

Un commosso saluto

Don Luigi non è più con noi, ma ci ha lasciato tante cose: opere, pensieri, azioni...

Vogliamo salutarlo anche da qui, dalle pagine di questo giornalino, del quale gliene facevamo avere sempre una copia, perché sentiamo il bisogno di testimoniare quello che di lui nella nostra quotidiana attività di volontari abbiamo incontrato e osservato.

Siamo giunti 24 anni fa al San Raffaele per adempiere anche qui la missione definita dal nostro fondatore: essere vicini al malato nel momento di difficoltà come persona ascoltandolo e offrendo gratuitamente la nostra vicinanza in un rapporto di reciprocità senza sostituirci in nulla al personale sanitario.

Ben presto abbiamo rilevato come la nostra missione si sposasse a pieno con il progetto di don Luigi: fare sì che il personale sanitario considerasse il malato come l'insieme inscindibile di *corpo, mente e spirito* e come tale da curare in tutta la sua interezza e umanità non solo con le migliori risorse medico-scientifiche ma anche sul piano umano, perché sia nella malattia che nel ricovero, ognuno potesse rimanere appunto *persona*, senza perdere la sua dignità nonostante il momento difficile.

Così, mentre l'ospedale cresceva in dimensioni, attrezzature, ricerca noi abbiamo osservato e sperimentato come il progetto di don Luigi si realizzasse e che i principi da lui dettati diventassero sempre più l'abito mentale e

l'atteggiamento quotidiano di tutti gli operatori del San Raffaele.

Ci siamo sentiti parte integrante di questo suo progetto che ha tanto in comune con il nostro. Attraverso le persone con cui eravamo in contatto e



che da lui ricevevano guida ed approvazione, ci forniva aiuto per fare meglio il nostro servizio, per valorizzarlo e arricchirlo con fondamentali contributi di formazione.

Ci ha aiutato non solo mettendoci a disposizione i migliori docenti per i nostri corsi di base, ma anche con la forza del suo entusiasmo: spesso negli anni l'abbiamo sentito ringraziare per la nostra costante presenza, esortandoci a non demordere e a portare sempre avanti

la nostra opera accanto ai malati. Riusciva, nonostante i tanti impegni, a partecipare alle nostre feste e agli eventi da noi organizzati: eravamo invitati ai suoi compleanni e lui ai nostri.

Ci ha voluto bene e noi abbiamo voluto bene a lui. Vogliamo salutarlo ancora una

volta e ricambiare quei sorrisi e quelle carezze che ci donava. “Caro don Luigi, continueremo ad essere e ad esserci come se fosse ancora accanto a noi, testimoni attivi di una bellissima idea che abbiamo in comune”. (La redazione)

Assemblea Ordinaria dei Soci

In prima convocazione: venerdì 23 marzo ore 13

in seconda convocazione **sabato 24 marzo 2012 alle ore 9:30**

presso il Centro Civico di Milano Due

I Soci potranno ritirare le lettere di convocazione presso lo Sportello AVO Segrate (n.32 dell'Accettazione Centrale) sino al 3 marzo.

Vi aspettiamo tutti !

13 dicembre: festa di Natale e dei distintivi

La *Chiesa Madre di Vita*, così gremita dai Volontari e Familiari.

Don Martino, durante la celebrazione della Santa Messa, ha come sempre rivolto a noi volontari parole generose e buone, che unione d'intenti!

Cosa dire poi del coro che ha saputo scaldare i cuori con i canti, anticipandoci la magia della Notte Santa; veramente molto bravi, grazie a tutti i coristi!

Alla conclusione della Messa, il nostro Presidente, Maria Vittoria, ha consegnato i distintivi ai tirocinanti, che dopo il loro

primo anno di volontariato sono entrati *effettivi* nella grande famiglia che è l'AVO Segrate. Personalmente mi sono emozionata nel ricevere il distintivo, è stato per me un momento di vita molto profondo.



Dobbiamo veramente ringraziare tutti coloro che hanno reso possibile questa indimenticabile giornata.

Ci siamo spostati poi tutti nello spazio tenda che gentilmente il San Raffaele ci ha concesso per un allegro scambio di auguri. Dopo aver assaporato un buffet di qualità, tutti manicaretti preparati dalle volontarie, brindisi, panettone e pandoro hanno concluso un pomeriggio che sicuramente ci ha accompagnato al Santo Natale con animo sereno e con la consapevolezza che, tutti insieme sotto il mantello AVO, il cammino che abbiamo iniziato ci regalerà momenti di vita pregni di sentimenti e condivisione. (*Olivia M.*)

UN AFFETTUOSO BENVENUTO

ai nuovi 42 Volontari che si aggiungono a noi.

Cinzia e Tino hanno completato gli inserimenti nei reparti dei volontari che hanno seguito i corsi di novembre 2011 e gennaio 2012; in questi giorni avrete modo di incontrarvi e conoscervi.

Auguriamo a tutti loro di continuare con l'entusiasmo iniziale e di completare felicemente il tirocinio.

Il Reparto: Il Pronto Soccorso

Mi piace pensare al San Raffaele come ad una grande Casa.

Perché la Casa accoglie, *medica*, protegge e... rende forti.

La *porta* di questa casa è il Pronto Soccorso, ma è una porta sempre aperta a tutti, senza alcuna distinzione.

Il PS è composto da medici ed infermieri con alta specializzazione e professionalità.

Questi si prodigano per il paziente con dedizione attenta ed umana (non solo curare, ma *prendersi cura*): sempre pronti ad intervenire anche oltre il proprio turno.

Noi volontari AVO accogliamo la persona bisognosa di aiuto e la seguiamo

assistendola nelle problematiche che possono nascere durante l'attesa.

Penso infatti al volontario AVO come ad una ancella (colei che serve) che offre sostegno morale e conforta il sofferente e i familiari ed amici.

Quando il paziente si presenta a quella *porta* si sente solo col proprio dolore fisico e/o psichico anche se accompagnato da persone care.

Noi volontari AVO siamo pronti ad accogliere con un sorriso informando sulle procedure da seguire sia per la registrazione amministrativa che per il racconto dei sintomi e problemi all'infermiere del triage che pre-selezionerà il codice di appartenenza

valutando l'urgenza sulla base dei dati oggettivi del momento.

Quindi il ritorno in sala di attesa.

L'attesa... questa sconosciuta!

Si sa quando si arriva, ma non si conoscono i tempi di chiamata.

A volte sono brevi, altre volte possono allungarsi per ore: ed ecco che noi volontari osserviamo, intratteniamo, assistiamo.

Lo sguardo e la postura del paziente spesso richiedono attenzione: una frase di conforto e di sostegno può medicare l'animo ed aiutare con discrezione.

Succede anche di ascoltare il familiare in attesa del proprio caro di ritorno dalla visita del medico o dagli esami e di capire che desidera aiuto o semplicemente un contatto per poter parlare e sfogare la propria ansia e preoccupazione.

E la più bella ricompensa è poi sentirsi quasi sempre dire un timido *grazie, ora mi sento meglio*: ma, indipendentemente da questo, è meraviglioso sentirsi utili davvero con poco!

A fine servizio salutiamo tutti ed il nostro saluto vuole rappresentare per



tutti un abbraccio ed un'esortazione ad avere fiducia e speranza.

(Maria Bambina G.)

I volontari e le maxiemergenze

Il 12 gennaio 2012 i volontari AVO Segrate sono stati invitati in aula S. Raffaele ad un incontro informativo sul percorso per la definizione delle modalità di **gestione delle grandi calamità**. L'HSR è infatti anche centro per il coordinamento in caso di eventi catastrofici e situazioni di grande emergenza.

La dott.sa Spessot e il dott. Faccincani del Pronto Soccorso, la dott.sa Sancini della Direzione Sanitaria, la dott.sa Cibelli, nostra interfaccia, a turno, hanno introdotto l'argomento e hanno illustrato l'iter di formazione dell'ultimo piano messo a punto dall'HSR. Il lavoro è stato lungo e laborioso poiché, fortunatamente, gli eventi oggetto del piano ci sono sconosciuti e sono imprevedibili anche per modalità, gravità ed entità. Le persone incaricate dello studio hanno potuto però procedere anche sulla base di loro esperienze fatte all'estero.

Il piano dovrà quindi essere modulare, verificato, ma aperto a continue modifiche, pur nella certezza che:

- a) il chirurgo capoturno del Pronto Soccorso sarà incaricato di dichiarare lo stato di maxiemergenza e sarà il punto cardine della prima risposta alla domanda di aiuto;
- b) la Direzione Sanitaria diventerà poi il centro di governo di tutto l'ospedale;

c) la Portineria svolgerà un ruolo di trasmissione dell'allarme.

Il Pronto Soccorso, visti i suoi attuali limiti di spazio, potrà essere integrato dai reparti; pertanto per ogni unità operativa sono state predisposte delle "Action Cards" (modalità operative di dettaglio della specifica unità da aprire al bisogno) e liste di reperibilità; verrà inoltre stabilito un adeguato sistema di comunicazione tra tutte le unità interessate. Per l'emergenza saranno anche cambiati gli attuali moduli di triage.

AVO Segrate è stata inserita nel piano generale in connessione con l'attivazione di un *nucleo di supporto psicologico* destinato ai familiari degli infortunati. Questi ultimi verranno radunati nella zona *mensa fredda*, mentre ai giornalisti verrà destinata un'altra locazione.

Il coordinatore fra la nostra Associazione e l'Ospedale è Alberto Boitano che, affiancato da Franco Penati, si premurerà di informare tutti i volontari già inseriti negli elenchi degli sviluppi del programma.

I volontari non ancora iscritti nelle liste di reperibilità interessati a partecipare a questa importante iniziativa, potranno mettersi in contatto con Alberto all'indirizzo di posta elettronica albertoboitano@arredando.it. (Alberto B.)

PRANZO SOCIALE

Quest'anno abbiamo voluto creare un momento di convivialità per stare insieme e condividere alcune ore in allegria. Pertanto il 24 marzo, dopo l'Assemblea dei Soci, ci sposteremo in via Pusiano 52, Milano, presso il Centro Piamarta (c'è anche un ampio parcheggio). I Responsabili raccoglieranno le adesioni ed il vostro contributo; a breve avrete tutti i dettagli.

Spero di vedervi numerosi. (Maria Vittoria)

Trento: mercatino di Natale

Il ricordo, l'unico paradiso dal quale non possiamo venir cacciati. (J.P. Friedrik Richter).

E' davvero un piacevole tuffo nei ricordi quello che, a distanza ormai più di due mesi, mi accingo a fare per raccontarvi la

splendida giornata dello scorso 20 novembre!

L'iniziativa, nata da un'idea dei responsabili del gruppo del sabato, era davvero da non lasciarsi scappare e prevedeva la visita dei mercatini di Natale

a Trento. L'invito è stato accolto davvero alla grande con numerose adesioni sia da parte dei volontari che dagli amici e conoscenti degli stessi ai quali era stata estesa la proposta.

L'inizio della giornata ha messo un po' a dura prova il risveglio di tutti i partecipanti, complice una plumbea giornata del periodo abbastanza fredda e nebbiosa, ma la voglia di stare insieme è stata subito evidente dal momento del ritrovo e ha caratterizzato l'entusiasmo del gruppo durante tutta la giornata.

Dalla stazione ferroviaria di Milano Lambrate ci siamo quindi diretti verso lo splendido capoluogo del Trentino Alto Adige che per l'occasione è stato letteralmente preso d'assalto da moltissimi visitatori. Il *contorno* offerto dalla città è stato stupendo e, per l'occasione, quello dei tradizionali mercatini come sempre davvero suggestivo. Queste piccole bancarelle collocate nel centro della città sono davvero uniche nel far rivivere l'atmosfera e la gioia del Natale grazie anche alla possibilità di scelta tra svariati addobbi natalizi, o per la casa, e prodotti di artigianato. L'occasione, inoltre, è stata davvero ghiotta anche per degustare qualche prodotto tipico.

Nel pomeriggio c'è stato anche un po' di tempo per visitare parte della città e passeggiare tra le viette ammirando le singolari case colorate e qualche monumento storico.

La giornata trascorsa insieme è stata davvero splendida. Per me sicuramente la prima occasione concreta per trascorrere



un po' di tempo e un'esperienza un po' diversa con gli amici e colleghi coi quali solitamente condivido le esperienze di servizio in ospedale ma anche uno spunto per conoscerli meglio. Una nota di ringraziamento va poi agli infaticabili organizzatori della gita.

A tutti rimarrà sicuramente il ricordo di una giornata coinvolgente, intensa e soprattutto trascorsa insieme.

(Marcello Z.)

Testimonianza di un tirocinante all'ultima lezione del corso base

Da gennaio sono di servizio nel reparto di urologia. Credo però che possa essere utile per voi condividere almeno alcuni aspetti della mia esperienza.

In primis, la motivazione: per intenderci, non quella che serve sul lavoro o magari

per qualche prestazione sportiva in relazione a obiettivi da raggiungere, bensì quella luce che forse vi si è accesa come una candela quando avete appreso per la prima volta che c'era questa possibilità di volontariato. Una piccola fiamma che

spero questo corso abbia ben conservato e alimentato, così come è accaduto a me l'anno scorso.

Sarà questa luce, questa candela accesa, che dovrà aiutarvi:

- a capire, già al primo contatto, se effettivamente si tratta di un tipo di esperienza che fa per voi (che ci faccio qui?!);

- a trovare il giusto grado di confidenza con il vostro tutor, rispettando le esigenze di puntualità e di rispetto dei turni di servizio, osservando eventualmente come altri volontari del reparto operano;

- ad ambientarvi nel reparto, partendo dalla consapevolezza di dover essere ospiti discreti, anche se attivi e disponibili e quindi molto rispettosi dei tempi e delle dinamiche del reparto (es. uscire prontamente dalla stanza quando ci sono visite o medicazioni), arrivando a ottenere la fiducia preziosa del personale infermieristico;

- a sopportare anche la stanchezza e il mal di schiena che, a quanto pare, diversi tirocinanti provano dopo il primo turno in reparto, probabilmente perché un po' di tensione e di preoccupazione la si prova, un po' come al primo giorno di scuola;

- ad entrare per la prima volta da soli in una camera cercando di capire cosa dire e soprattutto cosa non dire.

Se, come il sottoscritto, siete un po' timidi e fate fatica a rompere il ghiaccio vi porrete forse il problema di come aprire un canale di comunicazione con chi trovate nella stanza e magari escogiterete

un vostro piccolo espediente. Per quanto mi riguarda cerco prima di rendermi utile dal punto di vista pratico (comprare l'acqua o un giornale, ecc.) perché i gesti materiali, insieme a un sorriso, possono permettermi di aprire una prima breccia verso il paziente o il parente e capire



I partecipanti al corso di novembre 2011

qualcosa di più dell'interlocutore e conseguentemente alimentare il rapporto. A volte basta guardare qualche foto o qualche libro poggiato sul comodino per innescare una conversazione o comunque per aprirvi un piccolo varco. Sarà poi il grado di empatia e di simpatia reciproca a portare eventualmente il paziente ad aprirsi e magari a lasciarsi andare a qualche lacrima.

Sicuramente l'esperienza con cui è più difficile confrontarsi è il contatto con il paziente che ha ricevuto una diagnosi particolarmente grave. Non so se in questi casi ci sia una soluzione a priori. Tutto ciò che si può fare è restare a disposizione dell'altro (parenti compresi) nel tempo che dedichiamo al reparto. A volte basta toccare la mano del parente per far percepire la nostra vicinanza discreta.

Si tratta insomma di rimanere disponibili con umiltà senza temere di non fare abbastanza. Del resto non sempre si capisce quando la propria presenza si sia rivelata utile o meno; in un certo senso vi sembrerà di seminare un campo di cui però non potrete verificare i frutti che magari ne deriveranno. In fondo, citando

un articolo che è apparso di recente su un notiziario AVO arrivati a casa, non bisogna mai pensare che la vostra presenza sia un'inutile goccia nel mare, quanto piuttosto una piccola luce da accendere in mezzo alle tenebre.

(Cesare N.)

Numerosi i partecipanti alla *Festa di Natale* che si è tenuta al Dimer il 17 dicembre 2011

Dopo l'incontro con il Prof. **G. Comi** che ci ha illustrato sulla ricerca e il rinnovato impegno per sconfiggere la Sclerosi Multipla, la Fanfara dell'aeronautica ci ha allietato con un bellissimo concerto!

Questi sono i ringraziamenti degli *Amici del Centro Sclerosi Multipla*:

Anche quest'anno – e con grande gioia – abbiamo condiviso l'incontro con i pazienti. La Vostra disponibilità, il Vostro sorriso e la grande professionalità hanno contribuito significativamente all'ottima riuscita dell'evento.

Lettera di un padre

Internet non ci invia solo spam contro i nostri desideri ma talvolta anche cose interessanti. Quanto segue ci ha molto colpiti e vogliamo condividerlo con tutti voi.

Se un giorno mi vedrai vecchio: se mi sporco quando mangio e non riesco a vestirmi ... abbi pazienza, ricorda il tempo che ho trascorso ad insegnartelo.

Se quando parlo con te ripeto sempre le stesse cose ... non mi interrompere ... ascoltami, quando eri piccolo dovevo raccontarti ogni sera la stessa storia finché non ti addormentavi.

Quando non voglio lavarmi non biasimarmi e non farmi vergognare ... ricordati quando dovevo correrti dietro inventando delle scuse perché non volevi fare il bagno.

Quando vedi la mia ignoranza per le nuove tecnologie, dammi il tempo necessario e non guardarmi con quel sorrisetto ironico ... ho avuto tutta la pazienza per insegnarti l'abc.

Quando ad un certo punto non riesco a ricordare o perdo il filo del discorso ... dammi il tempo necessario per ricordare e se non ci riesco non ti innervosire ... la cosa più

importante non è quello che dico ma il mio bisogno di essere con te ed averti lì che mi ascolti.

Quando le mie gambe stanche non mi consentono di tenere il tuo passo non trattarmi come fossi un peso, vieni verso di me con le tue mani forti nello stesso modo con cui io l'ho fatto con te quando muovevi i tuoi primi passi.

Quando dico che vorrei essere morto ... non arrabbiarti un giorno comprenderai che cosa mi spinge a dirlo. Cerca di capire che alla mia età non si vive, si sopravvive.

Un giorno scoprirai che nonostante i miei errori ho sempre voluto il meglio per te, che ho tentato di spianarti la strada. Dammi un po' del tuo tempo, dammi un po' della tua pazienza, dammi una spalla su cui poggiare la testa allo stesso modo in cui io l'ho fatto per te.

Aiutami a camminare, aiutami a finire i miei giorni con amore e pazienza in cambio io ti darò un sorriso e l'immenso amore che ho sempre avuto per te.

Ti amo figlio mio

5 per mille

E' tempo di denuncia dei redditi.

Nel ringraziare tutti coloro che ci hanno sostenuto negli scorsi anni ricordiamo a tutti la prossima scadenza.

Ciascuno di voi, con gli amici che vorrà coinvolgere, potrà contribuire a finanziare le nostre attività, senza alcun costo aggiuntivo per sé; utilizzate il box qui sotto come promemoria per voi e i vostri amici.

AIUTACI AD AIUTARE
dona il tuo 5 x mille a **AVO Segrate:**
C.F. 97467450157

AVO: un amico vicino al malato



SCONT'AVO

Presentando la nostra tessera, **prima** dell'emissione dello scontrino, presso i seguenti esercizi commerciali presenti in HSR, verranno praticati gli sconti qui indicati:

Gioielli di Valenza	5 %, 10%, 50%	a seconda del caso
1910 Aspesi	20 %	
Jean Louis David	20 %	
Parafarmacia Leone	5 %, 10%	
Outlet Nuova Moda	10 %	
La Boutique della Biancheria	10 %	
Edicola Libreria Mondadori	10 % solo sui libri	
Bar Il Pozzo di Samaria	10 centesimi	solo sulla caffetteria
Bar Settore B -1	10 centesimi	solo sul caffè

GRAZIE VALERIA!

Da oggi nei contatti della redazione non compare il nome di Valeria perché, adesso che si è laureata, dovrà occuparsi del suo lavoro e non potrà collaborare in modo sistematico con noi. La ringraziamo di cuore per la creatività e la ventata di gioventù con cui ha alleggerito i numeri di Notizie, sicuri che comunque riuscirà a donarcene ancora un poco negli spiragli del suo tempo. *(La Redazione)*

**I contatti della
Redazione di Notizie**

Cinzia (cinzia.sacchi@hotmail.it)
Daniela (daniela.carcea@libero.it)
Gianna (gianna.scarsi@email.it)
Margherita (margheritacolnaghi@gmail.com)
Maria Vittoria (mariavittoria.franco@gmail.com)
Marinella (marinella.bonizzoni@elepezzaglia.com)