

# IL CUORE DI GENOVA

INVIATE LE VOSTRE SEGNALAZIONI A  
VOLONTARIATO@ILSECOLOXIX.IT

ANTONINA, VOLONTARIA

## «Solo attraverso l'uso delle parole il dolore può iniziare a sciogliersi»

Lucia Compagnino

Nei gruppi di auto mutuo aiuto, un metodo riconosciuto dall'Oms per superare insieme i momenti di disagio, si incontrano persone che stanno vivendo, o hanno vissuto, la stessa problematica: un lutto, disturbi dell'alimentazione, famigliari gravemente malati, difficoltà nella coppia, figli problematici, solitudine. Ora che gli incontri di tutti i tipi sono sospesi a causa dell'emergenza sanitaria e che ognuno di noi sperimenta una vita nella migliore delle ipotesi

spesa, il coordinamento di associazioni e gruppi di auto mutuo aiuto della Liguria (A.M.A.Li) propone un nuovo tipo di sostegno, telefonico e via e-mail, per chi ha perso un affetto a causa del coronavirus o comunque prova un disagio legato alla situazione. «In questo momento di isolamento forzato abbiamo attivato una rete di disponibilità all'ascolto, per chi avesse bisogno di raccontare di sé, di condividere le sue difficoltà. Un ascolto empatico, basato sul rispetto e sull'assenza di giudizio» spiega Antonina Calamia,

59 anni, genovese di origini palermitane, una delle tre persone attive in questo nuovo servizio in città. «Mi sono avvicinata ad A.M.A.Li nel 2012, avevo appena perso mia figlia di 21 anni e sentivo il bisogno di condividere questo dolore» racconta. E aggiunge «nel gruppo si cammina insieme, alla pari, per un tratto di vita. E si scopre di avere, nonostante tutto, tante risorse». Calamia da due anni facilita un gruppo per l'elaborazione del lutto e si è prestata a questo nuovo servizio perché chi

perde una persona cara a causa del virus la sofferenza è ancora più grande. Non si possono andare a trovare i malati in ospedale, non si può dare loro un ultimo saluto, non si possono celebrare funerali: un isolamento che si aggiunge alla perdita e la rende ancora più penosa. «Accogliamo il dolore, che inizia a sciogliersi quando si fa parola, per il tempo necessario», spiega. Oltre a Calamia (raggiungibile al numero 349 0720986 al martedì dalle 14 alle 17, e via e mail antocalamia29@gmail.com), a Genova sono disponibili Dori (347 7416971 lunedì e giovedì dalle 16 alle 18) e Gianluca (340 3317253 dalle 18 alle 20, lizzagianluca@gmail.com). Info [www.automutuoaiuto-liguria.it](http://www.automutuoaiuto-liguria.it). —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

ZOOM: LEGA ANTITUMORI



COSA È

La Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori (Lilt) opera per combattere il cancro attraverso la promozione della prevenzione oncologica. La Lilt è estesa in tutta la penisola: oltre alla sede centrale di Roma è articolata in 106 sezioni provinciali e 800 delegazioni comunali che raccolgono 250 mila soci, più 400 ambulatori e 15 hospice.

COSA FA

La Lilt concentra le sue attività su tre diversi fronti: la prevenzione primaria (stili e abitudini di vita), quella secondaria (la promozione di una cultura della diagnosi precoce) e terziaria con particolare attenzione verso il malato, la sua famiglia, la sua riabilitazione e il suo reinserimento sociale. Gestisce il Numero Verde 800 998877 attivo dal lunedì al venerdì dalle 10 alle 15.

CONTATTI

Sede nazionale: via Torlonia 15, Roma; tel 06 442597.1; sede.centrale@lilt.it; sezione genovese: via Caffaro 4/1, Genova; 010 2530160; info@legatumori.genova.it

## IL DIARIO

APRILE GHIROTTI

L'associazione Gigi Ghirotti ha ridotto le attività di sostegno domiciliare e le visite negli hospice a causa dell'emergenza sanitaria in corso ma i pazienti e le famiglie sono in contatto telefonico con gli operatori e i volontari e ogni paziente ha ricevuto un kit di farmaci per gestire i bisogni assistenziali più frequenti, che vengono dati sotto la guida telefonica del referente medico che ha in cura il malato. Informazioni sul sito [www.gigighirotti.it](http://www.gigighirotti.it) o chiamando i numeri 010 518362 e 010 3512600.

AIMS

L'Aism, associazione italiana sclerosi multipla, anche in questo periodo prosegue le attività di ritiro e consegna farmaci con il supporto della Croce Rossa e dei volontari del Soccorso della Fiumara; il numero 010 2512296 è attivo dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 17; i volontari organizzano sedute di autoaiuto attraverso piattaforme on line (per informazioni chiamare 010 2512296); proseguono i trasporti per le visite mediche ospedaliere urgenti; la spesa per persone senza possibi-

lità di supporti da famigliari o rete propria; un operatore di ortopedia si occupa delle eventuali problematiche degli ausili e della riparazione; i volontari si mantengono in contatto telefonico con i soci per il rilevamento dei bisogni e la somministrazione del questionario [www.aism.it/indaginecovid19](http://www.aism.it/indaginecovid19). Per rispondere alle misure previste dal decreto Cura Italia è stato inoltre potenziato il numero verde 800.803028 per avere risposte da esperti, soprattutto per quanto riguarda le agevolazioni per i lavoratori portatori di handicap e i loro famigliari. È stato infine attivato il numero 45512 per sms solidali.

PARKINSON-CARE

In occasione della Giornata Mondiale del Parkinson di sabato scorso è partita anche in Liguria l'iniziativa ParkinsonCare di tele-assistenza infermieristica gratuita per le persone con malattia di Parkinson, 260.000 in Italia, per dare aiuto alle persone costrette in casa a causa del coronavirus e particolarmente fragili, che anche dopo questa fase di prima emergenza, a causa della loro fragilità, rischiano di vivere i prossimi

PALESTRA ED EDUCAZIONE

## Mente e corpo sempre allenati con il gioco di Altum Park

Online su [www.parcosport.it](http://www.parcosport.it) il gioco gratuito L'avventura ad Altum Park, per combinare attività fisica a casa con quiz. L'iniziativa è pensata da Altum Park, palestra a cielo aperto di San Desiderio, per mettersi al servizio della collettività e soprattutto delle famiglie con figli dai 6 ai 12 anni.



mesi a casa. L'iniziativa solidale nasce dalla collaborazione tra Confederazione Parkinson Italia Onlus, rete nazionale delle Associazioni delle persone con Parkinson, e Careapt, una giovane start up del gruppo Zambon dedicata allo sviluppo di soluzioni digitali per la gestione delle malattie neurodegenerative. Ad ogni paziente verrà dedicato un infermiere specializzato per affiancarlo nel riconoscimento e nella gestione dei sintomi, con pos-

sibilità di visite in urgenza o video-consulti. Per accedere a ParkinsonCare bisogna chiamare il numero 02 2107 9997 o inviare una e-mail a [info@parkinsoncare.com](mailto:info@parkinsoncare.com). Il servizio sarà attivo dalle 9 alle 18, dal lunedì al venerdì.

BANCO ALIMENTARE

Il Banco Alimentare della Liguria, che recupera le eccedenze alimentari e le ridistribuisce alle associazioni e strutture convenzionate che

aiutano le persone in stato di bisogno, cerca volontari maggiorenti per la movimentazione merci nel magazzino di Bolzaneto. Contatti al telefono 010 7261996, o sul sito internet [www.bancoalimentare.it](http://www.bancoalimentare.it).

CLUB FEMMINILI

Le associazioni femminili Ande (associazione nazionale donne elettrici) Genova e Soroptimist Genova hanno donato 5000 euro all'Ospe-

dale San Martino e alla Regione Liguria a sostegno della lotta contro il virus Covid-19.

«L'impegno delle istituzioni e soprattutto l'enorme sacrificio profuso dagli operatori sanitari ci hanno toccato il cuore e questa donazione è solo una prima iniziativa, alla quale aggiungeremo un aiuto alla cittadinanza», ha dichiarato Rosanna Cavalli, presidente Ande e socia storica Soroptimist. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LA ONLUS NATA NEL 2011

## Un aiuto in "Emozioni giocate" per le famiglie con figli fragili

I percorsi personalizzati coinvolgono 35 famiglie e mirano a valorizzare le risorse dei ragazzi con musica, teatro, pittura, yoga e gestione di emozioni e frustrazioni

Il lavoro dell'associazione "Emozioni giocate", che coinvolge 35 famiglie con figli fragili si chiama "La via dell'autonomia" e come tutte le attività di incontro in questo periodo è stata completamente ripen-

sata. «Si tratta di una serie di percorsi personalizzati che mirano a valorizzare le loro risorse attraverso attività laboratoriali, si va dalla musica al teatro, dalla scrittura alla pittura, dallo yoga alle attività di gestione delle emozioni e delle frustrazioni» racconta la presidente Anna Azzarita, che nel 2011 ha fondato la onlus per sua figlia Agnese, che all'epoca aveva 10 anni, dopo la diagnosi di epilessia benigna con

difficoltà psicomotorie legate ad un ritardo dell'apprendimento. Ad Agnese, si sono aggiunti nel tempo altri bambini e ragazzi con diverse disabilità, talvolta in assenza di diagnosi, associate anche a fragilità fisica. Per cercare insieme una vita normale. Si lavora in piccoli gruppi, a seconda della fascia d'età, delle inclinazioni e delle competenze dei partecipanti.

E prosegue «le attività ludi-

co ricreative che svolgevamo tutti i pomeriggi dal lunedì al venerdì nella sede di Albaro, messa generosamente a nostra disposizione dai padri Dehionani, sono state naturalmente sospese all'inizio dell'emergenza e abbiamo studiato modalità alternative per restare in contatto con i ragazzi e anche con i genitori, perché questo isolamento è particolarmente difficile per tutti noi».

I 15 professionisti, fra educatori, psicologi e psicoterapeuti, e i 30 volontari della onlus preparano ogni giorno un tutorial per una diversa attività da svolgere a casa, spaziando dalla realizzazione di un puzzle o delle maracas alla pasta di sale fino alla quotidianità casalinga: come si apparec-

chia la tavola, si prepara una pietanza, si rifà il letto o si piega una maglietta, perché il fine è sempre una futura autonomia. E le fotografie dei lavori finiti vengono poi postate su Instagram con grande soddisfazione.

Ci sono poi le telefonate via

Anna Azzarita ha fondato questa realtà per sua figlia, che all'epoca aveva 10 anni

Skype, con i giovanissimi per i saluti e con i genitori che hanno bisogno di supporto o consigli. In questo momento delicato, l'associazione si avvale anche della cooperazione ormai

consolidata con Dynamo Camp, una delle organizzazioni più importanti in Italia in materia di terapia ricreativa per bambini e ragazzi affetti da patologie gravi o croniche.

«Perdere le abitudini acquisite ha lasciato i ragazzi frastornati e i progressi fatti rischiano di perdersi, anche perché non sappiamo quando e come potremo riprendere le attività», aggiunge la presidente, che spera di riattivare anche i laboratori più gettonati, come quello di teatro, che ha portato l'associazione ad andare in scena al Duse, di cucina, con la scuola Sale e Dede di via Cavallotti, le collaborazioni con l'Accademia Ligustica e i Vivai Peirano. [www.emozionigiocate.org](http://www.emozionigiocate.org)

LU.CO.