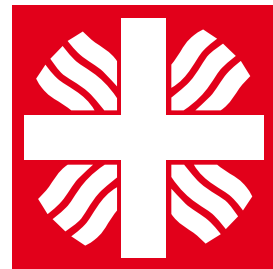


Aiutare



Pubblicazione periodica della Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone

01/Febbraio 2011

Fare di più

Costruire

Cambiare

Creare

Sopravvivere

Firmare

Impoverire

Intraprendere

Cucinare

Imparare



Costruire

In evidenza Le donne africane lavorano duramente per mantenere le loro famiglie. In Tanzania, con l'aiuto del microcredito, le donne costruiscono un futuro migliore per sè e i propri cari.

83

Cambiare

Presa di posizione Tempi di cambiamento in Caritas: è davvero possibile farlo?

82

Fare di più

Storia di copertina Migliaia di volontari (donne e uomini) altoatesini si impegnano per il Prossimo e regalano il loro tempo. L'Unione Europea ha dedicato il 2011 a tutti loro dichiarandolo "Anno Europeo del Volontariato".

74

Sopravvivere

In evidenza Lo scorso luglio, a causa delle inondazioni che hanno colpito il Pakistan milioni di persone hanno perso quel poco che possedevano. Ora la minaccia arriva da fame ed epidemie. Il Nord del mondo non ha girato lo sguardo altrove. L'Alto Adige e i donatori di Caritas nemmeno

84

Infettare

Focus Dalla scoperta del virus dell'HIV negli anni '80, il numero delle nuove infezioni non è diminuito. Il silenzio circonda ancora la malattia. Alcuni dati e consigli pratici.

88

Creare

youngCaritas "My fair Trend Bag": realizzare una borsa con materiali del commercio equo. Il nuovo concorso lanciato da youngCaritas.

93

Impoverire

L'intervista Da due anni sono sempre più le donne che chiedono ospitalità a Casa Margaret: sono donne colpite dalla povertà e che non riescono a pagare un affitto. Ne parliamo con Giulia Frasca, responsabile del servizio.

92

Firmare

Vetrina Si possono aiutare le persone bisognose anche solo con una firma sul Mod. CUD o sulla dichiarazione dei redditi. Quest'anno dona il tuo 5% alla Caritas.

95

Picchiare

Dietro le quinte Il 90% degli atti violenti è commesso da uomini. Un approfondimento con lo psicologo Stefano Favaretto.

96

Editoriale	73
Storia di copertina	74
Presa di posizione	82
In evidenza	83
Raccolta fondi	87
Focus	88
Lo sguardo	90
L'intervista	92
youngCaritas	93
Vetrina	94
Dietro le quinte	96

Imparare

Raccolta fondi Il sostegno all'infanzia porta bene - i progetti garantiscono formazione scolastica, cibo e cure mediche a più di 650 bambini in Bolivia, Brasile, Eritrea, Kenya e Macedonia.

87

Cucinare

In evidenza Durante gli incontri di cucina interculturale l'aria è satura di profumi e aromi di diversi paesi e tradizioni culinarie. Sui fornelli e a tavola cadono le barriere: le donne altoatesine e quelle straniere cucinano insieme e si conoscono.

90

Intraprendere

youngCaritas I giovani si rimbeccano le maniche e, nel giro di 72 ore, realizzano diversi progetti in campo sociale. Quest'anno la nuova edizione di "72 ore senza compromessi" si terrà ad aprile. Sono richiesti creatività, talento organizzativo e spirito di gruppo.

93

Editoriale

„Perché mi sento realizzato" oppure „perché dà senso alle cose che faccio": spesso sono queste le risposte che i volontari danno alla domanda "Perché hai deciso di impegnarti a favore degli altri"? Per motivi legati allo sviluppo e al cambiamento di ognuno di noi o in conseguenza di esperienze radicali, le persone sono portate a riflettere maggiormente sul senso dell'esistenza, e a porsi domande sulla fortuna individuale o sulle risorse personali. Il volontariato sociale per molti rappresenta una compensazione per le sfide affrontate sul lavoro o dei carichi familiari. Molte migliaia di persone nella nostra provincia si impegnano ogni giorno in favore del Prossimo: perlopiù lo fanno silenziosamente, aiutano i vicini di casa, visitano persone anziane o disabili, accompagnano persone in stato di bisogno. Il bisogno di aiuto è infinito: spesso servono doti pratiche, quasi sempre le qualità dell'ascolto attivo e della comunicazione sono essenziali. A volte si richiede che il volontario acquisisca nuove competenze: deve essere preparato e introdotto ai compiti che lo attendono. In quest'edizione di "Aiutare" presentiamo le storie di due donne – che rappresentano all'incirca i 2/3 della somma totale dei volontari in Alto Adige – che, in maniera diversa, contribuiscono a dare un volto più umano e solidale alla nostra terra. Ne abbiamo fatto la storia di copertina perché la Commissione Europea ha dichiarato il 2011 l'„Anno europeo del volontariato" e anche perché il tempo regalato al sociale corrisponde a una forma di donazione particolarmente gradita e consapevole.

La scorsa estate le inondazioni in Pakistan hanno causato danni inestimabili alla popolazione, già provata dalla povertà diffusa. Gli altoatesini hanno sostenuto la Caritas nel suo intervento di aiuto post-catastrofe. A pag. 84 spieghiamo come sono state impiegate le donazioni.

Negli anni '90 HIV e Aids sono stati l'oggetto di numerose campagne di prevenzione e sensibilizzazione. Il virus però continua a diffondersi silenziosamente e a mietere vittime. Per questo abbiamo ritenuto importante proporre un approfondimento nella sezione "Focus" della nostra rivista, a pag. 88. "Dietro le quinte" (a pag. 96) questa volta è dedicato alla tematica della violenza maschile, più attuale che mai.

La Caritas sta attraversando una fase di cambiamento, che a volte può essere anche turbolento. E' essenziale utilizzare al meglio le risorse disponibili e sviluppare le sinergie. I direttori della Caritas, Pio Fontana e Heiner Schweigkofler, a pag. 82 rispondono alla domanda sul perché sviluppo e cambiamenti siano indispensabili. Infine, sebbene il 2011 ci accompagni già da diverse settimane, vogliamo comunque augurare forza d'animo ed energia a tutti voi che ci leggete affinché possiate vivere tanti momenti di felicità.

Maria Lobis
Ufficio Pubbliche Relazioni
aiutare@caritas.bz.it





Le Persone

che fanno più del dovuto

In una fiaba, il loro ruolo sarebbe quello della fatina buona; nella vita di tutti i giorni, qui in provincia di Bolzano, sono invece migliaia di donne e uomini che si mettono a servizio del Prossimo gratuitamente, nel loro tempo libero, da soli e in gruppo, aiutando il vicinato oppure offrendo supporto al lavoro dei servizi specialistici. Una cosa li unisce: regalano il loro tempo e si impegnano per costruire una società più solidale e giusta in Alto Adige. L'Unione Europea ha dedicato il 2011 alle persone attive nel volontariato.



Foto Sabine Ruffin

"Lo faccio
perchè
ho tempo
e perchè
mi sento
realizzata"

La consegna dei pasti a domicilio impedisce il ricovero anzitempo delle persone anziane in casa di riposo.

Alle undici di mattina Hanni Götsch arriva puntualmente nella casa di riposo di Parcines, dove passa a ritirare i box termici per la consegna dei pasti a domicilio che i collaboratori della mensa Caritas di Porta Venosta a Merano hanno depositato mezz'ora prima. Oggi sono otto le persone anziane che, a Rablà e a Parcines, aspettano che Hanni, che fa parte del gruppo di volontari, consegni loro un pasto caldo. I volontari trasportano a casa delle persone assistite dal servizio dai sei ai dieci pasti al giorno. Affinchè il pranzo arrivi alle persone bisognose di aiuto, un buon coordinamento è indispensabile: spetta alla responsabile del servizio di assistenza domiciliare valutare il bisogno delle persone che fanno richiesta e decidere chi può usufruire del pasto a domicilio. Il prezzo del menù – composto da tre portate – varia a seconda del reddito delle persone che vivono nella famiglia. La Mensa della Caritas viene informata dalla responsabile del servizio se il pranzo deve essere consegnato tutti i giorni o solo alcune volte la settimana e se il richiedente ha preferenze o intolleranze.

A seconda delle indicazioni fornite, la mattina presto i collaboratori della Caritas consegnano alla casa di riposo di Parcines i pasti, chiusi in contenitori ermetici. La casa di riposo è il punto di partenza, per così dire, da cui uno dei 18 volontari – per la maggior parte donne - il lunedì, il venerdì, il sabato e la domenica fa in modo che i box gialli di plastica arrivino a destinazione dalle persone bisognose. "A seconda dei luoghi e delle circostanze, nel Burgraviato abbiamo ricavato questi "punti di partenza" da cui partono i volontari per trasportare i pasti alle case delle persone in stato di bisogno.

Per

gli altri e per il bene comune. „E' im-

portante che le persone si impegnino volontariamente nell'aiuto di vicinato“, spiega Hanni Götsch che parla per esperienza personale e sa che la consegna dei pasti a domicilio impedisce il ricovero anzitempo delle persone anziane in casa di riposo. “I servizi sociali dell'Alto Adige funzionano molto bene“, afferma Götsch che però si chiede se questi standard qualitativi potranno essere mantenuti anche in futuro. “Non basta tendere la mano“, sostiene Hanni. Lei crede che ognuno, nella nostra società, debba dare il proprio contributo al bene comune. “Ognuno dovrebbe farlo secondo le sue capacità e possibilità“, aggiunge. Nella consegna dei pasti a domicilio l'impegno pubblico e privato possono trovare una bella sintesi. Hanni Götsch consegna i pasti per circa 20 volte l'anno. Assieme alla signora Rosa Urban-Ellemunt coordina il servizio a Parcines e a Rablà. Solo nella comunità comprensoriale del Burgraviato vengono distribuiti all'incirca 240 pasti a domicilio.

La volontaria di Parcines è arrivata alla prima fermata, parcheggia l'auto nella strada laterale, solleva il contenitore giallo con i piatti caldi, prende l'insalata che è conservata a parte e uno yogurt dal baule. La discesa in cortile è ripida: alla fine del percorso una vecchia contadina, quasi cieca, aspetta il pranzo. “Hanni“, chiama, “sei tu?“. Hanni Götsch apre la porta massiccia ed entra nella casa dell'anziana signora, le prende la mano e le chiede come sta. In cucina non fa particolarmente caldo e, per questo, Hanni si informa se la signora ha abbastanza legna da ardere. “Certo, certo“, la assicura la vedova che deve solo mettere altra legna nel fuoco.

Hanni è convinta che i famigliari siano tranquillizzati dal sapere che, almeno una volta al giorno, qualcuno passa a trovare i loro genitori o parenti e controlla che tutto sia in ordine. Non tutti infatti hanno la possibilità di verificare che i propri famigliari siano in buona salute. A parere di Hanni la consegna dei pasti a domicilio svolge una funzione sociale importante, di costruzione delle relazioni interpersonali, oltre a quella legata alla salute. A lei è già capitato di andare a comprare medicine o di chiamare un medico quando i clienti non stanno bene.

Dopo aver salutato la cliente, Hanni Götsch prende i box del cibo del giorno precedente e li sistema sul lato sinistro del baule. Sul lato destro ci sono i container con le pietanze del giorno. Alla fermata successiva, ne estrae uno che reca la scritta “pasta“, poi suona a una porta su cui compaiono numerosi campanelli. Dato che non risponde nessuno, Hanni scopre sul retro dell'edificio l'entrata dell'abitazione della signora cui deve portare il pranzo. “Capita a tutti i volontari, una volta al mese circa“, spiega la signora Götsch. Succede di continuo che ai clienti abituali se ne aggiungano altri mentre altri ancora rinunciano perché entrano in casa di riposo o di cura oppure perché sono deceduti. “Non sempre riesco a trovare il campanello giusto al primo colpo“, dice Hanni con un sorriso.



Foto: Franziskanerschwestern von der Ebné

Foto: Maria Lobis

A Hanni a volte capita di andare a comprare medicine o di chiamare un medico quando i clienti non si sentono bene.

La seconda cliente di quest'oggi racconta alla signora Götsch del dolore al ginocchio che si prolunga da tanto tempo, di una visita che dovrà passare il giorno seguente, della nipote che domenica è passata a farle visita.



Foto Maria Lobis

I volontari regalano il loro tempo

Tempo, dedizione ed energia: è ciò che gli attuali 786 volontari (donne e uomini) mettono a disposizione della Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone nei diversi settori del sociale in cui è attiva. Alcuni servizi, come l'Assistenza domiciliare, il servizio Hospice e alcune consegne di pasti a domicilio non potrebbero essere realizzati – almeno nella misura e con la qualità garantite dal servizio al giorno d'oggi - senza l'apporto dei volontari, che sono tutti seguiti da collaboratori fissi della Caritas e, a seconda del tipo di impegno, preparati con formazioni ad hoc. Al momento i volontari della Caritas collaborano ai seguenti servizi: distribuzione dei pasti alle persone in stato di bisogno, consulenza per migranti, realizzazione di corsi di lingua per rifugiati, trasporto e consegna dei pasti a domicilio, visita a persone affette da demenza senile, servizio Hospice, servizio Ferie & Ricreazione, accompagnamento di persone sieropositive e malate d'Aids, ambito della cooperazione allo sviluppo, Café Iris, raccolta degli indumenti usati, attività amministrative e youngCaritas. A tutti loro vanno i ringraziamenti della Caritas. Chi fosse interessato a collaborare come volontario, può rivolgersi agli uffici del servizio Volontariato e Caritas parrocchiali (Contatti a pag. 81).

Il signor Trafojer è stato il primo volontario di Parcines a consegnare pasti a domicilio. Adesso è diventato lui stesso un cliente del servizio.

Serve

umanità La visita successiva della volontaria

avviene dalla famiglia Trafojer di Rablà. Da due anni, Josef Trafojer riceve i pasti a domicilio. Fino a qualche mese fa li riceveva anche sua moglie. Nel frattempo lei ha recuperato un po' la salute, racconta, e perciò riesce a prepararsi da mangiare da sola. Ma suo marito non vuole rinunciare al menù vario offerto ogni giorno dalla mensa di Porta Venosta a Merano e quindi continua a ordinare i pasti. "E sono sempre molto puntuali", aggiunge, lasciando intendere che è una qualità del servizio che apprezza particolarmente. Il cibo gli piace: "E' caldo, saporito e mi riempie". Aspetta con impazienza che arrivi il venerdì, quando viene servito il pesce di cui è ghiotto. Lui preferirebbe mangiare più pesce che carne. Come primo piatto può sempre scegliere tra la zuppa o un altro primo come pasta, risotto o canederli.

Oggi il menù prevede pasta con salsa di verdure. "Quando voglio qualcosa di particolare, devo chiamare in mensa oppure lo dico alle persone che consegnano i pasti il martedì, quando ricevo il programma dei pasti per la settimana seguente", afferma il signor Josef Trafojer. L'orgoglio dell'anziano traspare quando spiega di

Storia di copertina

essere stato "il primo volontario di Parcines a consegnare pasti a domicilio, quando di questo servizio se ne occupava il KVW. Fresco di pensione, Josef Trafojer si era presentato come volontario per consegnare i pasti nelle case e quindi non gli è sembrato strano avvalersi di questo servizio una volta divenuto invalido, quando ha dovuto rinunciare alla patente e cucinare è diventato più difficile sia per lui che per sua moglie. Maria Trafojer non sa per quanto tempo sarà ancora in grado di stare ai fornelli per poter preparare qualcosa di caldo da mettere nello stomaco. Però fare lo sforzo di pensare a cosa potrebbe cucinare e a come procurarsi gli ingredienti le serve a strutturare la sua giornata. Quando proprio non ce la fa allora chiama la responsabile dei volontari.

Mentre porta i pasti alle persone, Hanni Götsch pensa a come può convincere i conoscenti a diventare volontari. "La cosa migliore è parlare personalmente con le persone. Chiedo volentieri a chi va in pensione o a coloro che so che potrebbero essere adatti e che dispongono di tempo libero". La più giovane volontaria di Parcines è una ragazza ventenne che lavora e che, un sabato al mese, si prende il tempo necessario per svolgere un servizio a favore del Prossimo, spiega la coordinatrice dei volontari Götsch. La volontaria più anziana, invece, ha già superato l'ottantina. Anche lei, una volta al mese, si mette alla guida della sua auto per consegnare i pasti alle persone bisognose.

„Noi compiliamo dei programmi trimestrali per i volontari", chiarisce la coordinatrice dei volontari di Parcines, "che vengono poi tempestivamente distribuiti così che non sorgano problemi quando si tratta di realizzare le consegne. Chi non può attivarsi nel giorno prestabilito deve cercare autonomamente un sostituto. Hanni Götsch d'estate è impegnata nella gestione della sua pensione e, per questa ragione, partecipa alle consegne come volontaria soprattutto in autunno e inverno. "Non mi spaventano le strade ghiacciate e la neve", sottolinea, "e nemmeno montare e smontare le catene".

Lo

faccio volentieri Dopo essersi accomiata dall'ultima persona, Hanni Götsch ritorna alla casa di riposo di Parcines dove scarica i box vuoti. Chi consegnerà i pasti della mensa della Caritas il giorno seguente li porterà a lavare. Nella casa di riposo c'è anche il libro dei viaggi dei volontari. Quest'oggi Hanni ha percorso 8,7 chilometri con la sua auto e, dopo quasi un'ora e mezzo, è tornata alle 12.20. Una volta all'anno vengono saldati i conti delle spese sostenute. La Caritas si accolla le spese per la benzina, mentre il tempo lo mettono i volontari.

Una volta all'anno, il Comune di Parcines invita tutti i volontari a mangiare una pizza. Ma anche durante l'anno i volontari si incontrano spontaneamente per passare un po' di tempo insieme. "Lo scambio tra di noi è sempre importante", afferma Götsch, "perché durante il volontariato ci si incontra raramente, ognuno fa il suo turno da solo". E' importante anche l'incontro che si tiene una volta all'anno con il responsabile del servizio e i collaboratori dell'Assistenza domiciliare che costituiscono le persone di riferi-



I volontari del Servizio Hospice accompagnano le persone malate e morenti a casa loro o nelle case di cura

mento dei volontari. In quell'occasione si discute di proposte di miglioramento e si pianificano cambiamenti concreti.

Rispondendo a una domanda sulla sua motivazione circa la consegna dei pasti, la donna di Parcines, dice: "Ho ereditato l'attitudine all'impegno sociale di mio padre che ha sempre voluto aiutare le persone in difficoltà". A Parcines, oltre alla "Consegna dei pasti a domicilio", Hanni coordina la pedicure per persone anziane che avviene una volta al mese nel distretto sociale. Da vent'anni dirige il club per anziani, la sezione del KVW locale ed è nel comitato del gruppo di volontari del Burgraviato. Ma per lei non è un peso. "Quello che faccio, lo faccio volentieri", spiega e questo è anche il suo motto quando recluta i nuovi volontari. "Chiedere troppo non porta a nulla", sostiene la volontaria che ritiene fondamentale che le persone che collaborano non debbano contribuire anche con i propri soldi: "Altrimenti tutto diventa frustrante e le persone abbandonano il servizio. Questo non deve succedere", aggiunge Hanni Götsch.



Foto Maria Lohis

Sieglinde Fuchs ha frequentato la formazione di nove mesi per volontari del Servizio Hospice. A quel tempo ha cominciato a non temere più la morte e la malattia.

Niente

più paura di malattie e fragilità. Sieglinde

Fuchs non conosce frustrazioni sebbene, visti dall'esterno, i risultati della sua attività siano a malapena visibili. Sieglinde Fuchs nel 2004 ha frequentato la formazione di nove mesi per volontari del servizio Hospice della Caritas. "È stato allora che ho cominciato a non temere più la morte", spiega con un leggero sorriso. "Fino ad allora ne ero terrorizzata ma poi ho imparato a combattere la paura", afferma la signora di 57 anni, originaria di San Candido ma abitante a Bolzano ed ex-impiegata di banca. Quella formazione è stata una scuola di vita che l'ha spinta a prendersi un periodo di aspettativa di tre mesi da lavoro e famiglia per andare nella casa per i morenti di Madre Teresa di Calcutta, in India. "E' stato come se avessi sconfitto la morte", descrive così il suo rapporto con la vita e con sé stessa, "ora non ho più timore della malattia o della fragilità".

Con passo leggero sale i gradini che portano al secondo piano del centro lungodegenti nel quartiere Firmian a Bolzano, dove lei

da due anni fa visita a Giovanni (nome cambiato dalla redazione), almeno una volta a settimana. "Giovanni è un caso difficile", dice Sieglinde Fuchs che è amica della dottoressa di Giovanni. "E' stata lei, una volta, a portarmi dal suo paziente", racconta la volontaria del servizio Hospice, "mi aveva parlato di un uomo di quasi 50 anni che era stato accolto mesi prima nel centro lungodegenti e che non riceveva mai visite, che non poteva parlare e che non poteva muovere nient'altro che gli occhi, il naso e la lingua".

Prendersi cura di Giovanni non è cosa facile. La sua dottoressa ha già spinto diverse persone a visitare i suoi pazienti. Ma la maggior parte è venuta solo una volta, al contrario di Sieglinde. "Con Giovanni, poco alla volta, abbiamo trovato un modus vivendi", sorride. Prende la mano di Giovanni nella sua. L'estremità del paziente è stretta in un pugno sul letto e Sieglinde la massaggia lentamente. Prima la volontaria ha spento la tv che, grazie all'aiuto di alcuni amici, è riuscita a recuperare e a portare nella stanza di Giovanni. "Per passare il tempo durante la giornata", spiega.

Storia di copertina

Nell'aria si avverte un odore penetrante. Per precauzione Sieglinde appoggia una giacca sulla testa di Giovanni così da poter aprire la porta che dà sul balcone e far entrare un po' di aria fresca. "Giovanni è molto delicato", sottolinea, "quest'anno, in primavera e in estate, a volte l'ho portato all'aperto, su una carrozzina, affinché potesse vedere il posto in cui vive anche da un'altra prospettiva". La donna nota che stare seduto provoca dolore al corpo rigido di Giovanni che però si rallegra della novità. Sebbene gli avesse fatto indossare un paio di occhiali protettivi, una sciarpa, giacca e pantaloni pesanti, Giovanni è tornato dalla breve gita all'aperto con raffreddore e catarro. Anche durante la visita gli assistenti gli devono più volte asciugare la bava. "Oggi è mercoledì", dice Sieglinde ad Giovanni. "Fuori piove forte", racconta, „ma puoi vederlo tu stesso se ti giro e guardi Bolzano, aldilà dei meli". Una leggera nebbia avvolge la conca di Bolzano.



Per mezzo di cartellini Sieglinde Fuchs ha trovato sistema di comunicazione con Giovanni, che non può parlare e non può muovere nient'altro che gli occhi, il naso e la lingua.

Sì

e no Ogni volta Sieglinde rimane una o due ore nella stanza di Giovanni. A volte mette un cd oppure gli legge qualcosa. Per lei l'importante è la comunicazione e lo scambio con lui. "Ieri mi trovavo sul Renon per visitare una anziana signora", gli racconta. Quando in una delle sue prime visite gli chiese se poteva appendere su una bacheca le foto sparse che aveva trovato in una cartelletta, non le riuscì di decifrare il movimento delle ciglia di Giovanni. Col tempo però i due hanno introdotto una sistema particolare di comunicazione per mezzo di cartellini con la scritta "si" o "no" che funziona. A seconda del movimento degli occhi – verso una carta o l'altra – la volontaria del servizio Hospice capisce la risposta dell'uomo. Da allora la sua camera è decorata con le foto e i medici e gli infermieri che passano dalla stanza disegnano sulla parete lavabile. La televisione viene accesa o spenta a seconda del movimento degli occhi di Giovanni.

Sieglinde Fuchs si aspetta notevoli progressi nella comunicazione con Giovanni dal computer che gli sarà messo a disposizione prossimamente e che è stato acquistato con l'accordo del tutore e della dottoressa del paziente. Una fascia sulla fronte di Giovanni dovrà misurare le onde elettriche del cervello e facilitare la comunicazione delle sua volontà e il suo contatto con il mondo esterno. Sieglinde non vede l'ora che quel momento arrivi. Forse ci saranno altre persone che vorranno visitare la persona immobile nel letto, così almeno spera Sieglinde.

Giovanni ha vissuto un'infanzia molto difficile e nella sua vita ha conosciuto molti momenti di disperazione. "Desideravo essere

informata sui momenti più importanti dell'esistenza di Giovanni", aggiunge la volontaria, "così potrò agganciarli ai suoi interessi, quando racconto della vita fuori da questa stanza". E sebbene le sue reazioni dipendano da un battere di ciglia, dai movimenti della lingua, dalla stropicciatura del naso o dalla rotazione degli occhi, Sieglinde riesce a interpretare quasi ogni piccolo, impercettibile gesto del paziente.

"**Sei felice?**", gli ha chiesto poco fa. Gli occhi dell'uomo hanno puntato in direzione del cartello con la scritta "SI". La visitatrice lo capisce, anche se il paziente non riesce praticamente ad esprimersi. "La sua vita precedente è stata dura", afferma, "quando la salute di Giovanni sarà diventata più stabile lo porterò anche in gita con me". Dopo due anni di accompagnamento, Sieglinde vede chiaramente il cambiamento di Giovanni: "E' contento quando ci sono. A volte sorride". Anche se soffre molto, come le ha spiegato la dottoressa.

Dopo 38 anni di lavoro alla Cassa di Risparmio di Bolzano, Sieglinde Fuchs si è licenziata e si è candidata per svolgere il servizio sociale volontario. Ogni martedì va con un'amica settantasettenne per una mezza giornata sul Renon a visitare un'anziana che abita in un maso e che ha problemi di salute. Le sbriga alcuni lavori di casa e, a volte, le va a fare la spesa. "Come volontaria del servizio Hospice faccio ciò che è necessario e ciò che è desiderato", spiega. Giovanni lo va a trovare perlopiù il venerdì. Per lei è imprescindibile essere puntuali e affidabili: "Dico sempre a Giovanni il giorno in cui ritornerò".



Foto Maria Lobis

E' felice di disporre di risorse di tempo e finanziarie per potersi dedicare a questa attività che dà senso alla sua esistenza. Prima ha cresciuto i suoi due figli e ha svolto con diligenza il suo lavoro in banca ma aveva poco tempo da dedicare a sé stessa e alle persone svantaggiate. Il cambiamento della sua vita deriva dall'aver letto un articolo di giornale in cui si annunciava la formazione di volontari per il servizio Hospice. "E' importante aiutare con competenza", chiarisce, "io so fare la distinzione tra la storia delle persone bisognose di aiuto e la mia. Quando passo a trovarle, nel reparto lungodegenti o nel maso, mi dico: eccomi, sono a vostra disposizione. Ho la voglia e il tempo di spendermi per queste persone ma so anche gioire delle cose belle della vita: faccio sport, vado a teatro e in ferie". Sieglinde lo sa di prima mano: le persone che nella "vita normale" per lei erano magari poco interessanti e superficiali, quando sono malate acquistano una diversa profondità e presentano qualità impensate. "La cosa più importante è che le persone vivano bene, che conoscano il valore della vita". La volontaria è convinta che ogni persona possa dare il proprio contributo affinché ciò avvenga: serve poco, oltre alla buona volontà. E domanda: "Chi ci garantisce che un domani anche noi non saremo ospiti in una casa di cura? Nessuno può dirlo". Per questo motivo Sieglinde Fuchs vorrebbe motivare gli insegnanti a visitare la casa di cura di Firmian con i loro studenti, „Ho visto che i giovani non rimangono scioccati di fronte a persone gravemente ammalate. Però ne rimangono colpite e hanno compassione. In questo modo possono maturare un'altra consapevolezza della propria stessa vita". ● ml

Attivi nelle Caritas parrocchiali

Nelle elezioni dei consigli parrocchiali dello scorso novembre sono stati designati i nuovi responsabili dei gruppi delle Caritas parrocchiali. I volontari delle parrocchie si sono impegnati soprattutto nelle visite agli anziani, hanno effettuato la distribuzione di indumenti per le persone meno abbienti, hanno distribuito pacchetti contenenti generi alimentari a famiglie in stato di bisogno, hanno organizzato passaggi in auto dal medico per le persone prive di mezzi di trasporto, hanno consegnato pasti a domicilio, hanno prestato ascolto attivo alle persone in stato di bisogno che hanno cercato aiuto in parrocchia e le hanno reindirizzate verso i servizi professionali pubblici e privati. Nelle 281 parrocchie al momento sono attive all'incirca 1.500 persone che dalla Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone ricevono formazione e sostegno nell'ambito della consulenza e dell'accompagnamento di persone in stato di bisogno.

L'Anno Europeo del Volontariato 2011

La Commissione Europea ha dichiarato il 2011 "Anno Europeo del Volontariato". Così si propone di convogliare l'attenzione dell'opinione pubblica del continente sull'importanza del lavoro volontario per la società. "Il volontariato contribuisce all'affermazione di una società più consapevole, democratica e attenta al sociale", scrive la Commissione Europea in un dossier sull'"Anno Europeo del Volontariato" che aggiungono: "Quest'anno aiuterà le migliaia di organizzazioni di volontariato di tutti gli Stati membri ad allacciare contatti più stretti. Nel corso dell'anno ci occuperemo di questioni centrali come le disposizioni di legge e la qualità delle attività di volontariato. L'iniziativa si rivolge pertanto ai politici a livello europeo, nazionale, regionale e locale, alle imprese, alle organizzazioni di volontariato, agli stessi volontari e all'opinione pubblica generale". Nel 2011, ad aprile, Caritas riproporrà l'azione "72 ore senza compromessi" e, a giugno, organizzerà un workshop internazionale sul volontariato, oltre al tradizionale "Giorno di Volontariato" a ottobre. Ulteriori manifestazioni e iniziative – anche in collaborazione con altre realtà associative della provincia di Bolzano – serviranno a rivolgere l'attenzione della società sul valore del volontariato sociale.

Chi fosse interessato a prestare opera di volontariato o chi ha bisogno di sostegno o formazione, è pregato di mettersi in contatto con i collaboratori del servizio Volontariato e Caritas parrocchiali: Bolzano, Tel. 0471 304 330, freiwilligenarbeit@caritas.bz.it, Bressanone Tel. 0472 205 965, cbx@caritas.bz.it, Brunico, Tel. 0474 414 064. cbo@caritas.bz.it, Merano, Tel. 0473 231 115, fwa.meran@caritas.bz.it oppure www.freiwilligenboerse.it.

Aria nuova alla Caritas

È davvero possibile cambiare?

Eletti a novembre i consigli pastorali parrocchiali, in queste settimane sta ripartendo l'attività dei vari gruppi parrocchiali, anche di quelli legati alle Caritas parrocchiali ed alle missioni: per la prima volta le attività sono riunite sotto un'unica Caritas, grazie al passaggio di una buona parte dei compiti dalla Fondazione Odar alla Fondazione Caritas. Alla Caritas si respira davvero aria nuova: adesso però occorre ripartire.

Ogni nuovo inizio deve farsi largo tra due polarità - il passato ed il futuro - e deve anche difendersi dalle sollecitazioni che giungono dai due estremi, ossia da un lato la storia che è maturata sino a quel momento, dall'altro le sfide che incombono da quel momento. Proteggersi da questa tensione non è sempre facile.

Il passato infatti vuole consolidarsi e non riconosce alcun diritto al cambiamento: secondo i suoi difensori, siccome il progresso non porta a nulla di buono è molto meglio se tutto prosegue immutato. Nulla della tradizione si può scartare: tutto il nuovo che si desidera e progetta fallirà comunque.

Il futuro invece ha paura di ciò che è stato e punta su ciò che è totalmente nuovo: secondo i suoi sostenitori, ciò che è superato non

merita alcun rispetto perché, se solo venisse conservato, sarebbe fonte di pericolo. Serve una rottura radicale: ciò che si è mantenuto nel tempo è una zavorra che impedisce il progresso.

Se in alcune occasioni può aver senso cedere al passato o abbandonarsi al futuro, per le Caritas parrocchiali e per la Caritas della nostra diocesi questa non rappresenta un'opzione praticabile. Nel passato infatti troviamo ciò che ci aiuta a valorizzare il presente, mentre la possibilità di un futuro migliore è la molla che ci spinge ad affrontare i problemi subito, nell'oggi. Occorre quindi saper conservare ciò che era buono, perché rimane buono, e lasciarsi alle spalle ciò che invece è stato superato: occorre però anche sapersi aggrappare a ciò che pare necessario e fattibile e sperimentare ciò che pare solo un coraggioso tentativo.

L'impegno delle Caritas parrocchiali può dare frutti solo se tutti i volontari sono capaci da un lato di prendersi davvero cura sia delle persone che hanno bisogno di aiuto, sia delle loro situazioni di vita - in breve, se le accettano per quello che sono - e dall'altro hanno non solo fiducia nel cambiamento ma confidano anche che il miglioramento è possibile proprio lì dove non ce lo si aspetterebbe. Allo stesso modo, la fase di cambiamento avviata dalla Caritas della diocesi di Bolzano-Bressanone può compiersi solo unendo e valorizzando le diverse esperienze maturate sinora in due contesti separati, ad esempio quei servizi che, gestiti oggi assieme, un tempo avevano pochi punti di contatto.

Questo inizio, sospeso tra passato e futuro, non è solo un obbligo occasionale ma appartiene di diritto all'essenza stessa della Caritas, intesa come mentalità e comportamento sia del singolo cristiano sia della comunità parrocchiale. Ancora: è un dovere dell'essere cristiani. La fede cristiana infatti parte proprio da qui: tutta la realtà è creazione di Dio e tutto ha bisogno della redenzione di Dio. Questo può voler dire solamente che ciò che è stato contiene qualcosa di buono e deve essere salvaguardato nel futuro: tuttavia, ciò che offre il presente è imperfetto ed ha bisogno di cambiamento. Perciò, solo se riusciamo a collegare nel tempo presente sia il passato che il futuro, allora anche il nostro agire nell'oggi può cambiare il mondo. ●

Pio Fontana e Heiner Schweigkofler
Direttori Caritas



"Mama lishe"

Le donne della Tanzania combattono fame e povertà

Le donne africane hanno grinta, ambizione, desiderio di riuscire. Hanno la motivazione e la determinazione indispensabili a costruire per sé e per la propria famiglia una vita migliore. Sono il cuore e l'anima della famiglia e della comunità. Nella gestione del denaro sono responsabili, competenti e diligenti nello spenderlo, a vantaggio quasi esclusivo dei propri figli. Di fronte a tanta potenzialità, ciò che bisogna dare loro è solo l'accesso al credito.

Aisha sorride da dietro il banco del suo "ristorantino". A dire la verità, il ristorante è una semplice capanna di pali e fango con il tetto fatto di foglie di palma da cocco sotto cui la donna sta inginocchiata per ore mentre prepara riso, fagioli, ugali (pietanza simile alla polenta) e verdure come gli spinaci e le patate dolci, cuocendo tutto su una specie di stufetta a legna. Quando non è inginocchiata, Aisha ha sempre con sé la piccola Zainabu: a volte in braccio, a volte sulla schiena sorretta da un kanga colorato o, più spesso, attaccata al seno che da circa un anno è suo principale compagno di vita e di giochi. Aisha è nata 17 anni fa in un villaggio del distretto di Bagamoyo, in Tanzania, uno dei paesi più poveri al mondo, in cui oltre il 36% della popolazione vive con meno di 70 centesimi di euro al giorno e il 40% non ha accesso all'acqua potabile.

Rimasta senza genitori a 13 anni, è arrivata nella periferia della città per lavorare come "serva" in una casa di ricchi commercianti: 18 ore al giorno, nessun giorno libero, 1,50 euro al mese era lo stipendio. Un giorno, il figlio del "padrone" decise che Aisha "non era poi così male" e senza tante storie la stuprò cosa che, nell'ordine, le causò licenziamento e gravidanza. Grazie a Dio le venne risparmiata un'infezione da HIV che in Tanzania affligge oltre 1,6 milioni di persone. Per caso, qualche mese dopo, incontrò un'amica e con lei iniziò a frequentare un corso di formazione per la cura dei bambini e di igiene, salute e alimentazione. Fu il primo passo per entrare nel programma che la Caritas altoatesina, in collaborazione con l'ONG CVM (Comunità Volontari per il Mondo), sostiene in Tanzania a favore delle donne. Il programma prevede anche una formazione contabile, la creazione la gestione di gruppi cooperativi femminili e del credito e l'attivazione di circuiti di microcredito e di fondi rotativi. Si svolge in 5 villaggi e coinvolge 120 donne che affrontano ogni



Foto Silvia Volpato

giorno il problema della povertà, della scarsa alimentazione e della malnutrizione propria e dei propri figli dei quali si occupano spesso da sole e in condizioni estremamente precarie.

Tante avrebbero le potenzialità per avviare una piccola attività economica ma s'imbattano nel difficile accesso al credito, che colpisce le donne molto più degli uomini, in quanto non hanno garanzie da mostrare e sono normalmente escluse dai sistemi creditizi tradizionali. Le donne lavorano quasi sempre in modo informale al di fuori di ogni tutela della loro sicurezza sociale; in caso di gravidanza o malattia non possono che far affidamento sul proprio partner o sulla propria famiglia. Questo fatto non fa che aumentare la loro vulnerabilità e dipendenza. La dipendenza dal partner nega alle donne la possibilità di prendere decisioni riguardo la loro vita e quella dei figli o di accedere alla giustizia nel caso di abusi, violenze o mancato rispetto dei loro diritti di base.

Aisha ha avuto accesso a un microcredito di 285 euro che dovrà restituire in tre anni ed è diventata ora una "Mama lishe" ("lishe", in lingua swahili, significa nutrizione, alimentazione): così vengono chiamate le donne che in ogni angolo di queste zone rurali allestiscono piccoli ristoranti in cui si sfamano tanti studenti o gli agricoltori al ritorno dai campi. Ha un piccolo reddito sicuro, sta imparando a leggere e a scrivere bene, può pensare al suo futuro e a quello della sua piccola con speranza e ottimismo. Aisha sorride: "Zainabu andrà anche a scuola e sarà brava, più brava della sua mamma. Io vivo e lavoro solo per questo". ●

(fm)

Chi volesse sostenere donne come Aisha, può fare una donazione indicando la causale "Fame in Africa" online all'indirizzo www.caritas.bz.it oppure versandola su uno dei conti della Caritas (pag. 97).

Pakistan

Ricominciare dopo le inondazioni

20 milioni le persone colpite, 1.600 i morti, 900.000 le case spazzate via e centinaia i ponti abbattuti dalla violenza delle acque. Le devastazioni provocate dalle pesanti inondazioni che hanno flagellato gran parte del Pakistan lo scorso luglio superano ogni immaginazione. Già prima della catastrofe un quarto della popolazione viveva al di sotto della soglia di povertà. Ora milioni di persone hanno perso nelle inondazioni anche quel poco che possedevano e sono minacciate da epidemie e fame. Molte persone nel Nord del mondo però sono loro vicine: tra queste anche i tanti donatori dell'Alto Adige.



Temporalì biblici e i fiumi straripati hanno sommerso intere città e paesi.

E' stata la peggiore inondazione vissuta dal Pakistan da decenni. A luglio del 2010 un terzo della popolazione si trovava sotto l'acqua. Temporalì biblici e i fiumi straripati hanno sommerso intere città e paesi. Case, linee elettriche e ponti sono stati spazzati via dalle imponenti masse di acqua. Scuole, centri sanitari, officine di artigiani sono stati rasi al suolo dalle acque che hanno portato via anche macchine da lavoro, i raccolti e migliaia di animali. 20 milioni di persone si sono trovate con nulla in mano: senza un tetto sulla testa, senza cibo, senza medicine, senza una base concreta per vivere. Interi paesi sono stati isolati dal mondo esterno. Circondati dall'acqua per ogni dove, le persone paradossalmente soffrivano la sete e molti hanno bevuto l'acqua contaminata, con conseguenze negative sulla loro salute. Le reali dimensioni della catastrofe sono apparse in tutta la loro evidenza quando le acque si sono ritirate. Quasi tutti i beni primari erano stati portati via dalle inondazioni, le case erano state distrutte o rese inabitabili.

Le inondazioni catastrofiche del Pakistan e il dolore delle persone in Pakistan hanno scatenato commozione e partecipazione in tutto il mondo. Anche la popolazione altoatesina, fin dal primo momento, ha dimostrato la propria solidarietà. Più di 4.500 donatori hanno versato fino ad oggi più di un milione di euro sui conti della Caritas: con questi soldi è stato possibile partecipare all'azione della rete internazionale della Caritas, prendere parte alle operazioni di soccorso e sostenere due progetti di ricostruzione che

fondamentalmente permetteranno alla popolazione contadina di riavviare un'attività autonoma e produttrice di reddito.

Gli operatori nelle catastrofi e i collaboratori di Caritas Pakistan si sono messi all'opera nei momenti immediatamente successivi alle inondazioni per distribuire i beni di primaria importanza alle persone colpite. Almeno 4.000 famiglie da allora sono state rifornite di alimenti, acqua potabile, pastiglie per purificare l'acqua, articoli igienici, coperte e teloni, tende e reti anti-zanzare. Per prevenire le epidemie sono stati allestiti centri sanitari in cui le persone vengono vaccinate e i feriti ricevono cure. Circa 5.000 famiglie hanno ricevuto un aiuto medico. I collaboratori di Caritas, in accordo con le autorità locali hanno fornito medicine e strumentazione medica. La Caritas dell'Alto Adige ha inviato all'incirca 670.000 euro.

A sei mesi dalla catastrofe numerosi progetti di ricostruzione sono già partiti. Il partner di progetto della Caritas in Pakistan è l'organizzazione di donne AWARD che, dal 1994, si impegna a favore dei diritti delle donne e per lo sviluppo agricolo.

Al momento, nelle regioni montuose Swat, Shangla e Kohistan, nel Nord, si stanno costruendo 100 ponti sospesi e si stanno ristrutturando le vie di comunicazione danneggiate per permettere così alle comunità isolate di tornare a comunicare con il mondo esterno. In questi territori le inondazioni hanno raso al suolo interi villaggi. "Alcuni paesi che si trovavano sui pendii delle montagne sono rimasti intatti ma la maggior parte di quelli sorti lungo le rive dei fiu-



Foto Caritas Österreich



Foto Caritas Österreich

Il rischio di malattie infettive e fame è sempre alto

mi sono stati spazzati via dalla furia delle acque”, spiega Thomas Preindl, l'operatore della Caritas austriaca, di ritorno dal Pakistan. Con la costruzione dei ponti sospesi, le famiglie colpite ricevono l'accesso ai mercati e ai punti di distribuzione degli aiuti. I nuovi collegamenti hanno permesso a 1.200 persone di riprendere il loro lavoro come contadini o allevatori di bestiame. Nei 50 paesi della regione inoltre si stanno posando di nuovo le condutture dell'acqua, intasate e distrutte dall'acqua e dal fango. “L'acqua dei fiumi è sporca ed è veicolo di malattie. Le persone hanno bisogno di acqua potabile pulita con cui placare la loro sete senza correre il rischio di contrarre malattie letali”, aggiunge Preindl.

150.000 euro invece è la somma che la Caritas altoatesina sta impegnando per combattere la disoccupazione nelle campagne: centinaia di persone in Pakistan lavorano alla ricostruzione e l'anno prossimo avranno un reddito regolare. Nel parte sud del Pakistan, in Punjab, il granaio del paese, Caritas ha distribuito a 1.200 piccoli contadini le sementi per la prossima semina. La scorsa estate i fiumi straripati hanno quasi completamente distrutto i raccolti e sconvolto la fertilità della terra. Ogni famiglia ha perciò ricevuto, oltre alle sementi per frumento, colza e girasoli, anche la quantità di concime necessario per ogni acro di terreno.

“I progetti che riguardano le sementi ora sono particolarmente importanti per assicurare il reddito di base e la disponibilità alimentare dell'anno prossimo. In molte zone del Pakistan per un anno alme-

no non ci saranno raccolti: tanto più importante è quindi favorire la coltivazione laddove quest'anno saranno possibili raccolti”, spiega Fabio Molon, responsabile dell'Ufficio Esteri della Caritas a Bolzano. La Caritas Bolzano-Bressanone sostiene questo progetto con altri 50.000 euro. Oltre alle sementi, le famiglie sono sostenute anche per quanto riguarda l'allevamento di capi di bestiame con capre, mucche e pollame. Ulteriori progetti di cooperazione sono allo studio. “Le persone in Pakistan sono incredibilmente grate per ogni tipo di aiuto. Lavorano senza sosta per poter ricominciare a vivere dignitosamente il prima possibile”, spiegano i due direttori di Caritas, Pio Fontana e Heiner Schweigkofler che ringraziano tutti i donatori, “con questi progetti stiamo costruendo anche ponti di pace e di collaborazione tra culture diverse”. ●

(SR)

Chi volesse sostenere donne come Aisha, può fare una donazione indicando la causale "Pakistan inondazioni" online all'indirizzo www.caritas.bz.it oppure versandola su uno dei conti della Caritas (pag. 97).

Testamento biologico

Direttive anticipate di trattamento

In Italia non si è ancora arrivati ad una concreta e chiara regolamentazione giuridica relativa alle direttive anticipate di trattamento, chiamato anche testamento biologico. Non possiamo dire quando questa proposta potrà arrivare a una approvazione. Chiunque voglia stilare il proprio testamento biologico in ogni caso deve fare riferimento a diverse fonti del diritto costituzionale. Uno strumento di consultazione e un chiarimento a livello giuridico sulle indicazioni anticipate di trattamento viene proposto attraverso la brochure appena stampata dalla Ripartizione Sanità della Provincia Autonoma di Bolzano. Inoltre il Servizio Hospice ha redatto un proprio documento che intende approfondire alcuni punti e posizioni inerenti il testamento biologico.



Foto Sabine Raffin

Negli ultimi decenni, le conquiste della moderna medicina e delle scienze sociali hanno portato a importanti e consistenti cambiamenti. Con gli sviluppi medico assistenziali, si sono modificate anche gli orientamenti dei malati stessi; sono aumentate le loro aspettative e di conseguenza anche i bisogni verso le figure professionali, istituzioni, parenti e ambiente sociale. Ciò che persone in situazioni di grave malattia o di terminalità chiedono e vogliono, è non solamente un buon sostegno medico assistenziale, ma la considerazione delle proprie idee e opinioni sulla vita accrescente nel caso dell'esperienza. Queste persone vogliono vedersi riconosciuto il diritto all'autodeterminazione ed essere pertanto considerate soggetti autonomi, con gli stessi diritti di qualsiasi altro cittadino, quindi poter decidere e scegliere come affrontare e vivere la loro malattia o terminalità. Una normativa legislativa che regoli in maniera chiara le direttive anticipate di trattamento, potrebbe sostenere ulteriormente questo diritto.

Il cosiddetto testamento biologico è un'indicazione della volontà della persona posta per iscritto in cui è indicata la data di compilazione. E' compilato da soggetti consapevoli e in grado di valutare e scegliere quali siano a loro avviso i trattamenti medico-sanitari attuabili o meno nel caso di grave compromissione delle capacità mentali o grave malattia fisica. Queste direttive trovano applicazione nel momento in cui la persona non risulta essere più in grado di decidere e scegliere autonomamente o di esprimere le proprie volontà. Per i medici, il personale sanitario e i familiari, le direttive anticipate di trattamento sono un valido sostegno

nel prendere le decisioni rispettose delle volontà del paziente. "Costoro vivono una situazione di grande tensione. Da una parte devono tener presente il bene del paziente, dall'altra fare i conti con i propri sentimenti. Le direttive anticipate di trattamento comportano uno sgravio di responsabilità nei loro confronti", spiega Günther Rederlechner, il responsabile del Servizio Hospice. "Va perciò considerata la possibilità che il paziente, di fronte ad una situazione concreta e attuale, possa decidere diversamente, pertanto non va dato valore assoluto a quanto dichiarato anticipatamente", continua Rederlechner. Perciò è utile indicare nel testamento biologico una persona di fiducia che ben conosca le proprie specifiche posizioni e aspettative.

Affinchè le proprie direttive anticipate di trattamento vengano prese in considerazione devono anche essere facilmente accessibili. Una copia dovrebbe essere depositata presso il medico curante e un'altra presso una persona abitualmente vicina. Sarebbe opportuno avere con sé un richiamo all'esistenza di tali direttive scritte. Per assicurarne una sua validità, sarebbe altresì opportuno riconsiderarla, se non addirittura rinnovarla nei suoi contenuti almeno ogni due anni apponendovi ulteriore data e firma. Esiste sempre la possibilità di annullare o cambiare le proprie decisioni in ogni momento. ●

(SR)

Il documento sulle Direttive anticipate di trattamento è disponibile online all'indirizzo www.caritas.bz.it o presso il Servizio Hospice (Tel. 0471 304 370, hospiz@caritas.bz.it).



Bolivia, Brasile, Eritrea, Kenya, Macedonia.

Caritas offre una chance ai bambini di questi Paesi grazie a istruzione, alimentazione e cure mediche.

Il sostegno
all'Infanzia
porta
bene!

Sostieni anche tu l'Infanzia!
www.caritas.bz.it

Aids

Una battaglia che continua



Dagli anni '80, quando venne scoperto il virus dell'Hiv, a oggi la ricerca sulla malattia ha fatto passi da gigante e, in molti casi, la qualità della vita delle persone sieropositive e dei malati è migliorata sensibilmente. Ma le persone continuano a infettarsi: giovani e persone più avanti con gli anni, uomini e donne, eterosessuali ed omosessuali, il virus colpisce senza discriminare nessuno. Questo è forse dovuto a un calo dell'attenzione dell'opinione pubblica. Di Aids e di prevenzione si parla troppo poco e in maniera non sempre chiara. Spesso, i più giovani non conoscono l'Aids o ne sanno poco, mentre le generazioni più mature si sono convinte di averla scampata o pensano che il fenomeno sia sotto controllo.

Hiv e Aids: cosa sono. L'Hiv è un virus che attacca le cellule del sistema immunitario umano la cui distruzione causa la sindrome da immunodeficienza acquisita, l'Aids: una persona che ne è affetta è senza difesa contro eventuali infezioni. Il virus dell'Hiv si trova nel sangue e nei liquidi biologici (sperma, secrezioni vaginali) e si trasmette per via ematica (es. trasfusioni di sangue infetto, contatto con oggetti che provocano tagli o ferite e che non sono sterili come rasoi, aghi per tatuaggi, siringhe), sessuale (rapporti con persone sieropositive o malate d'Aids) o per via verticale, cioè direttamente dalla madre al figlio (in gravidanza, durante il parto o con il latte materno). Attualmente le terapie con farmaci retrovirali (che fermano o interferiscono nella riproduzione del virus nel corpo) permettono alle persone sieropositive di generare figli sani. L'Hiv non è trasmesso con i normali contatti quotidiani, abbracciandosi, baciandosi o accarezzandosi. La cosa migliore da fare, se si ha anche il minimo sospetto di aver contratto l'infezione, è sottoporsi al test, che in provincia di Bolzano si può effettuare gratuitamente negli ospedali di Bolzano, Merano, Brunico o nel SerD di Bressanone. Il test è volontario, anonimo e segreto. Conoscere per tempo la propria situazione di sieropositività ha effetti pratici molto importanti perché si possono cominciare le cure con i farmaci prima che compaiano i sintomi della malattia e farsi sostenere da servizi medici, sociali e psicologici specialistici che aiutano le persone malate a convivere con l'Hiv; inoltre, se una persona sa di essere infetta può evitare comportamenti che mettono a repentaglio la salute delle persone con cui entra in relazione.

Le cure. Negli anni '80 una persona sieropositiva aveva una speranza di vita molto esigua. Oggi, grazie all'utilizzo di farmaci retrovirali, le persone sieropositive riescono a vivere molto più a lungo rispetto al passato. Non esistono cure per l'infezione dell'Hiv ma i farmaci retrovirali prevengono lo sviluppo in Aids. Si tratta, in ogni caso di farmaci pesanti e che vanno assunti per tutta la vita dato che non è possibile guarire. Esistono numerosi studi per un vaccino, ma al momento, ci vorranno ancora anni di ricerca e tanti investimenti prima di arrivare a un risultato concreto.

Come prevenire l'infezione. A volte può essere molto facile infettarsi con il virus dell'Hiv: per superficialità o eccessiva fiducia nella persona con cui si decide di avere una relazione sessuale. Ancor più facile – oltretutto più intelligente – però può essere evitare infettarsi ed essere consapevoli dei rischi che è possibile correre tenendo “comportamenti a rischio”. E' possibile limitare l'infezione da Hiv per via sessuale per mezzo di metodi molto diversi. Di seguito ne elenchiamo alcuni (gli stessi suggeriti dall'UNAIDS, ovvero dal Programma delle Nazioni Unite per la lotta all'Hiv e all'Aids), senza alcuna pretesa di indicare l'esclusività dell'uno o dell'altro:

- Astenersi dal sesso.
- Restare fedeli al partner (uomo o donna) non sieropositivo o ammalato d'Aids, evitando comportamenti a rischio.
- Utilizzare il condom maschile correttamente ad ogni rapporto sessuale.

Va inoltre ricordato che nessun atto sessuale è protetto al 100% dal rischio dell'infezione ma adottare delle precauzioni riduce notevolmente la potenziale trasmissione di IST. L'utilizzo corretto del preservativo ogni volta che si hanno rapporti sessuali è considerato safer sex, ovvero “sesso più sicuro”.

La diffusione dell'Aids in Alto Adige, in Italia, nel mondo. Le persone risultate sieropositive in Alto Adige dal 1985 ad oggi sono 737. Nel 2010 sono state riscontrate 19 nuove infezioni. L'andamento negli ultimi anni è abbastanza stabile e mediamente ci sono circa 20 nuovi sieropositivi per anno, con rari eccessi come, per esempio, 40 nel 2007. Una situazione estremamente grave è costituita dal fatto che ultimamente la metà dei nuovi casi di Aids avviene in persone che non hanno mai effettuato in precedenza il test: questo significa che erano positivi già da molti anni, che possono avere contagiato inconsapevolmente alcuni dei loro precedenti partner e che, arrivando in fase già conclamata, hanno una più grave compromissione del sistema immunitario con conseguente aumento del rischio di gravi malattie e morte.

I dati più recenti sulla diffusione dell'Aids in Italia stimano in 170-180 mila i sieropositivi, 22 mila i malati di Aids e una percentuale pari al 25% di sieropositivi che non sa di esserlo. Il 90% dei casi il virus è

acquisito per via sessuale e l'incidenza è maggiore al centro-nord rispetto al sud e isole.

Nel 2009, nel mondo, le persone sieropositive erano 33.3 milioni. Di queste, più di 30 milioni vivono in paesi a basso o medio reddito. La cifra più impressionante riguarda l'Africa, il continente più flagellato dalla malattia: il 68% di tutte le persone sieropositive del pianeta vivono nell'Africa sub sahariana e addirittura il 90% dei bambini infetti dal virus. In questa parte del mondo l'AIDS è rapidamente divenuta a prima causa di morte, superando in negativo mali atavici come la malaria o la tubercolosi. E' facile capire cosa significhino questi dati per Paesi che soffrono già per le difficili situazioni politiche, economiche e sociali. L'Organizzazione internazionale del lavoro (Ilo) prevede che entro il 2010 la forza lavoro complessiva diminuirà di più del 12% nei 35 paesi dell'Africa sub sahariana colpiti dall'epidemia di Hiv/Aids, con perdite che superano il 20% nei paesi più colpiti. L'uscita dalla povertà dei Paesi più poveri del continente africano passa anche attraverso una lotta efficace contro l'Aids.

Combattere L'Aids. Gli annunci periodici di un vaccino allo studio sollevano entusiasmi passeggeri ma la verità è che servono più sforzi sotto il profilo della prevenzione perché, sebbene le cure aiutino a cronicizzare la malattia, di Aids non si guarisce. Anzi oggi, paradossalmente, la situazione delle persone malate di Aids si è fatta più dura rispetto al passato perché il pregiudizio rimane e la strada che le persone sieropositive devono percorrere con questo peso si è allungata. E' più difficile vivere con l'Aids che morire. Le persone colpite dall'Aids, la maggior parte delle volte, rimangono sole. Spesso l'infezione da Hiv ha effetti devastanti sulla rete di relazioni sociali e affettive della persona, costringendola a nascondersi per paura di essere emarginata. Caritas intende diffondere nella società una cultura della responsabilità intesa nel senso dell'attenzione che ognuno di noi deve prestare a se stesso, come persona potenzialmente esposta al contagio, ma anche come condivisione dei pesi con le persone che da questa malattia sono state colpite, promuovendone l'inclusione sociale compromessa. ●

(az)

I servizi Caritas al sostegno di persone sieropositive e ammalate di Aids

Casa Emmaus, una comunità residenziale della Caritas a Laives per 12 donne e/o uomini sieropositivi o malati d'Aids bisognose di assistenza medica e sostegno psicologico e spirituale. A Laives via Pietralba, 100 Tel. 0471 952 766 emmaus@caritas.bz.it

Iris si struttura sull'azione di uno psicologo e psicoterapeuta, di un musicista-terapeuta e dei volontari che accompagnano le persone – sieropositive e malate d'Aids – seguite dal servizio. A Bolzano, in via Cassa di Risparmio 1, Tel. 0471 304 306, iris@caritas.bz.it

Binario 7, drop-in a bassa soglia per persone dipendenti da sostanze psicoattive (servizio safer sex, safer use, distribuzione di siringhe sterili e preservativi). A Bolzano, in via Garibaldi 4/a, tel. 0471 32 45 36 b7@caritasodar.it.

I costi sociali e individuali della malattia sono enormi.

Fonti:

<http://www.who.int/hiv/en>
<http://www.unaids.org/en/>
<http://www.salute.gov.it/hiv/hiv.jsp>
<http://www.sieropositivo.it/>
<http://www.lila.it/>
<http://www.propositiv.bz.it/>
<http://www.anlaid.it/>
<http://www.osservatorioaids.it/>
<http://www.caritas.bz.it/it/servizi/servizi/9-0.html>

Il mondo nel piatto

Cous cous maghrebino con verdura e carne di manzo, pane arabo tunisino, risotto italiano al radicchio, ravioli al formaggio croato-altoatesino, pesce persico all'aglio, pollo al forno alla peruviana, torta di yogurt alla marocchina e strudel di mele della nostra regione: un menù coi fiocchi che mescola gli aromi e il gusto di tante culture gastronomiche diverse, preparato da donne che, in Alto Adige, sono spesso vicine di casa. Da due anni Caritas organizza nella parrocchia di Sinigo serate tematiche di cucina per donne di origine straniera e donne locali. Ma le donne non si incontrano solo per cucinare: stringono legami di conoscenza, scoprono insieme come superare diffidenze e incomprensioni dovute alle diverse abitudini. A luglio 2010 l'iniziativa è stata premiata del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali: ora con un contributo ministeriale, Caritas vuole proporre le serate anche in altre località dell'Alto Adige, avvalendosi dell'aiuto dei volontari delle parrocchie. Nella parrocchia di San Paolo, ad Aslago, Bolzano, a dicembre dell'anno scorso si è tenuto il primo incontro di cucina interculturale.

Alle 17.30, nella cucina della parrocchia di San Paolo ad Aslago, a Bolzano, è tutto un agitarsi di braccia di donne che lavorano ai fornelli. Con cinque padelle soffriggono e cuociono sughi, ripieni, verdure, carne e pesce. L'aria è satura del profumo familiare di conserva di pomodori che sta cuocendo a fuoco lento assieme alla carne arrostita e qualche aroma di spezie orientali; il forno emana un sentore di torta e miele. Le donne tagliano verdure, impastano, adagiano il pesce nella padella, mescolano il sugo. E' una serata tutta al femminile, animata da donne di diversa provenienza culturale che si incontrano per cucinare insieme, mangiare insieme e conoscersi. Cucinando in compagnia nasce la fiducia e la voglia di stare insieme: ci si scambiano ricette, consigli su come preparare al meglio i piatti. La lingua non è poi tanto importante: italiano, tedesco, arabo o spagnolo, con il cibo ci si può capire lo stesso.

Anna ha ricavato per sé uno spazio di lavoro nella sala grande, dove più tardi si mangerà quanto è stato cucinato: sta preparando la pasta per i suoi ravioli al formaggio. Con gesti sapienti e allenati, la giovane donna fa scorrere la pasta attraverso il rullo fino a quando non ne esce una sottile sfoglia. Il ripieno – fatto con numerosi formaggi ed erbe – è contenuto nella zuppiera vicino a lei. La ricetta di Anna miscela la cucina croata e quella sudtirolese, le due tradizioni che lei stessa sente come sue. Anna è nata e cresciuta in Croazia: 17 anni fa è arrivata a Bolzano per lavorare come bambinaia e ci è rimasta.



“Veramente non era nelle mie intenzioni lasciare la Croazia, non potevo immaginare di vivere da qualche altra parte”, racconta. Ma quando una sua conoscenza le raccontò di un posto di lavoro nel capoluogo dell'Alto Adige, era curiosa e non poté rifiutare. Oggi è sposata con un altoatesino e ha due bambini. Vive volentieri a Bolzano, sebbene ogni tanto pensi ancora che prima o poi farà ritorno nel suo Paese. Anna cucina con grande passione. “Faccio volentieri degli esperimenti, collage di varie ricette di diverse parti del mondo: è così che nascono nuovi piatti”, sorride.

Oltre alla sua lingua-madre, Anna parla correntemente italiano e tedesco. Parla in italiano con Svetlana che ha portato una sorta di calzone ripieno di ricotta, un piatto tipico della Moldavia, il suo Paese. Le donne si conoscono di vista perché frequentano entrambe la parrocchia di San Paolo dove Anna, due volte al mese, dà una mano come volontaria nella distribuzione di pacchi di generi alimentari alle famiglie bisognose. Svetlana è una delle donne che vengono con regolarità a prendere la cosiddetta “borsa della spesa”. Ha lavorato per tanti anni come domestica, prima che nascesse suo figlio, che ora ha due anni. Da allora la giovane donna, dai tratti e dai modi raffinati, è a casa e i soldi sembrano non bastare mai. “Facciamo quello che possiamo. Io vado a fare le pulizie per qualche ora e mio marito lavora, ma qui è tutto così caro”, spiega.

Anche altre donne che partecipano all'incontro di cucina interculturale sono nella stessa situazione di Svetlana. La “borsa della spesa” – organizzata da un gruppo di volontari della parrocchia, con il sostegno del Banco Alimentare di Trento – rappresenta per loro un grande aiuto. „Vorremmo aiutare le donne ad affrontare il bisogno materiale ma anche mostrare loro che non sono sole con i loro problemi”, spiega Cristina, da anni la responsabile del gruppo di volontari della parrocchia di San Paolo che sostiene le persone in stato di bisogno. “Quando distribuiamo gli aiuti non c'è molto tempo a disposizione per poter parlare. La maggior parte dei contatti sono rimasti a un livello superficiale”, si dispiace la responsabile del gruppo. La proposta della Caritas, di organizzare



Le donne stesse sono stupite di sapere quante cose hanno in comune nonostante le diversità culturali.

assieme le serate di cucina interculturale è stata quindi da subito la benvenuta”, afferma Cristina.

Con regolarità, da due anni, Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone organizza serate di cucina interculturale per donne nella parrocchia di Sinigo. A primavera, l’iniziativa è stata premiata dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. Da allora sono disponibili maggiori mezzi finanziari e le serate possono essere tenute anche in altre località della provincia. “Queste serate sono dei piccoli passi, ma concreti, verso l’integrazione. Sono particolarmente importanti soprattutto per le donne che hanno bambini e non lavorano e che fanno più fatica a sviluppare relazioni nella quotidianità”, chiarisce la collaboratrice di Caritas, Daniela Paganini che accompagna lo sviluppo dell’azione. Cucinare assieme è utile a vincere le timidezze dei primi momenti. “Le donne stesse sono stupite di sapere quante cose hanno in comune nonostante le diversità culturali, soprattutto quando parlano di bambini, della gestione della casa e della vita familiare”, sottolinea Paganini.

In cucina, nel frattempo, è cambiato l’argomento di discussione: non si parla più di ricette e consigli gastronomici, ma di guida. Fatiha sta estraendo dal forno la sua torta allo yogurt. Madre di tre figli, marocchina, Fatiha vive con la sua famiglia fuori città. “Quando al pomeriggio devo andare a prendere i piccoli all’asilo e portare il più grande a fare sport, con il bus non ce la faccio”, racconta Fatiha. Per questa ragione adesso vuole fare la patente, anche se ha pau-

ra. Le altre donne la tranquillizzano, raccontandole le loro esperienze comiche all’esame di guida. Fatiha ride, la serata assieme alle altre donne le ha fatto bene, le ha regalato un po’ di leggerezza. “E’ bello incontrarsi con altre donne, senza costrizioni, per scambiarsi alcune ricette. Vedremo se piaceranno ai miei bambini”, afferma sorridendo.

Dopo aver lavorato per preparare i piatti, arriva il momento di mangiare assieme. Le cuoche prendono posto a tavola, riccamente imbandita: parlano, ridono, brindano, alcune con il vino, altre con l’acqua. Sui piatti ci sono ravioli, couscous, risotto, pesce e carne: un menù interculturale che piace a tutte. Alla fine, Evi serve il suo strudel di mele. E’ una delle volontarie che hanno organizzato la cena di Caritas e le sue guance sono rosse per il calore del forno. “Dobbiamo ripetere la serata il prima possibile”, dice, mentre distribuisce le fette di strudel alle altre donne. ●

(SR)

Nei prossimi sei mesi, Caritas organizzerà altre serate di cucina interculturale a Bolzano, Lana e Merano. Le donne interessate – immigrate e locali – sono cordialmente invitate a partecipare e a cucinare assieme. Le donne che volessero organizzare una serata di cucina interculturale nel loro paese o nella loro parrocchia, possono chiedere l’aiuto della Caritas. Tutte le informazioni sulle serate di cucina interculturale possono essere richieste presso il servizio Volontariato e Caritas parrocchiale, in via Cassa di Risparmio 1 a Bolzano, tel. 0471 304 330, freiwilligenarbeit@caritas.bz.it o all’indirizzo www.caritas.bz.it.

„Le donne hanno bisogno di un posto di lavoro“



Foto: Emanuele Schwela

Giulia Frasca è la responsabile di Casa Margaret da quando undici anni fa è stato inaugurato il servizio. Nella struttura vengono accolte donne senza dimora che cercano di rientrare nella vita attiva.

Le persone non sono tutte uguali: ognuna ha la sua particolare storia, le sue aspirazioni, esperienze, successi e fallimenti. A questo principio dell'umanità non sfuggono nemmeno le persone senza dimora. L'occhio sbadato della persona comune può forse portare a pensare che tutti i clochard abbiano alle spalle condizioni di dipendenza (da alcol o sostanze stupefacenti) o, secondo un pregiudizio ancora diffuso, che addirittura molti scelgano la vita sulla strada. Ma non è così. A Casa Margaret, il problema delle donne povere è pane quotidiano e negli ultimi due anni, le operatrici della struttura hanno accolto un numero crescente di donne colpite dalle nuove povertà. Le donne, normalmente i soggetti più deboli sul mercato del lavoro e nella società, sono tra le vittime più frequenti della crisi e delle nuove povertà: di relazioni, formative e di tempo che spesso accompagnano e anticipano quella legata al reddito.

Che tipo di utenza si rivolge alla Casa Margaret?

L'età varia molto: accogliamo donne dai 18 ai 70 anni. Non è possibile compilare una tipologia delle clienti. Ci sono donne provenienti da famiglie difficili, che hanno vissuto in un contesto affettivo o cognitivo molto critico o migranti che perdono il lavoro. Negli ultimi tempi abbiamo accolto anche un numero sempre crescente di persone fino a poco tempo prima considerate "normali". Si tratta soprattutto di donne vittime delle cosiddette "nuove povertà": in maggior parte donne separate o che stanno divorziando e che, oltre agli affetti, hanno perduto anche la casa, perché non hanno un punto di riferimento quale poteva essere un marito e con il loro lavoro - se ce l'hanno - non riescono a pagare l'affitto. Queste donne si ritrovano improvvisamente scaraventate da un'esistenza al riparo alla strada, devono provvedere a sé stesse da sole e magari, per la prima volta, sono obbligate a cercare un lavoro senza competenze specifiche dopo tanti anni trascorsi come casalinghe. Sono donne disorientate che non sanno più cosa fare della loro vita. Sempre più spesso però ci troviamo ad accogliere persone magari deboli dal punto di vista formativo e lavorativo ma che, prima di diventare senza dimora, sarebbero state considerate "normali".

Si tratta quindi di ospiti lontane anni luce dai percorsi di forte emarginazione sociale che, in precedenza, accomunavano i clochard?

Sì, sono persone che perdono all'improvviso ogni punto di riferimento - lavoro o marito - e che magari alla soglia dei 50 anni, vittime della dissoluzione dei legami sociali e famigliari, devono reinventarsi una vita diversa senza averne le competenze. Queste donne fino a poco tempo fa hanno trascorso un'esistenza sostanzialmente protetta. Con loro ricominciamo quasi da zero. Le accogliamo, diamo loro un letto, spieghiamo quando possono venire a mangiare, dove possono fare la doccia e lavare i loro vestiti. Dopo un po', quando si sentono più sicure, le invitiamo a fare un colloquio personale per capire di che cosa hanno maggiormente bisogno e cosa vogliono veramente. Vorremmo riuscire a ridare a loro un po' di autostima e dignità. Dopo i primi mesi di angoscia, si apre quasi sempre uno spiraglio e loro ricominciano a vivere in maniera dignitosa.

Qual è il passaggio più importante per rientrare nella vita attiva?

All'inizio le donne hanno bisogno soprattutto di sicurezza, protezione e calore umano; un luogo per poter tirare il fiato, dove trovare compagnia e comprensione. Si tratta di donne che hanno sofferto molto durante la loro vita in strada anche se, in qualche caso quest'esperienza è stata breve. Il reinserimento sociale può avvenire con successo se la donna è occupata e riesce, con le sue forze, a crearsi un'autonomia economica. Superati i 40 anni però è molto difficile. Per questo motivo sarebbe molto importante creare quante più possibilità di un lavoro protetto che garantisca loro un reddito regolare. Ora, molto spesso, dopo che un progetto di tirocinio lavorativo è terminato, non si presentano concrete possibilità di proseguire nelle attività intraprese. In questo caso il sostegno e la sinergia operativa con le istituzioni e le realtà produttive del territorio sono fondamentali. ●

(az)

La corsa dei miracoli parte il 20 maggio

La corsa dei

miracoli 2011 è una corsa per la raccolta di fondi in cui gli studenti percorrono un circuito di circa 1 km. Prima della manifestazione sportiva, ogni partecipante deve cercare degli sponsor privati (amici, parenti, imprese) che siano disposti a pagare una somma prefissata di denaro per ogni giro completato. La cifra raccolta alla fine verrà utilizzata per progetti di sostegno all'infanzia della Caritas in Brasile. Grazie alla corsa dei miracoli youngCaritas potrà lanciare all'opinione pubblica un importante segnale di attenzione alla povertà nel mondo. Inoltre i giovani avranno la possibilità di impegnarsi in prima persona per una buona causa. I giovani interessati possono partecipare con la loro scuola, come singoli corridori, oppure in gruppo. Assieme potranno veramente realizzare il miracolo di una corsa alla solidarietà verso le persone in stato di bisogno! ● (js)

youngCaritas, via Cassa di Risparmio 1, Bolzano, Tel. 0471 304 333, info@youngcaritas.bz.it, www.youngcaritas.bz.it



Be fair, be trendy Concorso di design

„My Fair Trend

Bag“ è il titolo di un concorso di design aperto ai giovani di età compresa tra i 16 e i 20 anni, che potranno presentare i propri progetti a partire dal 3 gennaio 2011 e fino al 26 aprile. I partecipanti devono disegnare e realizzare un prototipo di una borsa utilizzando stoffe del commercio equo e solidale. Gli unici requisiti: il design deve essere originale (creatività), la borsa deve poter essere utilizzata sia da uomini che donne (praticità) e la produzione deve essere accessibile (fattibilità e costi). Non esistono limiti alla scelta dei colori e della grafica, però per ogni borsa possono essere utilizzati solo i materiali di uno dei quattro produttori. La borsa che vincerà sarà prodotta da uno dei produttori tessili del commercio equo. I cataloghi con i modelli di stoffa a disposizione sono disponibili nelle botteghe del mondo dell'Alto Adige. La giuria, che sarà composta da studenti e professionisti, sotto la direzione del designer Benno Simma, premierà i migliori progetti sabato 7 aprile 2011, durante l'assemblea generale dell'iniziativa di solidarietà internazionale "Operation Daywork". Il primo premio è un viaggio nel paese dove si trova il produttore della borsa vincitrice (Guatemala, India, Nepal o Vietnam). Altri premi: un frisbee disegnato appositamente per questo concorso, una bicicletta, buoni pasto e buoni per gli acquisti. ● (js)

youngCaritas, Tel. 0471 304 333, info@youngcaritas.bz.it, www.fairtrend.org

72 ore senza compromessi

Rimbocarsi le

maniche per 72 ore di fila e raggiungere assieme una meta; progettare un intervento sociale e metterlo in pratica, senza compromessi, fino all'ultimo secondo. E' questo il motto di "72 ore senza compromessi", il progetto organizzato da youngCaritas, Südtiroler Jugending (SJR), AGESCI e Südtirols Katholischer Jugend (SKJ). Dal 7 al 10 di aprile 2011, si ricomincia: i giovani dai 16 anni in su, contemporaneamente in tutto l'Alto Adige, porteranno a termine diversi progetti e così offriranno il loro contributo alla diffusione della solidarietà verso le persone deboli e più svantaggiate nella nostra provincia. I gruppi di giovani, composti da un minimo di 5 fino a un massimo di 10 ragazzi e ragazze di età superiore ai 16 anni, avranno esattamente 72 ore di tempo per realizzare il loro progetto. I compiti svolti dai singoli sono diversificati. Durante il lavoro di organizzazione, i giovani potranno dare libero sfogo alla loro fantasia, confezionare essi stessi i costumi, scrivere e imparare una sceneggiatura, pensare a decorazioni adatte e invitanti, preparare qualche spuntino. I giovani dovranno dimostrare che sono disponibili ad affrontare i bisogni sociali e a farlo in maniera collettiva e coordinata. Chi volesse accettare le sfide dell'iniziativa, è pregato di contattare youngCaritas entro il 10 di marzo 2011 al sito www.72h.it. ● (js)

youngCaritas, via Cassa di Risparmio 1, Bolzano, Tel. 0471 304 333, info@youngcaritas.bz.it, www.72h.it.



Le tue tasse per una buona causa



Foto Sabine Raffin

I cittadini che pagano le tasse decidono come una parte di queste - il 5% - debba essere impiegata. Anche quest'anno il legislatore ha deciso di accordare la possibilità di destinare una percentuale delle imposte pagate alle

organizzazioni di utilità sociale. Donare il 5% è semplice: è sufficiente sottoscrivere nello spazio appositamente dedicato della dichiarazione dei redditi e indicare il codice fiscale della Caritas: 80003290212. E' inoltre possibile donare alla Chiesa cattolica un ulteriore 8% delle proprie tasse. Anche in questo caso è sufficiente apporre una firma nella casella apposita sulla dichiarazione dei redditi.

Chi non compila la dichiarazione dei redditi, può comunque sostenere sia la Caritas che la Chiesa cattolica utilizzando l'apposito spazio del mod. CUD e spedire il modulo in busta chiusa, gratuitamente, in posta. In questo caso è importante firmare anche lo spazio alla fine della pagina. Le buste per la consegna del CUD sono a disposizione presso le sedi della Caritas, nelle singole parrocchie e in Diocesi.

“Approfittate di questa possibilità e aiutatevi a dare una mano alle altre persone in stato di bisogno”, lanciano un appello i due direttori di Caritas, Pio Fontana e Heiner Schweigkofler. In tutta la provincia di Bolzano Caritas gestisce 34 servizi specialistici con un'offerta molto differenziata. I volontari e i collaboratori fanno ogni giorno l'esperienza che i piani di vita di una persona vanno spesso a gambe all'aria più di quanto queste desidererebbero. Molti riescono a rompere la spirale dell'esclusione sociale solo con un aiuto esterno.

Ulteriori informazioni sulla donazione del 5% alla Caritas e dell'8% alla Chiesa cattolica sono fornite dalla Caritas Bolzano-Bressanone in via Cassa di Risparmio 1, 39100 Bolzano, tel. 0471 304 300, info@caritas.bz.it, www.caritas.bz.it. ● (sr)

Madre Terra Appuntamenti 2011

Dopo le serate tematiche con Don Antonio Sciortino, direttore del settimanale cattolico “Famiglia Cristiana” e Laura Boldrini, portavoce dell'Alto Commissariato Onu per i Rifugiati e il concerto del gruppo Radiodervish dello scorso autunno, Madre Terra, l'iniziativa culturale di scoperta dell'Altro e di sensibilizzazione alle tematiche dell'accoglienza e dell'integrazione, avviata tre anni fa da Caritas Bolzano-Bressanone e Teatro Cristallo, parte nel nuovo anno con iniziative altrettanto allettanti.

Emiliano Bos, giornalista della Radio e Televisione svizzera, inviato nelle zone di conflitto e già operatore di Caritas Italiana nei Balcani, verrà a Bolzano, nel Cafè Iris di Casa San Michele, il 15 febbraio alle ore 18.00, per presentare il suo nuovo

libro di reportage “In fuga dalla mia terra”, un volume che racchiude storie di uomini, donne e popoli che non si fermano davanti a nulla perché i luoghi da cui fuggono si chiamano guerra, fame, miseria.

Giovedì 17 febbraio, alle ore 18.30, al Teatro Cristallo sarà invece la volta dello scrittore Fabio Geda che ci parlerà del suo libro “Nel mare ci sono i coccodrilli”, la storia di Enaiatollah Akbari, un bambino nato nel posto sbagliato, in Afghanistan, e nel momento sbagliato, che scappa e attraversa Pakistan, Iran, Turchia, Grecia per arrivare nel nostro paese. Assieme a Geda, “Madre Terra” si sposterà per la prima volta fuori Bolzano: la mattina del 18, Geda presenterà il suo libro anche agli studenti del liceo pedagogico in lingua tedesca “Josef Ferrari” di Merano.

Martedì 22 marzo, alle ore 18.30, sempre al Cristallo, per la Giornata mondiale dell'Acqua, è stato invitato Francesco Gesualdi, fondatore del Centro Nuovo Modello di Sviluppo e autore del libro “Il mercante dell'acqua” che ci parlerà del futuro di questo bene così prezioso, già da tempo oggetto delle mire dei mercati che vorrebbe privatizzarne l'uso e il consumo.

Infine, a maggio, si terrà l'ultimo appuntamento della rassegna: un partita di calcio tra i rappresentanti del Comune di Bolzano e la squadra romana dei Liberi Nantes, composta da rifugiati e richiedenti asilo, su cui è stato girato un documentario, “Liberi Nantes Football Club”, che verrà proiettato negli stessi giorni in cui la formazione romana si troverà a Bolzano. ● (az)



Foto: Gruppe Gut

Nel mezzo del cammin di nostra vita

È il primo verso della Divina Commedia di Dante ma anche il titolo della campagna che Caritas ha lanciato lo scorso dicembre per sensibilizzare sulle diverse forme di povertà nella nostra provincia. L'iniziativa, l'ultima del 2010, l'Anno europeo della lotta alla povertà e all'esclusione sociale, aveva l'obiettivo di evocare un momento di riflessione dei passanti per mezzo dell'utilizzo urtante delle immagini: sulla pavimentazione dei marciapiedi sono state incollate sei fotografie di sei persone, tutte diverse ma tutte accomunate dall'invisibile peso delle diverse forme di povertà.

Erano figure di uomini e donne, adulti e

anziani, tutti messi al terreno dalle diverse dimensioni della povertà: da quella economica a quella relazionale e di tempo, che spesso – ma non necessariamente – sono la conseguenza della prima. Erano persone con storie individuali e familiari assolutamente normali e non aridi numeri: donne sole con figli, immigrati che hanno perso il lavoro e hanno famiglia, padri separati, persone disoccupate o che hanno uno stipendio troppo basso, anziani soli. Per una ragione o per l'altra queste persone non riescono più a stare al passo con il resto della società e, poco alla volta, scivolano verso il basso.

“Con questa campagna abbiamo voluto

reagire con una provocazione a chi dice o pensa “se sei povero è colpa tua” oppure ritiene che la povertà degli altri non lo riguardino”, affermano i due direttori della Caritas, Pio Fontana e Heiner Schweigkofler. Caritas sottolinea l'esigenza di agire dal basso con attenzione e piccole azioni, come aiutare la donna anziana a fare la spesa o aiutando in un doposcuola per i figli di donne sole e impegnate al lavoro.

Caritas ha stampato sei cartoline con le figure e le storie di vita delle sei persone protagoniste della campagna che possono ancora essere richieste al numero di tel. 0471 304 300 o inviando una mail all'indirizzo: info@caritas.bz.it. ●

(sr)

lo rinuncio 2011: **Meno è meglio**

Perché rinunciare? A questa domanda gli organizzatori dell'iniziativa “lo rinuncio” – Caritas, Forum Prevenzione e altre 36 realtà del mondo associativo altoatesino - danno una chiara risposta: porsi di tanto in tanto il problema della giusta misura e prendere distanza dalle abitudini consolidate aiuta ad avere un migliore controllo di se stessi. Il controllo dei propri desideri e delle proprie azioni viene messo alla prova e così anche la nostra resistenza.

L'iniziativa „lo rinuncio“ quest'anno si terrà, per la settima volta, durante la Quaresima. Chi vuole prendervi parte deve

rinunciare in parte o del tutto ad alcol, dolci o ad altri beni di consumo oppure abitudini come andare in auto, giocare al computer ecc. nelle sei settimane tra il mercoledì delle ceneri e il sabato santo (dal 9 marzo al 25 aprile). L'azione intende dare un incoraggiamento ai bambini, ai giovani e agli adulti desiderosi di migliorare il proprio autocontrollo. Gli organizzatori dell'azione ne sono convinti: ogni persona che si sottopone al “test” può imparare un comportamento utile per tutta la vita. Per questo propongono una serie di modalità di partecipazione e adesivi con lo slogan dell'azione - “Meno è meglio” - che posso-

no essere appiccicati ai beni oggetto delle rinuncia ed essere così un riconoscimento visibile e ricordare i buoni propositi. Informazioni e suggerimenti all'indirizzo: www.io-rinuncio.it. ●

(sr)



Domanda: La violenza è maschile?

di Stefano Favaretto

I gravissimi episodi di violenza che di recente hanno riempito molte pagine dei quotidiani, hanno drammaticamente messo in evidenza che, quasi sempre, la violenza fisica è attuata dagli uomini verso le donne. Anche tutte le statistiche riportano annualmente il dato che la violenza domestica in più del 90% dei casi è agita da uomini. E' possibile dunque affermare con certezza che la violenza è un fenomeno tipicamente maschile?

Noi uomini non dobbiamo cadere nella trappola di negare un'evidenza certa e trovare il coraggio di ammettere che, quando si parla di violenza fisica, siamo chiamati in causa direttamente. La risposta alla domanda è quindi: "Sì, la violenza fisica è un fenomeno tipicamente maschile ma ciò non significa che tutti gli uomini siano violenti". Solo partendo da tale consapevolezza noi uomini possiamo iniziare a chiederci come mai tale fenomeno ci riguarda tanto da vicino e cosa possiamo fare per evitare di diventare violenti.

Per farlo, dobbiamo tentare un'analisi del fenomeno a più livelli, prendendo in considerazione fattori storico-culturali, fattori sociali, fattori familiari, e fattori personali.

Da un punto di vista storico, il sistema patriarcale ha permesso per secoli che fosse l'uomo ad assumersi la responsabilità di sostenere la famiglia, di difenderla e proteggerla. Tale sistema attribuiva all'uomo un potere assoluto che non poteva essere messo in discussione e che prevedeva

anche l'uso della violenza. Oggi tale sistema non è più così forte, ma la società non si è ancora evoluta al punto tale da proporre stabili modelli alternativi, completamente esenti da comportamenti violenti. Troppo spesso, infatti, in determinati contesti vi è ancora un'esaltazione della violenza come, ad esempio, nello sport dove allenatori agitati istigano i ragazzini che giocano a hockey o calcio a picchiare duro l'avversario al fine di avvantaggiarsi. Oppure basta guardare la televisione per rendersi conto che siamo circondati da esempi di violenza ingiustificata.

Da un punto di vista sociale, l'uomo fatica ancora ad ammettere le proprie debolezze e a capire che provare emozioni ed esprimerle è sinonimo di forza e di capacità di crescita. Sin da piccoli, noi maschi siamo abituati ad interagire più con l'uso della forza fisica che con le parole, facendo nostro il concetto di fisicità e l'uso della corporeità per difendere il territorio. Ciò rischia di portare i maschi ad interiorizzare il fatto che in certe situazioni ci si può far valere meglio con l'uso della forza che con le parole o le proprie capacità.

Ognuno di noi, inoltre, è portatore di una storia familiare che spesso purtroppo prevede l'uso di "linguaggi" violenti che, inevitabilmente, vanno a caratterizzare lo sviluppo della personalità e che, in determinati momenti della propria vita, possono essere determinanti nella scelta dei comportamenti a disposizione: se una persona

ha sempre vissuto in una famiglia violenta, può darsi che, in un momento di grande frustrazione, la sua aggressività sfoci in un comportamento violento.

Infine, ognuno di noi dispone di un filtro razionale diverso che permette di gestire le emozioni quali rabbia, dolore, frustrazione e altre ancora. Solo con un filtro razionale adeguato si riuscirà quindi a gestire l'emozione che viene trasformata in aggressività e a non trasformarla in un comportamento violento. Questo filtro va costruito nel tempo, seguendo modelli maschili familiari, scolastici, sociali positivi oppure apprendendoli successivamente attraverso terapie psicologiche. Sia gli uomini che le donne possono essere aggressivi, ma la possibile conversione dell'aggressività in violenza è dovuta proprio a questo filtro razionale costruito nel tempo e dettato da tutti e quattro i fattori sopraelencati.

Dobbiamo quindi riuscire a lavorare tutti insieme, uomini e donne, per arrivare a costruire una società con modelli non violenti e che rafforzi l'espressione delle emozioni e l'equilibrio dei ruoli. ●

Stefano Favaretto è psicologo e da otto anni è attivo come consulente per uomini. Tre anni fa ha assunto la direzione della Consulenza per uomini della Caritas.

Grazie alla Banca di Trento e Bolzano...

... il 100% della Sua donazione arriverà a destinazione. E' sufficiente comunicare a Caritas dove desidera che la Sua donazione venga impiegata responsabilmente e con efficacia. Le spese di amministrazione e le attività di informazione per i donatori (copie di *Aiutare*, lettere di ringraziamento ecc.) sono coperte interamente da un generoso contributo annuale della Banca di Trento e Bolzano.

Colophon

Dal 19 aprile 2001 il giornale *Aiutare* è iscritto nel Registro Nazionale della Stampa con il numero p. 11180 sotto il nome *Caritas info*.

Editore Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone, I-39100 Bolzano, via Cassa di Risparmio 1, Tel. 0471 304 300, Fax 0471 973 428 info@caritas.bz.it, www.caritas.bz.it

Direttore responsabile Alexander Nitz

Redzione di questo numero
Sabine Raffin (sr), Arturo Zilli (az), Maria Lobis (ml)

Hanno collaborato
Stefano Favaretto, Fabio Molon (fm)
Judith Sinn (js)

Foto Caritas Austria, Gruppe Gut, Georg Hofer, Maria Lobis, Sabine Raffin, Silvia Volpato, youngCaritas, Arturo Zilli

Concetto grafico Gruppe Gut, Bolzano
Realizzazione Sabine Raffin
Stampa Athesiadruck, Bolzano
Pubblicazione quadrimestrale
Tiratura 30.000



Mix
Produktgruppe aus vorbildlich
bewirtschafteten Wäldern und
anderen kontrollierten Quellen
Zert.-Nr. SGS-COC-006769
www.fsc.org
© 1996 Forest Stewardship Council

Conti correnti per donazioni

Cassa di Risparmio di Bolzano
IBAN: IT17X060451160100000110801
Banca di Trento e Bolzano
IBAN: IT66A0324011610000006000065
Cassa Rurale dell'Alto Adige
IBAN: IT42F0349311600000300200018
Banca Popolare dell'Alto Adige
IBAN: IT12R0585611601050571000032

MENO BANCA PIÙ SUPERFLASH

SuperFlash. La carta che si crede una banca.

- Il canone annuo è di € 9,90
- Puoi ricevere o disporre bonifici, e accreditare lo stipendio
- Puoi utilizzarla in Italia e all'estero
- Prelevi gratuitamente presso i nostri 7.300 sportelli automatici
- Acquisti online con la massima sicurezza

www.vogliosuperflash.com



BANCA DI TRENTO
E BOLZANO

Vicini a voi.



BANK FÜR TRIENT
UND BOZEN

Stets in Ihrer Nähe.



Banca del gruppo **INTESA**  **SANPAOLO**

Messaggio Pubblicitario con finalità promozionale. Per le condizioni contrattuali della Carta SuperFlash e dei Servizi via internet consultare i Fogli Informativi disponibili presso le Filiali e sui siti internet delle Banche del Gruppo Intesa Sanpaolo che collocano la Carta.