

68

Anno XVII - n. 68 - Dicembre 2018 - Periodico Trimestrale - Spedizione Poste Italiane S.P.A. - c/c 16386245



# Amici di Gabby

PROGETTO DI VITTA

***“Se vuoi un anno di prosperità,  
fai crescere il grano***

***Se vuoi dieci anni di prosperità,  
fai crescere gli alberi***

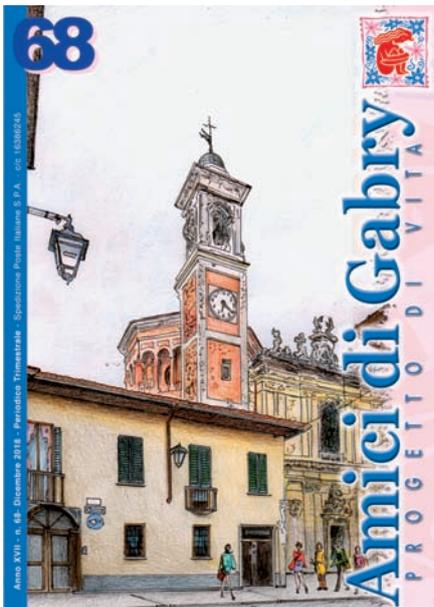
***Se vuoi cent'anni di prosperità,  
fai crescere le persone.”***



**Stucchi**



*Ringraziamo le aziende che con il loro contributo ci permettono di crescere giorno per giorno  
e portare avanti iniziative come questo giornale.*



Copertina  
**"Piazze di  
 Treviglio"**  
 realizzata  
 dagli alunni:  
 D'Adda Martino  
 Galgano Paola  
 Panepucci Alexandra  
 Gruppo di lavoro:  
 Istituto d' Istruzione  
 Superiore Statale  
 Liceo Artistico  
 "S. Weil" Treviglio



### COMITATO SCIENTIFICO

Barni Sandro  
 Bonetti Luisa  
 Cremonesi Marco  
 Cabiddu Mary  
 Petrelli Fausto

### COMITATO DI REDAZIONE

Bonetti Luisa  
 Barni Sandro  
 Cabiddu Mary  
 Mara Ghilardi  
 Karen Borgonovo

### DIRETTORE RESPONSABILE

Frigerio Angelo

### VICEDIRETTORE

Cremonesi Marco

### SEGRETERIA

Frigerio Enrico  
 Tel. 0363-314151  
 Fax 0363-314121  
 marketing@fli-frigerio.it

### PROGETTO GRAFICO

Studio Origi  
 Via Mac Mahon, 78 - 20155 MILANO

### REALIZZAZIONE GRAFICA

Venturini Fiorenzo - Treviglio

### STAMPA

Tipocarto  
 Via L. D a Vinci - 24043 Caravaggio (Bg)

### EDITORE

Associazione "Amici di Gabry" ONLUS  
 Via Matteotti, 125 - 24045 Fara G. d'Adda (Bg)

### N. AUTORIZZAZIONE 34

Del 06 Luglio 2001  
 Tribunale di Bergamo

**EDITORIALE** 3  
 "Un anno nuovo...  
 tanti impegni nuovi !"  
 Angelo Frigerio

**SPAZIO SCIENTIFICO** 4  
 "Le stagioni della vita:  
 i tumori negli anziani"  
 Dott.ssa Mary Cabiddu

**SPAZIO ASSOCIAZIONE** 6  
 "L'importanza dell'Ascolto  
 e del Supporto Psicologico  
 in Oncologia"

"Centro Clotilde Finardi  
 a Caravaggio"

**SPAZIO TECNICO** 8  
 "L'Abecedario dell' Oncologia"  
 Dott. Marco Cremonesi

**SPAZIO CULTURA** 10  
 "La Torre di Berengario II  
 (896-962) a Brembate Sotto"  
 Luigi Minuti

**SPAZIO PSICOLOGICO** 12  
 "La mia storia"  
 Dott.ssa Luisa Bonetti

**SPAZIO TERRITORIO** 14  
**LICEO ARTISTICO S. WEIL  
 TREVIGLIO** 7  
 "Le fasi della vita: Terza età"  
 Gruppo alunni:  
 Cerbelli Miriam, Panciaroli Jacopo

**SPAZIO BENESSERE** 16  
 "21 dicembre, Solstizio d'inverno"  
 Adalberto Salvatore Sironi

# FONDIARIA – SAI

DIVISIONE FONDIARIA

Agente Procuratore

**GIANFRANCO FERRI**

**Soluzioni Assicurative e Finanziarie  
per proteggere il presente  
e garantire il futuro**

TREVIGLIO (BG)  Via Abate Crippa, 4 –  Tel . 0363 48651 3 linee di r.a.  
 Fax 0363-284.503 –  e-mail [info@lafondariatreviglio.it](mailto:info@lafondariatreviglio.it)

Un'azienda che comunica bene, si sente meglio.



## Un anno nuovo... tanti impegni nuovi !

Questo è l'ultimo numero del 2018. Con la rivista abbiamo cercato di "portare in casa" del nostro lettore non solo quanto succedeva nel mondo sanitario del nostro territorio, ma anche quello che, con le nostre attività, le sta molto vicino ed che ci coinvolge in modo diretto o indiretto. Scuole e alimentazione, vita del territorio... su tali argomenti non abbiamo avuto la pretesa di essere esaustivi ed esclusivi, ma avevamo solo l'intenzione di incuriosire e spingere chi fosse interessato ad approfondire quegli aspetti così importanti per la qualità del nostro futuro in chiave di stile di vita.

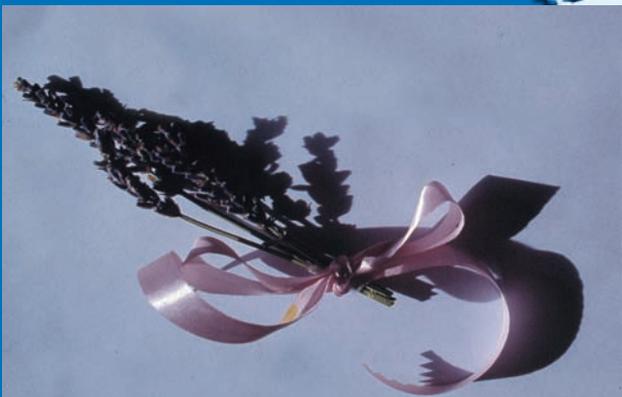
Abbiamo sempre sottolineato l'importanza della competenza e della formazione senza le quali la qualità della nostra presenza ed attività non potrebbe essere stata così importante. A marzo, manca davvero poco al suo completamento, verrà inaugurato nella sua totalità il nostro centro di Caravaggio che io vorrei definire una "grande opera di amore" perché è grazie al vostro aiuto che abbiamo trovato le risorse necessarie per realizzarlo.

In questo fine anno vorrei che passasse il messaggio che tutto quello che i nostri volontari stanno facendo deve essere ed è al servizio dei nostri cittadini perché siamo una Onlus e tutto quello che facciamo è di chi vive il nostro territorio ed è per questo che ci aiutano a realizzare le nostre iniziative.

Lanciando uno sguardo al 2019, in occasione dell'inaugurazione del Centro di formazione ed ascolto di Caravaggio, presenteremo una pubblicazione fotografica realizzata dall'amico Giacomo Nuzzo sui momenti più significativi della vita dell'associazione in questi 20 anni di attività, un lavoro che riteniamo sia il giusto ringraziamento per chi ha lavorato nelle varie sfaccettature della nostra attività quotidiana.

Per quanto riguarda il layout editoriale di questa rivista per il prossimo anno verrà presentata l'attività della nuova oncoematologia all'interno del nostro day hospital con articoli tecnici inerenti a linfomi, leucemie e mielomi in modo da esporre in quattro uscite i problemi e le risorse a disposizione per queste malattie. Forza... auguri... ed al lavoro.

# EDITORIALE



ASSOCIAZIONE  
AMICI DI GABRY  
Tel. e Fax 0363 305153  
info@amicidigabry.it  
www.amicidigabry.it

#### CHI INCONTRATE?

Donne disponibili all'ascolto  
Medico  
Specialisti del settore:  
Oncologo, Senologo,  
Esperti di Medicina Alternativa  
Psicologo

#### DOVE SIAMO:

"Associazione Amici di Gabry"  
V.le Oriano, 20  
24047 Treviglio (BG)  
Martedì e Venerdì  
dalle ore 9.30 alle 11.30  
Tel. 0363 305153

DH Oncologico  
ASST - Bg Ovest  
Ospedale di Treviglio  
Lunedì, Mercoledì e Giovedì  
dalle ore 9,30 alle 11,30  
Tel. 0363 424739

Centro formazione e ascolto  
"Clotilde Finardi" via Fermo Stella, 13  
Caravaggio (BG)

#### COLLABORAZIONE

Se diventi socio/a sostenitore, anche con un piccolo contributo, potenzierai il progetto che coinvolge ognuno di noi.

#### ASSOCIAZIONE "AMICI DI GABRY" ONLUS

Sede legale:  
Via Matteotti 125  
24045 Fara d'Adda  
P.I.: 02645050168  
Cod. IBAN:  
IT 92 D 08899 53643 000000210230  
Credito Cooperativo di Treviglio

c/c postale 16386245

**Angelo Frigerio**  
Direttore responsabile.  
Presidente della  
associazione  
"Amici di Gabry"



# “Il tumore negli anziani”



**L'**Italia è il Paese più vecchio d'Europa: il 20% della popolazione ha oltre 65 anni, per un totale di 12 milioni di persone. Con l'avanzare dell'età viene meno la capacità di riparazione cellulare dell'organismo e nelle persone di età maggiore ai 70 anni il rischio di sviluppare un tumore può essere anche 40 volte più alto di quello di una persona giovane e 4 volte superiore rispetto a un individuo di media età (40-59 anni).

Tra gli uomini anziani, il tumore più frequente è quello della prostata (20%), seguito da polmone (17%), colon-retto (14%), vescica (12%) e stomaco (5%).

Tra le donne, invece, il tumore più frequente è quello alla mammella (21%), seguito da colon-retto (17%), polmone (7%), stomaco (6%) e pancreas (6%).

Grazie agli studi clinici condotti negli ultimi anni, oggi sappiamo che le cure oncologiche funzionano anche negli anziani, migliorandone sia l'aspettativa di vita sia la qualità, ma sono anche gravate da una maggiore tossicità rispetto ai giovani-adulti. Con gli anni infatti il metabolismo epatico e renale, così come la funzionalità del cuore, non sono più ottimali e l'anziano spesso è già colpito da altre patologie, non di rado croniche ed assume vari farmaci che possono interferire con le cure.

Per tenere in considerazione tutte le variabili cliniche si utilizza un particolare strumento chiamato "Valutazione geriatrica multidimensionale (VGM)". Questo strumento aiuta il medico a stabilire se il paziente è in grado di affrontare la cura e prevedere le possibili conseguenze di decisioni terapeutiche come, per esempio, un intervento chirurgico, una dieta particolarmente limitata o una chemioterapia.

La VGM permette di suddividere i pazienti in tre gruppi principali:

- **quelli che non hanno altre patologie oltre al tumore** e quindi possono essere trattati come gli individui al di sotto dei 65 anni;
- **i vulnerabili**, cioè quelli per i quali è richiesta una maggiore attenzione, ma la cui condizione non costituisce, di per sé, un ostacolo alla cura;
- **i fragili**, cioè quelli che sono in condizioni così precarie da far preferire un piano di terapie di supporto finalizzate a controllare i sintomi e a migliorarne la qualità di vita (cure palliative) senza curare direttamente il tumore.

A questo strumento negli anni se ne sono aggiunti altri come il **G8 Screening Tool** e l'**Hurria Score**

che rispettivamente ci aiutano a capire il grado di fragilità ed il rischio di tossicità da chemioterapia negli anziani. In questo modo è possibile calibrare gli interventi sanitari, evitando ai più vulnerabili il rischio di tossicità eccessive, ma somministrando invece una terapia a chi può trarne un beneficio.

Un altro aspetto non trascurabile è poi lo **stato sociale** del paziente: l'anziano solo è esposto, infatti, a sviluppare sindrome depressiva, malnutrizione e ad interrompere le cure.

Diventa fondamentale quindi il ruolo del **caregiver**, ovvero di colui che si prende cura del malato anziano. Va però tenuto presente che il tumore diventa in questo caso una malattia familiare, poiché stravolge anche a vita del caregiver, che lo deve accompagnare alle visite, a fare gli esami, alle sedute di terapia e aiutarlo alla gestione delle terapie domiciliari e, talvolta, il caregiver è una persona altrettanto anziana (il coniuge, il fratello) e va supportato a sua volta. La scelta della migliore terapia per il malato oncologico anziano non è quindi facile, dovendo tenere conto della malattia in sé, delle altre patologie, della fragilità intrinseca legata all'età e di tutte le problematiche sociali.

Gli studi clinici sino a ieri escludevano i pazienti di età maggiore a 65 anni, tuttavia negli ultimi anni l'età non è più un criterio di accesso alle sperimentazioni cliniche. Certo, rimane il problema che i criteri di inclusione (buoni livelli di emoglobina, adeguata funzionalità epatica e renale) ne limitano ancora la partecipazione, ma sempre più dati di efficacia e tossicità dei farmaci oncologici sono disponibili per aiutare i sanitari nel fare la migliore scelta terapeutica.



**Nell'ambito dei servizi sanitari e assistenziali per la tutela dei diritti del cittadino presso il centro servizi dell'Ospedale di Treviglio-Caravaggio apre il nuovo sportello del TRIBUNALE DEL MALATO dell'ASST BG-Ovest e riceve ogni lunedì dalle 14.30 alle 16.30**

**La nostra Associazione, all'interno del Dipartimento Interaziendale per le Cure Palliative, rappresenta il volontariato dell'ASST BG-Ovest e partecipa al gruppo di lavoro per il "Percorso del Paziente"**

**Si è riunita la Consulta del Volontariato dell'ASST BG-Ovest. La nostra Associazione con altre 14 associazioni, è parte attiva nel Socio-Sanitario locale**

**Da Febbraio è attivo il nuovo SPORTELLO DONNA presso l'ospedale di ROMANO ogni lunedì dalle 14 alle 17 e giovedì dalle 9 alle 12**

**La "Danzoterapia" prosegue tutti i martedì nella nostra sede di Treviglio con la partecipazione di 4 pazienti donna. Per info: Dr.ssa Luisa Bonetti D.H. Oncologico - Tel 0363 424420**



**Mary Cabiddu**  
Dirigente di 1° livello  
Oncologia Medica  
ASST - Bg Ovest  
Treviglio



SPAZIO ASSOCIAZIONE

# “L'importanza dell'Ascolto e del Supporto Psicologico in Oncologia”



Nell'ultimo anno il Centro di ascolto Clotilde Finardi di Caravaggio si è in parte fermato per ristrutturazione, lasciando, ancora per poco, “in cantiere” i vari progetti da noi pensati e di cui vi abbiamo parlato negli articoli passati e che cercheremo di attuare con l'anno nuovo. Non si è però fermato per quanto riguarda l'attività psicologica di ascolto, di sostegno e di supporto ai pazienti oncologici ed ai loro familiari, cercando, per quanto possibile di garantire la nostra presenza ed una certa continuità ad alcuni pazienti che necessitavano di aiuto. Riteniamo infatti che il servizio di supporto psicologico e le attività che ne fanno parte siano di fondamentale importanza nel lungo percorso che il paziente e la sua famiglia devono intraprendere, perché il cancro, più di ogni altra malattia esige dalla persona uno sforzo costante e ripetuto di adattamento. In ciascuna fase della malattia, infatti, le reazioni psicologiche sono il risultato dell'integrazione tra la paura del ricordo passato, la percezione della minaccia futura e le risorse disponibili in quel determinato momento.

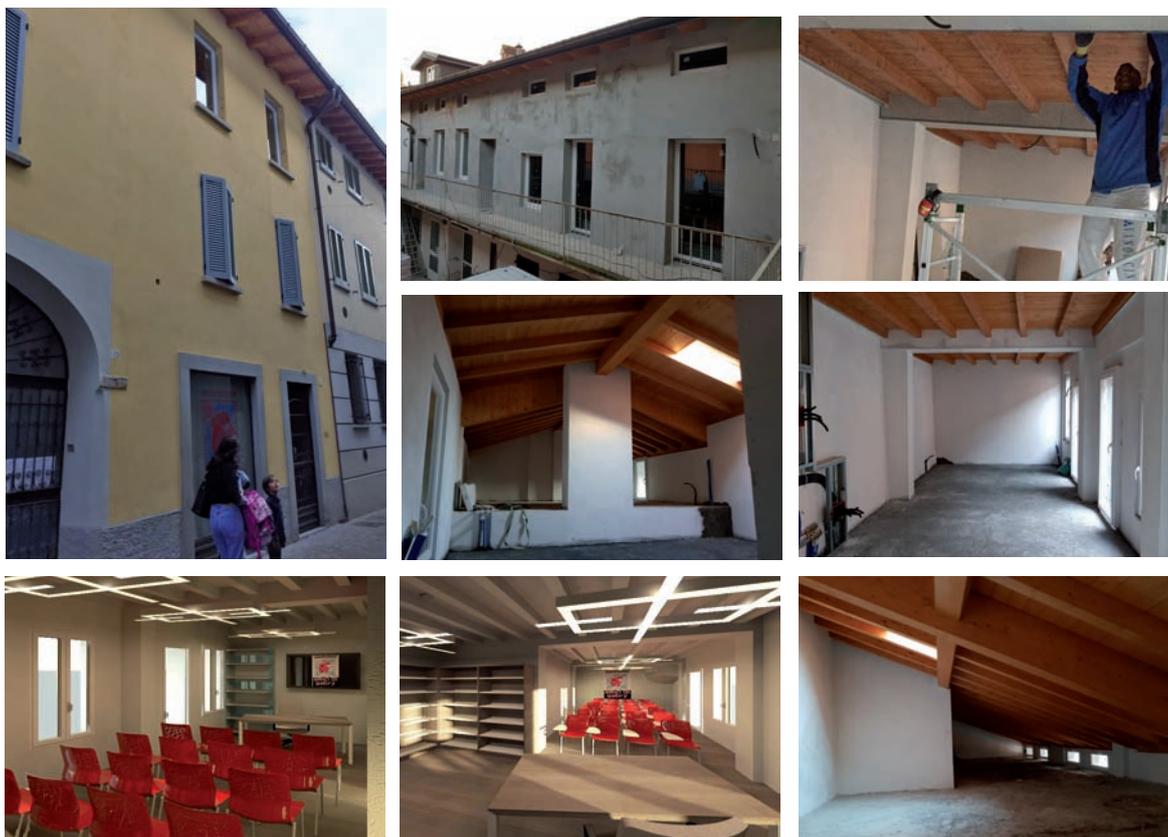
Con il nostro servizio vogliamo assicurare un sostegno psicologico non solo nel periodo della malattia ma anche nelle fasi successive, vogliamo aiutare i pazienti ed i loro cari ad acquisire gli strumenti necessari per gestire i disagi dati dalla malattia, gestire le emozioni negative, apprendere ed utilizzare tecniche di rilassamento e modificare quei comportamenti a rischio che potrebbero peggiorare la situazione (ex alcol e tabagismo).

Tutto questo attraverso colloqui individuali e di gruppo per elaborare e condividere con gli altri i propri vissuti emotivi e per risolvere le difficoltà pratiche e relazionali legate alla malattia.

**Giusi De Agostini**  
Psicologa  
Psicoterapeuta  
Amica della nostra  
Associazione



*Info@amicidigabry.it*



## ***“Un giorno in Oncologia con Amici di Gabry”***

*Immagini di “gesti quotidiani” raccolte in un libro fotografico che sarà presentato l’ 8 Marzo 2019 in occasione della definitiva ristrutturazione e inaugurazione del nostro Centro Clotilde Finardi a Caravaggio*



# “L’ Abecedario dell’ Oncologia”



## ORMONOTERAPIA

L’ormonoterapia, o terapia ormonale, consiste nella somministrazione di farmaci in grado di interferire con l’attività degli ormoni. Sono esempi di ormonoterapia la terapia sostitutiva nell’ipotiroidismo (ridotta funzionalità della tiroide) o la terapia con l’insulina del diabete. In oncologia si usa soprattutto nei tumori mammari che esprimono i recettori per gli estrogeni (ER), nel tumore della prostata per sopprimere il testosterone e più raramente in alcuni tumori ginecologici che esprimono i recettori per l’estrogeno. Gli effetti collaterali principali sono simili a quelli della menopausa; alcuni farmaci possono determinare artralgie (dolori delle articolazioni).

## CHEMIOTERAPIA

Con il termine chemioterapico si indica una qualsiasi **sostanza chimica** capace di uccidere gli agenti responsabili delle malattie. Se nell’immaginario comune il termine è associato alle cure contro i tumori, anche gli antibiotici sono chemioterapici. Basandosi sul principio che le cellule tumorali si riproducono molto più

rapidamente di quelle normali, i chemioterapici vanno ad interferire con i meccanismi legati alla replicazione delle cellule. La tossicità dei chemioterapici è legata principalmente al fatto che queste sostanze chimiche agiscono anche sulle cellule sane in rapida replicazione, dando quali effetti collaterali principali la riduzione dei globuli bianchi, la nausea, il vomito, la mucosite (infiammazione delle mucose), la diarrea.

## TERAPIE BIOLOGICHE (o TARGET THERAPY)

Le terapie a bersaglio molecolare si basano su farmaci che vanno ad agire su un particolare bersaglio molecolare che può essere, ad esempio, un recettore o un enzima presente principalmente nelle cellule tumorali e che sono responsabili della

crescita e della diffusione delle cellule tumorali. Tali farmaci sono il risultato delle conoscenze raggiunte nel campo delle biotecnologie; sono sintetizzati attraverso sofisticate procedure di DNA ricombinante e prodotti a partire da proteine presenti nel nostro organismo che vengono modificate in laboratorio. Facciamo qualche esempio:

### • Anticorpi monoclonale:

Terapia che agisce colpendo in maniera selettiva delle strutture proteiche espresse sulla superficie della cellula. Ad esempio **trastuzumab** si lega con le cellule che iper-esprimono il recettore HER-2; **rituximab** agisce su un antigene, il CD20, presente sulla superficie delle cellule in oltre il 95% dei linfomi non-Hodgkin; **bevacizumab** è un inibitore dell’angiogenesi che blocca il fattore di crescita endoteliale dei vasi sanguigni (VEGF) bloccando così la formazio-

ne dei vasi sanguigni che servono per portare nutrimento al tumore; **cetuximab** e **panitumumab**, si legano al recettore EGFR (Epidermal Growth Factor Receptor - recettore del fattore di crescita epidermoidale);

• **Inibitori delle tirosino-chinasi:** sono piccole molecole che agiscono inibendo l'attività enzimatica (chinasi) di particolari biomarcatori; ad esempio sono farmaci inibitori delle tirosino-chinasi di EGFR **erlotinib**, **gefitinib**, **afatinib** e **osimertinib**, mentre **crizotinib**, **ceritinib** o **alectinib** sono inibitori delle tirosino-chinasi di ALK.

Le terapie biologiche, essendo farmaci più selettivi dei chemioterapici, hanno un profilo di tossicità diverso da quest'ultimi e dipendono dal recettore che vanno a colpire (ad esempio i recettori EGFR sono presenti sulla cute e la tossicità più frequente di farmaci come il cetuximab ed il panitumumab è una particolare dermatite acneiforme). I più comuni effetti collaterali sono: eruzioni cutanee, secchezza della cute, prurito; diarrea, congiuntiviti, nausea, alterazione della funzionalità del fegato o del rene, alterazioni della vista, ipercolesterolemia o rialzo della pressione sanguigna.

### IMMUNOTERAPIA

È una innovativa terapia che agisce sul sistema immunitario stimolandolo, potenziandolo e rendendolo capace di aggredire le cellule neoplastiche. Questi farmaci non agiscono quindi direttamente sulle cellule tumorali ma sul sistema immunitario del paziente. La tossicità è rara, ma può essere severa ed è dovuta alla iperstimolazione del sistema immunitario; è rappresentata principalmente da coliti (infiammazione dell'intestino), nefriti (infiammazione dei reni), polmoniti, ipotiroidismo, eruzioni cutanee, stanchezza, dolori articolari e muscolari.

La scelta della terapia dipende dalle caratteristiche biologiche della malattia: se il tumore non esprime il recettore bersaglio del farmaco quest'ultimo non funzionerà. Bisogna però dire che anche se esprime il recettore non tutti i pazienti rispondono alla terapia o nel tempo possono andare

incontro ad una resistenza al farmaco stesso.

L'immunoterapia sta rivoluzionando oggi la terapia dei tumori ma non è disponibile per tutti i tumori ed in alcuni ancora non si è trovato un farmaco efficace, ma la ricerca procede a grandi passi.



### PREVENZIONE ONCOLOGICA NELLE SCUOLE

La nostra Associazione e sempre attiva grazie all'impegno del Dott. Marco Cremonesi

Febbraio 2018  
Liceo S. Weil di Treviglio  
Quattro incontri con la  
4° Liceo Classico  
e 4° Liceo Artistico

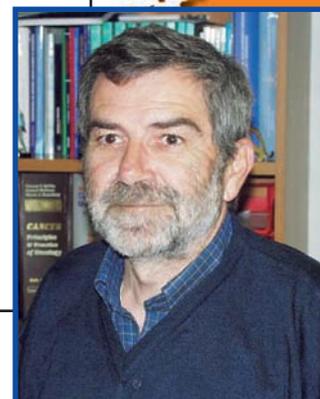
4/5/6 Novembre 2018  
Istituto Don Milani a Romano di L.  
Otto incontri con tutte le 4°classi



28 Novembre 2018  
Scuola Agraria Cantoni di Treviglio  
Due incontri con le 3°classi

Febbraio 2019  
Liceo S. Weil di Treviglio  
Liceo Scientifico G. Galilei  
di Cassano d'Adda

**Marco Cremonesi**  
Vicepresidente  
dell'Associazione  
Amici di Gabry



# “La Torre di Berengario II (896-962) a Brembate Sotto”



Brembate – Torre di Berengario II, veduta dal cancello di accesso al giardino panoramico sul fiume della Villa Gritti Morlacchi – Foto di Maurizio Ferrandi

**La millenaria torre domina il fiume Brembo prossimo all'estuario nell'Adda, inglobata dai Suardi nel loro castello, venne espugnata dal Colleoni, passò ai Tasca e infine ai Moretti.**

**S** secondo lo storico prof. Natale Verdina, la prima notizia storica della Torre di Berengario II risale all'anno 962, in cui fu redatto un documento contenente tra l'altro il seguente passo: *“illos mansos qui fuerunt de jure Berengarii et Ville uxori eius, in comitatu Bergomense in loci qui dicuntur Brembate Sancti Victoris”*. Vi si cita una villa di pro-

prietà della moglie di Berengario II (896-962), figlio di Adalberto d'Ivrea, re d'Italia nel 950, vinto e deposto da Ottone I di Sassonia nel 963.

Nell'XI secolo la torre di Berengario II venne inglobata in un castello fatto realizzare dalla famiglia ghibellina bergamasca dei Suardi che conteneva a quella guelfa dei Rivola il dominio sulla Città di Bergamo, mentre i Ghisalberti, i prolifici conti palatini, stretti tra il potere vescovile e le litigiose famiglie del patriziato orobico avevano da tempo scelto di trasferirsi nella Pianura orientale (a Martinengo e Cortenuova), nella Bassa (a Camisano, Farinate e Vailate), nel Cremasco (Crema e Offanengo).

I Suardi, che ottennero dal Sacro Romano Impero il titolo di Signori del Brembo, tennero a lungo il baluardo di Brembate difendendone l'integrità anche riguardo al fiume in sé, contrastando le decisioni del Comune di Bergamo di autorizzare la Comunità di Treviglio ad imbrigliare, mediante una diga appropriata (denominata nel tempo 'filarola') le generose acque prossime all'estuario nell'Adda per condurle a valle non solo in direzione dell'emergente castello della Bassa, ma anche nei luoghi di Brignano e di Casirate, dove le famiglie milanesi dei Della Torre prima e dei Visconti poi (che agli inizi del XIV secolo detenevano il potere sia a Milano che a Bergamo), avevano ampie proprietà terriere da irrigare ed interessi.

Gradualmente i Suardi ottennero anche l'infeudamento di Longuelo,

Verdello, Chiuduno, Cenate, Bizzanese, Spirano e Romano e parte della Valle Cavallina con lo scopo di contendere ai Guelfi la loro supremazia anche nelle sovrastanti Valli Seriana e Camonica.

Il longevo potere dei Suardi non fu mai del tutto pacifico e Brembate verrà più volte coinvolta nei contrasti, che dureranno oltre due secoli, tra le correnti di pensiero e di potere dei Guelfi e dei Ghibellini, seguaci i primi del Papa, i secondi dell'Imperatore, nelle tappe cruciali del XIII secolo, culminate con la sanguinosa Battaglia di Cortenuova (1237) vinta dalla coalizione ghibellina capitanata dall'imperatore Federico II di Svevia (1194-1250).

Brembate e la sua Torre continuano, per quasi due secoli, a condividere con altre parti della provincia le vendette ed i guasti del confronto tra i Guelfi Della Torre ed i Ghibellini Visconti - coi rispettivi supporter ed alleati locali - che si contendevano il vicariato imperiale di Milano e la futura signoria. Sconfitti nuovamente i Guelfi nel 1312, la contesa tra i due partiti avrebbe dovuto spegnersi, ed invece, sopita ma mai cessata definitivamente, riemerse nuovamente all'improvvisa morte del Duca Gian Galeazzo Visconti, nel 1402, mediante la generale ribellione delle antiche famiglie guelfe di gran parte delle città del Ducato che espressero per l'arco di trent'anni (il più lungo periodo di guerra vissuto dalla Lombardia) faide ovunque, da Cremona a Crema, da Piacenza a Lodi con la proclamazione di signorie locali del partito Guelfo e l'esilio per le famiglie Ghibelline.

Particolarmente cruenta le contese nella Val San Martino, in quella Seriana, nella Bassa e nel Cremonese dove il tiranno Cabrino Fondulo collezionò una serie impressionate di delitti. Alla fine Filippo Maria Visconti, secondogenito di Gian Galeazzo, consolidò la propria lunga signoria su Milano e la Lombardia sud/occidentale, ma perse Bergamo e Brescia cedute per forza nel 1428 alla Serenissima la quale ebbe un occhio di riguardo più per i guelfi Colleoni che per i Suardi, ma questi seppero abilmente rimanere in sella e conser-

vare una parte dei loro antichi feudi, un'altra parte, però, nella Bassa Orientale, entrerà nel novero di quelli concessi dalla Repubblica di Venezia al proprio Capitano Generale, il condottiero Bartolomeo Colleoni.

Anche Brembate nel XV secolo entra a far parte dei feudi Colleoni che da tempo lo tenevano d'occhio dalla vicina roccaforte di Trezzo. Il panoramico castello (ma non la Torre), venne distrutto due volte, dai Guelfi della Val San Martino nel 1404 e dal Duca di Calabria, durante la signoria di Ludovico il Moro, nel 1482; ricostruito la prima volta dai Suardi, la seconda dai Colleoni, nel XVII secolo perviene alla famiglia Tasca che lo consolida e trasforma secondo i canoni secenteschi e lo detiene un paio di secoli, fino ai primi anni dell'Ottocento quando, alla morte senza eredi della contessa Camilla Tasca, passa in proprietà dei Moretti.

Il Castello attuale occupa un'area assai ampia e terrazzata che domina ad est il corso del fiume Brembo e ad ovest il paese. La facciata dell'ala settentrionale ha incorporato, fino ad una certa altezza, un lungo tratto di cortina del fiume, in ciottoli da esso ricavati, magistralmente composti, la parte più meridionale dell'edificio ha incorporato la millenaria Torre, resto più vistoso, ancorché rimaneggiato, dell'antico fortilizio turrato di Berengario II e dei Suardi.

La Torre ha una pianta quadrata con muri in pietra e si distingue per la presenza di una singolare cella sommitale, ottagonale e munita di balconcini, frutto di una probabile rielaborazione seicentesca se non addirittura di un ulteriore rimaneggiamento tardo ottocentesco nello stile neogotico vista la similitudine con i sottostanti edifici rivieraschi del fiume in quel di Vaprio d'Adda.



**Luigi Minuti**  
Storico e amante della  
nostra "bassa"



# “La mia storia”



*L'acqua è fresca e frizzante, di uno splendido color turchese. Un respiro profondo e finalmente mi immergo, lasciandomi rigenerare e cullare da questo mare meraviglioso e cristallino.*

**M**i sento bene, finalmente mi sento guarita: sono quella di prima, mi dico. Poi sorrido, perchè non è vero, perchè di strada ne ho percorsa tantissima. Non sono più quella di prima, sono molto di più! Diversa fisicamente, con una protesi al posto del mio seno sinistro e una cicatrice nel mezzo, sempre lì a ricordarmi tutta la fatica e le conquiste di quest'anno passato. I miei capelli, ricresciuti, sono diversi, ho proprio cambiato look, qualcuno mi dice anche che sto meglio adesso!

Nuoto per un po' e mi accorgo che va tutto bene: la stanchezza è passata, le gambe non mi fanno quasi più male, le braccia si muovono senza sentire dolore...sono ancora io, mi dico contenta. Mi

abbandono con piacere e gioia nell'acqua che mi culla.

E' stato difficile arrivare fino a qui!

Nel 2017, durante una mammografia di controllo, qualcosa non va bene: ci sono delle calcificazioni, mi fermano per una verifica ulteriore.

Dall'ecografia viene confermata la presenza di qualcosa di anomalo, mi prenotano per una biopsia pochissimi giorni dopo.

Mi sottopongo a tutto continuando a dirmi che non può essere niente, che andrà tutto bene.

Il mio compagno entra con me nello studio del dottore che mi comunica l'esito: questi mi dice che purtroppo è un tumore, di tipo aggressivo. Bisogna operare, si toglierà tutto, si metterà la protesi, dopo vedremo che cure fare...

E' una tempesta di notizie a cui assisto quasi impassibile, come se non si parlasse di me. Non ho quasi reazione, mentre il mio compagno sta malissimo, ha la nausea e vuole solo uscire dallo studio al più presto. Per lui, rimasto vedovo con una figlia piccola proprio a causa di un tumore al seno, è come ripiombare nell'abisso.

Una manciata di giorni scorre velocemente e giungo in un attimo alla vigilia dell'operazione; mille emozioni e stati d'animo mi turbinano dentro, più di tutto la paura. Sono frastornata e ancora incredula. Io sono sempre stata in salute, forte, con la bella presunzione di non avere bisogno di nessuno.

L'operazione va bene, i linfonodi non sono intaccati, tutti sono ottimisti. Il mio compagno piange di gioia.

Dopo due settimane in ospedale, tempo in cui ancora, testardamente, esigo da me stessa la guarigione immediata, qualcosa si infiltra nei miei pensieri e per

la prima volta scoppio a piangere; una crepa si apre dentro: è l'inizio del mio cammino di rinascita, ma sono ancora troppo impaurita e bloccata per accorgermene.

Mi comunicano che dovrò sottopormi a chemioterapia per scongiurare il rischio di diffusione del tumore ad altri organi.

Io ho il terrore della chemioterapia; solo la parola mi mette angoscia. Passo il mese di convalescenza cercando di capire che struttura scegliere per sottopormi alla terapia; sono così impaurita che penso di scegliere la struttura dove lavora un'amica, se pur molto distante da casa. Poi, dopo qualche giorno di vacanza in montagna, per fortuna ritrovo il senno e scelgo l'ospedale di Treviglio, vicinissimo a casa.

Durante la prima visita oncologica apprendo che il percorso che dovrò affrontare, oltre alla chemioterapia, prevede l'essere messa in menopausa forzata, per cui non potrò più avere figli. Mi crolla il mondo addosso. Solo le donne che non sono riuscite ad averne capiscono il dolore che si prova. E' indescribibile, me lo porterò sempre dentro.

Alla vigilia della prima chemioterapia, con i capelli già corti - per soffrire di meno quando cadono, mi dicono - mi sento come un pezzo di legno che galleggia in mare, in balia delle onde. La prima infusione arriva pesante, perchè il mio corpo e soprattutto la mia mente non sono pronti, non si abbandonano.

Fortunatamente ricevo aiuti da più fronti: ho iniziato un intenso percorso psicologico presso l'oncologia e ascolto delle meditazioni yoga. Molte persone intorno a me, amici di vecchia data e nuove conoscenze, fanno di tutto per aiutarmi. Il mio corpo e la mia mente pian piano si adattano e si rilassano; arrivo alla quarta chemio "rossa" e quasi non ne sento gli effetti collaterali. Finalmente comincio ad abbandonarmi; le rigidità e le paure sono solo ostacoli, pesi da lasciarsi alle spalle.

Il ciclo intero finisce a febbraio 2018; durante tutto questo tempo sento il mio corpo che pian piano cambia, come se mi mettessero addosso un'armatura ogni volta più pesante. Ho sempre le articolazioni indolenzite.

La fine della chemioterapia anticipa di poco la primavera, epoca del risveglio della vita sul pianeta Terra. Anche per me è così. Lentamente ritorno in superficie, dopo essere stata in apnea, pian piano raccolgo il vecchio e il nuovo di me e per la prima volta provo a metterli insieme in un'unica storia: chi ero, chi sono diventata adesso, chi voglio essere. Con il passare delle settimane, mi sento meglio, sempre più forte, finalmente comincio a liberarmi dell'armatura e scopro che lasciare andare, arrendersi all'esistenza, accettare la propria debolezza e la malattia, questa è la strada, l'unica che mi porta alla mia nuova vita.

A settembre sono rientrata al lavoro, il mio splendido lavoro in classe con i bambini, attività che solo pochi mesi fa, nel pieno della tempesta, non volevo più svolgere; invece i piccoli sono bellissimi e stare con loro è entusiasmante! E' come bere ogni giorno acqua pura e fresca di sorgente.

Sono in menopausa forzata, prendo pastiglie, periodicamente devo sottopormi a punture ed esami di controllo. La paura che il mostro possa tornare c'è, ma per adesso ho vinto io! Ce l'ho fatta!! E ora celebro la vita, ringraziando il mio compagno e la mia Gaia, - ora è anche mia figlia, - che mi sono stati sempre vicini, nonostante la loro terribile fatica di rivivere tutto per la seconda volta: grazie! Ringrazio mia mamma e mio fratello che hanno tifato forte per me e ci sono stati! Grazie anche ai miei cari amici e a tutti coloro che, insieme a medici e infermieri, si sono presi cura di me e mi hanno dato forza!

Infine grazie a me stessa per avercela fatta!!

*Ma, infine, cosa cerchiamo nella vita, se non la felicità?*

Francesca - settembre 2018

**Luisa Bonetti**  
Psico-Oncologa  
dell'Associazione  
Psicologa dell'U.O.  
di Oncologia Medica  
ASST - Bg Ovest  
Treviglio



# LE FASI DELLA VITA

*Nascità - Gioventù - Maturità - Vecchiaia:  
fasi naturali e tappe importanti di attenzione e prevenzione a possibili  
problemi oncologici  
Tema a libera interpretazione artistica sviluppato dagli alunni dell'Istituto  
d' Istruzione Superiore Statale Liceo Artistico "S. Weil" Treviglio*

## Terza età

### Quotidianità e tempo libero



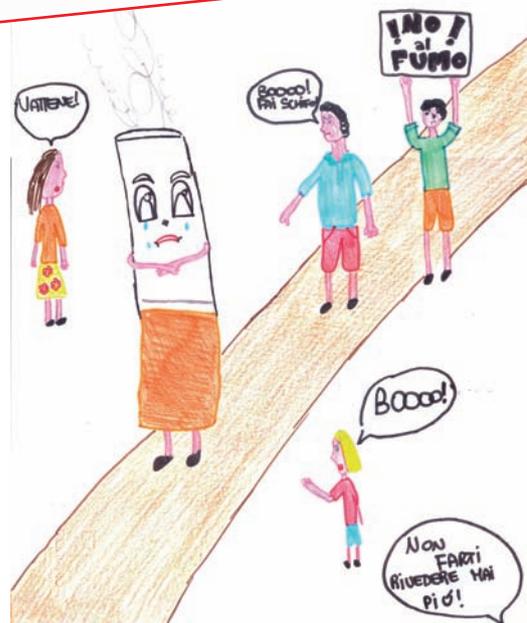
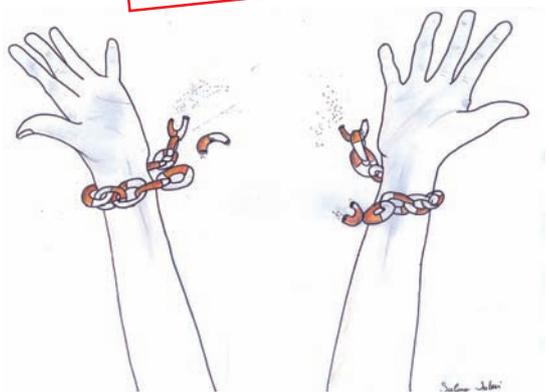
#### *4<sup>a</sup> fase: "Terza Età"*

*Immagine realizzata dal gruppo di alunni :  
Ceribelli Miriam, Pancioli Jacopo*

In occasione della GIORNATA MONDIALE ANTIFUMO la Scuola Media di Misano Gera d'Adda anche questo anno ha aperto le porte alla nostra associazione per svolgere il "NO SMOKING DAY 2018".

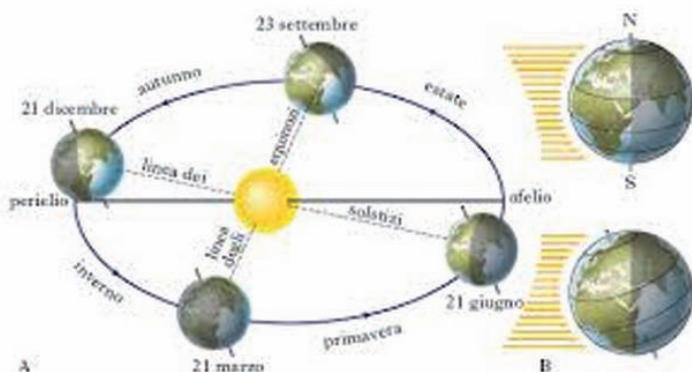
I ragazzi dopo aver assistito alla presentazione della nostra Dott.ssa Mara Ghilardi, hanno elaborato artisticamente il tema, del quale potete vedere alcuni esempi.

Ringraziamo i ragazzi per l'attenzione e l'impegno mostrato, i professori e la dirigenza scolastica per l'accoglienza e la sensibilità al problema sempre molto attuale.



SPAZIO BENESSERE

# “21 Dicembre, Solstizio d’Inverno”



Dopo l'estate di San Martino l'orto, ora mai, va verso il solstizio (dal Latino *solstitium*,

composto da *sol-*, “Sole” e *-sistere*, “fermarsi”, “fermarsi è in astronomia il momento in cui il sole raggiunge, nel suo moto apparente lungo l'eclittica il punto di declinazione o minima.

Questo significa estate e di inverno rappresentano rispettivamente il giorno e più corto dell'anno dopo di che, piano piano, allungherà le ore di luce fino ad arrivare all'equinozio di primavera. In questo periodo dobbiamo adoperarci per preparare le semine ed i trapianti di primavera. Quindi, dobbiamo attrezzarci per alcuni lavori preparatori per la prossima campagna ortiva 2019 pianificando così le semine ed i trapianti per tutta la prossima stagione ortiva. Non dobbiamo dimenticare la nostra banca semi sia come tipi di semi che loro quantità e la qualità. Puliremo gli attrezzi, togliere e pulire attorno ai “colletti” dei vari ortaggi per liberarli dalle infestanti che (sicuramente) si creano attorno.

Un piccolo suggerimento non coprite gli ortaggi invernali con plastiche di vario tipo che “dipingono” il nostro orto di strani e improvvisati tunnel improvvisati. Preferibilmente utilizzate il tessuto non tessuto che leggero ed ecologico.

Dopo questa premessa, dopo le festività Natalizie, aprite i pacchetti di disidratazione semi che, avete debitamente clas-

sificato, ed iniziate a controllarli con una lente 10X al fine di selezionare più sani (senza macchioline strane) e delle stesse dimensioni, dopo questo conservarli nel tempo. Un piccolo suggerimento: utilizzate un calendario e segnate la date delle semine e i loro relativi trapianti, ad esempio:

## POMODORI

Semina a Febbraio in LUNA CALANTE in contenitori di riciclo (vasetti di plastica) riempiteli con terriccio da semina e poneteli in aree protette. Irrigate con moderazione, consiglio contenitori con sottovaso in modo tale che, l'acqua di irrigazione venga assorbita (piano piano e non fateli affogare) per capillarità dal terriccio di semina. Operando in questo modo le radici si allungheranno e forniranno la giusta quantità di acqua. Una volta che il seme germina, spunteranno due foglioline, le quali si allungheranno con il tempo fino alla

formazione di una piantina a quattro foglie. A tempo debito, verso fine Marzo, con temperature minime sopra i 10 gradi, otterremo piantine vigorose: Ricordiamo che il pomodoro ha i suoi tempi, a secondo del tipo, e del giorno trapianto la sua crescita e la relativa maturazione delle bacche sarà dettata dalla sua tipologia.

Esempio: Il nostro Pomodoro “Al Cornu da Tempestii” dal momento del trapianto passeranno 90-100 giorni dal data di trapianto in piena terra per la raccolta delle bacche.

*Se vuoi ulteriori informazioni per le semine scrivi a [sironiadalberto@gmail.com](mailto:sironiadalberto@gmail.com) oppure, manda un sms al 339 1164827.*

**Adalberto Salvatore Sironi**  
Referente del Gruppo Orti Biodiversi Caravaggini



# 1998 - 2018 Amici di Gabry

## 20 anni con Voi



**Più forza ad Amici di Gabry  
più forza ai malati in  
Oncologia!**

Per ogni informazione  
**[www.amicidigabry.it](http://www.amicidigabry.it)**



AMICI DI GABRY - ONLUS  
Sede Associativa V.le Oriano, 20 • 24047 Treviglio (BG) - Tel. e Fax: 0363 305153  
Centro formazione e ascolto "Clotilde Finardi" - Via Fermo Stella, 13 - Caravaggio (BG)  
info@amicidigabry.it - www.amicidigabry.it  
Reg. Prov. Ass. 28/96 - Fg 7 - Sez. D - P.I./C.F. 02645050168

### L'ASSOCIAZIONE OFFRE I SEGUENTI SERVIZI

#### • SPORTELLO INFORMATIVO

E' un servizio rivolto a chi, per la prima volta, entra in contatto con l'Associazione, ha come obiettivo quello di accogliere i bisogni della persona e di aiutarla a conoscere la realtà del nostro lavoro attraverso la presentazione dei servizi che offriamo.

#### • SPORTELLO DI CONSULENZA PSICOLOGICA

E' uno spazio di ascolto e di elaborazione dei vissuti legati alla malattia al quale potersi rivolgere per una consulenza o individuale o familiare, presso Day Hospital Oncologico

#### • SPORTELLO DI CONSULENZA LEGALE

Il servizio è a disposizione esclusivamente per i soci dell'Associazione per problematiche inerenti alla malattia.  
Per appuntamento telefonare negli orari di apertura alla sede associativa in Viale Oriano a Treviglio

*Promuoviamo incontri formativi rivolti alla popolazione e/o a piccoli gruppi su tematiche legate alla malattia tumorale.*

### Più forza ad "Amici di Gabry" più servizi ai malati

#### VUOI FINANZIARCI? ECCO COME:

##### Sostienici senza spendere

##### Deduci dalle tasse il tuo contributo Iscriviti ad "Amici di Gabry"

Apponi una firma nell'apposito riquadro del tuo modello fiscale (CUD/730/Unico) e il 5 per mille della tua imposta sul reddito verrà destinato ad "Amici di Gabry".  
Per sceglierci dovrai indicare il codice fiscale dell'associazione.

**02645050168**

La destinazione del 5 per mille non interferisce con quella dell' 8 per mille per le opere sociali dello Stato e delle Chiese.

##### "Più dai meno versi".

Se sostieni "Amici di Gabry" con una donazione, puoi godere di benefici fiscali. Conserva la ricevuta postale o bancaria per la prossima dichiarazione dei redditi.

##### Le quote associative sono:

**15,00 per i soci ordinari,**  
**150,00 per i soci sostenitori**

Per effettuare un versamento scegli una di queste modalità:

- C/c postale n°16386245 intestato ad "Associazione Amici di Gabry" via Matteotti 125 - 24045 Fara Gera D'Adda.
- Bonifico bancario sul c/c 210230/31 - CREDITO COOPERATIVO DI TREVIGLIO Cod. IBAN IT92D0889953643000000210230

#### SE HAI BISOGNO DI ULTERIORI CHIARIMENTI

CHIAMA IN SEDE AL NUMERO 0363 305153  
ONLUS - Sede Legale: via Matteotti, 125 - Fara Gera d'Adda (BG)  
Sede Associativa: viale Oriano, 20 - Treviglio (BG)