



Via Fogazzaro 3
6900 Lugano
telefono 091 922 69 88

conto corrente postale 65-69048-2
triangolo@swissoncology.com
www.triangolo.ch

Comitato redazionale:
Raffaella Agazzi, Alda Bernasconi,
Marco e Osvalda Varini

EDITORIALE

Volontariato: un ponte fra individuo e società

È un evidente paradosso della nostra società. Da un lato, i progressi della medicina riescono a sconfiggere malattie, un tempo incurabili, e a estendere la longevità. Dall'altro queste conquiste creano a loro volta nuovi problemi come le cronicizzazioni prolungate e il crescente invecchiamento della popolazione. Ne derivano situazioni di disagio, che esigono forme d'assistenza e d'intervento nuove: un ambito in cui si fa appello al volontariato che si conferma una risorsa insostituibile e multiforme. Se la motivazione di fondo rimane sempre lo spirito solidale, oggi però è chiamato a operare in contesti diversi, rispetto alla tradizione. Il volontario non appartiene più allo stretto ambiente familiare, bensì a quello allargato dell'intera realtà sociale. Gli spetta, quindi, una funzione anche di tipo relazionale, con effetti di reciprocità. Recare aiuto a persone estranee, spesso isolate, porta alla luce bisogni ignorati e amplia le dimensioni della nostra consapevolezza sociale e umana. Il volontario dev'essere però in grado di prestare un'assistenza, appropriata ai singoli casi e ai propri mezzi. Ciò comporta una preparazione conforme al suo ruolo che non è quello di sostituirsi ai professionisti. Ne è un alleato, sul fronte della lotta contro la sofferenza, come nell'ambito delle cure palliative, o contro la solitudine e l'indifferenza. Il valore di questa presenza ha ora trovato anche il dovuto riconoscimento sul piano politico nell'ambito del Progetto Nazionale Cure Palliative, ripreso poi a livello cantonale, per ridefinire i settori d'intervento del volontariato e per garantire un sostegno alle associazioni che promuovono la formazione dei volontari di cui, malgrado le apparenze, c'è penuria. Chissà che Gesù Bambino ci farà un regalo.

dr. med. Marco Varini
presidente Associazione
Triangolo Sottoceneri

Oggi più che mai

di *Ketty Fusco*

Ogni anno, allo scoccare di ottobre, con la città già immersa nel fervore di un assetto prenatalizio, il mio cuore e la mia mente iniziavano a porsi delle domande, sulle quali troneggiava quella più impegnativa: «Come farò a concretizzare in un pensiero poetico il mio senso del Natale? Della nascita di Gesù, il Salvatore? Come farò a trovare un aggancio che non sia solo di buonismo, ma di bontà vera?». Oggi, nell'ennesima giornata di acqua grigia, sento paralizzarsi in me ogni tentativo di movimento non solo del corpo (che rimane da ore sprofondato in una poltrona) bensì da una immobilità totale compiacente ma distruttiva. Troppe e troppo nefaste appaiono le notizie che i media ci propinano da un mondo infelice, inciso sulle piastre della sofferenza.

Mentre scrivo queste righe difficili, si affacciano alla mia mente volti impauriti, inermi, volti disperati, inferociti anche, sguardi che chiedono pietà, altri minacciosi.

Ma quello che più mi colpisce è che ferocia e paura si sommano su quei volti – addendo su addendo – per un totale che appare sempre più sconvolgente.

Sapranno – o potranno – quei volti, quegli sguardi ritrovare, in qualche luogo del mondo, un cammino di pace, di serenità?

Che fare? Quali argomenti portare per rischiarare tanta oscurità? Non possediamo poteri magici. Se tentiamo di smuovere qualche coscienza, ci accusano, i meno arrabbiati, di buonismo... E allora?... Per oggi basta.

Ripiego il giornale. Domani ci ripenserò.

Ma intanto, cercando di rimettere in sesto la carta stampata, in una piega ribelle del foglio, vedo bello chiaro, un titolo che mi fa trasalire: **bambini in affido** e prosegue **famiglie affidatarie** spieganone il percorso. Subito l'argomento prende per me la forma di un grande cuore. E poi io non ho sempre affermato che l'amore è una cosa che non si divide, ma si moltiplica, soprattutto nelle famiglie con tanti bambini?

Hanno tanto bisogno di famiglia queste creature che non sanno chi riconoscere come mamma! Mi torna in mente un episodio di tanti anni fa. Le mie figlie, allora appena adolescenti, stavano passando la vacanze estive al Nido d'infanzia di Besso. Avevano trovato nella «Culla» diretta dalla bravissima signora Uccelli, un luogo di grande accoglienza e apprendimento. L'incontro fu un vero innamoramento tra le ragazze e l'istituto. La sera mi parlavano con dovizia di particolari della loro pratica seria e amorevole nella cura dei bambini. Verso la fine della vacanza notai però un'onda di tristezza nei loro occhi. Perché mai? mi chiedevo preoccupata. Ebbene quella tristezza aveva un nome: Paquito. Un piccolo spagnolo senza mamma in attesa di essere adottato. L'idea di doversene separare le angosciava. «Adottiamolo noi, collaboreremo, ci organizzeremo. Per favore, mamma».

La loro richiesta tanto accorata era commovente. Forse sarebbe stata accolta favorevolmente se le ragazze avessero avuto qualche anno in più e la nostra famiglia fosse stata meno in movimento. Il ricordo di quella delusione resta oggi un punto scuro nella nostra vita.

Parliamo spesso di quella lontana esperienza. Dove sarà Paquito? Avrà trovato bravi genitori? Sì proprio un punto scuro. Qualcuno potrà mai illuminarlo, facendoci incontrare Paquito ormai uomo?

E voi, temete che una tale richiesta ufficiale sia faticosa se poi si vorrà tradurre l'affido in adozione? Non fa niente. Fatela lo stesso. Non ci vorrà molto per solidificare in «amore» un «non ancora amore», che ha un estremo bisogno di linfa costruttiva, nel segno della condivisione che affonda le radici in un silenzio profondo; il silenzio di chi sa ancora pregare in silenzio. Anche fuori dal Tempio. Oggi più che mai.



Mont Tendre VD.

Foto di Alexandre Christinat



Artisti a confronto

Mercoledì 22 ottobre nel reparto di oncologia della Clinica Sant'Anna ha avuto luogo la vernice organizzata da Pangeart, realizzata da Loredana Müller, presentata da Carole Haensler e accompagnata da una poesia di Gilberto Isella. Sono esposte fino al 15 gennaio 2015 le calcografie di 30 artisti tra cui Achille Pace, Enrico Della Torre, Guido Strazza, Valentino Vago e Claudio Olivieri.

Le opere sono raccolte in 5 cartelle di 6 stampe ciascuna e sono acquistabili tramite la nostra assistente sociale signora Ranzanici chiamando il numero 079 785 32 77.

Nella foto da sinistra:
Gilberto Isella,
Dina Moretti,
Loredana Müller,
Carole Haensler



Per Natale pensate a noi sostenendoci!

In prossimità del Natale la Sezione Sottoceneri dell'Associazione Triangolo fa nuovamente appello alla generosità della nostra gente con l'aiuto della quale continua da oltre 25 anni a svolgere la propria missione di sostegno a pazienti affetti da malattie oncologiche e ai loro famigliari. Elenchiamo l'attività nel Sottoceneri dello scorso anno mentre l'insieme dell'attività cantonale e degli impegni finanziari è ora visibile sul sito www.triangolo.ch:

Servizio di volontariato. I nostri volontari hanno assistito 230 pazienti con visite a domicilio, presenza durante i ricoveri e 420 trasporti per recarsi ai luoghi di cura.

Servizio di assistenza sociale. La nostra assistente sociale ha seguito e aiutato 155 pazienti nell'affrontare problemi pratici, economici e assicurativi. Si è impegnata inoltre, in collaborazione con l'Associazione Dialogare, a facilitare il rientro professionale dopo un periodo di cura.

Servizio psicooncologico. La nostra psicooncologa ha dato il suo sostegno a 55 pazienti e alle loro famiglie con 221 colloqui e contribuito attivamente al sostegno del personale curante.

Servizio medico-infermieristico di cure a domicilio. Riconosciuto dal cantone dal 2001. Ha coordinato le cure domiciliari di 155 pazienti in collaborazione con gli altri servizi del territorio contribuendo così a mantenere nella cerchia famigliare i malati, evitando loro ricoveri ospedalieri.

Di tutte le nostre attività unicamente il servizio medico-infermieristico è sussidiato dal cantone. Per far fronte a tutti gli altri numerosi e onerosi impegni dipendiamo completamente dall'aiuto dei nostri benefattori al fine di garantire la continuità delle nostre prestazioni nel tempo. Come associazione senza scopo di lucro godiamo dell'esenzione fiscale per cui le donazioni possono venir dedotte dalle dichiarazioni dei redditi.

Donazioni

Associazione Triangolo

Sezione Sottoceneri

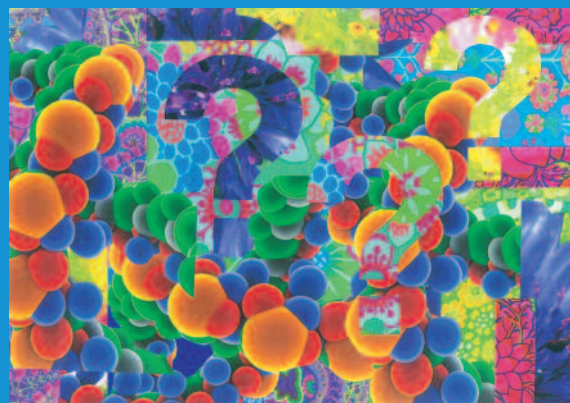
6900 Lugano

Conto Corrente postale CCP 65-69048-2

18° SEMINARIO DELLA FONDAZIONE DI RICERCA PSICOONCOLOGICA in collaborazione con l'Associazione Triangolo

Giovedì 12 marzo 2015 – 9.00 – 16.00 – Palacongressi Lugano

I nostri seminari sono dedicati a problemi della cura (nella doppia accezione di curare e prendersi cura) e rivolti a medici, operatori sanitari, operatori sociali, volontari e al pubblico interessato.



«IL FANTASMA DEL DESTINO. MALATTIA, GENI E SCELTE DI VITA»

Programma

Nulla di nuovo sotto il sole

Carlo Sini
Filosofo, Milano

Incertezza, malattia e cure dei pentecostali africani

Pino Schirrip
Antropologo, Roma

Le avversità della vita e la fede

Don Italo Molinaro
Parroco, Melide

Predizioni genetiche: utilità e preoccupazioni

Mario Tosi
Biologo, Parigi

Testimonianza

Luisa Canonica,
Lugano

Vivere malgrado!

Mattia Mengoni
Pedagogista

Che cosa ci ha insegnato Angelina Jolie?

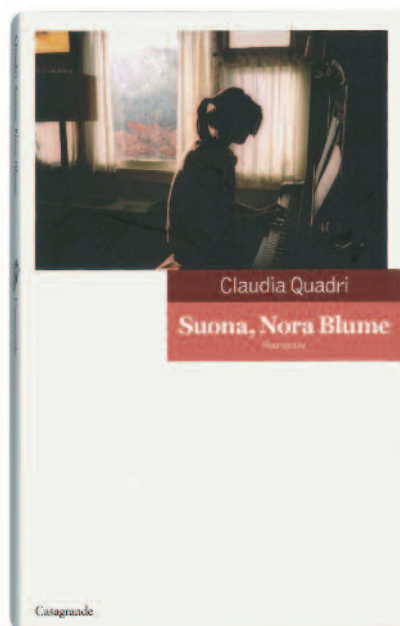
Maria Grazia Tibiletti
Genetista, Varese

Dove sta il medico?

Giorgio Mustacchi
Oncologo, Trieste

IL LIBRO

scelto da Raffaella Agazzi



Suona, Nora Blume

di Claudia Quadri,
Ed. Casagrande Bellinzona, 2013

«La musica mi ha sollevata al di sopra della miseria degli uomini, al di sopra della mia stessa miseria... Se la musica è divina, allora è l'espressione di un altrove, ci lascia la speranza di un ricongiungimento... La musica esiste, indipendentemente dai musicisti, malgrado loro, talvolta».

Anche in questo libro, la scrittrice ticinese dipinge il ritratto di una donna speciale, quasi fosse una produzione figurativa, come le altre protagoniste dei precedenti romanzi.

Nora Blume è una maestra di pianoforte ma è anche e, soprattutto, una donna quarantenne con tante sfaccettature quotidiane nelle quali pure noi possiamo ritrovarci. A lato, ci sono molti ricordi della sua infanzia, non felice, e del periodo che precede, appunto, il presente in cui la narrazione si snocciola.

La Nora Blume dell'oggi è un poco sopra le righe, talvolta, e può concedersi il lusso di ospitare, come maestra di pianoforte, le più svariate figure, dall'adolescenza all'età matura, tutte con un loro vissuto; oltre alle capacità e all'amore vero per il pianoforte, condividono con la pianista vicende che scorrono sui tasti bianchi e neri che, anche se non sempre trattati bene, compongono ritratti originali e, grazie allo stile di Claudia, scorrevole e curato, senza essere aulico, sovente ci fanno sorridere. Eppure il passato di Nora ha tinte tragiche, i ricordi che tornano a galla le portano ancora dolore e, talvolta, vergo-

LE NEWS

di Antonello Calderoni

Latte e latticini proteggono dal cancro del colon?

Journal of Clinical Oncology 2014

Grazie a uno studio, condotto su 2'284 pazienti curati per carcinoma del colon non metastatico, si è ora in grado di verificare gli effetti a distanza di una dieta ricca di latte, latticini, calcio e vitamina D. Da un controllo, effettuato dopo 15 anni, è risultato che il tasso di mortalità era inferiore, in generale, fra le persone che avevano maggiormente consumato latte e suoi derivati e, in particolare, proprio fra quelle che avevano adottato questa dieta, in seguito a un carcinoma del colon. Per contro, l'assunzione di dosi più elevate di calcio, prima della diagnosi di cancro, non aveva influito sulla mortalità.

Queste constatazioni hanno confermato gli effetti benefici di un apporto di calcio attraverso il consumo di latte e latticini, e proprio dopo le terapie per il carcinoma del colon.

Il jogging diminuisce il rischio di artrosi al ginocchio

Med Page Today, 17.11.2014

Com'è risaputo, le persone sedentarie e tendenti all'obesità sono maggiormente esposte al rischio di malattie cardiovascolari e al diabete. Ora, secondo recenti ricerche compiute in Germania, la correlazione va estesa ad alcune forme di cancro.

La constatazione è emersa confrontando i dati di 43 studi relativi a oltre 68'000 pazienti oncologici. Proprio nella categoria dei sedentari si era, infatti, registrata la più alta incidenza di casi di carcinoma: e precisamente nella misura dell'8%, per il carcinoma del colon, del 10% per quello dell'utero e del 6% per il polmone.

Come già evidenziato da numerose ricerche, la vita attiva e la pratica sportiva contribuiscono, in maniera determinante, a mantenersi in buona salute.

Un progresso nella cura della sclerosi multipla

Matt Page, 15.11.2014

Un farmaco, usato sinora nel trattamento di leucemie linfatiche, ha dimostrato la propria efficacia anche nei confronti della sclerosi multipla. Si tratta dell'Alemtuzumab che, nell'ambito di uno studio, ha rivelato affinità con l'interferone beta 14. In un gruppo di 386 pazienti, ai quali era stato somministrato, è stata riscontrata una chiara diminuzione delle recidive annuali, pari allo 0,18 eventi, rispetto allo 0,39, registrato fra quelli curati con l'interferone. Dato che si tratta di un medicinale, che può avere effetti collaterali nell'ambito di reazioni autoimmunitarie, la cautela è d'obbligo. Quindi, negli Stati Uniti, è stato ammesso per la cura della sclerosi multipla, dopo due anni di sperimentazione, e in terza linea. Cioè, destinato a pazienti, in precedenza sottoposti a due trattamenti di altro tipo. Non è ancora il caso di parlare di una rivoluzione risolutiva: comunque di un promettente passo in avanti.

gna. Ma non c'è scissione tra emozioni e momenti tanto diversi: si mescolano e si alternano senza che il lettore quasi se ne accorga, forse perché la filosofia di Nora sembra essere l'accettazione del passato e del presente senza troppi ripensamenti. È vedova e i ricordi del marito ricco, morto in un incidente automobilistico, che l'ha elevata economicamente e socialmente, così come avrebbe potuto fare l'amore per il pianoforte, amore che ha dovuto però adeguarsi a bisogni pratici quotidiani legati alle sue povere origini, le portano momenti di leggerezza e di spensieratezza.

Simpatica e originale la nota con la quale la scrittrice chiude il suo romanzo: ringrazia i suoi docenti di pianoforte, regalando loro la Colonna sonora che attraversa il romanzo.

Per far fronte alle molteplici richieste d'aiuto e di sostegno siamo sempre alla

RICERCA DI VOLONTARI MOTIVATI

Candidati idonei potranno beneficiare di una formazione introduttiva.

Annunciarsi alla nostra
Coordinatrice
Giada Cometta Balmelli
tel. 076 543 24 49



IL RACCONTO

Natale

di Fernando Grignola

Nato ad Agnuzzo di Muzzano nel 1932, abita ad Agno. Poeta e scrittore in lingua e in dialetto. È stato autore, produttore e regista del radioteatro popolare dialettale RSI Lugano.

Trovare ancora un attimo, nella spolverata della brina e della neve sui ronchi, per tirarsi assieme e dire, sì, è Natale! Quel sussulto di coscienza che ti blocca lì a tradimento sull'entrata d'un supermercato. Nello scorrere delle scale mobili, e il mare di pacchi e sacchetti e scatolame a bracciate, a quintali che si porta via nei carrelli la fiumana della gente. Guerra dei soldi anche oggi, il superfluo, la frenesia delle compere.

Acquistare e comprare qua e là, ubriacati dal luccichio del neon delle vetrine, con la penitenza per i posteggi, il disperdersi delle ore come rugiada al sole.

Chissà dov'è quel Bambino nato povero, proprio per dire alle genti che per volersi bene, ci vuole poco. Un bue e un asinello, una manciata di spagnolette, qualche arancia, una sfilza magra di fichi secchi.

Aspettare il Bambino, oggi, va bene al di là della miseria dei tempi. È ancora una Festa, ma con dei brividi di melanconia. Perché sentiamo che bisogna tirarci assieme: cancellare tutto il lusso della superficialità, e svoltare indietro alle origini: alle radici della semplicità. Dell'amore.

Natale di noi bambini! I cataloghi dei giocattoli del tempo di guerra, avevano addosso l'odore della paura. Erano solo da sbirciare e ricamarci sopra di fantasia.

Il Bambino era povero; arrivavano 'forse' i Re Magi, ma poveri anche loro.

La boria dei maestran, i pèntres e i gessato-

ri nei bâtiments d'Indenta e da Paris che tornavano indietro per le Feste, ostentando il vestito nuovo. E l'oracolo del bagio, il grappolo dell'uva appassita conservato per piluccarlo proprio per Natale tutti assieme in famiglia. E il micón, il panettone gnuccho e duro come un sasso, tenuto via per san Biagio contro il mal di gola...

Din e dan a rintoccare le campane tutte le sere della novena in cima al campanile. (E di sotto, il paese e il pian d'Agno si distendevano dolci nel nero della notte. Con i lumini delle case come lucciole nel respiro del maggengo a dirti: siamo qui, è Natale!).

Ecco: trovare quell'attimo, proprio qui, nello spintonare convulso d'un grande magazzino. Presepi di plastica importati da Hong Kong, con la Madonnina immagonata sotto la sfera del sole.

E il nostro Bambino è lì. Nudo e di plastica anche lui, senza lusso né smancerie. Miracolo della Vigilia di oggi!

Da sentirsi nudo e innocente anche tu, intanto che lo speaker del piano-sub offre l'ultima occasione: lo Champagne a prezzi stracciati.

Consolazione nel pensare che in un paesino del mio Malcantone, forse stanotte saranno ancora su a fare din e dan abbracciati ai battenti, ai battagli delle campane.

E così, vivere un Natale povero di boria e di moine, ma tanto ricco di umana fraternità, d'amicizia e di affetti. Da sentire il rispuntare della pace, di là delle frontiere, oltre la fretta e il macinare dei soldi. La pace! Il grappolo pendulo d'uva appassita, il Bambino nudo nella mangiatoia, e le genti di tutto il mondo che siano capaci di sopportarsi e di volersi bene. Buon Natale!

Racconto tratto dal nuovo libro *Là dove cantava l'usignolo - racconti dal paese della memoria*, di Fernando Grignola, Edizioni Ulivo 2014.

Per festeggiare il
25° dell'Associazione Triangolo
e il 20° della Sezione Sopraceneri

GARDI HUTTER
 presenterà
GIOVANNA d'ArPpo

Lunedì 26 gennaio 2015
 ore 20.30
Teatro di Locarno

Martedì 27 gennaio 2015
 ore 20.00
Teatro Cittadella Lugano

Prevedita
Lugano: Ticketcorner.ch
Locarno: Teatro di Locarno
e Centro Triangolo

Sabato 13 dicembre a Massagno

saremo presenti con una bancarella al

**MERCATINO NATALIZIO
DI SANTA LUCIA**

I nostri volontari
serviranno una magnifica

RACLETTE VALLESANA

con un buon bicchiere di Fendant
a favore della nostra associazione.



Châlet a Brigels GR.

Foto di Alexandre Christinat