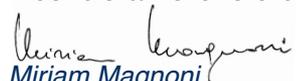
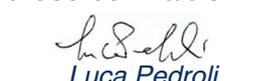


Care amiche e cari amici

Essere indifferenti verso le necessità dell'altro significa essere indifferenti anche verso le proprie necessità? No, è la prima risposta che viene spontaneo dare, argomentando che esistono persone egoiste e narcisiste che cercano costantemente la propria soddisfazione e il proprio piacere e sono al contempo completamente indifferenti ai bisogni altrui. Provando a capovolgere questa prospettiva, proponiamo qui una riflessione sul concetto di indifferenza, purtroppo quanto mai d'attualità in questo periodo storico in cui il rischio è quello di abituarci alle continue immagini di guerra che vediamo. Consideriamo che un cuore inaridito, che non riesce a partecipare empaticamente alle difficoltà altrui e, per quanto possibile, cercare di alleviarle, è il cuore di una persona che non è libera, di una persona ripiegata su

sé stessa, che fatica ad amare. Ecco che, proseguendo in questo ragionamento, hanno un forte potere di sintesi le parole di Papa Francesco: "Tanto lavoro ha da fare Gesù per rendere questo cuore più docile, per renderlo senza durezza, per renderlo amorevole. Chiediamo al Signore che ci salvi dalla schiavitù del cuore indurito". Arriviamo allora a rispondere affermativamente alla nostra domanda iniziale, perché l'indifferenza verso gli altri diventa un tradimento delle nostre necessità più profonde, è la spia di un atteggiamento di chiusura che si ripercuote su chi lo prova, che non "si autorizza" a lasciarsi andare a un incontro amorevole e generoso con l'altro.


Miriam Magnoni
Presidente GVV Lombardia


Luca Pedrolì
Presidente GVV Milano



Sotto la lente

Stare in compagnia fa bene? Allunga la vita? Vari studi psicologici rilevano che la solitudine può avere...
a pagina 3

Bilancio sociale

Questo bilancio riproduce in parole e cifre la missione che, da secoli, i volontari della nostra associazione...

a pagina 4

Lombardia

SolidarMarket.
a pagina 6

Notizie in breve.
a pagina 10

Non spegniamo la luce.
a pagina 10

Milano

Notizie in breve.
a pagina 8

Le suore di via Poma.
a pagina 9

Ascolto, gruppo, rete.
a pagina 11

Spunti di riflessione

Gli albori della Carità.
a pagina 12

Il volontariato, una scelta di coerenza e passione.

a pagina 13

Pillole di benessere

La sindrome delle mani bianche (termine medico "Fenomeno di Raynaud") deve il nome al medico francese Maurice...

a pagina 14

Formazione sociale

Nel corso di quest'anno si è verificata la più grande siccità da un secolo a questa parte che ha messo...

a pagina 15





In agenda

Gli appuntamenti e gli avvisi più importanti

■ Fiera

Vintage: da giovedì 3 novembre a sabato 5 novembre 2022
dalle 11 alle 18, in via Ariberto 10 a Milano.

Natale: da giovedì 17 novembre a domenica 20 novembre 2022

Abbigliamento per bambini, alimentari, antiquariato e brocantage, fiori, giocattoli, libri, Natale, frivolezze, buffet. Dalle 10 alle 18, in via Ariberto 10 a Milano.

■ Formazione nazionale

dal 17 al 19 novembre 2022
si terrà in via Ezio a Roma.

■ Pennellate gastronomiche d'autunno

venerdì 18 novembre 2022
a Pavia si terrà una cena benefica.

■ Giornata regionale di spiritualità

24 novembre 2022
si terrà in Sant'Ambrogio, con Santa Messa in ricordo di Graziamaria Dente.

■ Consiglio regionale

19 gennaio 2023

■ Incontri regionali di formazione

26 gennaio, 23 febbraio, 23 marzo 2023

■ Internazionale AIC

21-24 marzo 2023
Assemblea internazionale a Frascati (Roma).

Da segnalare

I momenti salienti dell'ultimo periodo

■ Consiglio direttivo Milano

9 giugno 2022

L'Assemblea dei GVV Milano ha approvato il bilancio e rinnovato il Consiglio direttivo e l'Organo di controllo per il quadriennio 2022-2025. Sono stati eletti: Luca Pedroli Presidente, Roberta Frignati Premoli Vice Presidente, Angela Casiraghi Tesoriere, Beatrice Cattaneo Segretario (in proroga), e il dottor Mario Rotti è confermato Organo di controllo.

Il comitato editoriale si riserva il diritto di scelta dei testi e dei tempi di pubblicazione.

Gli autori rispondono di quanto espresso nei loro articoli.

La redazione è formata da: Maresin Cavagna, Mila Fossati Bellani, Barbara Gavotti Angeloni, Miriam Magnoni, Pucci Nava, Anna Rovetta, Paola Soresina Santagostino.



La solitudine

Miriam Magnoni

Stare in compagnia fa bene? Allunga la vita? Vari studi psicologici rilevano che la solitudine può avere ricadute sulla salute, con sofferenza e disagi, e si manifesta più facilmente nella terza età, a causa dei malesseri fisici, non gravi ma continui e

noiosi, colpa di un'attività fisica ridotta. La solitudine degli anziani è sempre più frequente, legata soprattutto agli stili di vita odierni. Come sottolinea il presidente dell'Associazione italiana

di Psicogeriatrica Marco Trabucchi, in Italia colpisce circa il 20% degli over 75, con differenze tra Nord e Sud e fra campagna e città. L'isolamento sociale ha anche conseguenze psicologiche e mediche: chi vive da solo corre infatti un rischio maggiore di ammalarsi. Chi si sente solo, isolato, fatica ad affrontare adeguatamente le situazioni negative, riducendo la propria capacità di resilienza. Secondo l'Istat l'età media delle persone che vivono in Italia tra inizio 2021 e inizio 2022 è passata da 45,9 a 46,2. Emerge uno scivolamento verso la terza età. A inizio 2022 gli over 65 erano 14 milioni e 46mila, il 23,8% del totale. Di questi, oltre 20mila sono ultracentenari. La popolazione anziana aumenta e il problema della solitudine va affrontato in modo più risolutivo. Occorre più attenzione verso i suoi aspetti psicologici, anche per limitare danni sanitari considerevoli, dato che l'isolamento può generare gravi conseguenze anche sulla salute. Una ricerca dell'Università di Boston rileva che l'isolamento raddoppia il rischio di sviluppare demenza e Alzheimer. Le principali cause dei problemi del sonno, dei disturbi della personalità e della depressione tra gli over 75 hanno come base la solitudine.

È possibile combattere la solitudine degli anziani? La parola chiave per vincere il senso di abbandono è empatia. Secondo uno studio condotto dall'Università di San Diego su un gruppo di anziani che vivono in residenze assistite, l'85% di loro si sentiva solo, ma la capacità di provare empatia è risultata protettiva dai pensieri negativi connessi alla solitudine. Nonostante i problemi personali, chi reagiva occupandosi degli altri stava meglio rispetto a chi si chiudeva in sé stesso senza comprendere le sofferenze altrui. Un modo utile per accrescere le relazioni è dedicarsi al volontariato. In molti comuni i "nonni" svolgono compiti socialmente utili, come aiutare i bambini all'uscita delle scuole, dare indicazioni ai pazienti degli ospedali, ecc. Numerosi sono gli stimoli per aiutare gli anziani a tenersi attivi mentalmente e fisicamente: dedicarsi a un hobby, alla cucina, al fai-da-te, a maglia e cucito, partecipare a un corso oppure unirsi a persone con la stessa passione, tutte cose che aiutano a uscire dall'isolamento. Praticare attività fisica rallenta l'invecchiamento del corpo e della mente. Per esempio svolgere esercizi a basso effetto fisico e motorio, come la ginnastica dolce con coetanei, migliora la circolazione, stimola le funzioni cerebrali e mantiene un buon livello di apprendimento. Stare in compagnia aiuta a fare nuove conoscenze e a condividere esperienze/racconti/ricordi piacevoli. Anche nelle RSA gli animatori e i volontari propongono giochi, come tombola, carte, che diventano strumenti preziosi di socializzazione, producendo effetti positivi sul piano cognitivo.





Bilancio sociale 2021

Arianna Fontana

Questo bilancio riproduce in parole e cifre la missione che, da secoli, i volontari della nostra associazione donano in azioni di carità. Quella che abbiamo vissuto in questi ultimi anni è senza dubbio una crisi senza precedenti, che avrà ripercussioni per un lungo periodo, con un enorme impatto sull'intera sfera sociale, lavorativa e sul benessere delle persone. L'emergenza sanitaria e le misure volte al suo contenimento, in particolare la chiusura di molte attività produttive non essenziali, prevista dai vari decreti, ha avuto un forte impatto socio-economico.

Nonostante ciò, anche nel 2021, il Paese ha potuto contare su una generosità straordinaria, grazie al ruolo insostituibile del Terzo Settore che in molti casi è stato di totale supplenza rispetto alle Istituzioni. Come volontari GVV siamo passati dall'analisi dei bisogni al desiderio di cercare modalità per ottenere risultati nel donare opportunità. Durante gli incontri di ascolto, si è cercato di raggiungere questo obiettivo, con gentilezza e pazienza mettendo sempre al centro il valore e la dignità delle persone. In questo bilancio sociale vogliamo comunicare non solo le prestazioni dei servizi, ma anche il dono della carità, basato sull'accoglienza e l'ascolto. Siamo stati promotori di speranza. Possiamo affermare che il 2021 è stato un anno che ci ha permesso di rielaborare le difficoltà dell'anno precedente permettendo così di trasformare l'emergenza in modalità nuove e strutturali. In diverse situazioni i volontari hanno dovuto affrontare nuove difficoltà come dare indicazioni per fare un tampone, per seguire la normativa, per controllare la febbre, scaricare il green pass o prendere appuntamento in un ufficio pubblico. Per chi vive nella marginalità,

tutto questo ha rischiato di diventare uno scoglio insormontabile. Diversi nostri servizi storici si sono adattati incrementando le attività, principalmente per la distribuzione di generi alimentari, prodotti per l'igiene, farmaci, sostenuti anche dalle donazioni dei privati, dal Banco alimentare, dai supermercati che hanno aderito alle nostre iniziative. L'impegno dei volontari non è mai venuto meno ed è grazie al loro servizio, al loro sorriso, alla loro capacità di ascolto che tutti si sono sentiti accolti. Un grazie ai volontari che si sono adoperati per rispondere alle sfide quotidiane.

VITA DI GRUPPO

Nonostante le difficoltà di questo anno, per il raggiungimento degli obiettivi, i volontari hanno dedicato del tempo per coordinarsi al fine di dare risposte adeguate in modo da sostenere al meglio le persone. Molto di questo è avvenuto attraverso videochiamate e collegamenti Zoom. Con lo stesso metodo hanno mantenuto rapporti di rete con i servizi e le associazioni del territorio.

Sono state donate un totale di 26.831 ore

FUND RAISING E ATTIVITÀ PER PRODURRE MANUFATTI

I volontari si sono attivati per trovare forme di finanziamento a sostegno delle attività e servizi promossi da ciascun gruppo.

Hanno prodotto loro stessi manufatti da vendere alla riapertura durante i vari eventi.

Sono state donate un totale di 16.178 ore

FORMAZIONE

Quest'anno la formazione è stata portata avanti attraverso incontri on line (Zoom, Google Meet, Microsoft Teams, Facebook Messenger, Webinar) organizzati da:

- sede nazionale GVV, sui temi:



“L’identità e il servizio”, “Laici volontari vincenziani nella chiesa oggi”;

- sede regionale GVV per gli aggiornamenti legislativi e le modalità operative;
- organizzazioni diverse di volontariato;
- Caritas, Centro Servizi, UNEBA, CNAL, alcune Fondazioni, Ente Regione Lombardia.

Il Padre Generale ha fornito spunti per le riflessioni e per l’operatività.

Diversi gruppi hanno organizzato incontri fra loro attraverso WhatsApp per riflettere sulle schede fornite dall’AIC. Alla formazione spirituale è stata dedicata una giornata intera: non potendo organizzarla in presenza, i volontari hanno aderito alle proposte del Consiglio Nazionale oltre alla partecipazione individuale promossa dalle parrocchie. Diversi volontari si sono aggregati per partecipare insieme alla preparazione della Santa Pasqua, recitare insieme un Rosario meditato e la Novena in preparazione al Natale.

Sono state donate un totale di 5.124 ore

INTERVENTI E SERVIZI

Tutte le attività di interesse generale ai sensi dell’art. 5 del Codice del Terzo Settore, che possiamo suddividere come segue:

- interventi sociali:

alimenti e prodotti prima infanzia 0-3 anni, assistenza e accompagnamento pratiche sociali, richieste abitative, centri di ascolto, centro sociale, consegna pasti e alimenti a casa, servizio mensa attraverso sacchetto alimenti, raccolta e distribuzione alimenti, raccolta e distribuzione indumenti, soggiorni estivi, sostegno inserimento lavorativo e matching, visite domiciliari;

- prestazioni socio-sanitarie:

accompagnamento visite mediche, armadio farmaceutico/distribuzione farmaci, casa di accoglienza, servizio infermieristico

e iniettorato, sostegno psicologico, visite in ospedale;

- educazione e formazione:

Centro formativo per giovani, Cag, Cedag, corsi di lingua per stranieri, spazio giochi (0-3 anni), servizio doposcuola, baby parking;

- promozione e tutela dei diritti umani, civili e sociali:

attività per anziani, attività per diversamente abili, servizio per persone prive di libertà, servizi in carcere, sostegno legale;

- beneficenza:

sussidi in denaro, contributi per affitto.

Sono state donate un totale di 80.210 ore

I bilanci integrali sono pubblicati sui nostri siti web: www.gvvaiclombardia.it e www.gvv.milano.it



	%	ore totali
totale ore anno 2021	100	128.343
vita di gruppo	21	26.831
fund raising	13	16.178
formazione	4	5.124
interventi e servizi	62	80.210



“SolidarMarket”: come sono cambiate le cose

Angela Magni

Dall'apertura del SolidarMarket a Cassano d'Adda, lo scorso 7 marzo, possiamo fare una prima revisione del lavoro svolto e dei risultati ottenuti. A volte anche i numeri servono per rendere l'idea, così possiamo dire che:

- siamo partiti con un “bagaglio” di famiglie assistite, quasi tutte di noi GVV, di 55 nuclei, ad oggi siamo arrivati a più di 90 (di cui 6 che ospitano famiglie ucraine);

- al 31 agosto abbiamo raccolto, attraverso una partecipazione alla Civil Week fatta a maggio, il costante recupero della “Spesa sospesa” presso due supermercati locali e la donazione di diverse realtà con le quali ci siamo interfacciati per una collaborazione anche relativamente al fresco: 7.750 kg, 1.700 litri e 1.300 pezzi tra alimenti e confezioni di prodotti per l'igiene personale e per la casa;

- da marzo a fine settembre sono stati distribuiti 6.600 kg, 1.680 litri e 770 pezzi di alimenti e confezioni non contabilizzabili in chili o litri;

- le associazioni partner hanno anticipato per la sola implementazione del magazzino più di 24.000 Euro che in parte saranno rimborsati tramite la partecipazione a due bandi e, in parte, attraverso eventi di raccolta fondi che si stanno mettendo in campo e da donazioni fatte da enti e privati.

A questi risultati, dopo solo poco più di 6 mesi di funzionamento, si è potuti giungere solamente perché tutte le parti coinvolte direttamente (partner: Forum delle Associazioni di Volontariato di Cassano d'Adda; i Servizi Sociali del Comune, GVV capofila del progetto, ACLI, S'APRE e, da poco anche CAV) e quelle con responsabilità indirette (Banca Volontari Cassanesi, Soc. San Vincenzo de' Paoli Conferenza Madonna dei Poveri, Ellepikappa Coop. Soc.), hanno lavorato attivamente e congiuntamente per la

corretta e solidale gestione del magazzino. Abbiamo formato i 40 volontari che hanno voluto aderire a questo progetto, sia dal punto di vista pratico (come usare il nuovo programma, come gestire il magazzino, come accogliere le persone che arrivano, come accompagnarle nella scelta - soprattutto all'inizio e se straniere), sia dal punto di vista di una corretta gestione secondo i criteri di legge. Per questo quasi tutti i volontari hanno partecipato ad un corso HACCP che è stato realizzato ad hoc per noi da un ente competente del territorio, con il rilascio dei relativi certificati. Per quelli che non hanno potuto partecipare è in previsione una seconda edizione entro la fine dell'anno. Ci siamo muniti di manuale di autocontrollo ai sensi di legge secondo i criteri HACCP. Certo, all'inizio far comprendere alle persone che non si sarebbe più dato il solito “pacco spesa”, ma che avrebbero potuto scegliere loro cosa prendere in base al punteggio assegnato mensilmente, non è stato facile perché c'era comunque una certa diffidenza verso questa novità. Però è bastato poco tempo perché tutti si rendessero conto che per loro era come poter fare la spesa in un comune supermercato, senza l'angoscia di non avere soldi a sufficienza per pagare quello che serve...

Adesso stiamo lavorando per poter attuare altri accordi con la grande distribuzione del territorio ed anche con i commercianti locali, ai quali stiamo presentando l'iniziativa della “Spesa Sospesa” dove, modificando la versione attuata qualche anno fa, quello che viene raccolto presso i commercianti viene reinvestito nello stesso negozio per l'acquisto di quanto necessita al SolidarMarket.

Non nascondo che l'impegno è stato grande, ma la Provvidenza non ci ha lasciati soli; inoltre il grande aiuto portato dai volontari ed



il lavoro di coordinamento della rete sono stati - e sono - sicuramente le molle che fanno avanzare al meglio questo progetto solidale! In ultima analisi cerchiamo di mettere in pratica quanto detto dal nostro fondatore San Vincenzo: "Lavoriamo con spirito di umiltà, con rispetto e compassione; altrimenti Dio non benedirà il nostro lavoro!"

LA SPESA SOSPESA

È un'iniziativa promossa dal Forum del Volontariato di Cassano d'Adda, nata nel 2015, oggi si rinnova per essere associata al Progetto SolidarMarket.

La Spesa Sospesa è una raccolta fondi che si realizza presso gli esercizi commerciali che scelgono di aderire al progetto.

Le donazioni ricevute saranno trasformate in acquisti di prodotti alimentari e/o generi di prima necessità effettuati direttamente presso i negozi della città che aderiscono all'iniziativa.

Il progetto Spesa Sospesa è rivolto a tutti i commercianti di Cassano d'Adda; gli esercenti possono inoltre scegliere di aderire all'iniziativa anche per la sola raccolta fondi.

ADERIRE ALL'INIZIATIVA È FACILE COME FUNZIONA?

Adesione dell'esercizio commerciale al progetto Spesa Sospesa mediante l'invio dell'apposito modulo alla e-mail: solidarmarket.cassano@gmail.com

Disposizione del materiale informativo e della cassetta per le donazioni all'interno del negozi aderenti all'iniziativa.

Donazione

Il cittadino recandosi nei negozi aderenti, potrà decidere di donare un contributo libero a favore progetto Spesa Sospesa.

Ritiro e registrazione della donazione

Periodicamente i volontari del SolidarMarket

addetti al progetto Spesa Sospesa si recheranno presso gli esercizi commerciali per verificare le donazioni. La donazione sarà registrata su un apposito registro condiviso tra SolidarMarket e i negozi aderenti.

Spesa

Con le donazioni raccolte, saranno acquistati direttamente dai rappresentanti del SolidarMarket prodotti alimentari, prodotti per l'igiene personale e della casa o generi di prima necessità.

Distribuzione

I prodotti acquistati con le donazioni della Spesa Sospesa saranno messi a disposizione gratuitamente presso gli scaffali del SolidarMarket per tutte le famiglie bisognose che hanno accesso allo stesso.

PERCHÉ ADERIRE?

L'obiettivo della Spesa Sospesa è quello di consentire alle famiglie bisognose di trovare presso il SolidarMarket prodotti di qualità che il progetto acquisterà dai commercianti locali con i fondi donati dai cittadini di Cassano d'Adda.

Questo oltre ad aiutare chi ne ha necessità, responsabilizzerà tutti anche sull'evitare lo spreco alimentare e sulla compartecipazione alla realtà sociale cittadina.

PROMOSSO DA



CON IL CONTRIBUTO DI



SOSTENUTO DA





In breve da Milano

Redazione

■ Cinisello via Dante

Sempre più numerosi sono gli stranieri che bussano ai nostri Centri di ascolto. Il più delle volte hanno alle spalle percorsi di vita faticosi e complessi e chiedono solo pace, pane e un pizzico di tranquillità. Proviamo a domandarci cosa spinge una persona a spendere quel poco che ha per rifarsi una vita in Europa? Per lasciare tutto, casa, parenti, patria, e affrontare l'ignoto, bisogna avere patito una situazione molto pesante!

Questi fenomeni vanno interpretati anche alla luce di quanto queste persone sono costrette ad abbandonare. Ed è a partire da queste considerazioni che vogliamo condividere il caso di una mamma "venuta in Italia per offrire a mio figlio una vita migliore in un paese in cui gli esseri innocenti come lui, con problematiche cliniche, siano seguiti e protetti legalmente": perché non ovunque vale ciò che per noi è un diritto acquisito, per noi che abbiamo avuto la fortuna di nascere in questa parte del mondo.

■ Baggio

Il centro di Baggio ha iniziato l'attività nel 1971. Attualmente i servizi offerti sono:

- Centro di ascolto: assiste molte famiglie, in gran parte straniere, con culture e lingue diverse. E ciò è anche un arricchimento.
- Distribuzione viveri forniti sia da AGEA che da supermercati o donazioni.
- Guardaroba: qui si vede la vera povertà.
- Centro di aggregazione giovanile, offre l'accompagnamento nei compiti ma anche la partecipazione ad attività varie (laboratori, musica, orto).
- Supporto psicologico per casi segnalati dal Centro di ascolto.
- VariEtà: inizialmente dedicato a persone anziane, offre la possibilità di stare insieme facendo attività, giochi o semplicemente compagnia. Uno psicologo aiuta a capire

emozioni, sentimenti e stati d'animo.

Grazie alla capacità di aggregazione della responsabile sono stati inseriti anche giovani volontari che interagiscono molto bene.

Ora VariEtà è anche scuola di italiano per stranieri e aiuto compiti per bambini.

■ Gorla

Conosciamo bene gli obiettivi dei GVV, per i quali la persona è la principale destinataria delle nostre azioni. È con questo spirito che il nostro Centro di ascolto accoglie persone di ogni età e con i più diversi problemi. Sono italiani o stranieri, con o senza famiglia, con o senza lavoro, con problemi di salute ed economici, o addirittura senza fissa dimora. La prima azione è instaurare un cordiale rapporto di comprensione per poter far emergere quali sono le cause più profonde della situazione di precarietà. Spesso le cause sono evidenti, altre volte occorrono più incontri ma, una volta trovata l'origine, bisogna porvi rimedio. Le nostre risorse materiali ed economiche sono scarse, ma fortunatamente Milano ha tante istituzioni religiose e laiche che, come noi, fanno capo a progetti per il sociale. Il nostro compito è quello di proporre le soluzioni più adeguate, e aiutare a raggiungere l'obiettivo. Il Centro di ascolto è aperto tutto l'anno, ed è sempre contattabile. Ciò comporta un grande impegno, ma consente a chi si trova in condizioni di solitudine o di disagio di ricevere conforto e appoggio. A volte uno squillo di telefono e un semplice "come va?" mantengono in chi è in difficoltà la speranza di non essere soli ad affrontare i problemi.

■ Cinisello San Giuseppe

Giornate di raccolta fondi: fraternità, creatività, condivisione e fatica, ma anche entusiasmo.





Le Figlie della Carità lasciano via Poma

Patricia Sartorio Terzi

Dopo 90 anni di presenza, e soprattutto di servizio ai poveri, le Figlie della Carità lasciano la Casa di via Poma a Milano. L'irrevocabile decisione della Compagnia Figlie della Carità del ritiro delle quattro FdC attive nella nostra Casa di Accoglienza è arrivata come un fulmine a ciel sereno. Nel corso degli ultimi anni tutte noi, volontarie e suore, avevamo maturato la consapevolezza della difficoltà, per entrambi, di un ricambio nei vari servizi a causa dell'età e per la diminuzione di nuove vocazioni, ma anche che la presenza delle FdC in Poma era la "marcia in più" del servizio.

Inizia tutto nel 1932 con la donazione di due villette in via Poma dove tre suore Figlie della Carità, con le volontarie vincenziane presenti a Milano fin dal 1857, fondano la "Casa della Misericordia" e assistono i poveri della Parrocchia di Santa Maria del Suffragio e quelli delle parrocchie confinanti.

Poi, dal 1932 al 1962 e soprattutto durante la guerra, distribuiscono la minestra calda come in tante altre Case della Misericordia della città. Nel periodo post guerra, dal 1947 al 1972, è attivo il servizio "Casa Famiglia", nato per ospitare le ragazze che venivano a Milano per ragioni di studio/lavoro, a cui viene affiancato un servizio di asilo nido per le necessità delle ospiti lavoratrici della Casa. Contemporaneamente dal 1950 al 1976 funziona anche una mensa capace di accogliere più di 80 persone!

Oggi diremmo a quanto ammontava il "capitale umano" tra volontarie e suore? Le suore erano circa 12 e le volontarie più di 20! La Casa ha subito negli anni molte trasformazioni strutturali fino ad arrivare, alla fine degli anni Ottanta, a creare il servizio di ospitalità per malati e loro familiari in soggiorno temporaneo a Milano, attualmente attivo. Le suore e le volontarie insieme hanno

affrontato molte difficoltà, e proprio il servizio che ognuno di loro ha svolto in condivisione ha potuto crescere ed affermarsi con quelle fondamentali caratteristiche vincenziane di carità, semplicità, attenzione, ascolto.

Nella mia esperienza personale, maturata in parecchi anni di servizio come volontaria GVV, ho avuto la fortuna di incontrare tante Figlie della Carità con le quali ho condiviso momenti formativi, affrontato situazioni delicate, preso decisioni difficili, trovando sempre nella loro vocazione apertura e presenza nel mondo.

Quindi ciò significa accoglienza, attenzione, vicinanza, condivisione, immersione nelle situazioni di disagio, di emarginazione e di povertà. Il grande valore dell'eredità che le Figlie della Carità hanno lasciato alle volontarie è certamente aver saputo, in questi trent'anni di servizio alla Casa di Accoglienza, creare per gli ospiti un luogo dove potevano sentirsi veramente a "casa", dove anche nel caso di un ritorno trovavano sempre quella tenerezza che è caratteristica umana e cristiana e anche tipicamente femminile. Se la Casa di Accoglienza in tutti questi anni ha raggiunto una fama di "qualità" riconosciuta da tutti i facenti parte della rete di questo tipo di servizi, ma soprattutto dai tanti ospiti che vi hanno trascorso dei difficili momenti della loro esistenza, è merito dell'attenta costante e fedele presenza delle Suore. A tutte le Figlie della Carità che dal lontano 1932 hanno prestato servizio in via Poma, credo di poter esprimere a nome di tutti gli ospiti, dell'Associazione e delle volontarie un grazie di cuore per la loro testimonianza e per la dedizione fino all'ultimo giorno "portando ai poveri due tipi di cibo, il materiale e lo spirituale" come il nostro Santo Fondatore aveva loro insegnato. Adesso il compito è nostro!



In breve dalla Lombardia

Redazione

■ Pavia

Riapre il Cedag con tutte le sue attività: il lavoro è molto impegnativo perché diversi ragazzi in questi due anni hanno abbandonato la scuola per mancanza di mezzi di supporto, e altri sono stati bocciati. Con grande fatica si sta cercando di riavvicinare questi giovani affinché possano affrontare un futuro più sereno.

■ Lombardia - Porta della Solidarietà

Insieme all'associazione Verga si sono avviati più corsi paralleli per l'apprendimento della lingua italiana dedicata ai profughi ucraini. I corsi si sono svolti a aprile, maggio, giugno, luglio, agosto e settembre. Si prevede di riprendere con il mese di novembre.

■ Lombardia - consiglio regionale

Dopo tanto tempo il consiglio regionale è stato tenuto in presenza.

Le volontarie hanno coraggiosamente sfidato la paura dell'infezione e finalmente è stato possibile ritrovarsi di persona, incontrarsi e raccontarsi le esperienze così impegnative di questi ultimi drammatici mesi.



AAA GRAFICO CERCASI

Cercasi volontari che abbiano delle competenze in materia di grafica e di comunicazione.

Sono particolarmente ricercati per collaborare con i gruppi e per dare una mano in tutte le attività della segreteria.

■ Non spegniamo la luce sui problemi

di Franca Ronchetti



Stiamo vivendo un periodo di grande crisi economica in cui la pandemia che ancora non ci lascia ci fa riscoprire che la Carità è il cuore della Fede. Carità che i gruppi della città di Como stanno tentando di tradurre

dedicando tempo nell'impegno e nel discernimento. Mensilmente i gruppi si trovano nelle loro parrocchie per un momento di preghiera e di analisi dei problemi delle persone bisognose, problemi che non sono solo economici ma anche sanitari, psicologici e sociali, e insieme cercano di trovare un percorso efficace di progettazione e verifica soprattutto per quelle persone e quelle famiglie che sembrano, purtroppo, cristallizzate in una situazione di bisogno. Tante le risposte per risolvere i tanti ostacoli della vita quotidiana, una è la relazione che altro non è che il cuore dell'agire. L'altra è un sostegno alimentare quindicinale presso la sede di Como in via Primo Tatti, fattibile grazie anche all'impegno delle carissime Figlie della Carità suor Gillia e suor Graziella. E infine un'ulteriore risposta è il sostegno economico che, dopo un'attenta analisi, i gruppi possono erogare per alleviare le difficoltà a far fronte al pagamento delle utenze domestiche o ad altre spese di primaria necessità. È grazie alle offerte di persone generose e ai proventi dei due mercatini annuali che i gruppi cercano di tener viva la luce sui tanti problemi che vivono le persone e le famiglie cercando di diventare dei costruttori di speranza contrastando una lenta deriva di sfiducia e rassegnazione.



Ascolto, gruppo, rete... il coraggio di cambiare!

Francesca Randi

Da inizio anno i volontari vincenziani di Milano e Cinisello Balsamo hanno ampiamente dibattuto il progetto "Il coraggio del cambiamento", formazione alla quale siamo stati tutti invitati a partecipare dalla nostra Presidente uscente. Giustamente Roberta Frignati Premoli l'ha presentata come una buona opportunità di arricchimento



anche individuale, utile nella vita quotidiana e comunque per ogni relazione interpersonale. Durante gli incontri finora

svolti in presenza o in videoconferenza abbiamo sentito le parole ascolto, gruppo e rete legate ai termini formazione, attualizzazione del modo di agire, punti da migliorare e lavoro di gruppo. Sicuramente abbiamo fatto grandi passi in questi mesi ma abbiamo ancora tanti sforzi da compiere, vie nuove da poter vagliare e testare per poter essere delle volontarie coraggiose e rinnovate! Un esempio tangibile del "coraggio del cambiamento", che esula dalla sola pratica dell'ascolto verso l'utente, è stato il recente evento occasionale di Charity Shopping che si è tenuto nella sede di via Ariberto lunedì 10 e martedì 11 ottobre, al quale hanno partecipato tanti volontari con rinnovato entusiasmo e molto impegno fisico. La finalità dell'evento è stata in prima battuta quella della raccolta fondi, fondamentale per il sostegno alle famiglie da noi seguite. Via via che l'evento è andato pianificandosi e modellandosi con i suggerimenti e i contributi di varie volontarie ci siamo resi conto che qualcosa stava emergendo: sembrava quasi un'orchestra composta da vari strumenti,

ognuno con le proprie specificità e note, che mettevano a disposizione le proprie competenze maturate con anni di esperienza vincenziana, la propria fantasia e passione. Per citarne solo alcuni, Efi ha trasformato gli spazi in una raffinata boutique, Giulia ha organizzato un piacevole rinfresco, Amalia ha sfoggiato le sue sapienti doti di "bottegaia", per usare un simpatico termine a lei caro, Marina ci ha incoraggiato dal suo isolamento Covid, Maurizio e Claudio hanno sfoggiato le loro tattiche di vendita, tutte le volontarie dell'ascolto di Ariberto si sono calate nei panni di abili e pazienti commesse (oltre che addette alla sicurezza vista la mancanza degli antitaccheggio), i fidati cassieri hanno surriscaldato il POS a furia di strisciate, Stefano ha stampato tantissimi cartelli, Alida ha contato tanti incassi, Maria Luisa ha coordinato il tutto, e non ultimi Nestore e Marian hanno movimentato mobili e scatoloni con gran sollecitudine. Avrò dimenticato sicuramente qualcuno ma che bello agire in armonia, con gli accordi intonati e nuovi brani musicali da sperimentare: il numeroso pubblico è uscito entusiasta e si scommette che si ricorderà sempre più di noi.

Charity Shopping
GVV Milano

10-11

MESSO IN AGENDA ?

via Ariberto 10

Lunedì 10
Martedì 11
ottobre
dalle 16 alle 21



Storia della carità, i primi secoli cristiani (I-III sec.)

Paola Santagostino Soresina

Cos'è la carità? Cosa rappresentava la carità per i primi cristiani? Come la vivevano?

“La carità non è una cosa che si fa, qualcosa che si dà”, come il ricco che dona il suo superfluo al povero; la carità è uno stato d'animo, è l'immagine dell'amore gratuito di Dio, totalmente offerto, che si riverbera sul nostro prossimo. Fin da subito, le comunità cristiane, seguendo il Vangelo, capiscono che la loro vita deve essere preghiera, annuncio, ma soprattutto servizio. Servizio che il

Samaritano bene esplicita nella cura del viandante ferito. Servizio che sgorga dalla compassione e senza il quale non può esistere nemmeno un vero culto a Dio che, ricordiamolo, è venuto per servire e non per essere servito. Molte sono le tentazioni che ci indurrebbero a passare oltre, a girarci dall'altra parte, a ignorare gli altri, ma se seguiamo l'esempio dei primi cristiani che erano usi a mettere tutto in comune e ad aiutare la vedova, l'orfano, il povero... anche noi possiamo penetrare nel segreto della carità. La Chiesa, nata dal costato di Cristo sulla Croce, deve vivere della carità, perché suo compito è continuare il racconto della carità scaturita dalla misericordia di Dio. Annuncio, preghiera e carità, legati indissolubilmente insieme, erano i momenti distintivi e cruciali della vita dei primi cristiani che, raccolti attorno agli Apostoli, avevano anche creato un servizio per aiutare i bisognosi che, allora, erano soprattutto i fragili senza protezione, le vedove e gli orfani, i prigionieri, i malati. La carità non era semplice elemosina, aiuto superficiale,

pura filantropia ma, nascendo dall'Eucaristia, era comunione di cuori, di sentimenti, di beni. Questo amore gratuito verso il prossimo veniva percepito dai pagani, ma non compreso, dato che non capivano che interesse ci fosse ad aiutare chi non dava nulla in cambio e ad esercitare questa filantropia dalla quale non si ricavava né fama, né onori, né considerazione. Com'erano strani i seguaci di questo Cristo! Aiutavano e servivano i poveri e gli ammalati, prodigandosi anche senza paura per dare sollievo agli appestati! Nel nome di Cristo



avevano organizzato la carità: tenevano un registro dei bisognosi, si preoccupavano di trovare loro un lavoro, visitavano i confratelli ammalati o in prigione, portando il conforto dell'Eucarestia e, ad un gruppo di uomini

di buona reputazione, avevano affidato l'incarico del servizio mense, così che gli Apostoli potessero dedicarsi alla preghiera e al ministero della Parola. (At 6, 1-4) Tertulliano parla di una cassa sociale dove ogni mese ognuno versava quello che poteva: i soldi raccolti andavano per i poveri, per seppellire gli indigenti, per i cristiani che soffrivano nelle prigioni o nelle miniere. Man mano che l'ambiente esterno si faceva più ostile e le persecuzioni più frequenti, i cristiani, sempre in comunione con il Vescovo di Roma, crescevano di numero e testimoniavano con il loro stile di vita l'amore gratuito verso il prossimo, esercitando e vivendo la carità. *Tratto da "Storia della Carità" di Luigi Mezzadri e Luigi Nuovo, edizioni Jaca Book*



Noi facciamo sul serio

Maresin Cavagna

Sì, siamo volontari e volontarie, e abbiamo deciso di dedicare parte del nostro tempo all'associazione di cui facciamo parte per uno scopo che a noi sembra importante. Avremmo potuto occupare il nostro tempo libero con tante attività, passatempi, svaghi ma anche studi, incontri, viaggi. Non abbiamo certo rinunciato a queste cose, ma non dedichiamo loro la nostra attenzione esclusiva. Noi vogliamo di più. Vogliamo essere di aiuto, di sostegno a chi è meno fortunato. Ma lo vogliamo fare bene, sul serio, non solo per fare bella figura con gli amici. E abbiamo scelto di farlo in una associazione che ci ha offerto di sé un'immagine che ci ha dato fiducia. In cosa consiste questa immagine? E perché ci ha ispirato fiducia? Perché riteniamo che sia un'associazione che lavora con serietà e professionalità. Tutti siamo capaci – se vogliamo – di improvvisarci elettricisti, insegnanti, cuochi, esperti di tutto e niente, ma quando si ha a che fare con chi di queste persone ha bisogno per davvero, allora dobbiamo ritirarci in buon ordine e far posto a chi ha studiato, si è preparato, ha una qualifica conquistata sul campo. Oggi anche le associazioni di volontariato hanno bisogno dei professionisti: è passato il tempo in cui la brava signora piena di buona volontà distribuiva minestre e aiuti di emergenza; oggi abbiamo a che fare con persone che hanno problemi giganteschi, e lo stato sociale ha bisogno del nostro aiuto per farvi fronte. Ma non in maniera dilettantistica: per collaborare con le istituzioni dobbiamo essere in regola, disporre delle persone giuste con le qualifiche richieste, dei veri Professionisti. Essere professionisti, lavorare con professionalità, non è un atteggiamento temporaneo, è una vera e propria forma mentis che riguarda il modo in cui affrontiamo quello che facciamo. Richiede

attenzione, pignoleria, responsabilità perché il risultato delle nostre azioni darà di noi un'immagine che è imponderabile, ben al di là del risultato concreto e visibile. Una piccola imprecisione, un errore che può sembrare irrilevante, un atteggiamento poco responsabile, un eccesso di faciloneria, o anche solo una superficiale valutazione di



foto di R.F.P.

dettagli che a noi possono parere secondari, contribuiscono ad appannare l'immagine globale. Affidereste i vostri soldi a una banca che vi scrive una lettera con qualche errore di ortografia? Analogamente, perché dovrete destinare a noi le offerte che volete devolvere in beneficenza? Che impressione vi fa una persona disordinata? Magari è cara e simpatica, ma le affidereste cose per voi importanti? La professionalità è a tutto tondo, deve riguardare tutto e tutti, ogni aspetto delle cose e delle persone: è solo se riguarda tutto che l'immagine che ne emerge è una valida e attendibile testimonianza. Ed è per questo che cerchiamo di essere professionali in tutto, nei rapporti con le persone che aiutiamo, nei contatti con enti e associazioni di ogni tipo, in quello che scriviamo e nei gesti che facciamo, perché ogni minimo dettaglio fuori posto darebbe di noi un'immagine non all'altezza dell'impegno, della creatività e della buona volontà che vi dedichiamo. Perché, appunto, noi facciamo sul serio.



Fenomeno di Raynaud

Bianca Marasini

La sindrome delle mani bianche (termine medico “Fenomeno di Raynaud”) deve il nome al medico francese Maurice Raynaud che per primo la descrisse a metà ‘800; è una situazione caratterizzata dalle dita delle mani (tutte o solo alcune, di una sola mano o di entrambe) che diventano bianche con il freddo o in caso di forte emozione.

Anche se meno frequentemente, il fenomeno può interessare i piedi, il naso, le orecchie e in genere le estremità; si risolve rapidamente con il caldo, con il movimento delle braccia e/o con la scomparsa della situazione stressante. Perché il fenomeno di Raynaud? Quando stiamo al freddo, i piccoli vasi cutanei si restringono (vasospasmo) per tenere caldo l’organismo, senza che noi ce ne accorgiamo; se però questo vasospasmo è completo, cioè se i vasi si chiudono, il sangue smette di circolare, e le dita, senza più il sangue (che è rosso) diventano bianche (fase ischemica). Quando poi con il caldo i vasi si dilatano, il sangue riprende a circolare e le mani possono passare da violacee se vi è ristagno di sangue (fase cianotica), a rosse quando la circolazione si normalizza (fase eritematosa). Di queste tre fasi, a cui generalmente si associa dolore, la più tipica (che di solito preoccupa) è quella ischemica.

Il fenomeno di Raynaud deve preoccupare? È una situazione abbastanza frequente, specie nelle donne; nella maggior parte dei casi il fenomeno è idiopatico (Raynaud “primitivo”), ossia non sostenuto da malattie associate; più raramente è spia di patologie più complesse, in genere reumatiche (Raynaud “secondario”).

In alcuni casi, il disturbo è dovuto all’assunzione di farmaci (es. β -Bloccanti, cocaina, preparati a base di ergotamina), e/o al fumo, in altri casi è su base meccanica (lavoro con apparecchi vibranti).

Il paziente a chi si deve rivolgere?

Lo specialista più indicato è il reumatologo, proprio perché il Raynaud può essere associato a malattie reumatiche, o esserne



la spia.

Dopo una visita accurata, il reumatologo prescriverà alcuni esami ematici ed una capillaroscopia, esame diagnostico non invasivo,

che permette di capire se il fenomeno è idiopatico o secondario.

Quali le terapie?

In assenza di altre patologie, il fenomeno di Raynaud è più che altro un fastidio che non procura di solito grossi problemi; il paziente dovrà coprirsi bene se si espone al freddo, solo nei casi più ribelli potrà essere prescritto un farmaco vasodilatatore. Se il fenomeno di Raynaud è secondario, curando la malattia associata si arriva spesso a un’attenuazione o alla scomparsa del disturbo. Bisogna inoltre eliminare i fattori predisponenti, per esempio cambiando mansioni lavorative se il paziente è esposto a basse temperature o all’utilizzo di strumenti vibranti, sospendendo l’abitudine del fumo ed eliminando eventuali farmaci potenzialmente vasocostrittori.

In conclusione, il fenomeno di Raynaud può essere definito una reazione eccessiva al freddo (più raramente a stress) da parte del sistema che regola i piccoli vasi sanguigni. Poiché può essere spia di patologie, in genere reumatiche, è buona norma, ai primi attacchi, rivolgersi allo specialista che porrà la diagnosi corretta ed indicherà l’iter da seguire, farmaci o anche solo consigli.



Lo spreco dell'acqua e il cambiamento climatico

Barbara Gavotti Angeloni

Nel corso di quest'anno si è verificata la più grande siccità da un secolo a questa parte che ha messo in ginocchio l'agricoltura in alcune regioni europee, ma soprattutto in Italia, dove il clima si modifica sempre più, di anno in anno, venendo ad assomigliare a quello dei paesi africani ed equatoriali. Lo scioglimento dei ghiacciai, le scarse nevicate sulle Alpi, la mancanza di pioggia, il prosciugarsi dei laghi, anche alpini, di fiumi e affluenti, ne sono la testimonianza. Si è sempre ritenuto che l'acqua fosse un bene infinito, pressoché gratuito, come l'aria che si respira. Secondo un'indagine ISTAT del 2018, gli italiani hanno il primato europeo di consumo giornaliero dell'acqua con 215 litri pro-capite, contro una media europea di 115 litri. Ci sono dei comportamenti virtuosi che si possono adottare. Per la pulizia personale al posto del bagno in vasca, è suggerito l'uso della doccia, accorciandone anche la durata di qualche minuto. È pure una buona abitudine non lasciare il rubinetto aperto, mentre ci si insapona o si lavano denti e capelli. In casa, lavastoviglie e lavatrice devono sempre funzionare a pieno carico. Se poi si possiedono delle piante è bene conservare l'acqua di cottura di riso, legumi e ortaggi o quella impiegata per il lavaggio di insalata, verdure e frutta: tornerà utile per innaffiare fiori e piante, così da dar loro preziosi sali minerali ed effettuare al tempo stesso un utile riciclo. Purtroppo siamo anche in testa alla classifica della dispersione dell'acqua pubblica: gli acquedotti in Italia sono in cattive condizioni; condutture e tubature sono dei "colabrodo". Si perdono in media 41,4 litri ogni 100 immessi nelle reti di distribuzione. Recentemente è nato un consorzio tra circa 150 Comuni in provincia di Bergamo allo scopo di arginare lo spreco d'acqua derivante dalle perdite delle tubature

degli acquedotti del territorio. Grazie ai fondi del PNRR e a nuovi sofisticati apparecchi per la rilevazione delle rotture, senza lo scavo, il Consorzio ha già potuto riparare il 38% della rete idrica in questione. Mi piace documentare l'opera meritevole di un sindaco di un paese dell'Oltrepò Pavese in Lombardia, che ha ricostruito gli argini del torrente Staffora, affluente del Po, che attraversa il territorio da lui amministrato. Ogni anno provvede alla pulizia dell'alveo, operazione necessaria in estate per evitare la dispersione della poca acqua che scorre.

Il sindaco del comune limitrofo, invece, ha finora omesso di effettuare più a valle la stessa pulizia, nonostante che tre anni fa, in questo tratto, il torrente sia esondato, invadendo con le sue acque il centro abitato, causando danni alla popolazione e agli edifici. Non provvedendo alla manutenzione stagionale, numerosi pioppi, piante e fiori crescono rigogliosamente, assorbendo la poca acqua che dovrebbe arrivare al Po. Inoltre, alle prime forti piogge questa vegetazione potrà causare nuove esondazioni. In conclusione, se tutti i privati ed i responsabili pubblici si impegnassero a fare la propria parte nel salvaguardare l'attuale rimanente patrimonio idrico, le future generazioni e l'ambiente potrebbero ancora godere di un bene che diventa ogni giorno più raro e prezioso e il pianeta Terra potrà ringraziarci.





Campagna di raccolta fondi a favore dei poveri dell'Ucraina

La Famiglia Vincenziana italiana sostiene le famiglie ucraine che si preparano a un inverno di freddo e di guerra.

Gli aiuti possono essere versati sul conto intestato a:
PROVINCIA MISSIONARI VINCENZIANI ITALIA

IT43 U010 0503 3390 0000 0002 660

causale: aiuto Ucraina inverno

1 coupon per un pasto giornaliero = 20 €

1 coupon per un pranzo = 10 €



*Durante l'udienza ai vincenziani del 14 luglio 2022 Papa Francesco:
"In Ucraina è in atto un martirio. Io penso che adesso uno dei pericoli più grandi è dimenticare il dramma dell'Ucraina".*

Grazie!

I Gruppi di Volontariato Vincenziano in Lombardia

Iscrizione al Registro regionale del Volontariato: sezione A sociale n° progressivo 1987, decreto n° 2651 del 30/05/1996 - Codice Fiscale 97127220156

LOMBARDIA

via Ariberto, 10 - 20123 Milano
tel. / fax 02 37643556
e-mail: gvv.lombardia@tiscali.it

- COMO Sede Cittadina
- COMO Città Murata
- COMO S. Annunciata
- COMO S. Bartolomeo
- COMO S. Brigida
- COMO S. Cecilia

- COMO S. Giuliano
- COMO S. Zenone
- COMO Brunate S. Andrea
- COMO PR. Cucciago
- COMO PR. Menaggio
- LODI PR. Codogno
- MILANO PR. Cassano
- MILANO PR. Dugnano
- MILANO PR. Nerviano
- MILANO PR. Paderno
- MILANO PR. Parabiago

- MILANO PR. Robecco sul Naviglio
- MILANO Porta della solidarietà
- MILANO GVV regionale
- PAVIA Sede cittadina
- PAVIA S. Lanfranco
- PAVIA S. Maria di Caravaggio
- PAVIA S.S. Salvatore
- PAVIA Sacra Famiglia
- PAVIA PR. Garlasco
- PAVIA PR. Mortara San Lorenzo
- SONDRIO Sede cittadina

I Gruppi di Volontariato Vincenziano della Milano metropolitana

Iscrizione n. MI-369 del 28/8/2006 della Sez. Provinciale di Milano del Registro Regionale Generale del Volontariato - Codice Fiscale 80103490159

MILANO Sede Cittadina

via Ariberto, 10 - 20123 Milano
tel. 02 8372667
e-mail: areaservizi@gvv.milano.it

- MILANO Ariberto
- MILANO Baggio
- MILANO CEDAG QR52

- MILANO Giambellino
- MILANO IRDA
- MILANO Neera
- MILANO Centro Formagiovani
- MILANO Boncompagni
- MILANO POMA Casa di Accoglienza
- MILANO Ponte Lambro

- MILANO CEDAG SPAZIOPONTE
- MILANO Gorla e Crescenzago
- MILANO Ca' Granda
- MILANO CINISELLO San Giuseppe
- MILANO CINISELLO CEDAG GIPSI
- MILANO CINISELLO via Dante

www.gvv.milano.it



www.gvvaiclombardia.it



www.gvvaicitalia.it



www.aic-international.org

