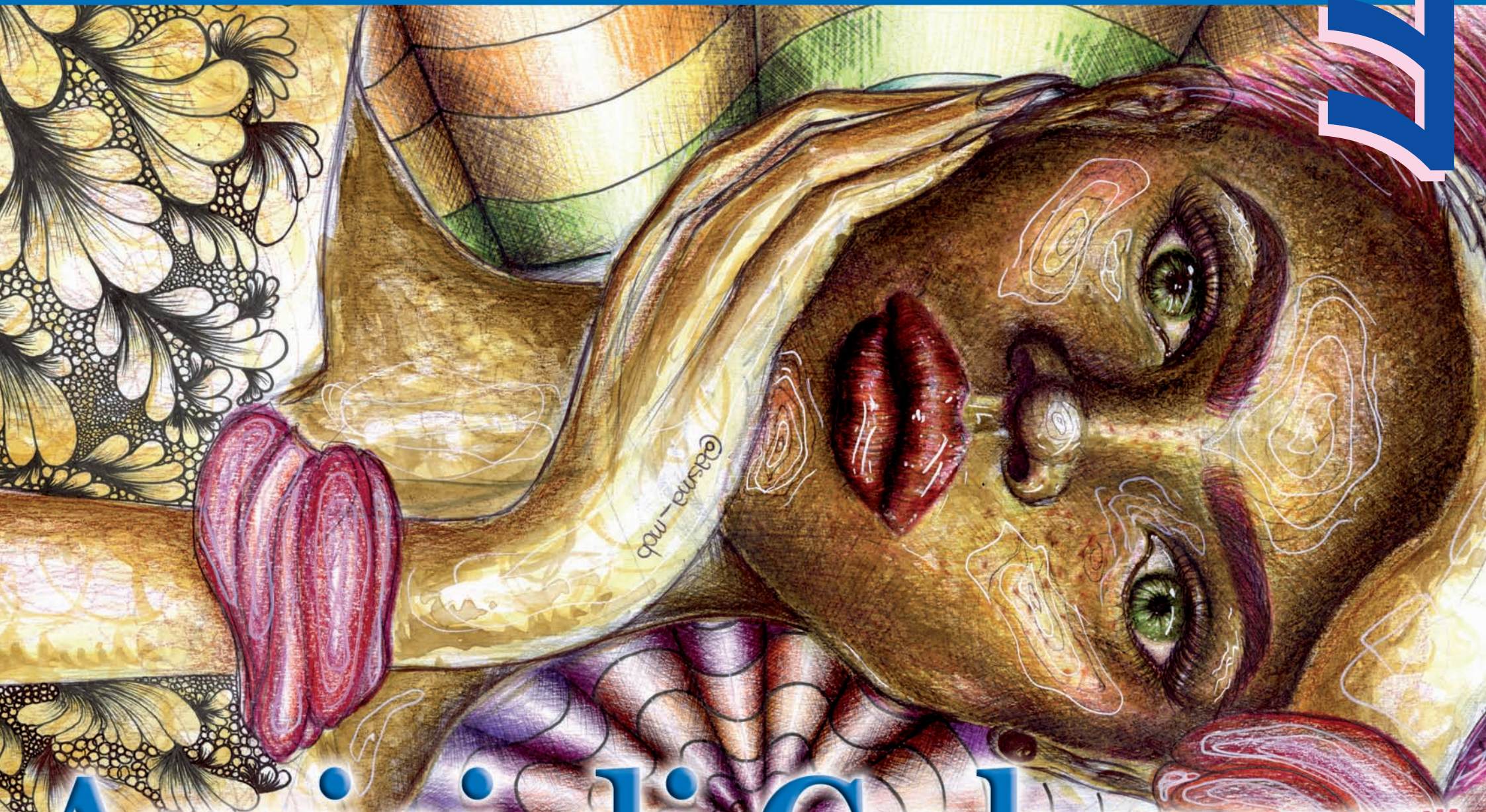
Anno XXI - n. 77 - Marzo 2022 - Periodico Trimestrale - Spedizione Poste Italiane S.P.A. - c/c 16386245

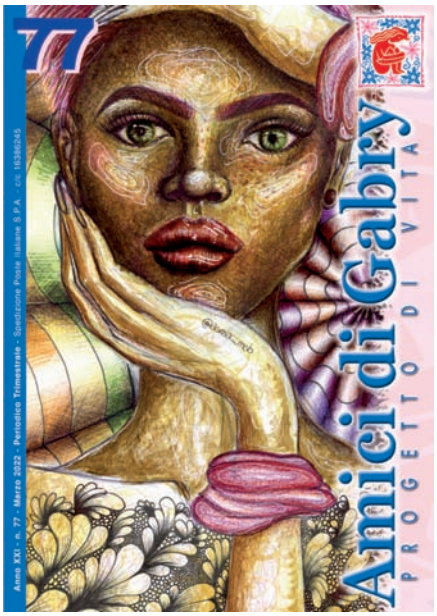


Amici di Gabry

PROGETTO DI VITA

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

77



Copertina
"Pop Art Oncologica"
Ritratto realizzato da:
Asma Lemkhanet
Classe 4ª F
Istituto d' Istruzione
Superiore Statale
Liceo Artistico
"S. Weil" Treviglio

COMITATO SCIENTIFICO
Cabiddu Mary
Luciani Andrea
Cremonesi Marco
Ceruti Emanuela
Petrelli Fausto
Karen Borgonovo

COMITATO DI REDAZIONE
Cabiddu Mary
Luciani Andrea
Ceruti Emanuela
Mara Ghilardi
Karen Borgonovo

DIRETTORE RESPONSABILE
Frigerio Angelo

VICEDIRETTORE
Cremonesi Marco

SEGRETERIA
Rossi Lodovico
Tel.e Fax 0363-305153
info@amicidigabry.it

PROGETTO GRAFICO
Studio Origgi
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

ASSOCIAZIONE AMICI DI GABRY

SOMMARIO

EDITORIALE 3
"Voglia di dimenticare"
Angelo Frigerio

SPAZIO SCIENTIFICO 4
"IL'effetto pandemia da Covid19 sui malati oncologici!"
Dott.ssa Mary Cabiddu

SPAZIO ASSOCIAZIONE 6
"Saper ascoltare... dal nostro centro di Caravaggio"

SPAZIO TECNICO 8
"La vaccinazione covid nei pazienti oncologici"
Dott. Fausto Petrelli

SPAZIO TERRITORIO 10
"Il generale Odet De Foix visconte di Lautrec"
Luigi Minuti

SPAZIO PSICOLOGICO 12
"Prendersi cura di cura di chi cura"
Dott.ssa Emanuela Ceruti

SPAZIO CULTURA 14
"Bassiano il demonio di Bassa"
Giuseppe Bracchi

SPAZIO BENESSERE 16
"Mindfulness in giardino"
La redazione

MARZO 2022

UnipolSai ASSICURAZIONI

FERRI ASSICURA
AL TUO FIANCO DAL 1981

Un partner affidabile per un futuro più sereno

PROTEZIONI ASSICURATIVE E PREVIDENZIALI PER FAMIGLIE ED IMPRESE

AGENZIA GENERALE TREVIGLIO

Via Abate Crippa, 4

0363.48651 389.5651650

info@ferriassicura.it www.ferriassicura.it

UnipolSai Treviglio Ferri Assicura

PRODUZIONE E VENDITA DIRETTA DI
IDROPITTURE E SMALTI PER EDILIZIA

MURACRIL
l'alternativa pulita
PRODOTTI VERNICIANTI A PROTEZIONE INTEGRALE
• MANUFATTO • UTILIZZATORE • AMBIENTE

VIA ISTRIA 1 (PIP 2) - 24047 TREVIGLIO (BG)

www.muracril.com

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

EDITORIALE

VOGLIA DI DIMENTICARE

Sembrava di poter incominciare a sorridere per la regressione della pandemia ed ecco la guerra !
È vero che il filosofo napoletano G.B. Vico parlava di corsi e ricorsi storici ma ora siamo veramente nel punto più basso..ma non abbiamo proprio imparato niente
Un vecchio proverbio lombardo citava: spalare la neve, scopare le foglie, ammazzare le persone... tutto inutile ci pensa la natura, è inutile che l' uomo intervenga!
Torniamo nel nostro ambito.
Molto bello ed efficace come ben scritto nell' articolo della dottoressa Cabiddu: un grazie al personale sanitario che ha riempito le esigenze mediche emergenti con grande spirito di abnegazione, professionalità dedizione. Di nuovo grazie. Hanno guardato con un occhio particolare alle categorie fragili: ammalati, anziani e chiunque ne avesse una esigenza improrogabile, forse non apprezzato da tutti lo sforzo fatto da parte loro... soprattutto umano... non hanno una azienda di loro proprietà da sostenere ma un giuramento di dovere verso gli altri !!
Vorrei ora parlare di un' altra categoria fragile che forse non ha riempito le prime pagine dei giornali: parlo dei bimbi, dei nostri piccoli di tutte le età ma soprattutto quelli dell' asilo. Una nostra volontaria un bel giorno, nel pieno della pandemia, benché in pensione, ha pensato ai suoi bimbi. Era nella sede di Caravaggio, stava aspettando che il marito terminasse alcune incombenze, seduta sui gradini delle scale ha abbozzato alcune filastrocche per i suoi piccoli che poi ha raccolto in un libretto. Ne pubblichiamo una nello spazio Associazione perché riteniamo che l'attenzione a questa "categoria fragile" faccia parte della sensibilità dei nostri "amici".
Ora rimbocchiamoci le maniche ed al lavoro.

Angelo Frigerio
Direttore responsabile.
Presidente
dell' associazione
"Amici di Gabry"

SPAZIO SCIENTIFICO

"L'effetto pandemia da Covid 19 sui malati oncologici"

La pandemia, che tanto pesantemente ha colpito la nostra provincia, ha inevitabilmente avuto ricadute anche sui malati oncologici.

Si stima infatti, che non siano stati diagnosticati in Europa circa un milione i casi di cancro a causa della pandemia da Covid-19 e non effettuati circa 100 milioni di screening.

Il problema è stato duplice:

1° se è vero che molti pazienti sintomatici non si sono rivolti al medico di base o alle strutture ospedaliere per timore del contagio, d'altra parte la chiusura sistematica di tutte le attività ambulatoriali (necessaria per il coinvolgimento massivo del personale sanitario nella lotta alla pandemia) rendeva difficile l'accesso alle strutture per la diagnosi;

2° gli screening sono stati considerati una priorità bassa, cercando di mantenere le risorse concentrate sui pazienti con diagnosi di tumore attivo o in trattamento.

Diversi studi hanno poi evidenziato che i malati oncologici hanno un maggior rischio di contrarre l'infezione e di sviluppare sintomi più gravi", ma va pure considerato che le caratteristiche dei singoli pazienti possono essere molto diverse e che lo stesso vale per i tumori e le loro conseguenze sull'organismo. L'età sembra essere il fatto di rischio più grave, così come i pazienti affetti da tumori ematologici (mielomi, linfomi, leucemia) sembrano essere più a rischio rispetto i pazienti affetti da tumori solidi.

Non da ultimo una grande percentuale di pazienti oncologici guariti dall'infezione da COVID-19, può presentare una serie di sequele che, poiché ritardano la ripresa della terapia o ne determinano la sospensione, possono in qualche modo influenzare la sopravvivenza e i risultati delle terapie. Un importante studio internazionale ha infatti evidenziato che circa il 15% dei pazienti hanno sviluppato sintomi da post COVID-19 (nel 49,6% sintomi respiratori, nel 41% fatigue, nel 7,3% sintomi neurocognitivi e nel 5,5% perdita di peso) e che questi influenzano negativamente la sopravvivenza e i risultati oncologici dopo la guarigione dal covid.

La ricerca, tuttavia, a gennaio 2021 ci ha portato una grande arma: i **vaccini**. Oggi sappiamo che la vaccinazione anti Covid è in grado di **ridurre non solo la gravità ma anche la**

mortalità dalla infezione. La vaccinazione si è mostrata, in diversi studi, **sicura ed efficace nei nostri pazienti** e la terza dose in grado di aumentare le difese contro il virus anche in coloro che, magari per i trattamenti chemioterapici in atto, non avevano avuto una grande risposta alle prime due dosi.

L'impatto sulla nostra oncologia

Anche noi, come tutti i nostri colleghi, ci siamo impegnati duramente nella lotta alla pandemia. La cosa più difficile è stata riuscire a conciliare il nostro contributo nei reparti Covid e la cura dei nostri malati.

Ci siamo impegnati a mantenere attive tutte le cure oncologiche in corso cercando di garantire la massima sicurezza. Durante la prima ondata della pandemia, in un tempo in cui fare un tampone era impossibile o l'accesso al Pronto Soccorso troppo rischioso, abbiamo creato un percorso dedicato ai nostri pazienti per poter giungere ad una diagnosi precoce. Oggi, visto che **grazie alle vaccinazioni molte infezioni hanno un decorso asintomatico**, organizziamo noi i tamponi SARS COV2 per i pazienti in terapia e, dopo qualche mese di effettuazione all'esterno, siamo in grado di effettuarli direttamente noi riducendo lo "stress della coda" nei cosiddetti Drive through. Per quanto fastidioso possa essere **il tampone questo ci permette di far accedere in sicurezza i pazienti** in oncologia e alle terapie, **proteggendo loro stessi e gli altri malati** presenti. Il personale stesso, tutto vaccinato con tre dosi, si sottopone settimanalmente al tampone per garantire la massima sicurezza ai propri pazienti.

Se nella prima e nella seconda ondata, come tutte le altre unità specialistiche, abbiamo dovuto chiudere gli ambulatori per le visite di controllo, abbiamo cercato di mantenere un contatto almeno telefonico o mail con i pazienti e successivamente cercato di recuperate le visite rimandate; contemporaneamente abbiamo però mantenuto aperti gli ambulatori per le prime visite, le visite urgenti e di rivalutazione.

Nelle successive ondate, pur continuando a effettuare turni nei reparti covid e partecipando attivamente alla campagna vaccinale, ci siamo impegnati a mantenere la normalità nelle nostre due oncologie.

Ma se questa è la "parte pratica" vi è però il risvolto negativo sulla umanizzazione delle cure.

Non possiamo più stringere calorosamente le mani, abbracciare chi piange e ci siamo ritrovati costretti a far accedere alle sale di terapia solo i malati, privandoli della compagnia del familiare che da noi ha sempre potuto stare vicino al proprio caro durante le terapie. La **mascherina**, che rappresenta il **primo dispositivo di protezione contro l'infezione**, impedisce tuttavia di vedere i volti del proprio medico, del proprio paziente, delle infermiere che somministrano le cure, del personale amministrativo che li accoglie per primi; possiamo solo affidare alle rughe che si formano intorno ai nostri occhi i sorrisi che cerchiamo ancora di regalare a tutti i nostri pazienti.

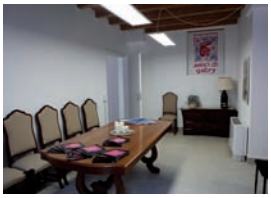
Ora la quarta ondata sembra che stia scemando. Piano piano i nostri **volontari**, **cuore** della **vostra oncologia**, stanno riprendendo a fare i trasporti in sicurezza (autisti vaccinati e macchine sanificate dopo il trasporto del singolo malato). La speranza è di riportare presto anche i volontari in presenza da noi che, prima di tutto questa buriana, distribuivano le colazioni e buon umore nei nostri corridoi.

Lasciatemi però la possibilità di dirvi grazie per tutto l'affetto che ci avete dimostrato nel periodo più buio di questa pandemia, per esservi preoccupati per nostra sicurezza e per la nostra fatica, anche quando la pandemia vi aveva colpito direttamente e pesantemente.

Mary Cabiddu
Direttore F.F.
Oncologia Medica
ASST - Bg Ovest
Treviglio

SPAZIO ASSOCIAZIONE

“Saper ascoltare...”



Il tumore mi ha cambiata, spero e credo in meglio...

Qualunque sia la diagnosi, la prognosi, la risposta alle terapie, il tumore rappresenta sempre per il paziente e per i suoi familiari una prova esistenziale sconvolgente. Una prova che riguarda tutti gli aspetti della vita, il rapporto con il proprio corpo, il significato dato alla sofferenza, alla malattia, alla morte, così come le relazioni familiari, sociali e professionali. Spesso ci sentiamo incapaci di affrontare ciò che sta accadendo, ci si può chiudere in sé stessi, non si parla con nessuno per non preoccupare gli altri che ci sono vicini, tutto sembra impossibile. Sorgono molte domande che possono portare ansia, dolore, preoccupazione che di conseguenza rompono gli equilibri.
Quando il carico emotivo è così forte sono diversi i bisogni che un malato oncologico o un familiare può esprimere, sapere di poterne parlare con uno psicologo permette di ridurne il carico emotivo per poter poi riprendere il controllo della situazione e trovare nuove strategie per affrontare il percorso terapeutico, chiedere un supporto psiconcologico significa avere uno spazio per poter parlare di ogni cosa, anche delle più difficili. In questo spazio così intimo io chiedo spesso ai miei pazienti di scrivermi ciò che hanno provato, ciò che provano o ciò che desiderano, dando vita ad una storia, ad una narrazione che nasce dal “saper ascoltare” ciò che il paziente ha bisogno di raccontare in quel momento della sua vita.

Di seguito le parole scritte da S. dopo più di un anno di colloqui presso la nostra sede.

“Mi consideravo e mi considero una persona normale, come tante nel mio essere speciale. Poi a 51 anni, a Giugno 2020, la scoperta di un tumore maligno al seno. La diagnosi? Una botta pazzesca .
Perche è inutile nasconderlo, la parola stessa, cancro, terrorizza. E io ero terrorizzata.
Le attese sono una delle cose più devastanti… quindi stadiazione, biopsia, intervento, attesa istologico, chemioterapia (4 rosse, 12 bianche, 17 monoclonale) radioterapia, con tutte le conseguenze che comportano. Vedi il tuo corpo trasformarsi, stai malissimo ma sai che non hai altra scelta, che se vuoi vincere devi attraversare questo calvario. Il corpo cede, la mente va, i cambiamenti sono evidenti; solo le persone che ti vogliono veramente bene restano, le altre evaporano.
Ma oltre a tutta la “Breast Unit” che mi è stata accanto, ho avuto la fortuna di essere seguita dalla Psicologa, la Dott.ssa De Agostini, dell’Associazione “Gli Amici di Gabry”. Lei ci ha tenute per mano, me e la mia mente che andava per i fatti suoi, mi ha accompagnata durante tutto il percorso, dandomi quel supporto, quello stimolo, quell’ ascolto e quell’aiuto psicologico di cui avevo bisogno che mi ha sostenuto e spronato ogni volta che sono caduta… ma poi rialzata.
Ho attraversato tutto con la dottoressa al mio fianco e quello che lei mi raccontava è accaduto davvero.
Io ho fatto tantissimo per me e la mia salute, ho vissuto tutto direttamente ed intensamente, ma senza la fiducia in me stessa, nei medici, nella psicologa, nella famiglia e negli amici rimasti, non ce l’avrei mai fatta mai.
Il mio percorso di cure è finito a Dicembre 2021, adesso devo smaltire le cure, ma il fisico è già migliorato, i cappelli sono già ricresciuti e fantasticamente sale e pepe. La gioia immensa di poter mettere lo smalto colorato che adoro, il mascara e la matita sugli occhi…eh si… il rossetto sotto l’odiata mascherina. Tutto questo non ha prezzo!
E’ una botta? Si. Sei terrorizzata? Si. Temi di non farcela? Si. Attraversi l’inferno? Si. Ti sembra un tunnel senza uscita? Si. Ma poi vedi il puntino della luce che si avvicina ad ogni terapia affrontata… poi però hai il premio della vita e le cose cambiano si, eccome!!!
Mentre sto scrivendo queste parole sto piangendo, l’emozione è sempre tanta dentro di me. Sono stata immensamente grande. E chi combatte come me è immensamente grande!!!

Grazie a tutti

Dr.ssa De Agostini Giuseppina
Psicologa-Psicoterapeuta

"Filastrocche per Bambini

Nei primi periodi della pandemia, ancor prima che venisse messa in atto la chiusura del paese, sentendo nominare spesso in TV la parola COVID-CORONAVIRUS, mi sono soffermata a pensare ai bimbi più piccoli.
Se la cosa angosciava me, adulta, chissà cosa passava nella testa di un bambino piccolo?
Allora, come facevo spesso quando insegnavo, ho preso una matita e ho scritto la prima filastrocca per i bambini. Da ciò, in seguito sono scaturite le altre filastrochhe. Ne ho scritta e colorata una al giorno, per tutti i giorni di chiusura a causa della pandemia e le ho postate su Facebook. Questo, oltre a spronare i bambini a colorare e memorizzare filastrocche, ha aiutato me a distogliere il pensiero da quantostava accadendo e dalle preoccupazioni di madre che aveva due figlie che operano in ambienti a rischio.

"La vaccinazione covid nei pazienti oncologici"

Marzo 2022-marzo 2020, ormai siamo in pandemia da 2 anni, 2 anni vissuti in trincea con tanto dolore e una lunga striscia di morti. Ebbene si alcuni si contano anche tra le fila dei pazienti che abbiamo trattato nei nostri day hospital, già provati da una grave malattia, spesso incurabile a cui si è aggiunta la sofferenza della malattia da COVID-19.

Il substrato è un substrato fragile, pazienti provati da mesi o anni di terapie oncologiche, con sistemi immunitari al limite dell'esaurimento. Fisici gravati oltre che dalle tossicità delle terapie anche dalla patologia di base. Spesso si trattava di pazienti con cancro avanzato, piu maschi e fumatori, molti con innumerevoli altre comorbidità. E' noto infatti che la coesistenza di altre patologie (esempio diabete, insufficienza renale, cardiopatie) aggrava la prognosi della malattia COVID. Per cui pazienti da proteggere in tutti i modi con tutte le armi a disposizione

Andando oltre lo steccato della polemica, no-vax-vaccinati, oggi l'unica vera arma a disposizione contro questo flagello rimane la vaccinazione.

Ricordiamo che la vaccinazione va a stimolare il sistema immunitario inducendolo a produrre quegli anticorpi che serviranno in caso di aggressione del nemico, un nemico subdolo, invisibile ma capace di provocare tante vittime soprattutto in fisici fragili, provati dall'età e da altre patologie.

E' noto quindi che in assenza di terapie di sicuro affidamento (si parla di anticorpi monoclonali appena usciti nel mercato ma ancora manca il dato sul campo) e oltre alle raccomandazioni di pratica generale (distanziamento, mascherine, igiene personale) ad oggi la vera battaglia la si vince col vaccino.

Facendo una piccola cronistoria, la vaccinazione parte agli inizi del 2021 proprio nei pazienti anziani e fragili. Tra questi venivano annoverati i pazienti con malattia oncologica attiva o con termine delle cure nei 6 mesi precedenti. Venne somministrato a tutti questi soggetti il vaccino a mRNA Pfizer, come è noto con un richiamo a 3 settimane. L'esperienza vide i nostri pazienti essere vaccinati all'interno delle mura del day hospital, qundi in un ambiente familiare e confortevole, sotto la supervisione di noi medici oncologi. La tollerabilità fu buona, il vaccino veniva eseguito ovviamente a distanza dal giorno di somministrazione della chemioterapia o di altre terapie oncologiche, e non vi furono particolari problematiche di tossicità acute nei giorni successivi. Nei mesi successivi vennero diramate le raccomandazioni delle società scientifiche, AIOM per gli oncologi, che confermarono l'indicazione a vaccinare i pazienti oncologici senza timore o preoccupazione per possibili interferenze o eventi avversi.

Cominciarono in quei mesi ad uscire i primi dati che confermavano un'aumentata mortalità da malattia COVID per i pazienti oncologici, soprattutto quelli affetti da malattia avanzata. Per cui, accesso prioritario alla vaccinazione anti COVID-19 per i pazienti oncologici, insieme ad altre popolazioni particolar-

mente vulnerabili con fattori di rischio per eventi avversi da COVID-19.
Le prime osservazioni scientifiche mostrarono che: 1) il vaccino era sicuro anche nei pazienti oncologici, 2) purtroppo la risposta immunitaria risultava piu debole dei soggetti sani, 3) per tale motivo la concentrazione di anticorpi diretti contro la proteina recettore del virus scemava velocemente nel corso dei 6-8 mesi successivi, 4) il vaccino è sicuro e fattibile anche in pazienti che sono sottoposti ad immunoterapia che come è risaputo vanno a combattere il tumore col sistema immunitario.
I mesi successivi, quelli estivi, videro emergere la possibilità che una terza dose di vaccino (il cosiddetto booster) poteva dare una spinta in piu al sistema immunitario e dare una ricarica di anticorpi che inevitabilmente si esaurivano dopo alcuni mesi dalla seconda dose. I dati famosi dei pazienti Israeliani, delle popolazione generale, furono impressionanti. La terza dose offriva una riduzione dal rischio di infezione e di infezione grave e mortalità di oltre l'80-90%. In particolare si vide che tale protezione era ottimale con una terza dose di vaccino ad mRNA qualunque esso fosse (Moderna o Pfizer), anche se in precedenza il paziente aveva ricevuto un vaccino di altra formulazione (esempio Astra Zeneca). Da qui partiva a settembre 2021 la campagna per la terza dose. Il ministero della salute infatti con una circolare, dava indicazione e priorità per la terza dose oltre agli immunodepressi, anche agli over 80, ospiti delle residenze sanitarie e poi agli operatori sanitari. Si ripartiva. In pochi giorni, ci siamo nuovamente attrezzati per offrire la dose booster ai pazienti ai pazienti oncologici, come sempre partendo dai pazienti in trattamento attivo.
La dose booster si dimostrava innocua e sicura in termini di effetti collaterali. Da allora stante il continuo monitoraggio con i tamponi eseguiti prima del ciclo di chemioterapia, i casi di covid severo diventarono rarissimi, i casi di positività asintomatica sporadici, spesso frutto di contatto e trasmissione con familiari piu giovani e che non avevano ricevuto ancora la terza dose.
Di fatto la terza dose rimane oggi lo strumento piu efficace per combattere questa tremenda infezione pandemica.
Cominciarono ad essere pubblicati i primi dati circa l'efficacia della terza dose nei pazienti cronici e immunodepressi. Si osservò con certezza che 2 dosi non bastavano e che la terza dose induceva un aumento del tasso di anticorpi circolanti del 60-70%, comunque inferiore per ovvi motivi clinici, alla popolazione generale.
Oggi siamo nel pieno di una recrudescenza pandemica (la cosiddetta quarta ondata). Gli ospedali si stanno riempiendo di malati, e caso vuole che i casi piu gravi siano quelli di soggetti non ancora vaccinati o che avevano ricevuto solo le prime 2 dosi di attacco. Si conferma quindi il dato che la terza dose è insostituibile e necessaria per tutti ma in particolare per i piu fragili. Se a livello nazionale la copertura si aggira sul 90% della popolazione vaccinabile, ci auguriamo che tale percentuale sia ancora superiore tra i pazienti onco-ematologici. Sognare il 99,9999% non costa nulla, è un nostro dovere e un impegno professionale per garantire la salute di una popolazione purtroppo desiderosa come tutti di vedere finalmente una luce in fondo al tunnel.

Sostieni "Amici di Gabry"
Dona il tuo 5 per mille
indica il nostro codice fiscale:
02645050168
(La destinazione del 5 per mille
non interferisce con quella dell' 8 per mille per
le opere socialidello Stato e delle Chiese.)

Per ogni informazione,
seguici anche online:
www.amicidigabry.it

Fausto Petrelli
Oncologo
Unita Oncologica
ASST - Bg Ovest
Treviglio

"Il generale Odet De Foix visconte di Lautrec"

Con tutti i suoi limiti e le sfortune fu uno dei più rilevanti personaggi del suo tempo tanto che i Romani da lui liberati dal terribile 'Sacco dei Lanzichenecchi' del 1527 decisero di elevargli un arco di trionfo ed una statua. Circostanza inoltre, unica nella storia, il generale ha assistito a ben due miracoli di lacrimazione della Vergine Maria, il primo in Milano l'11 luglio 1519, il secondo a Treviglio il 28 febbraio 1522.

Il generale Lautrec, di certo unico nella storia, ha avuto nella sua vita, a breve distanza l'una dall'altra, la provvidenziale avventura di assistere due volte alla lacrimazione della Madonna, la seconda volta è questa arcinota di Treviglio, accaduta il 28 febbraio 1522, la prima volta, a Milano l'11, 12 e 13 luglio 1519, mentre egli esercitava in città la duplice funzione di governatore civile e militare: "La tradizione vuole che il giorno 11 luglio 1519, all'epoca della guerra fra Sforzeschi e Francesi, un affresco preesistente della Vergine Maria e posto fuori dall'antica chiesa di San Calocero nella strada omonima avesse stillato sangue; da qui il mutamento di dedica alla *Madonna di San Calocero,* titolo mantenuto fino alla demolizione, avvenuta nell'anno 1951".

◀ ***Milano, via Ariberto – Basilica di San Vincenzo in Prato, Altare maggiore, affresco traslato dalla demolita Chiesa di San Calocero raffigurante la Madonna delle Lacrime - (Foto Luigi Minuti)***

"Nel 1565, rinnovatosi il miracolo della Vergine piangente sangue, il tempio venne restaurato, ampliato e in parte riedificato su decreto di San Carlo Borromeo che stabilì anche che il dipinto della Vergine venisse staccato dal muro esterno che lo ospitava e spostato all'interno della chiesa sopra all'altare maggiore. Oggi l'affresco, dopo la demolizione per danni dell'ultima guerra della chiesa di san Calocero, è custodito in San Vincenzo in Prato, sempre sull'altare maggiore. (***Wikipedia voci: Chiesa di San Calocero Milano e Basilica di San Vincenzo in prato Milano – ma anche Itinerari sentimentali per le contrade di Milano di Paolo Arigoni, 1958, pagg.164-165-166***)

Venendo al Miracolo di casa nostra, del 28 febbraio 1522, la tradizione popolare locale narra che: a seguito del rifiuto dei trevigliesi di accogliere dentro le mura alcuni soldati francesi di passaggio, il generale Lautrec uscì con tutto il suo esercito da Cremona per punire la città ribelle. Il Lautrec non accettò le suppliche di perdono dei rappresentanti della comunità che gli si sottomettevano.

Perché il Lutrec era a Cremona? Dall'estate del precedente 1521, il ducato di Milano è sotto attacco di Carlo V (imperatore del Sacro Romano Impero Germanico e Re di Spagna) per la ricon-

quista del ducato a favore di Francesco II° Sforza, secondogenito di Ludovico il Moro. Il governatore Lautrec, lasciato a corto di mezzi e di soldati, a novembre si è dovuto ritirare in Cremona in attesa di rinforzi, avendo lasciato una guarnigione asserragliata nel castello Sforzesco.
Chi erano i soldati francesi che i trevigliesi avevano scacciato? Erano i corrieri provenienti dalla Svizzera e andavano ad avvisare il Maresciallo che i rinforzi mercenari elvetici, fino ad allora bloccati dalla impraticabilità dei passi alpini per la neve, erano finalmente in arrivo. E' la notizia tanto attesa dal Lautrec per uscire da Cremona ed avviarsi verso Monza, luogo di incontro con gli Svizzeri e con gli alleati Veneziani, per attaccare e riprendere Milano.
Perché i trevigliesi si erano rifiutati di accogliere i francesi? Perché a seguito della ritirata del Lautrec, il territorio era sotto controllo degli Imperiali e degli Sforzeschi, che tuttavia avevano lasciato sguarnita Treviglio di un presidio militare. Ciononostante, un atteggiamento amichevole verso i nemici li avrebbe esposti alla ritorsione dei filosforzeschi. In sostanza, il Lautrec usciva da Cremona per raggiungere Monza ed il percorso più sicuro era quello ad est del fiume Adda fino a Trezzo procedendo per quanto possibile nei territori degli alleati veneziani (Crema e Bergamo) e attraversando rapidamente la Geradadda, passando inevitabilmente per Treviglio, che non era la sua meta.
Ciononostante non possiamo sapere se in assenza dell'evento miracoloso il Maresciallo avrebbe desistito dal concedere ai suoi soldati il sacco del borgo, per risollevare il morale delle truppe che da mesi non ricevevano il soldo; inoltre egli non era nuovo a brutalità nei confronti delle popolazioni civili, si ricorda il sacco di Rivolta alla vigilia della Battaglia di Agnadello (12 maggio 1509 - una ritorsione dopo quello di Treviglio ad opera del Veneti, nei giorni antecedenti - e ciò era sicuramente noto ai Trevigliesi, che ne erano terrorizzati.
Va del resto considerato che il Lautrec, nel suo ruolo di Governatore dello Stato di Milano, seppure in temporanea difficoltà ma confidente in una vittoria finale grazie ai rinforzi che sta per incontrare, non può soprassedere dal punire i trevigliesi come esempio e monito alle popolazioni del Ducato. Per contro, ancora, è pure conscio che quel sacco del borgo avrebbe prodotto un bottino assai magro e insoddisfacente poiché gli è ben noto quanto accaduto a Treviglio pochi anni prima, ovvero nel 1509, quando durante la guerra tra francesi e veneziani, per aver accolto i Francesi, Treviglio venne sottoposta ad un terribile sacco da parte dei Veneziani, senza essere soccorsa proprio dai Francesi che restarono inattivi a vederla bruciare dal vicino castello di Cassano d'Adda.
Aggiungiamo, non ultimo, l'onore del nobile e del militare: agli eventi catastrofici del 1509 il Lautrec era stato partecipe e non può non riconoscere il debito morale nei confronti del sacrificio dei trevigliesi. Il sacco si protrasse per tre giorni, distogliendo i Veneziani dalle manovre francesi che nel frattempo poterono attraversare indisturbati il fiume Adda, mentre una parte dei soldati veneziani soddisfatti del ricco bottino, disertarono tornandosene a casa; tutto ciò fu il prologo alla vittoria francese nella seguente epocale battaglia di Agnadello, combattuta tre giorni dopo.
In conclusione, il Miracolo è realmente avvenuto, aldilà dei convincimenti religiosi, in più è stato la soluzione soddisfacente per entrambe le parti: Il Lautrec non si espone ad una delegittimazione del suo ruolo che gli impone fermezza di azioni, non desiste per debolezza, ma di fronte ad un superiore volere divino, i Trevigliesi si salvano nell'immediato dai Francesi ed hanno buone giustificazioni dalle accuse di connivenza da parte dei filosforzeschi.
La città è salva, un vero miracolo!

Luigi Minuti
Storico e amante della nostra "bassa"

SPAZIO PSICOLOGICO

"Prendersi cura di chi cura"

In ogni famiglia di un malato oncologico c'è una persona che si fa carico più degli altri della cura: è il cosidetto caregiver.
Il caregiver è la persona che si prende cura del malato dal punto di vista pratico aiutandolo e sostenendolo nella gestione della malattia e nello svolgimento delle attività quotidiane, ma anche supportandolo sul piano emotivo.
Chi assiste il malato oncologico spesso si ritrova a gestire diversi compiti: dalle attività della vita quotidiana alla cura della persona, dalle faccende domestiche ai trasporti e alla gestione delle terapie, dalla comunicazione con amici e parenti al supporto emotivo. Il caregiver, inoltre, si trova spesso a pensare all'organizzazione di attività che aiutino il malato a socializzare e a restare attivo, a prendere decisioni sulla cura, a fare valutazioni ed eventuali scelte. Si tratta di compiti di varia natura, che il caregiver deve talvolta sostenere per periodi di tempo molto lunghi.
Si tratta di un impegno che, talvolta, si traduce nella necessità di rinunciare alle proprie attività, anche professionali, almeno per un certo periodo di tempo, e che può richiedere un significativo investimento di energie fisiche e mentali. Un impegno che, anche se portato avanti con amore, può risultare gravoso e avere ricadute sullo stato psicologico del caregiver in quanto, chi si prende cura di un malato cerca sempre di sostenerlo anche a livello psicologico, di mantenere un alto livello di speranza e ottimismo, di distrarlo dai pensieri della malattia, e di mantenere un buon livello di socialità, cercando invece di nascondere le proprie preoccupazioni per l'andamento della malattia e il futuro, mascherando lo stress ed i momenti di sconforto.
Preoccupazioni e paure queste ultime che talvolta possono trasformarsi in perdita di sonno e di appetito, oppure più in generale in perdita di motivazione, o ancora in sentimenti depressivi e stati d'ansia.
Diviene quindi fondamentale evitare di farsi carico in solitudine di situazioni difficili, correndo il rischio di sentirsi risucchiati dalle problematiche del malato e di provocare conseguenze pesanti, che rischiano a loro volta di ripercuotersi sul malato, determinando un circolo vizioso che potrebbe essere difficile interrompere.
Può quindi succedere che il sistema di vita del caregiver venga modificato dalla malattia del familiare: le relazioni affettive, le abitudini quotidiane, le vacanze, le interazioni sociali e l'impiego del tempo libero risultano spesso ridimensionati.

Sulla base di quanto sopra è possibile affermare che spesso i caregivers si fanno portatori non solo dei bisogni del malato, ma anche di bisogni che riguardano la loro stessa persona: per esempio, sentono la necessità di acquisire strategie maggiormente funzionali per gestire la propria angoscia, necessitano di supporto durante le diverse fasi di malattia del familiare, necessitano di essere sostenuti nel mantenimento di spazi personali e di una rete sociale.
Dal punto di vista psicologico, una relazione di aiuto specialistica, permette al caregiver di esprimere il proprio vissuto emotivo e le problematiche legate all'attività di cura, in particolare quelle relative alla relazione con il familiare malato.
La relazione affettiva con il malato, infatti, può rendere difficile quel distanziamento funzionale ed utile del caregiver rispetto alle reazioni emotive e ai vissuti del paziente: ansie e responsabilità del caregiver possono aumentare nel tentativo di proteggere il malato dalle implicazioni psicologiche e sociali della malattia e di evitargli preoccupazioni e ansie circa l'andamento della stessa. Per questa ragione diviene opportuno per il caregiver individuare uno spazio dove poter esprimere i propri vissuti psicologici al fine di aumentare le proprie competenze rispetto all'attività di cura e alla gestione degli aspetti emotivi che ne derivano. Ciò può altresì aiutarlo ad assumere una valenza non solo maggiormente supportiva nel percorso di assistenza, ma anche facilitarlo nel fornire al malato l'aiuto di cui ha bisogno. Non da ultimo contribuisce a tutelarlo rispetto allo sviluppo di un proprio vissuto di stress rendendolo maggiormente consapevole del proprio bisogno di aiuto.

Tratto da:
Clarissa Lonzi I bisogni del caregiver del paziente oncologico nelle diverse fasi di malattia
Agnese Codignola, Prendersi cura di chi deve curare

PREVENZIONE AI GIOVANI
La nostra Associazione ogni anno é attiva nelle scuole con incontri sempre seguiti con molto interesse grazie all'impegno del Dott. Marco Cremonesi

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 lunedi 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 lunedi dalle 14 alle 17 e giovedì dalle 9 alle 12

Emanuela Ceruti
Psico-Oncologa dell'Associazione e Unita Oncologica ASST - Bg Ovest Treviglio

"Bassiano il demonio di Bassa"

Quella che andiamo a raccontare è una piccola storia di paese che può far sorridere nella sua semplicità, propria d'un mondo che sta scomparendo o che appartiene già ai ricordi. Una storiella cui forse il tempo - come sovente accade - ha condito con un pizzico di fantasia, ma che racchiude un fondo di verità.

Prende forma lentamente, si distingue pian piano dal rigido dicembre di tanti anni fa in rustico borgo di Bassa.

Bassiano è un contadino di mezza età, un tempo gran lavoratore, oggi invece rinomato lazzarone. Di giorno fa poco o niente, salvo lanciare imprecazioni: ogni pretesto è buono per tirar giù dal cielo buona parte dell'assemblea dei santi.

In fondo alla contrada Boschetto, le case smettono di accompagnarsi e la strada di sassi polverosi si fa stretta e scabra: da un lato la fila di pietre dove allignano i platani secolari, e dall'altro un corso d'acqua gorgoglia soave prima di smarrirsi tra campi. Nel punto in cui termina la cinta degli alberi, sorge una diruta cascina abitata da Bassiano, che la gente del paese reputa parente stretto del diavolo, nientemeno.

Quand'era giovane Bassiano era un diligente chierichetto, un bravo scolaro e, se qualche suo compaesano abbisognava di un favore, era il primo a precipitarsi. A guardar bene, però, se il contadino s'è incarognito e bestemmia tutto il giorno, un motivo esiste.

I guai in casa di Bassiano iniziano quando lui ha solo dieci anni: il padre, Luigi, è finito in galera per una brutta storia. Luigi era persona taciturna, uno sgobbone, sudava sangue pur di non far mancare niente nella sua casa. Viene che un giorno, un maledetto giorno, mentre Luigi sta seghizzando la riva d'un fosso per liberarla dalle erbacce, sulla strada si ferma un camioncino conosciuto. Ne esce Toni, il pollivendolo, un autentico pistola fatto e finito.

Senza una valida ragione, Toni attacca ad apostrofare con pesanti parole Luigi, che conosce bene il venditore di polli, sa di che povera pasta è fatto. Così non gli dà retta più di tanto, finché l'ambulante incomincia a tirare in ballo la moglie del contadino dicendo peste e corna sul suo conto. Scherza con i fanti… A Luigi viene come un accidente, un raptus: salta il fosso come un gatto selvatico e pianta il lucente falcetto sotto il gargarozzo di Toni. Non una goccia di sangue, non un suono nell'irrealtà del pomeriggio afoso e inondato di luce. Per il venditore di polli è la fine, le mani a coprire la ferita, gli occhi che urlano. Forse, prima ancora della lama, è lo spavento a fargli crepare il cuore malandato.

Il mattino dopo in casa di Luigi arrivano i carabinieri. Bassiano, che è il figlio più grande, stringe a sé i due fratellini, Santino e Luigi. La madre, Antonietta, si getta ai piedi dei militari supplicando loro di non portare via le uniche braccia che faticano in famiglia. La giustizia fa il suo corso e il povero Luigi viene rinchiuso in carcere: una pena durissima, trent'anni. Di lui si sa che divenne un bravo cuoco e morì, qualche mese prima di scontar la pena, nella cucina del penitenziario. La gente del paese, magari ricamandoci un poco, sostiene che Luigi abbia fatto la stessa fine del pollivendolo.

La triste vicenda di suo padre ha lasciato una ferita aperta nell'animo del primogenito. Bassiano non è mai riuscito a liberare i ricordi della scena di sua madre, carponi sul pavimento a invocare pietà. Non passava giorno che la sua mente gliela riproponesse, come una vecchia pellicola, ma non in bianco e nero, bensì nella sua viva e cruda realtà. Senza colpe né peccati, il ragazzo ha subìto e patito le angherie dei compagni che lo additavano come il figlio dell'assassino.

Trascorrono in fretta gli anni, le estati sembrano sempre più afose delle precedenti. Bassiano si fa giovanotto e, come a un giovanotto che si rispetti, piacciono le donne. Le brune specialmente. A una sagra di paese incontra Marcellina, una cara ragazza, timida, che lavora in filanda. Marcellina sa delle vicissitudini di Bassiano e se lo sposa nonostante tutto, contro il volere dei genitori. Pensa in cuor suo di poter mitigare i dolori che perseguitano Bassiano.

I fatti, però, presero un'altra strada. Marcellina rimane col marito dieci interminabili anni, regalandogli due belle bambine, ma subendo continui maltrattamenti. L'ultimo le fa maturare la decisione di andarsene per sempre da quella casa indiavolata. Accade che, in un piovoso pomeriggio autunnale, Bassiano rientra dai campi e si fionda in casa. Sembra un indemoniato. Senza far parola, prende la moglie a sberle e calci. Non contento, le frantuma in testa un vassoio in ceramica, l'unico oggetto di un qualche valore nell'umile casa. La scena, terribile, inaspettata, si consuma sotto gli occhi delle figliolette, che da quel giorno maledetto iniziano a odiare il padre. Rimasto solo come un cane rognoso, Bassiano s'incattivisce giorno dopo giorno. Nessuno può avvicinarsi alla sua cascina.

Bassiano il Demonio, dicevamo, esce di casa. Come ogni sera l'uomo si porta alla porcilaia dalle sue bestie che sono talmente lerce da somigliare a cinghiali. Bassiano stravacca nel trogolo due secchi traboccanti di sbobba. Poi s'infila le mani nelle profonde scarselle e mette tra le labbra violacee, da bevitore, un mezzo toscano. Lancia un'occhiata di traverso alla scrofa, che pian pianino s'avvicina e immerge il grugno nel trogolo ricambiando la diffidenza a Bassiano. Poi la povera bestia fa ballare i furbi occhietti con circospezione.

Quando la scrofa toglie il grugno ancora gocciolante di brodaglia e rientra nella porcilaia, trova ad attenderla Bassiano che, senza un valido motivo, comincia a menar bastonate. Il contadino non ha ancora finito con la scrofa che già riparte, bastone in resta, per sfogare la vendetta sugli altri animali. La rivincita crudele, gratuita, ha termine

solo quando il bastone si frantuma sul crapone di un'incolpevole bestiola.
Bassiano riprende la via di casa solo quando si sente libero dalla rabbia. Giunto in mezzo all'enorme aia, s'inginocchia e gira lo sguardo svuotato al cielo. Un attimo di titubanza, poi prende a gorgogliare improperi e minacce, finché la voce cambia di tono, s'addolcisce, quasi fosse stanca di tante parole d'odio. Ma quel che esce da Bassiano fa paura: si rivolge al diavolo, gli chiede di abbandonare per un solo istante l'inferno. Pretende che si presenti in mezzo all'aia, perché gli vuole render l'anima.
Bassiano è ancora in ginocchio quando dal portone si materializza non più satana in carne e corna, bensì uno sprovveduto fraticello dal faccione rubizzo. Davanti a quella scena inconsueta, il francescano fa qualche passetto incerto, infine si rivolge a Bassiano: «Salve fratello. Immagino che lei stia pregando il Buon Dio. Fa bene, bisognerebbe raccomandarsi l'anima al Signore tutti i santi giorni. Non mi dilungo molto, vengo subito al nocciolo: sono venuto da lei perché al nostro convento servirebbero un paio di salami nostrani, grossi e buoni per mangiare nel periodo delle feste natalizie. Penso che lei possa fare un dono ai miei poveri confratelli».
Il contadino strabuzza gli occhi spiritati, non può credere a quello che vede e sente: non il diavolone, molto peggio gli si è parato davanti! Spara – è il caso di dirlo – un'occhiata omicida al tondeggiante viso del fraticello, tira fuori dal suo ricco e variegato campionario una serqua di parolacce che hanno l'effetto di una rosa di pallini. Un paesano di passaggio avrebbe raccontato, la sera stessa in osteria, di aver visto il povero francescano filar via dalla cascina alla velocità d'un fulmine.
Saziato a suo modo lo spirito, Bassiano il Demonio s'approssima al desco di casa per saziare anche il corpo massiccio. Al centro del tavolaccio fa brutta mostra una testa di maiale bollita. Il contadino infila l'indice e il medio nei fori del grugno ancora fumante e con un taglio netto di coltella lo recide, poi lo strofina un paio di volte nella saliera prima di assegnarlo a poderose mascelle.
Dopo cena, satollo come un porco, Bassiano sale le scale che portano alla camera da letto. Dal comodino prende una scodella nella quale aveva spiaccicato un'intera testa di aglio e la trangugia. L'uomo sostiene che sia un'ottima medicina. Eppure, nonostante siffatto trattamento, Bassiano fatica a prendere sonno. Sarà mica il suino che grida vendetta dal profondo dello stomaco, pensa nel buio... A furia di birlarsi nel letto, s'arrotola come un salame nelle surunte lenzuola. Tra un'imprecazione e l'altra, finalmente riesce a chiudere gli occhi.
Nel cuore della notte Bassiano sobbalza dalla branda: in un sogno, terribile, stava portando da mangiare alle bestie quando poggia male un piede e s'impianta col muso nella fanghiglia. In pochi secondi ha addosso i maiali che lo vogliano mangiare vivo! Ma ecco che avviene il miracolo: una mano provvidenziale lo salva... Ma di chi? Il contadino ha la carne che gli trema addosso. A fatica si libera dalle lenzuola e prende a scendere le scale con le gambe tremanti. Rinchiuso nel bagno, rimane un quarto d'ora davanti alla specchiera. «Quello che mi ha salvato da morte certa non aveva né coda, né corna o forcone – pensa -. Aveva le ali e i riccioli dorati. Un angelo, ma allora il Paradiso esiste…».
E' il giorno di Natale e fuori albeggia appena quando Bassiano prende il pennello e inizia a insaponarsi la folta e ispida barba tencia che gli orla il mento scucchiaiato: a furia di stare con i maiali gli è venuto un abbozzo di grugno. Fatica parecchio a scarmigliare i capelli e strofinarsi i denti color zafferano con la paglietta. Con indosso il vestito spigato della festa, residuo archeologico nell'armadio di chissà quale epoca, esce di casa lasciandosi alle spalle una densa scia di naftalina. Con passo sostenuto percorre il vicolo che conduce alla piazza.
Alle sei e pochi minuti del Santo Natale di una vita fa Bassiano oltrepassa il portone della chiesa. Senza far rumore, si ritrova a compiere quei gesti che parevano sepolti dal dolore e dal rifiuto: l'acquasantiera, il segno della croce… Sbarbato, pettinato e vestito dalla festa, i compaesani lì per lì non lo riconoscono, pensano a un forestiero. È la voglia di fragola sullo zigomo destro che inizia a far cicalare le donnette. Il brusìo è talmente forte da attirare gli sguardi sbigottiti degli uomini, ancora rintronati di sonno nelle panche parallele.
Don Romeo, un po' orbo ma dall'udito fine, s'indispettisce per quel ronzìo così poco rispettoso. Dall'altare punta due occhi che parlano più delle parole. Ma quando si accorge della presenza di Bassiano rimane di gesso, il ditino a mezz'aria, come la statua di San Giorgio che troneggia a fianco.
Per nulla intimorito, Bassiano attraversa tutta la navata e s'infila nella prima panca, dove siede composta Marcellina, la donna che l'ha lasciato. Don Romeo non riesce a riprendere la funzione, la pressione gli annebbia quello sguardo fino a pochi attimi prima così minaccioso. Il prete si deve allentare i bottoni del colletto per paura di prendere uno stranguglione, a togliere lui e i fedeli dall'impaccio provvede il demonio stesso. Con voce stentorea sbotta: «Volete andare in Paradiso solo voi? Io sono pronto a pagare tutti i miei peccati. Qualsiasi cosa mi chieda il Signore, sono pronto a farla».
Non sapendo come meglio comportarsi, i fedeli abbassano la testa e continuano a pregare. Don Romeo, superato lo choc, riprende la funzione da dove l'aveva interrotta. Si era preparato con cura la predica la notte precedente, ma pazienza, verrà buona per un altro Natale se il buon Dio vorrà. Oggi è diverso, è una giornata speciale. «Spero che il Signore mi dia una mano a trovare le parole giuste in questo momento», pensa tra sé. Al termine dell'omelia, i fedeli sono a bocca aperta, e non per sbadigliare. Il prete è il più basito di tutti, le parole gli sono uscite di bocca con franchezza e naturalezza. Non gli era mai accaduto, nella sua lunga vita sacerdotale, d'improvvisare una predica. E così bene, per giunta.
Le parole più belle e più efficaci, si dice, sono quelle che provengono semplicemente dal cuore. Così era successo a don Romeo, così aveva inteso Bassiano. Dalla chiesa era uscito un uomo diverso, purgato dall'odore dello zolfo con l'incenso e la comprensione. Ci era voluto qualche tempo, ma alla fine Marcellina e le due figlie avevano riaccolto a sé Bassiano. Ora la gente del borgo che lo ritrova per strada fa festa al contadino «che è riuscito a scacciare il demonio proprio il giorno di Natale».

Giuseppe Bracchi
Giornalista amico dell'Associazione Amici di Gabry

SPAZIO BENESSERE

"Mindfulness in giardino"

Creare un "diario personalizzato" per il giardino

Per seguire l'evoluzione del vostro giardino da un anno all'altro e per valorizzarlo, perchè non dedicargli un libro? Un bell'album basato sul principio dello scrap-boocking, un hobby creativo originariamente usato per personalizzare gli album fotografici. Raccogliendo informazioni di ogni genere, foto o persino sementi, l'album mi permette di osservare il mio giardino con uno sguardo nuovo, di vederlo da una prospettiva diversa, sviluppando nel contempo la mia creatività.

1: Scelgo un grande blocco per gli schizzi, un album fotografico vuoto da personalizzare o un bel quaderno.
2: Do un titolo al mio quaderno e lo scrivo con cura sulla prima pagina.
3: Decido di organizzare il quaderno per stagione, per mese o di non strutturarlo affatto.
4: Mi procuro alcuni accessori: matite colorate, pastelli, inchiostro, stencil, fermacampioni, una fustella originale (a forma di fiore, farfalla o altro), carte con vari motivi, tessuti riciclati,pellicola adesiva trasparente ecc.
5: Settimana dopo settimana, lo compilo a piacimento:

- Annoto ogni giorno il meteo con un disegnino.
- Prelievo parti di piante che presento sotto forma di erbario.
- Indico la data di fioritura della tal pianta.
- Scrivo poesie.
- Specifico i chili di raccolta della tal verdura.
- Incollo bustine di semi.
- Faccio land art (creazioni artistiche con materiali vaturali).
- Stampo e attacco le foto del mio giardino.
- Copio alcuni proverbi.
- Preparo alcune pagine ad acquarello prima di riempirle.
- Evoco i miei sentimenti in giardino

Infine particolarmente importante è annotare ogni cosa che si fa, descrivere quello che funziona e quello che non funziona, cosa rifare e cosa evitare il prossimo anno, come un vero esercizio di esperienza.

il tuo Giardino come Atelier creativo

Bella idea! L'orto in giardino

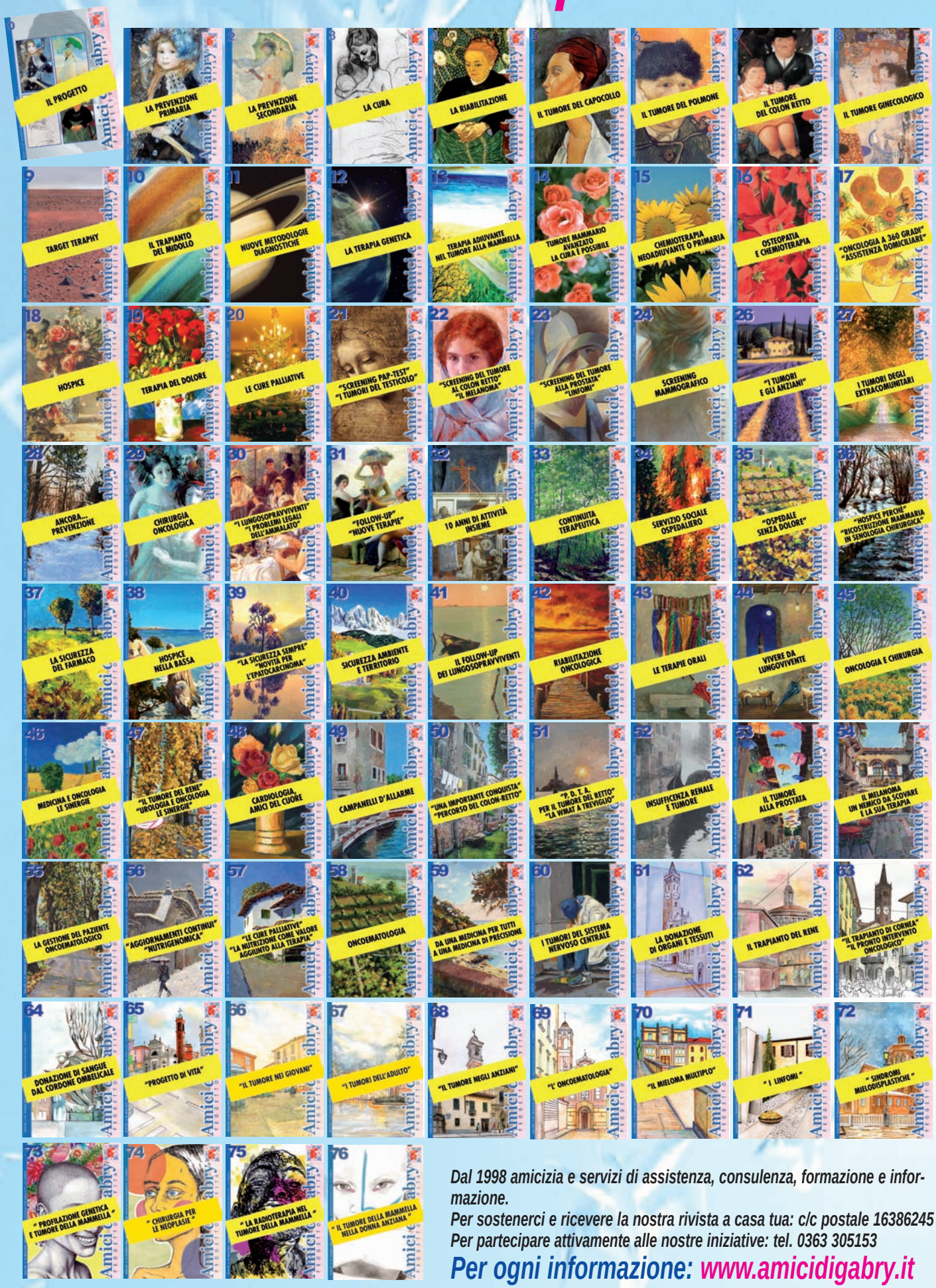
Progettare l'orto prima di concretizzarlo permette di perfezionare i dettagli fin dall'inizio della primavera. nella mente o sulla carta, tutto è possibile! Lasciamo parlare la nostra immaginazione prima di stabilire ciò che vogliamo. Accogliendo spontaneamente tutte le idee che ci passano per la testa, ci diamo l'opportunità di innovare, di dare un tocco di follia al nostro orto e, in maniera più pragmatica, di puntare sulle giuste associazioni e disporre le piante secondo il loro bisogno di acquae/o di sole. Coltivare il proprio orto vuol dire essere nella posizione migliore per riscoprire antiche varietà e verdure dimenticate; evocarle significa avere già l'acquolina in bocca all'idea di tanti sapori riportati in vita. Trovare questi antichi ortaggi vuol dire riconnettersi alle generazioni passate e indossare gli abiti del custode, per trasmetterli a chi seguirà, sentirsi parte di una continuità immutabile e rassicurante, Progettare il proprio orto significa anche sapere come sfruttare al meglio le varietà moderne e aprirsi a quelle che provengono da altri paesi, in perfetta armonia con i coltivatori francesi, spagnoli o ucraini. Tutti alla fine cerchiamo la stessa cosa, una rassicurante universalità.

La Patata, un vero tesoro

Niente è più facile che coltivare patate. Anche per chi non ha mai avuto un orto o esperienza.
Conservate sempre un posto per questa semplice ricchezza vegetale. Piantati a marzo i tuberi, per un po' dimenticati, fanno rapidamente spuntare i primi germogli verdi e producono una vegetazione abbondante e prolifica, come primo segno di opulenza. Richiedono pochissime cure per tutta l'estate... poi ops, le foglie sembrano ammalarsi, ingialliscono e poi si accartocciano. Tranquilli, è tutto normale. Il contrasto sarà eclatante quando, con le piante ormai secche, affonderemo la vanga per ammirare le bellissime patate, luminose, poste a terra. Nessun altro tesoro è così bello da portare alla luce.

Amici di Gabry

Più di 20 anni compiuti con Voi



Dal 1998 amicizia e servizi di assistenza, consulenza, formazione e informazione.

Per sostenerci e ricevere la nostra rivista a casa tua: c/c postale 16386245

Per partecipare attivamente alle nostre iniziative: tel. 0363 305153

Per ogni informazione: 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,17 - Caravaggio (BG) Tel. 0363 1742676
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 forza all’Oncologia > < Più servizi ai malati >
Il TUO SOSTEGNO È IMPORTANTE

DONA IL TUO 5 PER MILLE
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 DONI 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.

ASSOCIATI
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)