinews

Notiziario dell'Associazione Cucchini Onlus • Sollievo e assistenza al malato e alla sua famiglia

Iscr. Trib. di Belluno N°14 / 2009
Stampa: Tipografia Piave Srl BL
Direttore responsabile: Lorenzo Sperti
Poste italiane Spa, sped. in A.P. DL 353/03
(conv. in L. 27/02/04 n.46) art. 1, c. 2, DCB BL
Recapito: presso Hospice Casa Tua Due,
Ospedale San Martino, Viale Europa, Belluno
Tel. e fax 0437 516666
e-mail: segreteria@associazionecucchini.it

FEDERAZIONE CURE PALLIATIVE ONLUS

Editoriale

Cari Soci, cari Volontari, cari Amici della Associazione Cucchini,
torniamo a voi con un nuovo numero delle nostre News dopo un periodo che ha visto la pandemia incidere sulla vita di tutti in termini sanitari, sociali, economici. Abbiamo visto immagini e sentito notizie di dolore, sofferenza, solitudine che in molti casi hanno accompagnato il fine vita di moltissime persone nel mondo, nella nostra nazione e anche nei nostri territori.
Viene spontaneo pensare come la nostra Associazione sia nata e sia cresciuta proprio per dare sollievo a queste sofferenze con la assistenza e anche con la semplice presenza ai malati e ai loro familiari. Le necessità di isolamento per prevenire il contagio hanno appunto in molti casi limitato questo aiuto, ma proprio questa carenza ha fatto emergere di riflesso il forte bisogno di sostegno e conforto che possono venire dall'opera di volontari motivati e preparati.
Per questo pur nell'osservanza delle regole di prevenzione abbiamo voluto mantenere vive molte attività della nostra Associazione come la fornitura di ausili e la cura del verde esterno dell'Hospice, cui si è aggiunta la disponibilità di consulenza psicologica telefonica. Ora che la situazione pandemica sta migliorando, abbiamo ripreso anche l'assistenza in Hospice, grazie all'opera dei nostri volontari, nonché riavviato l'importante progetto "Come in famiglia" che assieme a Azienda Ulss 1 Dolomiti, Sersa, Associazione Mano Amica di Feltre ci vedrà protagonisti nella implementazione della attività di cure palliative nelle case di riposo. Molte iniziative di aggiornamento e promozione delle attività associative in questi mesi sono state per forza sospese, ma contiamo a breve di riprogrammarle per tornare pienamente operativi dopo le ferie estive.
A tutti quindi un augurio di una rapida, sicura e completa ripresa di tutte le nostre attività comprese quelle di sostegno e partecipazione alle finalità e attività della nostra Associazione.

Paolo Colleselli
Presidente

«Il lockdown ci ha portato anche qualcosa di positivo: la possibilità di rallentare i ritmi»

La voce di Maria Rita Meloni dietro la cornetta della linea di ascolto Cucchini.

Una voce gentile e professionale dall'altra parte della cornetta. Ha ascoltato persone sole, problemi famigliari, crisi da quarantena; ha dato consigli, conforto; ha fatto compagnia. È la voce di Maria Rita Meloni, che ha accompagnato il periodo del lockdown con la linea d'ascolto della Cucchini, "Noi ci siamo, stiamo in casa... e ti ascoltiamo" (al numero 3371134092).

Un servizio che è stato utile e che sicuramente continuerà a esserlo anche dopo il passaggio del coronavirus. «Perché è proprio adesso che possono emergere situazioni difficili. E ancora di più in autunno - dice la psicologa Meloni, che da tempo collabora con la Cucchini -. La vita sembra tornata normale, nelle ultime settimane; in realtà incombe ancora l'incertezza, assieme alla sensazione di non poter decidere».

La linea d'ascolto è un'idea che è stata lanciata a marzo. «E l'ho subito appoggiata. Pensavo ci sarebbe stata una richiesta importante, con chiamate continue. Perché da un momento all'altro la nostra vita è cambiata; la pandemia ci ha bloccati in casa e ci ha costretti a cambiare abitudini. Inizialmente invece l'afflusso di telefonate è stato ridotto. Hanno chiamato diverse persone, per la verità, ma non cercavano un vero e proprio supporto psicologico; semplicemente volevano parlare con qualcuno. Si è trattato di persone sole, spesso con i figli lontani e impossibilitati a vederli».

Ci sono stati anche interventi psicologici?

«Sì, relativi a lutti, perlopiù; persone che hanno perso un famigliare, non necessariamente per Covid, e che a causa del distanziamento sociale non hanno potuto vederlo, oppure non hanno potuto fare il funerale. La mancanza dei rituali necessari per elaborare e superare un lutto è un problema. E lo sarà ancora per un po', credo. Al momento non siamo ancora in fase critica; i tempi si allungheranno. In autunno potrebbero esserci situazioni di depressioni acute, o cambiamenti nell'alimentazione, stravolgimenti nel ritmo sonno-veglia».

Come mai?

«La vita è tornata normale, ma incombe ancora la sospensione del non sapere cosa succederà. Dovremo vedere cosa succede fuori dall'Italia e come si comportano gli altri Paesi. In ogni caso, la sospensione ce l'abbiamo ancora sopra la testa. E la sensazione di non poter decidere è forte».

Intanto però la vita è ricominciata, quasi normale.

«Non per tutti. Quando è finito il lockdown, per alcuni è finita anche la situazione di protezione. E molti ancora oggi non escono: hanno paura per se stessi e temono di diventare mezzo di contagio per gli altri, e quindi rimangono ancora a casa e stanno vivendo una situazione complessa. Oggi c'è chi ricomincia a vivere una vita quasi normale e chi invece è ancora molto scosso. Chiaramente gli uni non capiscono gli altri e si creano difficoltà di comunicazione».

Chi ha subito di più il lockdown e chi continuerà a subirlo?

«Le persone in fascia debole - over 65 e malati - hanno avuto molta più paura rispetto agli altri. Siamo stati martellati dalla comunicazione sul Covid e dalle immagini di ospedali, ambulanze... io consigliavo di guardare il meno possibile la televisione. Sarebbe bello che adesso, con la ripresa delle attività, ci bombardassero anche di notizie positive. Comunque anche bambini e adolescenti sono stati molto colpiti dal martellamento dell'informazione sul Covid, tant'è vero che oggi molti faticano a uscire di casa e preferiscono rimanere dentro. È un altro degli aspetti complicati della situazione post-Covid. Tuttavia, il lockdown ci ha dato anche qualcosa di positivo».

Davvero? Cosa, in particolare?

«La possibilità di rallentare i ritmi, di avere tempo per fare cose a lungo rimandate e restare in famiglia. È stato positivo, anche se di breve durata. Purtroppo con la ripresa delle attività ci siamo dimenticati di questo».

Come ha portato avanti la sua attività con i volontari dei gruppi A.M.A.?

«Ho mantenuto i contatti con gli strumenti che la tecnologia ci offre. Diciamo che avevo un appuntamento più o meno fisso per le rassicurazioni e per dare indicazioni di normale "sopravvivenza". Poi ho fatto un po' di formazione ai volontari dell'hospice vista la loro attività. Questo ha permesso anche a loro di avere un filo conduttore e una certa continuità nella loro scelta di volontariato. È stata una bella esperienza per me».

Psicologa Maria Rita Meloni

Cucchini e Ulss 1: rinnovata la convenzione "Cure palliative"

L'Associazione Cucchini continuerà a occuparsi di alleviare il dolore dei malati, e anche delle loro famiglie, come fa ormai da decenni nel distretto di Belluno. Infatti, è stata rinnovata la convenzione con l'Ulss 1 Dolomiti per l'erogazione delle cure palliative in ambito extraospedaliero e distrettuale. Il documento è stato sottoscritto nel mese di maggio dal presidente dell'associazione Paolo Colleselli, e dal direttore generale dell'Ulss Dolomiti, Adriano Rasi Caldogno. Avrà validità fino al 2025.
L'associazione, nell'ottica di contribuire a potenziare ed estendere nel territorio dell'Ulss 1 il progetto di messa in rete assistenziale delle cure palliative a favore di pazienti affetti da gravi patologie neoplastiche, mette a disposizione propri volontari dedicati all'assistenza domiciliare e all'Hospice, che opereranno in stretto raccordo seguendo le direttive e le segnalazioni del responsabile dell'Unità Operativa Cure Palliative, interessato all'assistenza domiciliare, e del responsabile dell'Hospice.

L'associazione si impegna a reclutare volontari, a curarne l'aggiornamento e la formazione continua e a mettere a disposizione professionisti e operatori sanitari specificamente formati e utili al perseguimento degli obiettivi dell'Ulss. L'Ulss da parte sua autorizza i volontari, inseriti in un elenco che predisporrà l'associazione, a utilizzare il mezzo messo a disposizione per il trasporto e la consegna degli ausili.
Compatibilmente con la disponibilità di risorse umane e finanziarie, l'associazione concorrerà a definire con l'Ulss un programma di estensione e implementazione dell'assistenza domiciliare a malati neoplastici gravi e in condizioni di terminalità. L'Ulss garantisce attività di personale medico, infermieristico e tecnico-riabilitativo, nell'ambito delle risorse assegnate all'Unità Operativa Cure Palliative, al Distretto Socio-Sanitario di Belluno e all'Hospice, nel rispetto delle compatibilità economiche e normative in atto.
«Viene confermata la collaborazione stretta con l'Ulss, che ringraziamo per la fiducia che pone nell'attività dei nostri volontari, sempre attenti alla persona, alle esigenze del malato e delle famiglie - commenta il professor Paolo Colleselli -. L'associazione da trent'anni porta avanti con convinzione la propria mission ed è diventata uno dei punti di riferimento per le cure palliative in tutta la provincia, tra l'assistenza domiciliare e la struttura Hospice Casa Tua 2. Il rinnovo della convenzione stringe ancora di più il legame con l'Ulss nel campo delle attività e delle cure palliative, a cui Cucchini provvede da anni con i suoi volontari e anche con professionisti».

«L'Associazione Cucchini offre un importante apporto allo sviluppo delle cure palliative attraverso un volontariato competente, dinamico e "umano" che contribuisce al continuo miglioramento del servizio assistenziale a favore della persona in fase terminale e del supporto alla sua famiglia - commenta il direttore generale dell'Ulss Dolomiti, Adriano Rasi Caldogno -. Solo attraverso un lavoro di squadra e l'unitarietà degli intenti, si può sviluppare un approccio di sistema, nel rispetto dei reciproci ruoli, per creare una rete per cui il cittadino, in particolare l'ammalato, e il suo nucleo familiare si possano sentire curati, accolti, accompagnati e "senza dolore". Ringrazio il presidente Colleselli per l'ottimo rapporto di collaborazione instaurato e tutti i soci della Cucchini per la generosa disponibilità».

RIPARTE L'ATTIVITÀ DEI VOLONTARI ALL'HOSPICE. Da fine giugno, può riprendere l'assistenza a Casa Tua Due

Natalina volontaria in hospice

La Cucchini non si è mai fermata, è vero. I volontari hanno continuato a fare quello che da sempre contraddistingue l'attività dell'associazione. Solo che hanno dovuto osservare qualche limitazione e seguire qualche protocollo in più. Solo una delle azioni Cucchini è dovuta rimanere in sospeso: l'assistenza ai malati di Casa Tua Due. Le misure anti-Covid, infatti, erano incompatibili con la presenza stabile dei volontari all'interno delle stanze dell'hospice. Adesso, però, quell'attività silenziosa e preziosa ricomincia.
I volontari sono stati sottoposti a tampone, per verificare che non avessero contratto il Covid, e magari potessero essere portatori asintomatici del virus. Una volta verificate le loro condizioni di salute, può riprendere l'impegno di assistenza, fatto di sostegno agli ammalati e di supporto alle famiglie. A fine giugno, infatti, è ripartita l'attività all'interno dell'hospice.

LE TESTIMONIANZE DEI NOSTRI VOLONTARI

Tatiana, volontaria col sorriso: «Il rapporto umano ha aiutato a superare il lockdown»

Nemmeno il lockdown li ha fermati. Anche con il blocco dovuto al coronavirus i nostri volontari non si sono risparmiati. Sempre pronti per la consegna degli ausili e per una parola di conforto dei malati e dei loro familiari. Una chiamata e via, si accende il motore dell'auto e si macinano i chilometri. Come nel caso di Tatiana, una delle volontarie "storiche" della Cucchini, dall'alto dei suoi otto anni di servizio. La pandemia non le ha inferto nessuno stop. Eppure la paura c'era, ed era palpabile. «Si tratta di un nemico nuovo, che non sapevamo come trattare – spiega – e la preoccupazione, nelle famiglie ma anche in noi volontari, si sentiva. Però, con le giuste precauzioni, il timore iniziale si è sempre superato in fretta e le persone non hanno smesso di aprirci le porte di casa loro». D'altra parte, i volontari che consegnano letti, comode, gli ausili necessari a superare i momenti di difficoltà, non sono visti come un problema, ma come la sua soluzione. E poi c'è sempre un sorriso, una parola di conforto. «Il rapporto umano che si crea è ciò che mi ha spinto a scegliere di fare il volontario a domicilio – continua Tatiana -. Avevo iniziato il servizio all'interno dell'hospice, in una struttura protetta, con medici e infermieri. Ma per me, per il mio carattere, è più gratificante il rapporto che si crea con le persone che vai a trovare a casa o accompagni alle terapie. Si instaura un rapporto diretto, che regala molto dal punto di vista emotivo. E' successo così anche durante il lockdown, quando ho accompagnato un malato alle sedute di radioterapia. In auto alla fine sorridevamo e scherzavamo». Il miglior antidoto alla tristezza causata dalla pandemia.

Elio, la forza tranquilla: «Volontario Cucchini da poco, ma l'aiuto per gli altri è parte di me»

È forse uno degli ultimi arrivati, ma per lui fare il volontario è una vera vocazione. Elio aiuta la Cucchini dallo scorso settembre. Per lui l'epidemia di coronavirus è stato un vero battesimo di fuoco. Ma ci vuol ben altro per spaventare Elio. «Come volontari siamo stati fermi solamente nella primissima fase del lockdown – esordisce – perché la paura nelle persone era tale che raramente chiamavano per chiedere gli ausili. Poi piano piano le cose sono cominciate a tornare alla normalità, anche se qualche titubanza restava. Ma è bastato organizzarsi a dovere e le cose si sono sistemate». Organizzazione, per i volontari della Cucchini, significa cose pratiche, concrete: «Ad esempio – spiega Elio con la pacatezza di chi sa di cosa parla – chiamavamo (o facevamo chiamare dalla segreteria) le persone dalle quali saremmo poi dovuti andare per ricordare di indossare la mascherina, perché in casa propria qualcuno magari non era abituato a portarla. Così, con questi semplici accorgimenti, non ci sono mai stati problemi o incomprensioni». E per i 5 volontari a domicilio il lockdown di fatto non è esistito: «Il nostro servizio è piccolo ma importante, perché portiamo a casa dei malati le cose che servono e che richiedono. Non potevamo fermarci». Ma com'è stato l'impatto con la Cucchini, per Elio? «Sono in pensione da poco e ho deciso così di donare parte del mio tempo. Il volontariato è sempre stata una parte importante della mia vita, dal coro parrocchiale al consiglio pastorale, alla commissione Caritas di Cusighe. Quindi per me dare una mano in questa realtà è una cosa avvenuta in modo naturale. Tra fare il nonno e queste attività la mia giornata è molto piena e ricca».

Fabio, in equilibrio continuo: «Fare il volontario? Un'esperienza non sempre facile, ma appagante»

Da un paio d'anni fa parte della grande famiglia della Cucchini. Fabio, una volta smessi i panni di dipendente pubblico, non ci ha pensato due volte e ha deciso di donare parte del suo tempo per aiutare chi sta vivendo momenti difficili. Ma come ha vissuto questi mesi matti e, per certi versi, disperatissimi (parafrasando Leopardi)? «Abbiamo girato tranquillamente fino ai primi giorni di marzo, poi si è bloccato tutto. Poi, lentamente, si è ricominciato, ma anche a causa delle notizie che passavano in tv e sui giornali il timore era palpabile. Anche quando ci ritrovavamo in segreteria, inconsapevolmente si restava a distanza». Una paura che si poteva avvertire anche nelle famiglie: «Sì, ma non ci sono mai stati problemi. Forse solo le persone più anziane avvertivano più timore, ma più che altro perché non capivano bene come comportarsi. Ma era questione di pochi attimi. C'è da dire che per noi che facciamo le consegne era più facile, perché il rapporto che si instaura è più superficiale rispetto a chi lavora nell'hospice o nel domiciliare». Superficiale e rapido, però, non fa rima con distaccato. Anzi. «Entrare in contatto con le persone che stanno male può non essere sempre facile. Ci sono momenti di emozione, perché capita di incontrare persone che vogliono avere qualcuno a cui raccontare le loro storie e la loro esperienza. Oppure succede di dover andare a smontare un letto in casa di una persona che è appena mancata, e allora serve il giusto tatto. Ma è un'esperienza appagante, anche se a volte ci sono situazioni delicate: sai che dai una mano a persone che hanno bisogno».

Anche nel Covid una certezza: «I volontari Cucchini sono sostegno, supporto, accoglienza»

«È vero, non ci siamo mai fermati. All'inizio però il dubbio c'era: i volontari avranno qualche timore nel girare durante il lockdown?». La domanda era legittima. Ed è venuta anche ad Alessandra, volontaria di lungo corso in Cucchini. «Sarebbe stato normale che qualcuno avesse paura di prendere il coronavirus. O anche che avesse paura di trasmetterlo. Invece i volontari sono stati pronti. Tutti i giorni, fin dall'inizio della pandemia».
Le attività sono state portate avanti senza intoppi. La pulizia degli ausili, la consegna a domicilio con le solite modalità. «Avevamo l'autorizzazione a spostarci per la consegna degli ausili e le cure palliative - spiega Alessandra -. E siamo stati accolti con grande piacere. Del resto, i malati costretti a casa avevano bisogno degli ausili. E le famiglie spesso necessitavano di una chiacchiera, di un volto amico».

“TU SOLO PUOI FARCELA MA... NON DA SOLO!”

a cura di ***Franco Fiamoi***

L’Associazione Cucchini ormai da alcuni decenni si adopera per portare sollievo ai malati e ai loro famigliari con particolare riferimento a coloro che sono colpiti da malattia oncologica o neurodegenerativa, il cui decorso progressivo non consentirà più la guarigione. Lo fa su base volontaristica attraverso l’assistenza domiciliare, la distribuzione degli ausili e l’assistenza presso l’hospice “Casa Tua 2” di Belluno. La Cucchini però, ben consapevole della sofferenza che si aggiunge nel momento della morte di un proprio caro, offre un servizio altrettanto prezioso che è quello dell’accompagnamento nell’elaborazione del lutto. Lo fa da diversi anni attraverso l’organizzazione di gruppi di Auto Mutuo Aiuto che si ritrovano periodicamente e con regolarità presso la sede dell’Associazione.

L’Auto Mutuo Aiuto è un approccio molto potente ed efficace alla comprensione consapevole della propria sofferenza; avviene attraverso lo scambio reciproco, in piccoli gruppi di persone, di esperienze vissute in prima persona che aiuta a riconquistare la fiducia in se stessi e a fare chiarezza sui motivi che ci procurano tanta sofferenza.

I due gruppi AMA attualmente attivi in Cucchini si occupano di aiuto all’elaborazione del lutto la cui origine non necessariamente deve essere collegata a malattie oncologiche o degenerative. Le cause di morte, inutile dirlo, sono molteplici e hanno come normale conseguenza quella di portare dolore alle persone che restano. Quando il dolore ci avvolge e condiziona a lungo la nostra vita in un modo per noi inaspettato e indesiderato, è bene sapere due cose: che non siamo i soli a provare questa condizione, ma soprattutto che qualcuno come noi è riuscito a superare la sofferenza e a riconquistare il piacere della propria esistenza. Conoscere persone che hanno attraversato o stanno attraversando le stesse difficoltà, fa sentire meno soli e aiuta a capire che sentimenti e reazioni che sembrano “cattivi” o “folli” non sono affatto tali. Inoltre, incontrare persone che hanno superato gli stessi problemi, o hanno trovato modi ottimali per affrontarli e gestirli, può regalare speranza e positività. Superare il lutto che la morte di un nostro caro comporta non vuol dire tradire il suo ricordo, ma vuol dire riconoscere ed esaltare la sua vita.

I Gruppi AMA sono luoghi sicuri e accoglienti dove potersi finalmente raccontare al riparo da giudizi e commenti inopportuni, senza pregiudizi di natura religiosa, politica o sessuale e dove poter ascoltare storie di vita e di morte da cui trarre l’insegnamento e l’aiuto a noi più utile. Non ci sono però soluzioni pronte da somministrare o ricette magiche, nessuna promessa di successo, ma solo due armi semplici e allo stesso tempo potenti: l’ascolto e la narrazione reciproci. L’ascolto è “gratuito”, apparentemente non costa fatica e ci consente di conoscere quanto simili alla nostra siano le storie degli altri. Ci permette di confrontarci su uno stesso piano, nessuno è maestro, nessuno è allievo ma al tempo stesso ognuno apprende dall’altro. La “narrazione” della propria storia invece costa fatica; talvolta è stentata, emozionante, commovente, altre volte fluente, liberatoria, trascinante, si potrebbe dire terapeutica; aiuta a rimettere in fila, un po’ alla volta, i pezzi della propria vita, a legare di nuovo la trama del nostro esistere proprio come la voce del narratore in una fiaba che rimette ordine e lega le vicissitudini complesse del racconto che altrimenti non saremmo in grado di comprendere. Quando finalmente si riesce a raccontare il proprio dolore e la propria esperienza, si comprende di voler contribuire, di voler essere d’aiuto agli altri oltre che a noi stessi. L’intento comune di tutti i gruppi AMA è quello di “trasformare coloro che domandano aiuto in persone in grado di fornirlo” (Martini, Sequi, 1988)

Ma ora basta chiacchiere! ..... nella pratica cosa devi fare se non riesci a venir fuori dal tuo lutto?

Guardarti allo specchio e dirti: c’è qualcosa che non va! Prendere in mano il telefono è chiamare la segreteria dell’Associazione Cucchini (0437- 516666) che ti metterà in contatto con la responsabile dei gruppi AMA per un colloquio personale iniziale e per fare la prima conoscenza. Poi potrai, nei tempi e modi che ti verranno indicati, cominciare a partecipare a uno dei gruppi che si ritrovano con cadenza quindicinale il martedì sera dalle 18 alle 19.30, oppure il venerdì pomeriggio dalle 15 alle 16.30. La partecipazione è assolutamente gratuita.

“Curiosità in pillole”

Che gruppi sono quelli della Cucchini?
R: sono gruppi aperti a uomini e donne, senza distinzione di razza, orientamento sessuale, politico e religioso e accolgono tutti i tipi di lutto.
Per quanto tempo devo partecipare al gruppo?
R: fino a quando senti che ti porta giovamento.
C’è un numero minimo di incontri che devo fare?
R: no, tuttavia è richiesto di partecipare con costanza soprattutto nelle fasi iniziali in quanto i benefici maturano col tempo.
Le cose che dico nel gruppo restano un segreto?
R: bella domanda! Assolutamente sì ... stai tranquillo! quello che si dice nel gruppo resta nel gruppo e non deve essere raccontato in giro.
Devo per forza parlare durante gli incontri del gruppo?
R: no, non ti è richiesto. Lo farai quando te la sentirai.
Quante persone compongono un gruppo?
R: una decina al massimo.
È un problema se non conosco nessuno?
R: no, qualcuno trova più facile confidarsi con chi non conosce.
È vero che ci si trova seduti in circolo?
R: Ah, ah! L’hai visto nei film? Si, è vero! Ci si trova seduti in cerchio: senza ostacoli in mezzo è molto pratico, e poi... anche i cavalieri di Re Artù lo facevano!
Si parla solo di morte e l’atmosfera è triste?
R: altra bella domanda, grazie! No, l’atmosfera non è triste pur trattando argomenti dolorosi e che hanno a che fare con le nostre emozioni. L’approccio è positivo e gli argomenti sono vari.

Chi coordina il gruppo?
R: in realtà non c’è nessun coordinatore. Ci sono però per ogni gruppo almeno due “facilitatori”.
Cosa fanno i facilitatori?
R: sono persone esperte che hanno seguito un percorso di formazione e di tirocinio. Hanno il compito di far sì che gli incontri si svolgano in armonia guidando se necessario la discussione e lo sviluppo degli incontri.
Qual è la cosa più difficile?
R: fare la prima telefonata in segreteria alla Cucchini per il primo appuntamento.
Qual è la cosa più facile?
R: trovarsi in sintonia con gli altri e sentirsi accolto. Desiderare di incontrasi di nuovo.

L'Auto Mutuo Aiuto al tempo del Covid-19

L'insorgere dell'epidemia da coronavirus a fine febbraio ha di fatto congelato l'attività di volontariato dell'Associazione, per lo meno in quei servizi a diretto contatto col malato. Molti di noi volontari hanno sofferto in modo particolare l'impossibilità, dettata da rigorose norme di precauzione sanitaria, di portare una qualche forma di supporto e conforto a chi già era nella sofferenza.

Anche gli incontri dei gruppi di Auto Mutuo Aiuto sono stati sospesi proiettando su tutti, facilitatori e partecipanti, il distacco improvviso e l'interruzione di quel contatto anche fisico, di presenza, di accoglienza e di abbraccio che contraddistinguono l'attività dell'auto mutuo aiuto. Siamo stati inizialmente tramortiti, quasi incapaci di reagire affidandoci a qualche telefonata o messaggio social per capire come potessero sentirsi i partecipanti ai gruppi che improvvisamente non avevamo potuto neanche salutare. La reazione però c'è stata. È stato attivato il numero telefonico di "ascolto" e la dottoressa Rita Meloni, psicologa di supporto all'Associazione, si è resa disponibile fin da subito per qualsiasi contatto di aiuto con i partecipanti ai gruppi, mentre i facilitatori hanno continuato spontaneamente a far sentire telefonicamente la loro presenza.

La tecnologia è venuta in soccorso almeno ai facilitatori che hanno potuto mantenere tra loro i contatti oltre che telefonici anche video, sperimentando da casa le video-riunioni di aggiornamento. La volontà di non demordere e di trovare comunque il lato positivo di questa incredibile situazione ci ha fatto insistere con gli incontri periodici di confronto e formazione on-line che ovviamente hanno avuto tra gli argomenti anche la tematica del lutto correlata al Covid-19.
Il confronto, avuto sempre su piattaforma web, con il coordinamento regionale dei gruppi AMA ha permesso di fotografare una situazione non molto diversa da quella di Belluno: attività sospese, qualche tentativo di gestire on-line gli incontri di gruppo tra mille difficoltà e previsioni di ripresa in presenza molto scarse.

La cosa forse più delicata, emersa tra chi affronta il tema del lutto, è quella relativa alla impossibilità di celebrare i riti funerari di accompagnamento che sono fondamentali per poter cominciare a elaborare il dolore per la morte. Il pensiero è andato subito alle numerose morti di questo periodo, non solo a quelle causate dal virus, ma esposte mediaticamente e peraltro sopraggiunte in condizioni inaspettate di fronte all'impotenza della medicina di trovare un rimedio efficace e rapido. Situazioni in cui non è dato di sapere se il proprio caro, trasportato d'urgenza, è ancora in vita o se è morto, di non sapere dove si trova e di non poterlo vedere per la sepoltura sono condizioni devastanti per chi resta; anzi per chi, alla fine, ritiene di aver avuto la sfortuna di restare. E che dire dei sensi di colpa per essere magari stati la causa del contagio? Per aver scelto di vivere lontano dai propri genitori che non è stato più possibile raggiungere per l'ultimo saluto al capezzale?
E quante forme di lutto stiamo affrontando per aver perso il lavoro, per aver definitivamente rovinato il nostro rapporto coniugale durante il lockdown, per aver visto sfumare il nostro investimento in azienda, per aver visto svanire progetti e speranze, per non aver potuto alimentare le relazioni sentimentali?

Fortunatamente appena è stato possibile e previo nulla osta dell'Azienda sanitaria, sono ripresi gli incontri in presenza, con tutte le misure precauzionali del caso, prima tra facilitatori e poi con il gruppo. È stato un bellissimo rientro, molto responsabile, voluto e carico di attesa. Partecipato, intenso, emozionante. Gli incontri del martedì stanno proseguendo e i facilitatori sono pronti ad accogliere altri partecipanti che sentiranno il desiderio di cercare aiuto nell'esperienza di altri.
L'impressione che ci siamo fatti e che ci sarà sempre più bisogno di ascoltare le emozioni anche dolorose del nostro prossimo per cercare di valorizzarle e per cercare di far emergere quello che di buono ci può essere stato in questo complesso periodo della nostra vita.

BREVE STORIA DELL'AUTO-MUTUO AIUTO.
Dalla nascita ai giorni nostri

Il bisogno di condividere emozioni ed esperienze, e la possibilità di trarre beneficio dalla condivisione, sono concetti che nascono con l'uomo. Ma quando nasce ufficialmente l'auto-mutuo aiuto strutturato per gruppi? La data precisa viene fatta risalire al 1935, anno in cui negli Usa prendono vita gli Alcolisti Anonimi. Di fatto, quando un medico e un agente di Borsa scoprirono di poter rimanere sobri solo grazie all'aiuto e al sostegno reciproco.

L'obiettivo principale del primo gruppo era dunque quello di aiutare i propri membri a uscire dallo stato di dipendenza. Con il tempo si andò a sviluppare il concetto di self-help moderno, che pone particolare attenzione alla responsabilità individuale in una prospettiva di cambiamento personale, con una serie di tappe precise e con riconoscimenti che sanciscono la maturazione verso la meta di totale sobrietà personale.
Gli Alcolisti Anonimi si diffusero velocemente negli Usa e in Europa, applicando i loro principi non solo al problema dell'alcolismo, ma anche ad altre forme di dipendenza.

I gruppi di auto-mutuo aiuto si svilupparono ulteriormente a partire dagli anni 70', periodo in cui nacquero molti tipi di movimenti sociali, fino ad arrivare oggi alla presenza capillare di gruppi e realtà di selfhelp, organizzati con modalità diverse e rivolti alle molteplici tipologie del disagio presenti nella nostra società.

Garantire le cure palliative, l'impera

La Federazione Italiana Cure Palliative (FCP) nasce il 6 aprile 1999 per iniziativa di 22 organizzazioni non profit (onp), già attive da anni nel settore delle cure palliative. Tra queste, anche la nostra Associazione Cucchini di Belluno.
La comune esigenza era quella di creare un soggetto che potesse rappresentare con voce autorevole, presso le istituzioni nazionali, le associazioni di volontariato che operavano nell'assistenza ai malati incurabili, recependone bisogni e problematiche; in sostanza un esempio di sinergia e aggregazione di forze diverse, ma con obiettivi comuni.

I 92 soci della Federazione Cure Palliative sono organizzazioni non profit (associazioni, fondazioni, ecc.) diffuse su tutto il territorio italiano in cui operano quotidianamente circa 6.000 volontari, assistendo principalmente i malati e supportando i loro familiari.
Durante i mesi di chiusura per la pandemia di Covid-19 la Federazione ha lavorato incessantemente nel sostenere le associazioni socie, improvvisamente ingessate nelle loro attività dalle problematiche del rischio di contagio. Tramite seminari online, webinar, rassegne stampa, comunicazioni attraverso sito e social della Federazione, le associazioni e i loro referenti hanno potuto mantenersi aggiornati sugli sviluppi quotidiani di un evento improvviso e imprevedibile che ha inciso profondamente nella quotidianità dei malati in cura per patologie oncologiche e neurodegenerative con prognosi infausta.
Riportando anche alcuni passi di un editoriale apparso su The Lancet, un'importante rivista medica, la Federazione ha spiegato come in piena emergenza Covid-19 è stato impegnativo e difficile garantire cure palliative sicure ed efficaci. L'articolo sottolinea che purtroppo le cure palliative non compaiono nelle linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sulla gestione dei servizi sanitari essenziali durante la pandemia, quando invece dovrebbero far parte dei piani di ogni nazione, garantendo l'accesso ai farmaci per lenire sintomi e dolore, assicurando la fornitura dei dispositivi di protezione e favorendo l'uso delle videochiamate per permettere ai malati terminali di sentire comunque la vicinanza dei familiari.

La Federazione Cure Palliative, la Società Italiana di Cure Palliative (Sicp) e la Società Italiana di Anestesia, Analgesia, Rianimazione e Terapia Intensiva hanno fatto fronte comune chiedendo alle istituzioni sanitarie nazionali, regionali e locali, di prevedere protocolli specifici per inserire un medico palliativista nelle unità di crisi regionali e locali, ricordando che la legge sulla terapia del dolore in caso di malattie incurabili ha compiuto dieci anni dalla sua approvazione e non deve essere in alcun modo disattesa nei momenti più difficili per i malati in fin di vita.
Il Covid-19, come è ormai noto, crea complicanze per insufficienza respiratoria che in tempi rapidi causa gravi sofferenze sia fisiche che psicologiche; e si aggiungono, nelle forme più gravi o terminali, ansia, angoscia, confusione mentale, agitazione, senso di morte imminente.
Il Presidente della Sicp ha spiegato alle istituzioni che soprattutto nei malati non candidati alla ventilazione meccanica, per dovere etico, ma anche clinico, deontologico e giuridico, è necessaria un'attenta valutazione e un rigoroso trattamento di tali sintomi al fine di ridurre al massimo le sofferenze nella fase finale della vita.
La condizione di emergenza ha creato in tutto il sistema sanitario nazionale un sovraccarico di lavoro per gli operatori sanitari, rendendo difficile quando non impossi-

bile il trasferimento dei malati terminali negli hospice di riferimento e limitando le visite e le assistenze domiciliari da parte di equipe mediche e volontari nell'assistenza.
In queste condizioni è difficile garantire il diritto a morire con dignità anche a chi soffre di malattie non causate dal virus. Le prestazioni sanitarie ordinarie sono compromesse ed è difficile assicurare cure palliative in sicurezza nella loro qualità e integrità di assistenza.
Negli hospice stessi è stato difficile garantire le cure palliative complete, che non sono fatte solo di supporto farmacologico ma anche di attenzioni, di dialogo e vicinanza ai malati e ai familiari. I semplici dispositivi di protezione quali le mascherine, coprendo il volto impediscono un vero scambio e inibiscono il contatto fisico, quando toccare il paziente anche solo con una mano può creare empatia e rassicurare la persona malata.
Per contenere il rischio e garantire la sostenibilità dei servizi gli hospice hanno dovuto ridurre al minimo le visite dei familiari, spesso limitandole agli ultimi momenti di vita del paziente, seguendo le indicazioni prese dalle singole direzioni sanitarie.

Nel tentativo di assicurare quella cura personalizzata che è principio fondamentale del palliativismo ed è coordinata tra equipe, pazienti, famiglie e volontari nell'assistenza, alcune strutture si sono attrezzate con videochiamate e attività psicologiche di supporto. Molti operatori hanno fatto l'impossibile per creare una sorta di vicinanza anche quando per legge si devono mantenere le distanze.
In questi giorni le società scientifiche italiane di medici palliativisi, medici dell'emergenza -urgenza, rianimatori e infermieri hanno pubblicato un documento indirizzato alle realtà assistenziali per il Covid-19 che fornisce delle indicazioni pratiche per «facilitare la comunicazione con i familiari anche nelle condizioni di estremo isolamento». Predisposto da medici, infermieri, psicologi, giuristi, il documento spiega che le persone «ricordano quanto hanno ricevuto in termini non solo di risultati clinici ma anche di umanità, vicinanza e sostegno psicologico da parte delle equipe di cura». E inoltre «la percezione di un'autentica partecipazione umana alla vicenda di malattia è particolarmente importante in caso di morte del paziente e potrà influenzare il processo di elaborazione del lutto».
Le difficoltà sono maggiori nei Paesi a basso e medio reddito, dove i sistemi sanitari sono più deboli, con condizioni igieniche precarie, scarsa preparazione alle epidemie e carenza di dispositivi di protezione individuale. Contesti drammatici dove le poche risorse sanitarie rischiano di essere usate per rispondere all'emergenza lasciando in solitudine e privi di assistenza i pazienti terminali.
Per anni le associazioni hanno richiesto che le cure palliative fossero insegnate nelle scuole di medicina e infermieristica. Qualche giorno fa la Commissione di Bilancio della Camera dei Deputati ha approvato con voto unanime un emendamento al Decreto Rilancio che, a decorrere dall'anno accademico 2021/2022, istituisce la Scuola di Specialità in "Medicina e Cure Palliative".
(Approfondimenti nel prossimo numero del Cucchini News)

«Una pandemia è causa di sofferenza e ne è un potente amplificatore attraverso la malattia fisica e la morte, lo stress e le ansie, l'instabilità politica e sociale. Alleggerire questa sofferenza in tutte le sue forme dev'essere una parte fondamentale della risposta» conclude l'editoriale di *The Lancet*.

BREVE STORIA DELLE CURE PALLIATIVE

Cicely Saunders fonda nel 1967 a Londra il St. Christoper Hospice, considerato il primo hospice moderno e da questa ispirazione si svilupperà in tutta Europa il "Movimento Hospice".
In Italia le prime risposte alle sofferenze dei malati inguaribili arrivano solo a inizio anni '80 grazie alla prima assistenza domiciliare fornita dall'Istituto Tumori e Fondazione Floriani a Milano, mentre nel 1987 apre a Brescia, presso la casa di cura Domus Salutis, il primo hospice italiano.
L'Associazione Cucchini è stata tra le prime associazioni italiane a promuovere e sostenere la fondazione dell'hospice Casa Tua Due all'ospedale San Martino di Belluno, che è stato inaugurato il 9 novembre 2002 e costruito grazie a una raccolta fondi congiunta sul territorio e all'applicazione della legge Bindi. Le cure palliative sono ufficialmente riconosciute e inserite nel Sistema Sanitario Nazionale grazie alla Legge n. 39/1999.

Progetto Giangiacomo Zampieri

Dal 2010 l'associazione Cucchini aderisce al progetto dedicato al ricordo di **Giangiacomo Zampieri.** Scopo del progetto è dare sostegno formativo al personale medico ed infermieristico per un approfondimento dello studio delle discipline neurologiche e diffondere presso la più ampia rappresentanza sociale le tematiche connesse alla terminalità. Inoltre propone di intervenire in termini morali ed economici a favore di persone in particolari situazioni di emergenza e gravità che necessitino di assistenza medico-sanitaria presso strutture ospedaliere (nazionali e internazionali) di non facile accesso per famiglie con situazioni di disagio economico e non solo.

Le coordinate bancarie per donazioni a favore di questo specifico progetto sono le seguenti:
Iban IT-23-B-02008-11910-000100955569

Come in famiglia: il Bando della Fondazione CARIVERONA 2019

La Fondazione Cariverona è da sempre attenta ai bisogni sociali dei territori dove insisteva un tempo la ex Cassa di Risparmio di Verona, Vicenza Belluno e Ancona. Nel 2019 ha deciso di destinare somme importanti per progetti che aiutassero l'ambito familiare, e le sue diverse esigenze in alcuni momenti della vita. Alcuni enti locali dunque si sono fatti parte attiva sul territorio bellunese per poter intercettare parte di questi finanziamenti.
È proprio grazie a questi finanziamenti che le case di riposo dei nostri territori, nel prossimo biennio, miglioreranno i servizi erogati agli anziani. Perlopiù, si tratta di interventi sulle strutture fisiche delle case di riposo che devono tendere a rendere più accoglienti e funzionali alcuni spazi delle Rsa. A questi interventi, verranno affiancate anche alcune progettualità che coinvolgono la nostra associazione Cucchini a Belluno e la stimata consorella Mano Amica a Feltre.

Cucchini e Mano Amica, nel proprio territorio e collaborando vicendevolmente, sono state chiamate all'interno del progetto "Come in Famiglia" a curare alcuni aspetti particolari dell'ambito di vita dell'anziano nelle case di riposo. Per quanto riguarda la Cucchini, le risorse che ci sono state assegnate da parte dell'ente finanziatore, integrate da risorse proprie, serviranno principalmente per tre obiettivi: l'acquisto di attrezzatura medica da donare alle case di riposo (attrezzature funzionali alle cure palliative di base in seno alle Rsa); l'erogazione di corsi di formazione sulle cure palliative per buona parte del personale delle case di riposo; il potenziamento e l'avvio di gruppi di auto mutuo aiuto in seno alle Rsa stesse.
L'obiettivo principale è evidente: aiutare gli anziani ospiti delle Rsa a vivere meglio la quarta età, anche quando le loro condizioni fisiche necessitino di un trattamento del dolore che ricada nell'ambito del servizio ospedaliero di cure palliative. Risulta essenziale quindi il trasferimento preventivo di conoscenze, prassi e modalità operative delle cure palliative di base, al personale delle Rsa, da parte del personale medico ospedaliero che oggi è incaricato in tal senso.

Bello sarebbe se da questo progetto potessero nascere delle linee guida mediche generali per l'applicazione di cure palliative di base già nelle Rsa. Da quanto a nostra conoscenza, questo progetto potrebbe essere pilota in Italia: Belluno e la provincia si porrebbero all'avanguardia per questo servizio. A tal fine è necessario che tutti gli attori in gioco si pongano in modo collaborativo, superando di slancio i personalismi che alle volte possono inacidire i rapporti tra i vari soggetti.
Da questo punto di vista, ho potuto partecipare a quasi tutte le riunioni di questo gruppo di lavoro. Finora ho letto una volontà vera da parte di tutti di collaborare e agire in primis pensando alle necessità dei nostri anziani. Veramente sono rimasto piacevolmente sorpreso della capacità del responsabile della Rsa di Cavarzano di tirare le fila in modo iper organizzato, della grande capacità del nostro presidente Colleselli di formarsi e proporre idee più ampie e strutturate rispetto a quanto inizialmente abbozzato. Un plauso all'esperienza già portata avanti da Mano Amica per un progetto recente sul Feltrino che ha anticipato questa visione, un grazie per il desiderio di mettere quell'esperienza a fattor comune. Un ringraziamento vorrei farlo anche al dott. Dei Tos dirigente dell'Ulss 1 Dolomiti per il fattivo sorriso col quale ha ascoltato i partecipanti al gruppo di lavoro, cementando il desiderio di fare di tutti. Lo "stato di avanzamento lavori" attuale, sta passando attraverso la definizione/costituzione del gruppo di medici e infermieri specialistici Ulss che passeranno poi le buone pratiche al personale individuato nelle case di riposo. A breve riprenderemo, post Covid-19, la programmazione anche degli interventi relativi ai gruppi di Auto Mutuo Aiuto.
È questo un progetto che porta la Cucchini a essere parte integrante del processo di sviluppo di nuovi servizi, sempre relativi alle cure palliative e alle sofferenze degli anziani ancorché non sofferenti di patologie oncologiche terminali. La gestione del dolore negli stadi terminali della vita sta anche al di fuori della malattia oncologica, magari dentro a una demenza avanzata oppure in altri ambiti. È la persona che soffre la logica destinataria di cure palliative, non la sua malattia.
Mi sembra che questa consapevolezza sia sempre più ampia e che sempre più di frequente si voglia aiutare chi soffre a sopportare meglio il proprio stato. Nel frattempo la Cucchini e i suoi volontari si muovono da sempre in questa direzione.

Un grandissimo plauso a tutti i volontari che hanno speso o spendono il loro tempo a favore dei malati. È il plauso più grande, giacché arriva da attività gratuite, pur riempite di riconoscenza da parte dei cittadini che hanno avuto bisogno.

Mosè Pinzon
Consigliere

Una danza di generosità: CAB aiuta la Cucchini

A volte basta una mail per cambiare la giornata. Alla Cucchini è stato così. Nel pieno del lockdown, con l'associazione immersa nelle attività da portare avanti in mezzo alle difficoltà del blocco da quarantena, è arrivato un messaggio a illuminare la giornata. Mittente il Cab Collettivo Danze Urbane di Belluno.
No, nessun errore di invio. La fondatrice e titolare della scuola di danza voleva proprio scrivere alla Cucchini. Per chiedere come poteva fare a destinare una raccolta fondi all'associazione. Una testimonianza di grande generosità e di riconoscenza a un gruppo che da trent'anni porta avanti con impegno e dedizione l'attività di cura ai malati e sostegno alle famiglie.
«Nel mese di aprile abbiamo continuato i nostri corsi online, ma conoscendo il momento e le difficoltà legate all'emergenza sanitaria abbiamo deciso di devolvere parte degli incassi alla Cucchini» comincia così la mail in grado di cambiare la giornata. «Ogni iscritto era libero di mettere un'offerta e in contemporanea abbiamo organizzato delle classi online per raccogliere fondi per l'associazione - scrive la titolare di Cab Collettivo Danze Urbane, Eleonora Majer -. Non abbiamo raccolto moltissimo, perché ora tante famiglie sono in difficoltà e l'offerta era libera. Ma l'abbiamo fatto con il cuore».
Un cuore grande, enorme. In grado di uscire dall'isolamento della quarantena, per riversarsi in una danza di altruismo. È proprio il caso di dirlo. «Abbiamo pensato che il periodo è stato difficile sicuramente per i malati di Covid - scrive ancora Eleonora Majer -. Ma ci siamo messi nei panni di chi già soffriva prima e ha dovuto convivere con l'emergenza, vissuta ovviamente in modo peggiore rispetto a noi che siamo sani e contornati dagli affetti e dalle nostre famiglie, nelle nostre case».

Assemblea ordinaria dei Soci

I Soci dell'Associazione Cucchini
sono convocati in Assemblea Ordinaria,
in prima convocazione il giorno
23 luglio 2020 alle ore 18.00
e in seconda convocazione il giorno
venerdì 24 luglio 2020 alle ore 18.00
presso il Palasport A. De Mas
(via Aristide Gabelli, 2 – Belluno).

Si ha ragione di ritenere che l'assemblea avrà luogo
in seconda convocazione, per discutere
e deliberare sul seguente ordine del giorno:

1. Comunicazioni del Presidente;
2. Adeguamento dello Statuto associativo al D.Lgs. 117/2017 "Codice del Terzo settore";
3. Regolamento interno;
4. Bilancio consuntivo dell'anno 2019;
5. Bilancio preventivo dell'anno 2020.

Dolomitike ad Auronzo: ci siamo anche noi

Saremo presenti anche quest'anno a Dolomitike, la rassegna di eventi, tutta al femminile, che rende la montagna ancora più bella.
Ad Auronzo, per quattro weekend dal 28 agosto al 20 settembre, ci sarà anche la voce della Cucchini, con le sue attività e le sue iniziative. Vi aspettiamo.

Cos'è il 5x1000 e perché è importante donarlo?

Il 5 per mille è stato istituito nel 2006 su forma sperimentale ed è diventato un mezzo di sostegno indispensabile per gli enti non profit come la nostra associazione.
Grazie al 5 per mille i cittadini italiani permettono uno sviluppo responsabile del cosiddetto terzo settore, ovvero quegli enti che si occupano di attività di interessi sociali come le associazioni di volontariato.
Attraverso la destinazione di una quota dell'Irpef (pari appunto al 5 per mille dell'imposta sul reddito delle persone fisiche) tutti possono contribuire alla gestione economica di attività svolte da organizzazioni che lavorano senza scopo di lucro.
Non costa nulla, in quanto il contribuente è comunque tenuto a pagare l'Irpef ma compilando la casella specifica sulla propria dichiarazione, può decidere di devolverne una piccolissima parte a un'attività socialmente utile che stima e a cui si riferisce. A loro volta le associazioni sono tenute a dimostrare come hanno impiegato le risorse ricevute attraverso il loro bilancio.

AIUTATECI AD AIUTARVI

Scrivendo il nostro codice fiscale **93007710259** nella vostra dichiarazione dei redditi, casella "sostegno del volontariato"

meemu.it

ASSOCIAZIONE Cucchini
SOLLIEVO E ASSISTENZA AL MALATO E ALLA SUA FAMIGLIA

Associazione CUCCHINI Onlus
presso Hospice Casa Tua Due
Ospedale San Martino
Viale Europa - 32100 BELLUNO
Tel. 0437 516666
C.F. 93007710259
E-mail:
segreteria@associazionecucchini.it
www.associazionecucchini.it
Orario segreteria:
dal lunedì al venerdì
dalle 8.30 alle 12.00

Sostieni la Cucchini
Da soli non ce la possiamo fare, abbiamo bisogno dell'aiuto concreto di chi ha sensibilità e amore per gli altri.
L'associazione garantisce il suo continuo lavoro di assistenza ai malati gravi e alle loro famiglie grazie al sostegno dei volontari e delle persone sensibili che con le loro donazioni, lasciti e liberalità aiutano a sostenere le nostre attività, ad acquistare ausili e a formare personale medico specializzato in cure palliative.
Per aiutare la Cucchini basta poco: una libera donazione presso la nostra sede, oppure tramite un versamento postale o bonifico bancario

BANCO POSTA: iban – IT 74 L 07601 11900 000045135662
UNICREDIT BANCA: iban – IT 20 I 02008 11910 000101082130

I contributi sono deducibili dal reddito come stabilito dal Decreto Legge del 14/03/2005 n.35 art.14

SOLLIEVO E ASSISTENZA AL MALATO E ALLA SUA FAMIGLIA