



## Pillole dalla sede

La primavera ha portato belle soddisfazioni per AVO Firenze e tante interessanti attività. Il 19 aprile ci siamo incontrati davvero in tanti per **l'assemblea dei soci e l'inaugurazione della nostra nuova sede**, abbiamo esaminato il bilancio senz'altro positivo delle attività del 2017, scambiato utili opinioni e festeggiato. Durante la manifestazione del Quartiere 4 **"La bella età"** che si è svolta a Villa Vogel il 21, il Sindaco Nardella e il Presidente del quartiere Dormentoni hanno visitato il nostro stand promozionale e ascoltato i volontari parlare del loro servizio accanto a persone malate, anziani e bambini. Qualche giorno dopo, il 23, durante il **Donation Day di AILO** presso la Sala d'Arme di Palazzo Vecchio, abbiamo ricevuto un bel riconoscimento a sostegno delle nostre attività nelle RSA (Residenze Sanitarie Assistenziali). Si è parlato di noi anche su **"La Nazione"**, come potete vedere negli articoli riportati in rassegna stampa. L'8 maggio c'è stata una importante partecipazione di volontari e volontarie all'interessante incontro di **formazione su "Approccio del volontario a persone con Alzheimer"** che ci ha fornito un diverso punto di vista su questa patologia e di cui potete leggere una sintesi. Il **convegno nazionale** di maggio è stato anche l'occasione, per il nostro bel gruppo di partecipanti, di stare insieme in maniera informale, conoscere tanti volontari e rivederne al-

tri. Inoltre abbiamo finalmente potuto ufficialmente dare il benvenuto a una nuova AVO del nostro territorio: **AVO Trasimeno**, a cui ci sentiamo particolarmente legati perché fondata a Castiglion del Lago da Manuela Mainò, nostra volontaria, consigliera e responsabile eventi per tanti anni. A lei facciamo tanti auguri e le assicuriamo il nostro sostegno per le attività future. La riunione plenaria del 29 e la piacevole cena sociale che ha seguito sono state occasioni per salutarci in attesa della pausa estiva e per conoscere la bella antologia di racconti **"In Piedi"** che parla di perdite, ma anche di amore e resilienza, come descrive una delle autrici, Nicoletta Manetti, nel suo articolo. Colgo questa occasione per ringraziare Nicoletta, nostra volontaria all'Unità Spinale, l'editrice di SoleOmbra, Erica Gardenti, e Susanna Bausi che ci hanno dato modo di conoscere un libro con tante belle storie, importanti per noi che con queste situazioni entriamo spesso in contatto. ([www.soleombraassociazione.it](http://www.soleombraassociazione.it))

Quello che abbiamo realizzato in tutti questi mesi di impegno e lavoro è stato reso possibile esclusivamente per il servizio e l'apporto di voi volontari e volontarie che ringrazio davvero di cuore, siamo una associazione viva e autentica!

*Buona estate! Maria Grazia*



## “L’AVO che verrà” - Convegno Nazionale AVO e Federavo Chianciano Terme 18/20 maggio 2018

Apertura del convegno, la sera di venerdì 18, con lo sconvolgente e indimenticabile racconto di **Gregoire Ahongbonon**, il volontario che con la sua associazione “Sainte Camille de Lellis” di Bouakè, nei paesi africani, **libera letteralmente** i malati di mente dalle catene, li cura in 11 case di accoglienza, insegna loro un mestiere, riuscendo spesso e reinserirli nelle loro comunità di origine. La pratica di isolare e incatenare a vita i presunti malati psichici, ma spesso anche persone affette solo da epilessia, è molto diffusa in Africa occidentale in paesi come Costa d’Avorio, Togo, Benin, Burkina Faso, Ghana. Tutto ciò è noto all’OMS, all’ONU, all’Unione Europea da almeno 30 anni, da quando Gregoire ha fondato la sua associazione e ha cominciato a girare per i villaggi di questi stati africani, parlando con i capi villaggio e convincendoli a consegnargli queste persone malate. In Italia questo lavoro è affiancato dalla associazione “Jobel onlus” che raccoglie fondi e invia un piccolo gruppo di volontari periodicamente per affiancare Gregoire nella sua preziosa attività. Ascoltare la sua testimonianza, guardare i filmati che descrivono la condizione di queste persone malate e incatenate a vita, è stato davvero per tutti noi una grande emozione e opportunità di co-

noscenza e crescita.

I lavori seguiti sono stati densi di contenuti e stimoli interessanti, anche se devo sottolineare che a molti dei volontari è mancata l’occasione, sempre prevista in passato, di poter interagire direttamente con i docenti durante le relazioni, con il consiglio Federavo durante l’Assemblea dei Presidenti e gli spazi programmati, scambiare informazioni e opinioni tra le diverse realtà AVO. In ultima analisi la funzione primaria che un convegno nazionale dovrebbe svolgere.

Nella giornata di sabato abbiamo approfondito il tema della malattia psichiatrica con la relazione del dott. Corrado Medori, medico psichiatra e anche volontario AVO del Lazio, **“Saper ascoltare gli sguardi – L’assistenza nei reparti di psichiatria”**. Egli ci ha fatto riflettere sul rapporto del volontario con il malato e sull’importanza di questa figura terza rispetto al personale sanitario, come soggetto che si prende cura della persona cercando di superare il senso di isolamento e di esclusione sociale che questa malattia produce, costruendo una relazione che deve necessariamente procedere a piccoli passi, rispettosa dei tempi e dei modi di ogni singolo paziente. Il dott. Medori ha





poi sottolineato le modalità di approccio del volontario in ambiente psichiatrico: preparazione, formazione e conoscenza, come ha sempre affermato il prof. Longhini, nostro fondatore. Comprendere come si manifesta la malattia mentale, sapere che questa dipende da fattori biologici, psicologici e sociali; avere buone predisposizioni relazionali e disponibilità all'accoglienza e all'ascolto per capire i corretti comportamenti da adottare, esprimendo anche le proprie sensazioni in maniera autentica, non essere giudicante, non aspettarsi troppo dalla relazione, ma procedere lentamente e con calma rispettando i desideri della persona malata; provare piacere dal rapporto con queste persone, in empatia e vicinanza umana accettando anche i nostri fallimenti e pregiudizi, facendo solo ciò per cui ci si sente pronti. In questo modo davvero la relazione con il volontario si aggiunge alla cura e la potenzia perché la solitudine e l'isolamento rendono meno efficaci i farmaci e inibiscono la naturale produzione delle sostanze fisiologiche che contrastano la malattia. In modo analogo, nella relazione **“Non sei solo, ti sto accanto – L'assistenza negli Hospice”** il dott. Pietro La Cura ha posto l'accento sull'importanza del volontario nelle unità di

cure palliative come soggetto portatore dei valori di conservazione della qualità di vita, prevenzione e sollievo dalla sofferenza, che sono quelli attribuiti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità a questo tipo di cura. Tali cure riguardano tutti i pazienti che abbiano una prognosi non modificabile, importante è capire cosa sia per il singolo paziente la qualità di vita e aiutarlo a mantenerla, supportando anche la sua famiglia. L'assistenza per il fine vita è un vero e proprio movimento di pensiero che deve coinvolgere tutti i soggetti che si occupano di questo, non solo negli Hospice, ma anche in ospedale, dove tutti i volontari possono fare molto e devono essere preparati adeguatamente.

Per alleggerire l'animo e la mente dopo queste importanti riflessioni è stato proposto a tutti noi partecipanti **“Lo Yoga della risata – attività formativa di gruppo”**, condotto dalle dott.sse Paola Bottasso, Luisa Curti e Alessia Morelli, psicologhe e psicoterapeute dell'Associazione Psypiuù. Con loro abbiamo avuto modo di conoscere e sperimentare questa innovativa tecnica. Nata in India, si basa sulla pratica della “risata incondizionata terapeutica”, che viene indotta nei partecipanti con tecniche apposite e provoca cambiamenti ormonali e fisiologici da cui tutto l'organismo trae beneficio: il corpo, ma anche la mente che modifica la percezione della realtà circostante in maniera positiva. E' stato molto piacevole e utile poter provare su noi stessi queste attività che possono servire certamente al nostro benessere, ma anche a quello delle persone che incontriamo durante il volontariato.

Nella mattina di domenica il **ricordo dell'Udienza Papale** del 24 gennaio da parte di padre Arnaldo Pangrazzi, **“Grazie tanto per quello che voi fate”** ha concluso le relazioni dandoci importanti spunti di riflessione sulla spiritualità e identità dell'associazione e dei volontari.

Da segnalare l'idea di AVO Regione Toscana di pubblicizzare il convegno e le attività dei volontari con una vela posta sul trenino turistico che girava per la città e con materiale promozionale in uno spazio dedicato all'interno dell'Ufficio del Turismo. I contenuti completi del convegno sono pubblicati sul sito [www.federavo.it](http://www.federavo.it)

*Maria Grazia*



## A.I.L.O. - Donation Day

Il 23 aprile **A.I.L.O.** American International League of Florence ha invitato AVO per il **“Donation Day”** a Palazzo Vecchio, Sala D’Arme.

La Presidente AVO Firenze ha ricevuto un assegno di 3.000 euro a sostegno delle attività AVO nelle RSA (Residenze Sanitarie Assistenziali).

La cerimonia si è svolta alla presenza della Vice Presidente Maria Teresa Medri, del Console U.S.A., della Responsabile Ricerche Angela del Gaudio e dell’Assessore Sara Funaro.

Ringraziamo A.I.L.O., oltre per l’aiuto economico che è già un grande sostegno, soprattutto per il riconoscimento dell’importanza delle attività dei nostri volontari,

che questa scelta rappresenta.

Ringraziamo **Silvia Ardinghi**, nostra volontaria e socia A.I.L.O., che ha proposto e sostenuto il progetto per la selezione.



## BELLA ETA' a Villa Vogel

Sabato 21 Aprile 2018 nell’ambito dell’iniziativa organizzata dal Quartiere 4, alcuni nostri volontari al gazebo, allestito nel giardino della Villa, nello svolgere l’importante attività di promozione hanno incontrato il Sindaco, Dario Nardella, e il presidente del Quartiere 4, Mirko Dormentoni, che si sono interessati con partecipazione alla nostra associazione.



## Gita a S. Gimignano 6 ottobre 2018

**Partenza:** ore 8.00 da Novoli  
ore 8,30 da Firenze sud

**Programma:** visita di alcuni monumenti e chiese di pregevole interesse con guida turistica autorizzata Rachel Valle, che sarà con noi dalla partenza da Firenze al rientro; pranzo al ristorante; visita facoltativa della collegiata (al costo di € 3,50) e tempo libero; rientro ore 19,30 circa.

**Costo:** € 50 da versare interamente alla prenotazione.



Prenotazioni in segreteria AVO via Malcontenti 6 presso ASP Montedomini Firenze, fino ad esaurimento massimo di **55 posti**, entro e non oltre il **20 settembre**.



## Sintesi della formazione per i volontari tenuta da Luca Carli Balloli, educatore e animatore, il giorno 8 maggio presso la libreria Libri Liberi

L'Alzheimer può essere considerata una condizione piuttosto che una malattia e potremmo pensare a una *care* piuttosto che a una terapia.

• Gli anni durante i quali una persona vive con l'Alzheimer sono segnati da una perdita progressiva delle capacità cognitive, e da differenti capacità residue. Durante questo tempo, e spesso per lunghi anni, chiunque viva con la demenza è capace di relazioni significative, emozioni, percezioni, sentimenti. Perché escludiamo queste persone, invece di cercare il modo per coinvolgerle nella nostra vita e in quella della nostra comunità?

Consideriamo coloro che hanno vissuto per anni con l'Alzheimer come non-persone perché non possono più avere relazioni nello stesso modo di prima, o come riusciamo a fare noi. Negare dignità così alle persone riduce la loro e la nostra qualità di vita. Li condanniamo alla solitudine. Ci condanniamo a 'far loro visita' una volta dopo l'altra senza aver niente da dire e da fare – aspettando solo che sia tempo di andarsene per riprendere la nostra vita.

Una ragione naturalmente è la nostra paura dei sintomi associati a questa malattia, vissuta come una perdita del sé, e lo stigma che di questa paura è la conseguenza.

Un'altra ragione è che non sappiamo come costruire una relazione con qualcuno che attraversa i cambiamenti associati all'Alzheimer.

• Prima di ogni spiegazione e di qualsiasi indicazione, dobbiamo tenere presente che una persona con demenza, vive nel momento presente. Essere anche noi consapevoli e completamente presenti nel momento che stiamo vivendo è il primo indispensabile passo per stare in contatto con una persona con Alzheimer. Essere pre-

senti. A causa dell'aumento della sensibilità emotiva di una persona con A., tutto quello che facciamo in sua presenza, anche la più piccola sfumatura, potrà avere un effetto moltiplicato. Fare attenzione è un 'trattamento'. Non reagire, ma rispondere con consapevolezza.

• Allo stesso tempo, essere noi stessi. Essere onesti. Che non vuol dire esprimere ogni pensiero o sensazione, ma invece entrare in una relazione con le nostre emozioni, anche di smarrimento o dispiacere. E cercare di condividere con empatia la percezione della realtà dell'altro.

**Ringraziamo il docente per averci offerto questo interessante e utile incontro, molto apprezzato dai tanti volontari presenti.**

### Formazione per volontari e tirocinanti

"Approccio del volontario a persone con Alzheimer o demenza senile per una comunicazione efficace"

Dott.ssa Giuditta Gattulli, psicologa – Luca Carli Balloli, animatore testimonianze di familiari e volontarie.

**Martedì 8 maggio 2018 ore 15,30 – 17,30 presso Libreria Libri Liberi – via S. Gallo 25r**

Spesso noi volontari incontriamo persone con queste patologie in ospedali e rsa, comunicare e stabilire una relazione positiva con loro non è facile, non bastano gli strumenti del buon senso e le indicazioni fornite dagli operatori sono a volte insufficienti. Per questo è importante imparare le corrette modalità di comunicazione affinché la nostra esperienza di volontariato sia migliore e significativa.

Questo stesso incontro formativo verrà ripetuto in novembre 2018 presso la BibliotecaCaNova

## Adeguamenti legge sul terzo settore

Il consiglio informa che, per adeguarci alla nuova legge sul volontariato in vigore da agosto 2017, sono denominati **soci attivi** i nostri soci che svolgono attività di volontariato, **soci non attivi** gli attuali Amici Avo e i sostenitori che pagano la quota annuale. Tutti i soci, indipendentemente dallo svolgimento o meno di attività

di volontariato, hanno pari diritti e quindi anche quello di voto in Assemblea dei soci.

Altri cambiamenti che dovremo apportare per adeguarci alle nuove norme, vi saranno comunicati nel corso dei prossimi mesi.



## La mia esperienza come volontaria nel reparto di psichiatria dell'Ospedale Santa Maria Nuova.



Il mio impegno come volontaria AVO è rivolto ai pazienti di Psichiatria.

Considero tale impegno prioritario pur avendo l'onore di altre mansioni che mi inducono certamente ad una collaborazione seria, responsabile e fattiva.

Durante i servizi ho potuto raccogliere disegni,

interessanti e bellissimi, ed anche alcune testimonianze scritte, spesso unico mezzo per comunicare e conoscere l'io più profondo di ciascuno come emerge dalle righe di Rosa (nome di fantasia) di seguito trasmesse.

Ascoltare, anche solo ascoltare, mi appassiona, faccio riferimento al Prof. Andreoli "Ciascuno di noi è un mondo meraviglioso anche nella sofferenza" ed ancora "Quella che noi incontriamo non è legata al fisico ma all'esistere: il dolore di vivere".

Capita che io mi trovi tra gli ultimi, accanto a chi ha perso ogni speranza, ogni punto di riferimento, storie di vite disperate e dolorose.

Cerco di svolgere il mio servizio impegnandomi a conoscere e capire per arrivare all'altro con umiltà e amore, con passione e condivisione, donandomi totalmente. Tutta la mia riconoscenza alla nostra bella Associazione che mi consente di mantenere vivo l'interesse e l'amore per gli altri, nella speranza di migliorare me stessa.

*Grazie, Daniela*



*Io sono Rosa,*

*ho le voci e vedo le figurine dentro il cervello, posso dire le mie emozioni: PAURA, COLLERA, RABBIA, DISTRUZIONE per gli altri AUTODISTRUZIONE. Mi dicono le voci dentro "se ti butti dal letto domani si va via; se ti butti giù dalla sedia si va via" ma il giorno dopo sono sempre qui. Ho tentato il suicidio più volte, ma mi è sempre andata bene, forse non era il mio momento o forse non volevo uccidermi. Io vivo con la mia mamma e ci vogliamo molto bene. Mia sorella vive con il suo bambino a Bagno a Ripoli e ci vogliamo molto bene.*

*Grazie per avermi ascoltato signora Daniela. Ciao, Rosa*



vita dei club

di CATERINA CECCUTI

### Rotary, il vero senso del volontariato

**GUIDARE** le persone alla scoperta del vero senso del volontariato, questo l'impegno dell'annata in corso del Rotary Club Niccolò Machiavelli, satellite del Club San Casciano Chianti. Un invito esteso non solo ai soci ma a chiunque si mostri interessato alla buona pratica della solidarietà e concretizzato nella realizzazione di due serate a tema. La prima *«Come nasce il Rotary e quali sono i suoi scopi»* è stata condotta dal past governor Franco Angotti e si rivolta a simpatizzanti intenzionati ad entrare a far parte di una delle organizzazioni filantropiche più radicate nel mondo. La seconda *«Dopo il verbo amare, il verbo aiutare è il più bello del mondo»*, ha visto invece ospite Avo Firenze (Associazione volontari ospedalieri). A raccontare il volontariato come strumento di intervento pratico per il miglioramento della condizione psicologica del malato ricoverato è stata la presidente Maria Grazia Laureano, attraverso foto e video proiezioni riguardanti le attività dei volontari fiorentini, sia nella strutture ospedaliere che e nelle case riposo.

«Le modalità di intervento messe a disposizione da Avo sono varie e dipendono dai bisogni dei malati – spiega Laureano – Per esempio al Meyer portiamo giocattoli nelle camere dei bambini, diamo il cambio alle mamme perché possano recarsi in mensa, ma soprattutto a tutti offriamo ascolto». Un genere di volontariato concreto e impattante, a stretto contatto con il malato e del quale anche la presidente del Rotary Niccolò Machiavelli Daniela Benelli e la socia Paola Fissi sono testimoni dirette. «Fare volontariato – spiega Benelli – ci permette di mettere in pratica i valori morali e civili della nostra tradizione, perché aiutare gli altri significa anche aiutare noi stessi».



Ivonne De Carlo (Avo)

### «Offrirsi agli altri riempie di gioia»

**DA QUINDICI** anni accanto ai bimbi che soffrono e alle loro famiglie. È impegnativa l'attività di volontariato svolta da Ivonne De Carlo, 76 anni, la signora fa parte dell'Avo, associazione volontari ospedalieri. «Ho scelto il Meyer per essere vicina ai bambini – dice Ivonne –. Il giovedì mattina vado nel reparto di Neurochirurgia. Il mio compito è ascoltare i genitori. Ci sono quelli che preferiscono tenersi tutto dentro ed altri che invece esternano tutto quanto e trovano conforto nella compagnia e nel sostegno dei volontari». Con i bambini che possono farlo, gli aderenti all'Avo giocano con le carte oppure a Memory.

«Tante persone mi chiedono come faccio a frequentare questi luoghi di dolore – dice Ivonne –. Io ho tre nipoti ed è chiaro che sto male. Ma è un offrirsi agli altri che riempie di gioia». In questi anni ha assistito a tanti drammi. Ma uno in particolare non lo dimenticherà mai. «Un piccino aveva una malattia neurodegenerativa. Sua mamma era da sola e mi aspettava a braccia aperte per farsi una doccia con calma. Ho seguito quel bambino anche nel reparto di cure palliative. Poi, un giorno, l'infermiera mi disse che era tornato a casa. E che il giorno dopo se n'era andato».



*Il 29 maggio, in occasione della riunione plenaria di consiglio, coordinatori, responsabili e segreteria la nostra volontaria Nicoletta Manetti ha presentato questo interessante libro insieme a Erica Gardenti, editrice, e Susanna Bausi, che ringraziamo molto per la partecipazione.*

## **“IN PIEDI” l’antologia di SoleOmbra Edizioni con un racconto di Dacia Maraini: anche Avo nel racconto “La lezione di Anna”**



Ancora ricordo l’emozione del giorno in cui la titolare della casa editrice SoleOmbra (Edizioni), mi chiese di partecipare con un mio racconto all’antologia IN PIEDI, che avrebbe contenuto anche un racconto di Dacia Maraini.

Mi spiegò che voleva raccontare storie vere che parlassero di coraggio nell’affrontare la malattia o un lutto, rimanendo comunque sempre “in piedi”. Storie di chi si è ri-

alzato: “Perché non siamo gramigna strisciante, ma girasoli che reggono i temporali e hanno memoria”. Il mio pensiero corse subito ai ricoverati dell’Unità Spinale, dove per otto anni ho prestato servizio come volontaria AVO. Lì ho avuto la fortuna di conoscere tante persone che sono state per me esempio di vita, di forza, di coraggio. Grandi persone, capaci di sdrammatizzare, sorridere, per affrontare con serenità ogni giorno difficile.



Una di loro in particolare è rimasta dentro di me: “Anna”. Sentii già l’esigenza di scrivere di lei, quando, purtroppo, troppo presto, ci lasciò. Ero tornata in servizio dopo la sospensione del Natale, ma il suo letto era vuoto, lei non c’era più. La ripensai sorridente, con la cuffia alle orecchie per ascoltare le poesie che le avevo registrato: non voleva poesie tristi, voleva poesie d’amore.

Sentii che dovevo riempire quel vuoto scrivendo ciò che mi aveva insegnato, fermando sulla carta la sua gioia di vivere nonostante tutto, il suo attaccamento a quel poco di cui ancora poteva gioire: dovevo scrivere “La lezione di Anna”. Una donna che, stesa nel suo letto dell’Unità Spinale, era molto più “in piedi” di me.

Alla Biblioteca delle Oblate, il 28 novembre 2017, con Dacia Maraini, eravamo in tanti: l’editrice, le autrici, un folto pubblico e AVO, la cui Presidente, Maria Grazia Laureano, ha potuto illustrare l’attività dell’associazione. Perché prestare servizio, aiutare gli altri, diventa davvero “una lezione” per noi stessi. Come la generosità e l’entusiasmo dei volontari sono contagiosi, così è contagioso il coraggio. Così che tutti possiamo affrontare “in piedi” i momenti più difficili della nostra vita.

## CALENDARIO attività AVO Firenze 2018

### SETTEMBRE 2018

- 11** Riunione Consiglio
- 17** Inizio Iscrizioni 73° corso
- 18** Riunione Coordinatori - ASP Montedomini ore 16
- 20** Termine iscrizioni gita a San Gimignano
- 27** Formazione per tirocinanti e volontari - ASP Montedomini ore 17,30

### OTTOBRE 2018

- 1** Inizio Corso 73°
- 4** Consegna distintivi ai tirocinanti corso 71° - ASP Montedomini
- 6** Gita a San Gimignano
- 24** Giornata Nazionale AVO
- 25** Presentazione strutture al corso 73° - ASP Montedomini



### Orario estivo segreteria

**luglio: martedì e giovedì h. 10-12; agosto chiusura estiva; settembre da lunedì a giovedì h. 10-12 e 16-18**

Anche quest'anno si può destinare il 5 per mille del proprio reddito alle associazioni di volontariato: indicando il codice fiscale **94004420488** il 5 per mille del proprio reddito verrà destinato all'AVO.

Oppure si potrà donare tramite:

c/c postale **27720507**

bonifico bancario Banca Prossima Firenze - Iban: **IT36 WO33 5901 6001 0000 0151 258**

PAY PAL direttamente sul nostro sito

Recandosi in sede il **MARTEDÌ** mattina in orario di Segreteria.

La segreteria ricorda che la quota associativa **2018** è di euro 27.

Ricordiamo che l'**Associazione non chiede offerte** né porta a porta, né telefonicamente.

### Segreteria AVO

Via Malcontenti 6 presso ASP Montedomini  
50122 Firenze -tel e fax 0552344567  
PEC avofirenze@pec.it  
www.avofirenze.it - avofirenze@libero.it  
facebook.com/Avo Firenze

### AVO Firenze n. 2/2018

Iscritto al registro stampa periodica del Tribunale di Firenze  
in data 12 febbraio 2009, n. 5700

Direttore responsabile: Annalisa Toniolo

Redazione: Eugenia Giolli, Susanna Paolini

Stampato: da Area srl - Via Baccio da Montelupo 89/c - 50142 Firenze