

Anno VIII - n. 29 - Marzo 2009 - Periodico Trimestrale - Spedizione in A.P. - 70% - Bergamo - c/c 16386245

29



# Amici di Gabby

P R O G E T T O D I V I T A



*“Se vuoi un anno di prosperità,  
fai crescere il grano*

*Se vuoi dieci anni di prosperità,  
fai crescere gli alberi*

*Se vuoi cent'anni di prosperità,  
fai crescere le persone.”*

*Ringraziamo le aziende  
che con il loro contributo  
ci permettono di crescere  
giorno per giorno e porta-  
re avanti iniziative come  
questo giornale.*



**COLOMBO FILIPPETTI**



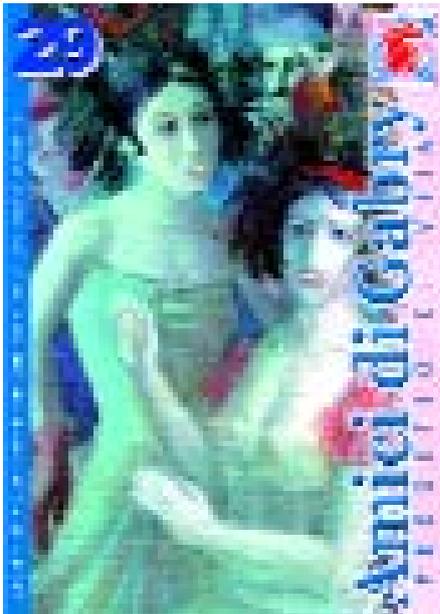
**Stucchi**



**MAX**  
INTERIOR DESIGN



**F.lli FRIGERIO GROUP**



## SOMMARIO



### COMITATO SCIENTIFICO

Barni Sandro  
Bonetti Luisa  
Cremonesi Marco  
Cabiddu Mary  
Petrelli Fausto

### COMITATO DI REDAZIONE

Bonetti Luisa  
Barni Sandro  
Ceriani Vanda  
Cabiddu Mary  
Olejnik Kristina

### DIRETTORE RESPONSABILE

Frigerio Angelo

### VICEDIRETTORE

Cremonesi Marco

### SEGRETERIA

Frigerio Enrico  
Tel. 0363-314151  
Fax 0363-314121  
marketing@flli-frigerio.it

### PROGETTO GRAFICO

Studio Origgi  
Via Mac Mahon, 78 - 20155 MILANO

### STAMPA

Tipocarto  
Via L. D a Vinci - 24043 Caravaggio (Bg)

### EDITORE

Associazione "Amici di Gabry" ONLUS  
Via Matteotti, 125 - 24045 Fara G. d'Adda (Bg)

### N. AUTORIZZAZIONE 34

Del 06 Luglio 2001  
Tribunale di Bergamo

<b>EDITORIALE</b>	3
"Prevenire ... quando?" <i>Angelo Frigerio</i>	
<b>SPAZIO SCIENTIFICO</b>	4
"sapere è prevenire" <i>Mara Ghilardi</i>	
<b>SPAZIO ASSOCIAZIONE</b>	6
"Dalla Vostra parte"	
<b>SPAZIO ASSOCIAZIONE</b>	7
"7 <sup>a</sup> Edizione del PremioLetterario". La serata	
<b>SPAZIO TECNICO</b>	8
"Guarite ma belle" <i>Mario Giovilli</i>	
<b>SPAZIO CULTURA</b>	10
"Il mio mondo" <i>Maria Rosa Aloardi</i>	
<b>SPAZIO PSICOLOGICO</b>	12
"Per un futuro sempre migliore" <i>Luisa Bonetti</i>	
<b>INTERVISTA A..</b>	14
"Don Gino Rigoldi" <i>Michela Colombo</i>	
<b>SPAZIO ARTISTICO</b>	16
"I vincitori del Premio Letterario" Prima parte "Le Poesie"	

# FONDIARIA - SAI

DIVISIONE FONDIARIA

Agente Procuratore

GIANFRANCO FERRI

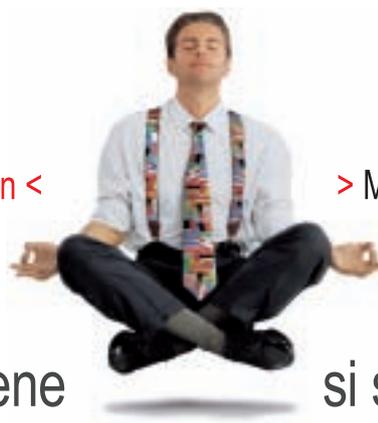
Soluzioni Assicurative e Finanziarie  
per proteggere il presente  
e garantire il futuro

TREVIGLIO (BG) - Via Abate Crippa, 4 - Tel. 0363 48651 - 3 linee all.r.a.  
Fax 0363 281503 - e-mail info@fondiariatreviglio.it

> AdvertisingStrategy <

> GraphicDesign <

> MultimediaSolutions <



Un'azienda che comunica bene

si sente meglio.

> Venturini Grafica&Pubblicità <



# EDIZIONE EDITORIALE

## PREVENIRE...QUANDO ?

La promozione della diagnosi precoce figura tra gli obiettivi della nostra associazione quale migliore arma a disposizione delle donne per combattere il tumore al seno. Abbiamo profuso grandi energie in questo progetto con tante iniziative che spesso, anche nell'ultimo editoriale, abbiamo sottolineato e ricordato ai nostri lettori, però anche questo lavoro effettuato mi porta a riflettere ed a puntualizzare alcune considerazioni.

In primis la sinergia oramai consolidata tra la nostra attività e quella dei medici dell'oncologia del nostro ospedale. E' come se oramai fosse una ricorrenza mensile ma le richieste da parte di associazioni ed istituzioni del territorio per gli interventi del Dott. Cremonesi e dalla Dott.ssa Ghilardi si intensificano e sistematicamente essi rispondono con l'entusiasmo e la tenacia che solo chi ci crede può mettere in campo, e noi al loro fianco perché in questa veste sono volontari come noi dell'Associazione Amici di Gabry.

In questi dieci anni di attività ho visto poi crescere i risultati e la cultura scaturita dalla nostra presenza, sia con questo giornale che con i continui messaggi sul tema prevenzione: attenzione, non penso che sia risolto il problema e che noi possiamo essere la soluzione allo stesso, però la sensazione palpabile di aver inciso sullo zoccolo duro è oramai un dato di fatto e nella nostra zona (compreso quella di Romano) "Amici di Gabry" vuol dire pensare che esiste una grave malattia ma anche che c'è chi potrebbe esserti vicino in tutte le sue fasi. Lo dico perché quotidianamente vengo avvicinato da qualcuno che ha avuto un problema oncologico in famiglia, che ha partecipato agli screening, che ha letto la rivista prelevata in farmacia, che ha capito che insabbiare la testa non è efficace ma ha conosciuto l'associazione nella sua attività semplice e concreta e ne parla come se fosse oramai una risorsa del territorio.

Questo mi fa veramente pensare che il lavoro svolto sia stato esaustivo, ma mi sono anche chiesto se la qualità di questo intervento sia stato effettivamente all'altezza di quanto richiesto. Penso proprio di sì perché in tema di prevenzione siamo sempre stati trasparenti e corretti evidenziando che diagnosi precoce non significa garanzia di non ammalarsi: significa essere responsabili della propria salute conoscendo quali sono i problemi e le risorse per evitarli o tentare di risolverli.

Siamo sicuri di aver partecipato concretamente a sostenere strutture che tecnicamente sono all'avanguardia e che comunque sono preparate nell'affrontare i vari momenti del problema oncologico, sia in tema di indagine che di cura. Siamo altresì certi di aver dato uniformità di messaggi sui comportamenti che bisogna tenere nei confronti della diagnosi precoce, basati su evidenza scientifica e non su opinioni.

Concludo però anche evidenziando alcuni lati dove dovremo essere più stimolanti e critici verso il sistema: come incidere concretamente, in tema di tumore al seno, nella fascia di età 40-49 anni? Non è forse tempo di abbassare a questa età il programma di screening?

Scusate lo sfogo, ma mi sembra un grande obiettivo da perseguire.

**Angelo Frigerio**  
Direttore responsabile.  
Presidente della  
associazione  
"Amici di Gabry"



ASSOCIAZIONE  
AMICI DI GABRY  
Tel. e Fax 0363 305153  
e-mail: [info@amicidigabry.it](mailto:info@amicidigabry.it)  
[www.amicidigabry.insiemeperservire.it](http://www.amicidigabry.insiemeperservire.it)

### CHI INCONTRATE?

Donne disponibili all'ascolto  
Medico  
Specialisti del settore: Oncologo,  
Senologo,  
Esperti di Medicina Alternativa  
Psicologo

### DOVE SIAMO

"Associazione Amici di Gabry"  
V.le Oriano, 20  
24047 Treviglio (BG)

### ORARI APERTURA SEDE

La segreteria dell'associazione  
è aperta dal lunedì al venerdì  
dalle 9.30 alle 11.30

### COLLABORAZIONE

Se diventi socio/a sostenitore, anche  
con un piccolo  
contributo, potenzierai  
il progetto che coinvolge  
ognuno di noi.

### ASSOCIAZIONE "AMICI DI GABRY" ONLUS

Sede legale:  
Via Matteotti 125  
24045 Fara d'Adda  
P.I.: 02645050168  
c/c bancario 210230/31  
c/o Credito Cooperativo di Treviglio  
ABI 08899 - CAB 53643  
c/c postale 16386245

# “ Sapere è prevenire ”



**N**el corso del tempo si è assistito ad un cambiamento nella concezione della salute: se fino a qualche anno fa venivano considerate importanti le scoperte della medicina da una parte e i rischi ambientali dall'altra, oggi si è capito che anche lo stile di vita gioca un ruolo chiave per la buona salute. Infatti la singola persona può attuare comportamenti atti a controllare i fattori di rischio (il fumo e l'alcol per esempio) e a perseguire uno stile di vita sano (il movimento, l'alimentazione, il controllo dello stress). Vediamo allora poche e facili regole da seguire quotidianamente:

1) controllo del peso corporeo : il sovrappeso risulta correlato non solo ad una maggiore incidenza di malattie cardiovascolari ma anche all'insorgenza di alcuni tipi di tumore. E allora facciamo movimento!...come

fare, direte voi a trovare il tempo tra il lavoro, la casa, i figli e tutto il resto..? per chi non può regolarmente seguire un'attività sportiva bastano pochi stratagemmi: evitate gli ascensori ma usate le scale, passeggiate a passo spedito (spedito vuol dire che vi viene un po' di fiatone...) almeno mezz'ora al giorno e il gioco è fatto..

2) stop al fumo: attivo o passivo che sia. Ragazzi, fate smettere i vostri genitori, dopo aver smesso voi stessi.

3) limitazione dell'abuso di alcol: un bicchiere di vino ai pasti è concesso, possibilmente buono.

4) alimentazione ricca di frutta e verdura: ormai non ci sono più dubbi, la ricerca ha dimostrato che possiamo prevenire 3 casi di tumore su 10 facendo attenzione agli alimenti che mettiamo nel piatto! La sapete tutti la regola del Cinque? ....dovremmo mangiare cinque porzioni al giorno tra frutta e verdura ...vi sembrerà difficile ma se pensate che la giornata può iniziare con una spremuta, a metà mattina e a merenda si può introdurre un frutto, a pranzo e a cena un contorno di verdura e il numero cinque verrà magicamente raggiunto! Cosa mangiare vi chiederete... Frutta e verdura di stagione e possibilmente appena colta! Questo è in teoria il modo migliore di consumare la frutta e la verdura in quanto garantisce che il potenziale di nutrienti in essi contenuti sia massimo. Infatti, dal momento della raccolta, il contenuto di vitamine inizia inesorabilmente a diminuire: più giorni trascorrono e meno nutrienti saranno disponibili. E allora visto che abbia-

mo la fortuna di vivere in campagna approfittiamo dell'orto di casa o di quello dell'amico per riempirci la tavola di verdura e frutta fresca!

Come fare a far sì che queste indicazioni si trasformino in realtà? Semplice, per prima cosa non seguire l'esempio di noi dottori che spesso mangiamo male e di fretta (lo conoscete quel proverbio "fate quel che dico ma non quel che faccio") e in secondo luogo iniziare a parlare di questi argomenti nelle scuole dove si spera le abitudini alimentari e comportamentali possano essere ancora modellate.

Lo sapete a che età si stima che i nostri figli fumino la prima sigaretta?..12 anni ...e quale tasso di alcol circoli nel sangue dei nostri ragazzi nelle loro serate ludiche? ..meglio non dirlo!

E' basandosi su questo presupposto che l'Associazione Amici di Gabry promuove incontri nelle scuole dove i nostri medici si rendono disponibili a trattare questi importanti temi ...ed è per lo stesso motivo che l'Associazione organizzerà nei vari Paesi della Bergamasca una serata in cui si parlerà di stili di vita da applicare per prevenire l'insorgenza di tumori e di autopalpazione.....

Il progetto ha già preso avvio a Fara Gera d'Adda paese che ha dato i natali alla nostra associazione e vuole essere esteso ai comuni limitrofi.... quindi ponete attenzione alle locandine che via via affiggeremo nei vostri paesi... vi aspettiamo numerosi perchè crediamo che informare significhi prevenire e prevenire è vivere!



**STAGIONE TEATRALE 2009  
a sostegno del  
PROGETTO DI ASSISTENZA  
PSICO-SOCIALE  
al paziente oncologico:**

**Sabato 14 Marzo ore 21.00  
coro "Calicantus"  
con "Voce e Musica"  
presso  
Chiesetta Madonna dei campi,  
Brignano.**

**Sabato 4 Aprile ore 21.00  
compagnia "Atipica teatrale  
brignanese"  
con "Risate improvvisate"  
cinema oratorio zona ovest  
Treviglio.**

**Venerdì 24 Aprile ore 21.00  
compagnia "Arzaghesei" con  
"Chel de la che ghera al vent"  
cinema oratorio Caravaggio.**

**Sabato 16 Maggio ore 21.00  
compagnia "Carlo Bonfanti"  
con "Cuntela so giusta"  
presso  
salone Ex-scuole medie  
piazza Patrioti  
Fara Gera D'Adda.**

**Mara Ghilardi**  
Specialista  
in Oncologia Medica  
Azienda Ospedaliera  
Treviglio-Caravaggio



# “ Dalla Vostra Parte ”

**Riportiamo qui di seguito una lettera arrivata in redazione:**

## **“I MIEI GIOVEDÌ SPECIALI”**

*Esprimere i sentimenti è difficile, farli capire a chi ti sta vicino è ancora più difficile. E difficile rimane anche se si è chiamati a farlo con le parole scritte.*

*Forse solo attraverso le parole più semplici riuscirò a dire ciò che provo nel dare “poco” e nel ricevere “molto”.*

*Sono una volontaria dell' Associazione “Amici di Gabry” e mi diverto a dipingere sulla porcellana insieme a Virginia, Francesca, Amedea, Elena e Barbara.*

*Ci troviamo ogni giovedì alle 16 nella sede di viale Oriano e dipingiamo parlando di cucina, mariti e figli.*

*Trascuriamo allegramente alcune ore tra colori, pennelli ed oggetti di porcellana (a chi legge tutto questo potrebbe suonare tremendamente normale). Ma normale non lo è perché alcune di queste donne hanno con forza e fiducia nelle cure sì vinto la battaglia contro il tumore al seno ma continuano a vivere l'ansia dei controlli.*

*Nonostante questo, ogni giovedì mi regalano gioia e sorrisi sinceri.*

*Ad ogni appuntamento non dimenticano mai di ringraziarmi e di riempirmi di complimenti: mi posso sentire profondamente serena. E' una cosa grande, tanto semplice nella sua grandezza da farmi attendere il giovedì come se fosse un giorno speciale.*

*Non manca neanche l'ironia in questo gruppo: per loro sono “ la maestra ”.*

*Spero di essere riuscita a farvi capire almeno un po' quanto sono grata alle mie “allieve” ed all'associazione per questa opportunità.*

*La mia speranza è quella di essere in grado di dare il mio “ poco ” nel modo migliore, giovedì dopo giovedì.*

GRAZIE  
C.

## **Il reparto di oncologia ci chiede di pubblicare queste testimonianze:**

### **“AUGURI”**

1)

Caro Dottore

E' sicuramente difficile fare

l'Oncologo,

ma sappia che è altrettanto difficile

fare l'ammalata,

Buon Natale e Felice anno nuovo.

Firmata

2)

*“Siamo come diamanti....*

*Uniche e preziose...*

*Il dono più bello che avessimo potuto ricevere è quello di essere ciò che siamo...*

*Donne !*

*Le donne danno la vita, danno la speranza,*

*danno il coraggio, danno il conforto,*

*danno se stesse per amore.*

*Per questo siamo importanti*

*ed indispensabili.”*

Colgo l'occasione per ringraziarla di aver messo a disposizione della mia mamma questi suoi doni. Ho sicuramente apprezzato la sua competenza in campo medico, ma ancor di più il suo modo di relazionarsi per farle superare un momento difficile. A lei e a tutto il personale del reparto, auguro un buon Natale ed un 2009 ricco di gioie e soddisfazioni.

Firmata

SPAZIO ASSOCIAZIONE

# “ 7<sup>a</sup> edizione del Premio Letterario: la serata ”



“ La magia dell’Auditorium ”



“ Il gruppo dei premiati ”



“ Gli attori della zanovello ”



“ 12 anni, la più giovane partecipante ”



“ Il silenzio con il cuore pieno di emozioni ”



“ La splendida interpretazione ”



“ Il sempre presente in tutte le edizioni ”

# “Guarite ma belle”



**N**el campo della chirurgia oncologica sono pochi gli ambiti che hanno richiesto ai medici che se ne occupano la capacità di fornire una risposta sia in termini di cure efficaci sia di rispetto per l'immagine che la donna ha di se stessa. Oltre ai successi della oncologia medica come gli anticorpi monoclonali e le altre terapie “intelligenti”, i miglioramenti della radioterapia come l'ipofrazionamento o la radioterapia intraoperatoria, la chirurgia ha visto svilupparsi concetti come la chirurgia conservativa, la chirurgia ricostruttiva e la chirurgia oncoplastica. La chirurgia conservativa della mammella trova il suo pilastro fondamentale nella QUADRANTECTOMIA. Tale intervento consiste nell'asportazione della sola parte di mammella (quadrante) dove si trova il tumore. Questo intervento ha dei limiti intrinseci nella valutazione dei margini chirurgici del quadrante asportato che devono risultare liberi da qualsiasi

interessamento da parte delle cellule neoplastiche. Qualora non ci si trovi in condizioni di garantire tale risultato può imporsi la necessità di un secondo intervento chirurgico di “recupero” del margine interessato. Se in ragione delle ridotte dimensioni della mammella tale reintervento non è possibile in quanto non garantisce un esito estetico adeguato allora il chirurgo si trova a dover proporre l'intervento di MASTECTOMIA (che consiste nell'asportazione di tutta la mammella). In questo caso la chirurgia oncologica si avvale dell'aiuto della chirurgia plastica e propone alla paziente la possibilità di ricorrere a varie tecniche di ricostruzione. La tecnica di ricostruzione più utilizzata è costituita da un intervento in due tempi. Il primo si realizza durante lo stesso intervento di mastectomia e consiste nel POSIZIONAMENTO DI UN ESPANSORE che viene inserito, in una tasca realizzata allo scopo, sotto il muscolo grande pettorale. L'espansore viene poi gradualmente riempito di un liquido (soluzione fisiologica) fino al raggiungimento del volume desiderato (che viene pianificato dal chirurgo prima dell'intervento stesso). In seguito la paziente viene indirizzata al chirurgo specialista in Chirurgia Plastica e Ricostruttiva che collabora con il nostro reparto per il secondo intervento che consiste nella rimozione dell'espansore e nel POSIZIONAMENTO DI UNA PROTESI DEFINITIVA. Nella stessa sede si procede, se necessario, al rimodellamento della mammella controlaterale al fine di rendere le mammelle simmetriche. Il complesso areola e capezzolo vengono riprodotti, se necessario, mediante un tatuaggio permanente.

L'uso delle protesi può, in casi selezionati, anche non prevedere il lavoro preparatorio degli espansori ma la stessa protesi può essere posizionata immediatamente (MASTECTOMIA SKIN SPARRING - MASTECTOMIA NIPPLE SPARRING).

Qualora ne esistano le condizioni, o



sia desiderio della paziente che non le venga posizionata una protesi, è anche possibile utilizzare del tessuto proveniente dalla paziente stessa secondo la tecnica chirurgica che sfrutta i cosiddetti lembi liberi o pedunculati.

In tali casi viene eseguito prima l'intervento di mastectomia ed in un secondo tempo si indirizza la paziente alla ricostruzione con lembo.

Si parla sempre con maggiore frequenza del T.R.A.M. acronimo inglese che prevede la mobilizzazione del muscolo retto addominale omolaterale alla mastectomia. Tale muscolo con il tessuto sottocutaneo e la cute che lo sovrasta viene ruotato e posizionato nella sede occupata precedentemente dalla mammella asportata.

Anche la dissezione del cavo ascellare, la tecnica con cui si rimuovono i linfonodi del cavo ascellare durante una quadrantectomia o mastectomia, è oggi riservata alle sole pazienti che, una volta eseguita la biopsia del linfonodo sentinella (B.L.S.), a fronte

di un interessamento di tale linfonodo, devono essere sottoposte a tale procedura. Se la B.L.S. ha dato esito negativo non si asporteranno i linfonodi con evidente vantaggio anche estetico per la paziente.

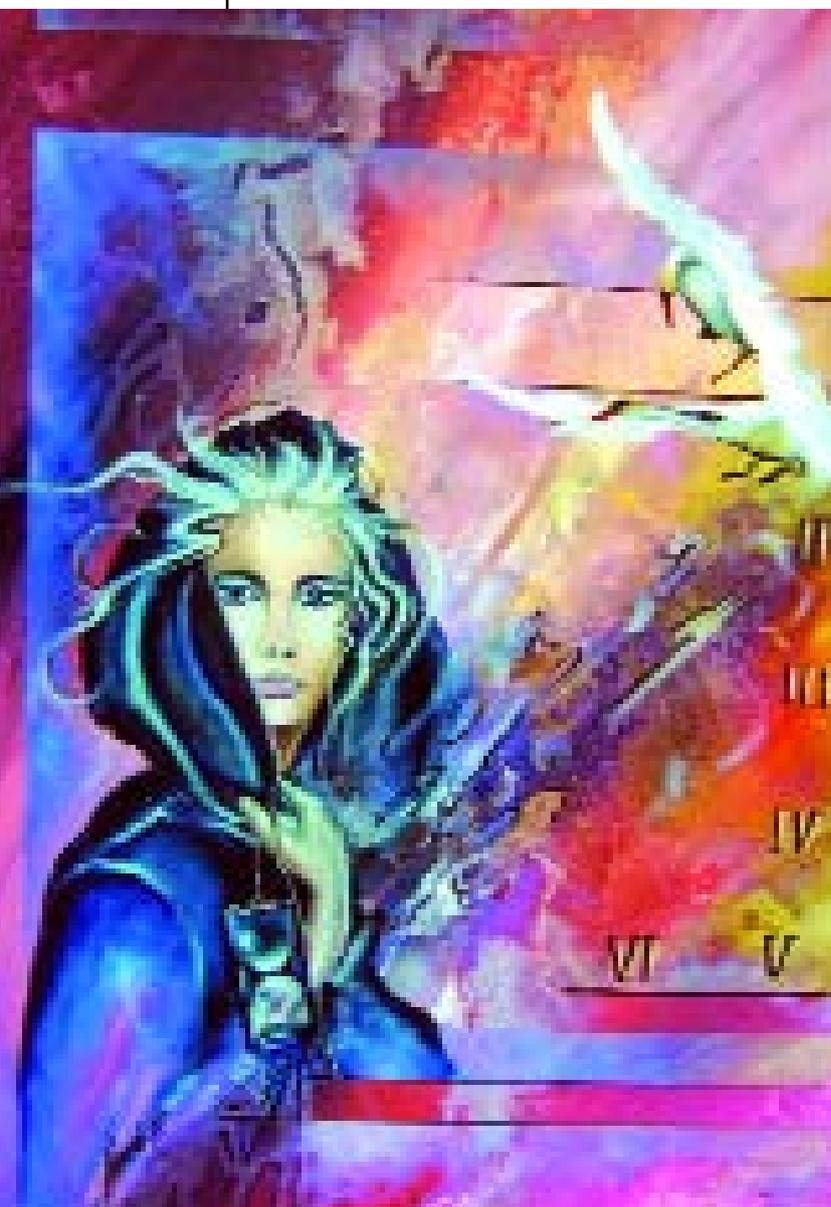
L'ultima novità nel campo della chirurgia mammaria è costituita dalla CHIRURGIA ONCOPLASTICA. Con tale termine si definiscono quelle tecniche mutuata dalla Chirurgia Plastica che consentono di eseguire l'asportazione del quadrante contenente il tumore e la successiva ricostruzione della ghiandola mobilizzando il parenchima e riducendo la mammella controlaterale al fine di renderle equiparabili.

Quanto fin qui sopra esposto, non avendo assolutamente l'ambizione di essere esaustivo vista la vastità degli argomenti, ha solo la modesta pretesa di mettere in evidenza come la chirurgia oncologica della mammella non deve più essere vista dalle donne come una chirurgia mutilante e deturpante presentando in tutti i casi svariate possibilità di conservazione o, nel caso di una mastectomia di necessità, altrettante possibilità ricostruttive. L'obiettivo del chirurgo, questo deve essere chiaro, è collaborare con i colleghi oncologi e radio-terapisti nel raggiungimento della guarigione dalla malattia ma, altresì permettere alla paziente il ritorno ad una vita la più normale possibile ed al mantenimento di una corretta immagine ed accettazione del proprio corpo.

**Mario Giovilli**  
Dirigente 1° livello  
Oncologia Chirurgica  
Azienda Ospedaliera  
Treviglio-Caravaggio



# “ Il mio mondo ”



**M**i chiamo Mariarosa Aloardi, sono nata a Treviso nel 1955 dove vivo e lavoro, oggi come pittrice, ma la mia storia ha inizio molti anni fa.

Fin da giovanissima ho sempre sentito una forte attrazione per tutti quei lavori dove la creatività personale poteva dare sfogo ad una mia inter-

pretazione come ricamo, pittura, decorazione ecc...

Purtroppo le scelte della vita concreta non sono sempre semplici, per cui studio Ragioneria anziché orientarmi verso il liceo Artistico (allora scelta azzardata per un futuro lavoro) e così finisco dietro ad una scrivania, con soddisfazione, ma con un sogno nel cassetto.

Intanto gli anni passano, mi creo una famiglia, due figlie, tanto amore, tante gioie, tanti impegni, l'orologio sempre sottocchio, e senza trovare un momento solo mio.

E' stato durante la gravidanza che ho potuto assaporare, nell'attesa, cosa voleva dire pensare anche a me come donna e sono venute a galla le mie aspirazioni che avevo chiuso nel cassetto, ed ho incominciato a dipingere quadri raffiguranti scene di fiabe per arredare la cameretta delle mie bimbe. La cosa mi rilassava tantissimo e la soddisfazione era grande.

Nel corso degli anni successivi sentivo sempre di più il bisogno di ritagliare un po' di tempo per me e dipingevo....dipingevo per amici, parenti, colleghi d'ufficio, grazie anche al sostegno di tutta la mia famiglia e di mio marito, che condivideva con me il mio entusiasmo: mi ero finalmente creata il **“mio mondo”**.

Nelle mie tele cercavo e cerco di trasformare sentimenti e sensazioni che mi vengono da dentro, messaggi d'amore ed anche sogni ad occhi aperti, sensazioni di quiete e avolte anche di angoscia, il tutto in un contesto quasi surreale che mi permette un grande sfogo di fantasia.

Prima mostra nel 1988 presso il Palazzo SILVA a Treviso, tanta emozione, la prima volta a confronto con il pubblico, inaspettata acco-

glienza, critica favorevole e tantissima carica per me.

Sono trascorsi 20 anni, un lungo iter artistico dove ho ricevuto tante conferme in concorsi e mostre non solo in Italia, ma anche in Francia, Germania e Spagna, con pubblicazioni su riviste e volumi che parlano



di arte contemporanea ed oggi le mie tele fanno parte anche di collezioni pubbliche.

Ovviamente ho lasciato la scrivania e nonostante il grande impegno della pittura, non ho mai trascurato la mia famiglia e questo a completamento di essere donna, mamma e da 4 mesi nonna, gioia immensa!

Per me la pittura è stata una continua ricerca interiore alla scoperta di emozioni da trasmettere ed è come nella realtà di tanti giorni dove ritmi e tempi cambiano in continuazione: ogni tanto, però, fermatevi ad ascoltare e a guardare, come faccio io **“nel mio mondo”**.

## LO SAI

che in base alla legge finanziaria del 23 dicembre 2005 n. 26 - art. 1 - comma 337 puoi devolvere il 5 per mille dell'imposta sul reddito delle persone fisiche a sostegno del volontariato?

**VUOI aiutare gli “AMICI DI GABRY” onlus ? COME ?**

Basta apporre la propria firma in uno dei riquadri predisposti sui modelli della dichiarazione dei redditi:

- cud 2009  
oppure
- 730/1 - bis redditi 2009  
oppure
- UNICO persone fisiche  
2009

indicando il codice fiscale della nostra Associazione che è: C.F.: 02645050168

**SE vuoi conoscerci meglio visita il sito:**

[www.amicidigabry.insiemeperservire.it](http://www.amicidigabry.insiemeperservire.it)

*Aloardi Mariarosa  
Pittrice*



# “Per un futuro sempre migliore”



**D**urante l'esecuzione di un programma di screening diverse sono le difficoltà che si incontrano rispetto alla comunicazione e

all'instaurarsi di una buona relazione d'aiuto nell'arco delle varie fasi del programma di prevenzione.

Purtroppo ancora poco studiati sono i risvolti psicologici a breve e a lungo termine di chi si sottopone agli esami di screening.

In particolare la maggior parte delle ricerche si focalizzano sugli screening per il tumore della mammella, poco o niente si è studiato riguardo agli altri programmi che riguardano il pap-test, e il più recente esame per la ricerca del sangue occulto.

Le ricerche fatte hanno analizzato le reazioni psicologiche nelle donne che si sottopongono all'esame mammografico. Da questi studi si evidenzia che l'alto livello di ansia è la reazione emotiva che caratterizza maggiormente questo esame e che porta ancora molte donne ad evitarlo. Certamente dobbiamo sempre tener conto che ogni persona reagisce agli eventi in base alla propria storia personale e sociale, al suo coinvolgimento in situazioni riguardanti la malattia.

Vero è che però ancora molte persone non aderiscono ai programmi di prevenzione perchè temono il risultato.

Riteniamo perciò di fondamentale continuare con le campagne di informazione e sensibilizzazione alla popolazione tutta.

A questo proposito la nostra associazione in questi anni molto ha fatto e intende continuare a fare in questa direzione, organizzando incontri pubblici nei paesi dove parlare di prevenzione e di cura.

La persona che viene correttamente informata e accompagnata può accostarsi ai programmi di screening con maggior consapevolezza e forse anche meno ansia.

Un atteggiamento che ancora spesso si incontra è legato a una errata idea che fare prevenzione voglia dire evitare di ammalarsi. In generale sottoporsi ad esami nell'ambito di un programma di prevenzione può essere vissuto emotivamente in modo protettivo, come se gli accertamenti regolari mettessero al riparo da brutte sorprese.

Non è infrequente ascoltare lo sfogo di chi si trova con una malattia e si sente ingannato, tradito..

“ E pensare che mi sono sempre tenuto sotto controllo.....come è potuto accadere.....”

Questo ci dice che forse non è stato fatto abbastanza per far passare informazioni corrette e complete e forse ancor di più per accompagnare le persone nelle varie tappe a partire dal momento della diagnosi.

Anche nella nostra azienda ospedaliera, all'interno del servizio di psicooncologia, da maggio a ottobre 2007, si è realizzato uno studio per analizzare lo stato emotivo delle donne che si sottoponevano all'esame mammografico.

Lo studio è stato condotto presso i centri di senologia di Romano e di Caravaggio.

Abbiamo incontrato 339 donne a cui abbiamo chiesto di compilare due questionari e di rispondere ad alcune domande.

Dai questionari sono emersi i dati che ci confermano l'alto livello di ansia e di preoccupazione in particolare nelle persone più giovani.

Abbiamo però anche osservato alcune variabili nelle situazioni che modificavano l'atteggiamento delle persone e che forse richiederebbero una ulteriore analisi.

Dallo studio osservazionale si evince che spesso la tensione era legata ai tempi di attesa per effettuare l'e-

same, o ancora alla scarsa conoscenza dell'iter di screening e quindi al bisogno di avere chiarimenti e informazioni. Altre volte l'ansia faceva emergere un bisogno di dialogo e di ascolto che solo la presenza dello psicologo poteva soddisfare.

Queste osservazioni ci riportano ai temi che abbiamo delineato sopra, da una parte l'impegno per l'informazione e la sensibilizzazione ma dall'altra parte anche a creare condizioni sempre più adeguate e rispondenti ai bisogni delle persone. Certo è che poter avere a disposizione personale solo dedicato all'accoglienza potrebbe rendere meno disagiati questi momenti. Ma siamo realisti e capiamo che questi interventi richiederebbero risorse ed investimenti onerosi che non abbiamo a disposizione.

Il nostro compito però rimane quello di sensibilizzare e di continuare a parlarne per un futuro sempre migliore.

**Domenica 7 giugno 2009**

**8°**

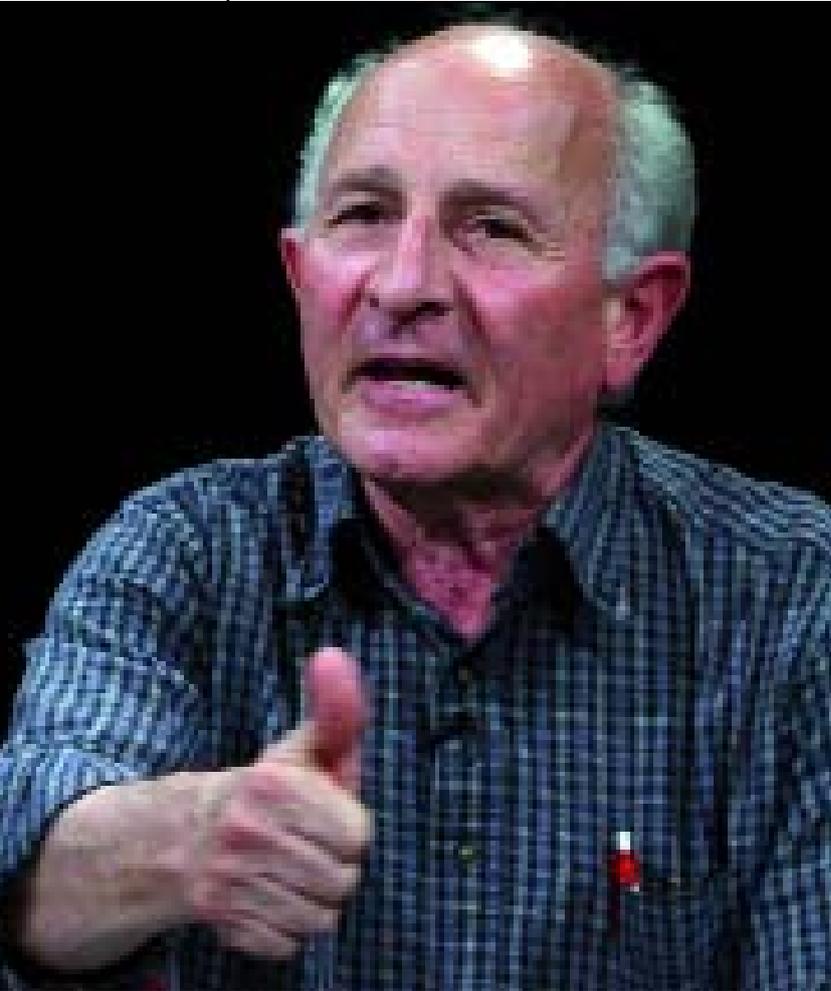
**AMICI DI GABRY  
GREEN DAY**

**nel Verde del Roccolo  
di Treviglio**

**Luisa Bonetti**  
*Psico-Oncologa  
dell'Associazione  
Psicologa dell'U.O.  
di Oncologia Medica  
Azienda Ospedaliera  
Treviglio-Caravaggio*



# “Don Gino Rigoldi”



**A**bbiamo contattato, per la pagina delle interviste del nostro giornale, una persona conosciuta, nota e cara a tutti noi, don Gino Rigoldi.

Virginio, detto Gino, Rigoldi, è nato nel 1939 nel quartiere di milanese di Crescenzago, dove è cresciuto e rimasto fino ai diciassette anni. A diciotto anni, è entrato nel seminario arcivescovile di Venegono e, al termine degli studi, ha collaborato come vicedirettore al collegio “De Filippi” di Varese. In questo luogo si è avvicinato ai giovani, e nel rapporto con i più bisognosi ha ritrovato la ragione del suo voler essere prete. Nel 1967 è stato ordinato sacerdote e, dopo varie esperienze, nel 1971 è diventato Cappellano dell’Istituto penale per minorenni “Beccaria”, carica che ricopre tuttora. Don Gino ha ospitato vari giovani che, fuori dal carcere, non avevano nessun sostegno, questa attività si è allarga-

ta col tempo con la nascita di altre piccole comunità alloggio e, nel 1973, è stato fondato il “Gruppo Amici del Beccaria”, rinominato nel 1975 come “Comunità Nuova”: l’associazione, di cui don Gino Rigoldi è presidente, ha lo scopo di inserire nel sociale i ragazzi che, usciti dal carcere, hanno difficoltà nel ritrovare il proprio posto nella società.

La battaglia più importante è stata quella contro la droga. Nel 2007 don Gino ha pubblicato “Il male minore. Devianza giovanile, un problema per tutti”, un libro che affronta il tema del disagio giovanile, in merito all’esperienza personale vissuta in tutti questi anni dal sacerdote.

I giovani sono nuovi alla vita: guardano i comportamenti degli adulti, si comunicano tra di loro delle esperienze e delle possibilità, imitano i modelli promossi dai media, reagiscono ai sentimenti ed alle pulsioni che sentono dentro di sé e agiscono.

E’ fuori dubbio che i giovani sono la fetta più appetibile del mercato dell’abbigliamento come del consumo di apparecchi elettronici e simili e perciò sono l’oggetto privilegiato delle campagne di marketing.

Nella confusione di modi di vestirsi ma anche di modi di comportarsi, di vivere le relazioni e la sessualità, di immagini di successo, è assolutamente necessario che gli adulti ci siano a fare da indicatori di senso, di opportunità, di scelta.

I maestri ascoltati sono sempre quelle persone che con i giovani stabiliscono dei rapporti importanti. A maggior ragione i genitori che sono le radici degli affetti posto che non siano anche loro confusi come e più dei loro figli. Dopo di loro tutti quegli adulti che siano gli insegnanti, gli educatori, degli adulti che abbiano un rapporto adulto ed un legame affettivo.

Non si diventa grandi da soli perchè allora le suggestioni dei modelli che al momento più affascinano il giovane possono diventare prevalenti e portare talvolta a comportamenti violenti e devianti.

Un educatore, i genitori in particolare devono sapere che sono educatori quando “sono in mutande” nel senso dell’informale, a tavola, nelle scelte di come spendere i soldi, nei giudizi sulle persone e su fatti della vita, attraverso le relazioni che si vivono. Anche nei discorsi seri e di senso ma soprattutto nel quotidiano. Perciò è necessario che gli adulti per primi sappiano bene dove è giusto porre le scelte.

Quando si parla di giovani si ha talvolta l'impressione che si stia parlando di extraterrestri. In realtà i bisogni dei giovani sono simili ai bisogni di ognuno di noi e cioè di avere una idea, una immagine di sé abbastanza buona e rassicurante, dei rapporti affettivi, amicali caldi e sicuri, un progetto di futuro e delle idealità, dei principi di senso che siano importanti, attraenti.

Quando parlo con i ragazzi o le ragazze del Beccaria e cerco di capire intanto la loro storia familiare, scolastica, eventualmente lavorativa, e nazionale ma soprattutto perché hanno commesso un reato le risposte sono in successione di importanza così :

Se si tratta di italiani il furto è talora legato alla voglia di avere un qualche apparecchio elettronico sia esso un telefonino ultimo modello o un I.Pode o altro simile, oppure, il furto o la rapina ha un altro scopo, purtroppo in aumento e cioè quello di ricavare soldi per comprarsi la cocaina.

Ma per gli italiani è più frequente un altro e più importante motivo. Si tratta di fare una impresa importante per dimostrare a se stessi ed eventualmente agli altri ragazzi o ragazze del gruppo, di valere, di essere capaci di imprese, di furberie efficaci. Di essere, come si dice in gergo : "fighi".

Non è una semplificazione dire che questi comportamenti, quello consumista del volere gli oggetti "alla moda" e quello più psicologico dell'essere apprezzati sta dentro una cultura giovanile spesso depressa, con poche speranze di successo, che si sente in adeguata e invisibile. Va da sé che questa sofferenza giovanile è soprattutto quelle di giovani delle periferie che spesso hanno anche una buona famiglia molto impegnata nel lavoro e con capacità di relazione e di capire i figli molto modesta.

Dal punto di vista di un educatore mi pare di poter affermare che troppi giovani, devono diventare grandi da soli, sollecitati da mille suggestioni, senza e i necessari aiuti e presenza di adulti capaci di orientare di dire tutti i sì ed i no necessari.

E' necessario che i cattivi comportamenti come i reati vengano chiamati con il loro nome cattivo e vengano puniti ma è altrettanto necessario voler capire ed intervenire perché si creino spazi di riconoscimento e di accompagnamento educativo dei giovani oggi destinati troppo spesso a diventare grandi da soli.

Se si parla dei giovani stranieri che a ondate diventano la maggioranza degli ospiti del Beccaria, occorre aggiungere ai comportamenti ed alle motivazioni della devianza descritta per gli italiani certamente il disagio dello sradicamento dal loro paese e anche quando sono nati in Italia la diffidenza, talora l'ostilità che respirano fin da bambini se non sempre rivolta a loro certamente rivolta alle loro famiglie.

Non è ancora nata una politica della accoglienza mentre si moltiplicano per gli stranieri tutti, non solo per i clandestini, provvedimenti carichi di cattiveria e di prepotenza. Molti sono gli italiani che sanno guardare agli stranieri con accoglienza disponibile, troppi li vivono come una dolorosa necessità che vorrebbero potesse sparire dopo l'uso. Ogni persona di buon senso sa che in Italia gli stranieri sono e saranno necessari, molti ragazzi e ragazze di altre nazionalità sono nati in Italia ma non sembra arrestarsi il quasi necessario riflusso dei gruppi di nazionalità e di religione, modalità che accentuano negli italiani la diffidenza e negli stranieri la distanza.

Emblematico è l'esempio dei gruppi giovanili dei Latin King che abbiamo accompagnato per qualche anno fino alla cancellazione da parte del comune di Milano della educativa di strada.

Questi ragazzi nel loro paese erano i più belli per via dei soldi inviati dai loro genitori. Arrivati in Italia si sono trovati all'ultimo posto, a vedere i loro genitori nei lavori più umili. E' stato un movimento automatico aggregarsi in gruppo tendenzialmente violento anche se, una volta raggiunto da adulti competenti abbiamo visto dei ragazzi e delle ragazze cambiare e desiderare le cose belle e anche positive che desiderano molti giovani italiani.

Per dare una indicazione che sia possibile, praticabile nel territorio io direi che occorre che si tengano d'occhio soprattutto i posti dove i giovani ci sono, quelli italiani e quelli stranieri.

Parlo delle società sportive, dell'oratorio, degli eventuali luoghi di aggregazione giovanile, della scuola del paese, delle famiglie e dei supporti educativi da offrire alle famiglie. Bisogna che si guardi a queste realtà, anche piccole, realtà nelle quali è possibile intervenire per verificare le presenze di adulti capaci di educare, i progetti educativi di attività che si dà come scontato che debbano educare senza che nessuno abbia mai ragionato, sperimentato, verificato la reale capacità di relazione con i giovani e le potenzialità educative.

Si va avanti, quando in tanti luoghi anche piccoli cresce la competenza relazionale e la cura educativa. Si parte sotto casa, nei luoghi destinati ai giovani che vedo e posso raggiungere. Il tanto si costruisce con il piccolo possibile. Ci vuole cuore, passione e competenza.

**Michela Colombo**  
Giornalista volontaria  
dell'Associazione  
"Amici di Gabry"



# “Testi vincitori del Premio Letterario”

**...iniziamo la rassegna con “Le Poesie”**

## DAI TRAMONTI LACERATI DI QUEI TEMPI

“Non riuscire a distinguerti dai tramonti lacerati di quei tempi quando il sangue si sconvolgeva per l'urgenza di vederti. Quando il silenzio era così chiaro che attraverso il canto degli uccelli e le sillabe dell'acqua sulla pietra potevo cogliere il respiro del tuo mare”

30 settembre 2008  
Mereghetti Baccolo Ornella

## SÖ LA LAVAGNA DEL TÉP

Nò, fiöi, mé rèste ché  
'mpermé!  
Mé rèste ché, söi mucc, sö la mé tèra  
che la me t'é ligàt 'mè 'na cadéna  
che la se spaca mai, perchè l'è 'n fil  
de rèf ligér che l'nas in del mé còr,  
sö la lavagna del tép  
che mai nò l'mör!  
Mé rèste, ché in de la nòsta val  
dó che l'mé nòm l'è scrécc  
söi rüer, söi pighére;  
ché, dó che fina l'éco de la mé us  
sa sènt de val in val.  
E quando che l'vé sira,  
öi respóndega al vènt  
ai sö lamènc, ch'ì sa fà sènt  
de tép in tép.  
Söl tarde, öle senti se gh'ala amò de di  
che l'aqua cicerina del torènt  
col sö spetegolà  
saldo, de sa e de là.  
Lassém ché, per piassér.  
Fin che l'me lassa, e fòrse e tép,  
ol nòst Signür,  
öle èd la mé èrba ògne matina  
(chel'èrba virdisina!)  
quando che spónta l'alba là, söi mucc.  
E come l'balca 'l sul al tramontà,  
de dé  
me par che i grèste i vaghe a sgrafignà  
sö, fina al cél, che l'vède sanguanà,  
man mà che 'l dé l'se smórza  
e 'l tép per nu l'gh'à méno fòrsa  
Tèra de la mé zét, crapuna, fòrse, sé  
müsuna ma urgugliusa... come mé!  
Nassit in chèsta val e ché 'mpastàt,  
car i mé fiöi, mé rèste ché!  
Ché, quando che l'ria la nòcc,  
mé 'nsogneró de növ la rundinèla:  
ghe salteró söi ale e me faró portà  
sö la montagna pössé ólta,  
fina là, e turneró a nas ön'ótra ólta:  
Ma, sèmper ché, söi mucc,  
dó che, là, sóta 'l fìch, in fónal al pràt,  
de òsta màder, fiöi,  
in del mé tép urmài passàt,  
ü dé m'só inamuràt

Conti Salvatore



*Dal 1998 il percorso accanto a Voi*

associazione



amici di gabry



"IL PROGETTO..."



"LA PREVENZIONE PRIMARIA"



"LA PREVENZIONE SECONDARIA"



"LA CURA"



"LA RIABILITAZIONE"



"IL TUMORE DEL CAPO-COLLO"



"IL TUMORE DEL POLMONE"



"IL TUMORE DEL COLON RETTO"



"IL TUMORE GINECOLOGICO"



"TARGET THERAPY"



"IL TRAPIANTO DEL MIDOLLO"



"NUOVE METODOLOGIE DIAGNOSTICHE"



"LA TERAPIA GENETICA"



"TERAPIA ADIUVANTE NEL TUMORE ALLA MAMMELLA"



"TUMORE MAMMARIO AVANZATO: LA CURA È POSSIBILE"



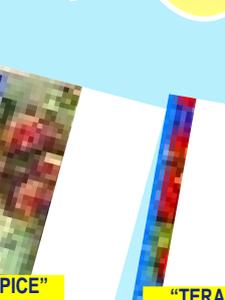
"CHEMIOTERAPIA NEOADIUVANTE O PRIMARIA"



"OSTEOPATIA E CHEMIOTERAPIA"



"ASSISTENZA DOMICILIARE"



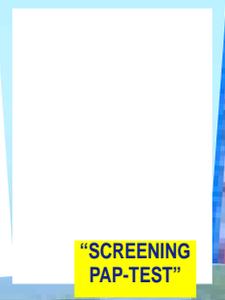
"HOSPICE"



"TERAPIA DEL DOLORE"



"CURE PALLIATIVE"



"SCREENING PAP-TEST"



"SCREENING DEL TUMORE AL COLON RETTO"



"SCREENING PROSTATA"



"SCREENING MAMMOGRAFICO"



"TUMORI EMATICI"



"I TUMORI DEGLI ANZIANI"



"I TUMORI DEGLI EXTRACOMUNITARI"



"...ANCORA PREVENZIONE"

*...nel 2009  
il cammino prosegue...*

Per sostenerci, per ricevere la rivista a casa tua,  
per partecipare attivamente alle nostre iniziative:  
Tel. 0363 305153 - c/c postale: 16386245



**AMICI DI GABRY - ONLUS**  
Sede Associativa V.le Oriano, 20 • 24047 Treviglio (BG) - Tel. e Fax: 0363/305153  
E-mail: [info@amicidigabry.it](mailto:info@amicidigabry.it)  
Reg. Prov. Ass. 28/96 - Fg 7 - Sez. D - P.I./C.F. 02645050168

## **L'ASSOCIAZIONE OFFRE I SEGUENTI SERVIZI**

### **• SPORTELLO INFORMATIVO**

E' un servizio rivolto a chi, per la prima volta, entra in contatto con l'Associazione, ha come obiettivo quello di accogliere i bisogni della persona e di aiutarla a conoscere la realtà del nostro lavoro attraverso la presentazione dei servizi che offriamo. (Su appuntamento)

### **• SPORTELLO DI CONSULENZA MEDICA**

E' un servizio attraverso il quale poter avere maggiori chiarimenti rispetto alla propria condizione di salute; ha funzione di filtro per la consulenza medica specialistica. (Il venerdì su appuntamento)

### **• SPORTELLO DI CONSULENZA SPECIALISTICA**

Oncologo, Senologo, Dietologo, esperto di medicina alternativa rispondono alle specifiche legate alla propria condizione di salute (Su appuntamento)

### **• SPORTELLO DI CONSULENZA PSICOLOGICA**

E' uno spazio di ascolto e di elaborazione dei vissuti legati alla malattia al quale potersi rivolgere per una consulenza o individuale o familiare. (Su appuntamento)

### **• SPORTELLO DI CONSULENZA LEGALE**

Il servizio è a disposizione esclusivamente per i soci dell'Associazione per problematiche inerenti alla malattia.

Per appuntamento telefonare negli orari di apertura alla sede associativa in Viale Oriano a Treviglio

### **• GRUPPI DI AUTO AIUTO**

E' uno spazio dove condividere con altre donne l'esperienza del tumore al seno promuovendo la consapevolezza di poter uscire dalla condizione di solitudine e sofferenza, riscoprendo la capacità di progettare il proprio futuro.

*Promuoviamo incontri formativi rivolti alla popolazione e/o a piccoli gruppi su tematiche legate alla malattia tumorale.*

