

## RAPPORTO ATTIVITÀ anno 2020 ASSOCIAZIONE TRIANGOLO SOPRACENERI

Anna Pedrazzini - Roberta Donzelli

### ATTIVITA' TRIANGOLO

Il 2020 è stato un anno fuori dall'ordinario, in cui la quotidianità di tutti noi è stata stravolta e messa in discussione.

In un contesto generale di grandi incertezze non ci siamo mai fermati, continuando a sostenere e seguire individualmente i pazienti e le loro famiglie sia dal profilo pratico, sia da quello morale. Il lavoro per i professionisti e i volontari del Triangolo è notevolmente aumentato e attraverso l'impegno di tutti è stato possibile mantenere attivi i nostri servizi anche nei momenti più difficili.

La pandemia ha avuto conseguenze anche sulle attività di gruppo dedicate ai pazienti, ma gli animatori dei corsi di Nordic Walking, Pilates, Ritmo e forza, Sofrologia, come pure degli incontri del gruppo di auto-aiuto "Bracciaperte", e degli atelier "Cuci-Nicchia" e "Momenti con l'Artista" sono rimasti a disposizione dei pazienti per consulenze, abbiamo dato il benvenuto a Jolanta Buracchio che ha preso il posto di Elena Fornera nella conduzione del corso di Pilates. E' stata inoltre sperimentata con successo per alcune attività la modalità degli incontri online. Considerato l'interesse riscontrato, l'Associazione ha deciso di mantenere attivo questo nuovo canale di contatto e condivisione.

### VOLONTARIATO

L'attività di coordinamento del volontariato risulta piuttosto varia e frenetica. Gli impegni sono molti perché molti sono i volontari attualmente attivi e perché moltissime sono le variabili che entrano in gioco nell'accompagnamento dei pazienti oncologici.

*Accompagnamento basato principalmente sulla cura della relazione!*

In un anno così difficile è emerso con ancor più forza il **valore del volontariato**: l'elemento che ha permesso di garantire vicinanza a tante persone più fragili di altre, costrette a stare in zone di sicurezza e occuparsi della loro fragilità senza incorrere in pericoli.

I volontari hanno saputo reagire velocemente e fare fronte a innumerevoli bisogni. Sono stati bravi i volontari sopra i 60 anni che hanno accettato di astenersi dal servizio per un periodo abbastanza lungo, per proteggere sé stessi e gli altri e di questo li ringraziamo. Ringraziamo anche i volontari che sono rimasti, per età anagrafica, sul campo molto sollecitati e hanno svolto un ottimo lavoro e i 14 volontari "occasionalisti" che grazie a un incredibile slancio di solidarietà hanno risposto immediatamente al nostro appello e si sono messi a disposizione per darci una mano nell'affiancare o sostituire i nostri volontari nel periodo del lockdown. A tutti loro siamo estremamente riconoscenti!

*Riconoscersi e sentirsi riconosciuti* nel proprio ruolo sono bisogni fondamentali dei nostri volontari ai quali dedichiamo molta cura attraverso colloqui individuali, di gruppo, momenti di condivisione come cene sociali ma soprattutto lavorando sul concetto di interdisciplinarietà in cui il volontario possa riconoscersi come parte integrante del percorso di cura dei pazienti.

**Ingressi:** Fabio Barra, Gabriele Brughelli, Simona Franscella, Roberto Giandomenico, Angelo Lazzari

**Uscite:** Marco Alluisetti, Luciano Piazza.

### SERVIZIO DI PSICOONCOLOGIA

Ci confrontiamo quotidianamente con la sofferenza psicologica del paziente che si esprime con valenze spesso intense perchè, nonostante i notevoli progressi medico-scientifici, dal punto di vista emotivo la diagnosi di tumore rappresenta una minaccia che incrementa il senso di vulnerabilità personale, mina le capacità di controllo e il senso di continuità della propria esistenza. La sofferenza psicologica che ne deriva è l'espressione sia dell'incapacità ad affrontare le minacce che la malattia rappresenta, sia della difficoltà ad adattarsi ai vari cambiamenti che essa richiede (fisico, psico-emotivo, relazionale, sociale).

Per dare una risposta concreta a questi bisogni, il Servizio di Psicologia della Sezione Sopraceneri ha gestito nel 2020 una presa a carico di n. 63 pazienti per un totale di 278 colloqui.

Per volontari ed operatori è sempre accessibile la possibilità di un supporto psicologico, di un intervento di decompressione dopo interventi emotivamente intensi, lutti o anche semplicemente per confrontarsi sul proprio modo di agire o di leggere le situazioni.

### FORMAZIONI e CONFERENZE

#### CINEFORUM – 3 marzo 2020 presso il Cinema Forum a Bellinzona

Proiezione del film "Truman, un vero amico è per sempre" di Cesc Gay che mette l'accento sul valore della solidarietà di due amici di infanzia che si rincontrano dopo molti anni quando ad uno di loro non resta molto da vivere, così i due decidono di trascorrere insieme alcune giornate memorabili per darsi l'ultimo addio.

Riccardo, un libro vivente della Human Library dell'Associazione Triangolo, ha introdotto la visione del film raccontando il suo libro "Sono un ragazzo fortunato" con le sue esperienze e le sue emozioni.

#### MOSTRA "I luoghi dell'anima" – 14 novembre 2020

Esposizione di opere dell'artista Massimo 'Max' Terribilini, inaugurata in novembre al Centro Triangolo di Locarno a pochi mesi dalla sua scomparsa per ripercorrere alcune tra le sue più significative tappe artistiche.

L'esposizione è stata allestita in collaborazione con i famigliari e Pierre Casé, amico del pittore e presentata da Diego Erba, ex direttore della Divisione scuola. Le opere esposte raccontano la Valle Onsernone, molto amata da Terribilini, che è stato testimone attento e appassionato di un territorio e di una cultura in mutamento.

### ATTIVITA' DI PROMOZIONE

#### MOSTRA: "I colori, i sorrisi di Patty" - 12 agosto - 10 settembre 2020

La raccolta di immagini esposte presso la Galleria d'architettura Selvaggio di Ascona ha voluto testimoniare la passione dell'autrice Patrizia Wyss per la documentazione dei suoi viaggi e la spiccata empatia che ne ha sempre caratterizzato la sua vita come il suo percorso di malattia.

In suo ricordo, il ricavato della vendita delle fotografie è stato devoluto in beneficenza a favore dell'Associazione Triangolo. Ringraziamo di questo il suo compagno ed i suoi genitori per il generoso gesto.

## APERO ROSA – 8 ottobre

In occasione del mese dedicato a livello internazionale alla prevenzione al tumore al seno, l'Associazione Triangolo, presso la Corte Sopracenerina di Locarno, ha proposto la seconda edizione di un evento che ha quale obiettivo sensibilizzare sulla prevenzione e la diagnosi precoce.

In un'atmosfera informale numerosi specialisti: oncologi, ginecologi, radiologi, senologi, chirurgo plastico, psichiatra, psico-oncologa, fisioterapista, infermiera di senologia, dietista ed estetista oncologica hanno dialogato con il pubblico in piccoli gruppi, mettendosi a disposizione per rispondere a domande e fornire informazioni.

Ad arricchire l'evento, la condivisione di un gradito aperitivo e l'esposizione delle opere di Patrizia Wyss, parte dell'esposizione itinerante "I colori, i sorrisi di Patty"

## CITY CARBUROIL

Società che ha deciso di devolvere in beneficenza all'Associazione Triangolo l'importo di 0,5 centesimi per ogni litro di benzina venduto nelle stazioni di rifornimento Eni di Avegno e Locarno.

L'iniziativa benefica che ha preso avvio a luglio ed è terminata al 31 dicembre 2020 per volontà di Lorenza Cattaneo Colombo, presidente di City Carbuoil Sa di Rivera è stata accolta favorevolmente dalla popolazione locale e ha dato una buona visibilità all'Associazione.



## ATTIVITA' SUL TERRITORIO

### GRUPPO AUTO AIUTO TICINO

Per celebrare la giornata nazionale dell'auto-aiuto - 21 maggio - abbiamo collaborato con il Centro Aiuto Ticino alla campagna del "Calendario virtuale dell'auto-aiuto 2020".

Dal 1 al 21 maggio 2020, ogni giorno una finestra virtuale si è aperta attraverso i social media sulla



realtà dell'auto-aiuto per far conoscere a tutti la varietà e la bellezza di questa forma di sostegno. Foto, brevi filmati, immagini o soggetti artistici, elaborati dai gruppi con immaginazione e originalità per rappresentare visivamente un aspetto del ritrovarsi e sostenersi tra persone confrontate con una stessa problematica (di salute o sociale) e per evidenziare i valori alla base dell'auto-aiuto.

Il gruppo "Bracciaperte" per donne con tumore al seno della nostra associazione ha realizzato un video che le rappresenta nei loro aspetti essenziali.

### PINK RIBBON CHARITY WALK – 6 settembre 2019

Un'onda rosa di solidarietà e sensibilizzazione che ha attraversato tutta la Svizzera, anche quest'anno l'Associazione Triangolo a dimostrazione del suo impegno e della sua solidarietà verso le donne con tumore al seno, ha proposto a pazienti, familiari e simpatizzanti la partecipazione all'evento sportivo non competitivo a sostegno della prevenzione, ricerca e cura del cancro al seno.

A causa della situazione pandemica non è stato possibile recarsi a Zurigo come nel 2019 ma l'enorme ondata di solidarietà svizzera è stata virtualmente unificata grazie ad un programma di streaming live da Zurigo che ha potuto valorizzare quanto la Svizzera sia solidale anche in tempi difficili!

La camminata di circa 5 km si è svolta sulla passeggiata del lungolago da Locarno a Minusio e ha visto la partecipazione di 85 persone tra pazienti, accompagnatori e bambini, un bel momento di condivisione.

### **GIORNATA DEI FAMILIARI CURANTI – 30 ottobre**

Giornata dedicata a tutti coloro che si trovano nella situazione di dover prestare regolarmente a titolo non professionale delle cure a persone a loro vicine per permettere loro di mantenere una certa autonomia e rimanere al proprio domicilio.

L'Associazione Triangolo, all'interno della Piattaforma familiari curanti coordinata dalla divisione dell'azione sociale e delle famiglie, collabora con gli enti attivi sul territorio.



Quest'anno, oltre ad interventi informativi sui media, è stata istituita sperimentalmente per due settimane una infoline - servizio gratuito di informazione e orientamento verso i servizi sul territorio - attiva per due settimane a disposizione di familiari curanti, professionisti del settore sanitario, persone interessate o al tema.

### **GIORNATA DEL VOLONTARIATO - 5 dicembre**

Per il 2020 è stato scelto il tema "Together WE CAN through volunteering" per sottolineare l'impegno dei volontari a livello mondiale in un momento cruciale come quello pandemico e anche noi abbiamo voluto dire un grande e sentito GRAZIE alle volontarie e ai volontari, bene inestimabile dell'Associazione Triangolo. Il tempo che dedicano nell'offrire solidarietà e sostegno concreto ai pazienti e ai loro familiari è un contributo prezioso, sempre!

Con la forza della solidarietà la solitudine e la fatica nell'affrontare le cure diventano più sostenibili: un aiuto concreto e un sorriso inatteso dei nostri volontari fanno senza dubbio la differenza!

### **COMMISSIONE CANTONALE CURE PALLIATIVE**

Si veda rapporto Cantonale del Presidente Fulvio Caccia.

## ATTIVITA' di TEAM BUILDING

Nella filosofia dell'Associazione Triangolo, la cura della relazione oltre che verso i pazienti è orientata all'intero gruppo di operatori dell'Associazione (volontari e professionisti).

La comprensione e il sostegno reciproco sono il fondamento per poter garantire nel tempo un servizio competente ed appassionato, il non sentirsi soli davanti alla malattia permette di elaborare il dolore proprio ed altrui con cui purtroppo, spesso, ci confrontiamo e solo operatori formati e sereni nel loro agire possono essere portatori di quel messaggio di autenticità necessario per costruire un rapporto di piena fiducia con i pazienti.

### **EQUIPE CANTONALE - Riunione plenaria di qualità' - 19 febbraio 2020**

Questo secondo incontro è stato voluto per riflettere su alcuni aspetti del nostro operare che si potrebbero potenziare, migliorare e armonizzare per lavorare insieme con spirito nuovo, piacevole e collaborativo, in un'ottica di efficacia e di efficienza lavorativa ma anche di piacevolezza nel portare avanti i nostri compiti.

Con la quasi totalità di presenze (20 su 22) la riunione ha permesso la costituzione di quattro gruppi di lavoro per ragionare su aree da sviluppare e per pianificare azioni future.

Purtroppo, in un anno caratterizzato da diversi mutamenti, anche nella nostra grande famiglia abbiamo avuto dei lutti. In marzo ci ha lasciati l'amico Nicola Ferroni, stimato medico psichiatra, tra i fondatori della Sezione, il nostro amico, il nostro punto di appoggio in innumerevoli situazioni da 25 anni che ricordiamo con affetto e riconoscenza. Abbiamo subito il peso di questa perdita, un'assenza che ha lasciato un segno in tutti noi.

Il ruolo di psichiatra di riferimento dell'Associazione Triangolo Sopraceneri è stato assunto nel corso dell'autunno dal dottor Paolo Cottone a cui abbiamo dato il benvenuto nel nostro team di curanti.

### **GRUPPO ORGANIZZATIVO – Marco, Osvalda, Giada, Anna e Roberta**

Anche nel 2020 sono proseguiti in modalità online gli incontri del gruppo organizzativo, principalmente per pianificare e risolvere problematiche contestuali alla gestione delle attività in situazione pandemica.

### **CENA ESTIVA – 22 giugno 2020**

La sera del 22 giugno sulla terrazza del Centro Triangolo di Locarno siamo riusciti ad incontrarci per un aperitivo informale tra volontari e operatori dell'associazione. Questo incontro è stato voluto con grande forza per riattivare, dopo il lockdown, lo scambio e la condivisione di tutti i collaboratori e per mettere a fuoco alcune riflessioni.

Abbiamo avuto un anno di stallo ma solo apparente!

Abbiamo escluso tutti gli incontri di gruppo, escluso tutti i momenti dove la presenza fisica era indispensabile, abbiamo però favorito tutti gli altri momenti. In collaborazione con gli operatori e gli animatori dei gruppi, abbiamo fatto funzionare più intensamente quello che si poteva. Il servizio cure a domicilio ha lavorato il doppio per escludere ricoveri e accogliere dimissioni ospedaliere anticipate, Roberta e Sonja hanno garantito un numero sempre aperto per accogliere tutte le richieste. C'è sempre stata la disponibilità 24/24 delle dottoresse e delle infermiere, c'è sempre stata la disponibilità a collaborare con altri enti, come c'è sempre stata la disponibilità dei volontari a sentire costantemente al telefono le persone da loro seguite, anche i volontari sopra i 60 anni hanno comunque mantenuto un regolare contatto con i loro assistiti.

Questo ci fa dire che la qualità di vita delle persone relegate a casa per malattia è stata in parte migliorata dall'esistenza del sistema Triangolo. La nostra rete ha offerto a tutti un contatto, un numero per lanciare un SOS o la possibilità di avere un conforto.

Abbiamo affrontato il 2020 con tenacia, senza mai venir meno alla nostra missione, le restrizioni Covid hanno purtroppo limitato al massimo le relazioni umane, siamo riusciti comunque a garantire un servizio in piena sicurezza ai pazienti con un notevole sforzo da parte di tutti. La tecnologia ci ha aiutati a mantenere i rapporti ma quel bisogno di incontro, condivisione e supporto umano si fa sentire con forza ogni giorno di più. Ci sono ancora delle dimensioni nel nostro agire e del nostro essere che purtroppo o per fortuna non possono in alcun modo essere sostituite dalla tecnologia ed attendiamo con ansia di potercene riappropriare.

Guardiamo al 2021 con la determinazione di sempre, sicuri del valore di ciò che facciamo!

Anna Pedrazzini  
Presidente Sezione Sopraceneri

Roberta Donzelli  
Coordinatrice Volontari Sopraceneri

Locarno, maggio 2021