

Le attività, le conferenze e gli incontri del martedì dell'Associazione Triangolo

## Conoscere e condividere la malattia per stare meglio e rompere l'isolamento

**E**cce pubblicato il programma annuale degli incontri, delle conferenze e delle attività dell'Associazione Triangolo che si svolgeranno, di solito il martedì, presso il Centro Triangolo di Locarno, la Biblioteca Cantonale e l'Ospedale La Carità di Locarno e a Bellinzona, presso lo Studio Nuovi Orizzonti. Per l'Associazione Triangolo, che si occupa di dare sostegno e aiuto al paziente malato di cancro e ai suoi famigliari, il programma risponde a più richieste. In primo luogo le conferenze hanno lo scopo di focalizzare l'attenzione sulle conseguenze e pure sulle opportunità che la malattia crea nella nostra società. Verranno affrontati i disagi e le conseguenze sull'uomo e sull'ambiente dei tumori, i presupposti di una architettura responsabile in tema di salute, le conseguenze sui letterati delle malattie e le malattie degli scrittori ed artisti in viaggio. I temi proposti vogliono dare lo spunto per riflettere sull'influenza che le debolezze o malattie fisiche e psichiche hanno sull'intera società come pure sull'uomo. Le conferenze saranno alternate a momenti di incontro. Incontri a novembre con l'arte scultorea e pittorica al Centro Triangolo e in primavera all'Ospedale La Carità per ammirare i lavori dei partecipanti ai nostri atelier di arteterapia. A Natale l'incontro con i nostri malati e le loro famiglie per un brindisi di fine anno che sia di buon auspicio per affrontare il Nuovo Anno nel segno delle festività.

Quest'anno le attività proposte al martedì sono ben otto. Per il quinto anno consecutivo di attività del martedì, ad aggiungersi alla musicoterapia, alla soffrologia, all'arteterapia e al teatro, quest'anno vi sono la terapia con la danza e l'atelier del ritmo e forza che vogliono essere momenti sostanzialmente con obiettivi diversi, ma basati sul movimento, l'espressione del gesto e del corpo in armonia con i pensieri e con il vivere umano di qualità. Le attività del martedì vogliono riscoprire uno spazio lasciato vuoto nella psiche e nel corpo di ognuno. Vogliono stimolare le emozioni, gli interessi, le reazioni e il contatto con il proprio corpo, le sensazioni piacevoli e positive, esprimere gioia e rabbia repressa, far riscoprire l'energia e la gioia di vivere, aumentare la resistenza alla sofferenza, creare momenti d'equilibrio e forza creativa. I malati e gli interessati che partecipano alle attività del



*Incontri con l'arte scultorea e pittorica al Centro Triangolo.*

martedì ritrovano negli ateliers e sale di riunione molte altre cose: il poter parlare con persone vicine, il sentirsi partecipi, l'occuparsi di fatti e cose discoste dalla sofferenza, di cose del loro corpo e della loro psiche in un certo senso svuotate dalla malattia. Quindi si ride, si scherza, ci si può divertire e ci si sente più leggeri e vitali. In questa nostra società sempre più individuale e «atomizzata» basata sui continui cambiamenti della struttura e tessuto sociale, dove la sofferenza a volte viene vissuta in isolamento, il ruolo delle attività, conferenze e degli incontri proposti dalla nostra Associazione possono essere importanti anche per rompere l'isolamento degli ammalati e soprattutto delle famiglie e di chi resta. È quindi un luogo d'incontro e di scambio d'esperienze.



*L'Associazione Triangolo si fa conoscere in molti modi; uno di questi è quello di presentarsi al pubblico con una bancarella in occasione dei mercati cittadini.*

La nostra associazione ed in particolare le persone operanti all'interno di essa, volontarie e volontari e servizi infermieristici e medici a domicilio, psichiatri e psicoterapeuti e, soprattutto, i malati e i loro famigliari hanno potuto constatare e toccare con mano l'importanza delle attività del martedì degli incontri e delle conferenze dell'Associazione Triangolo. Molti pazienti e famigliari, grazie a queste attività, beneficiano di una maggiore serenità, di maggiore compagnia e soffrono meno. Ecco lo scopo finale di queste nostre proposte e di questo programma annuale di incontri, conferenze e attività del martedì dell'Associazione Triangolo. Far star meglio i nostri malati e le loro famiglie. Una cura e una terapia per il corpo e la psiche. Si tratta quindi di un programma applicativo di sostegno nell'ambito di proposte che possono essere inserite nel contesto più ampio di un riconoscimento delle difficoltà che il paziente e i suoi famigliari hanno nell'affrontare la malattia con le sole cure tradizionali.

Le conferenze e gli incontri del martedì dell'Associazione Triangolo sono aperte a tutti gli interessati. Le persone interessate a partecipare agli incontri del martedì sono pregate di contattare la coordinatrice dei volontari al 079 682 47 75 o direttamente le persone incaricate delle attività presso il Centro Triangolo a Locarno o Presso lo Studio Nuovi Orizzonti a Bellinzona o direttamente gli studi medici del dottor A. Pedrazzini a Locarno e dott. E. Roggero a Bellinzona. Tutte le attività del martedì sono gratuite e senza spese per i partecipanti.