



In questo tempo prolungato di veti, limitazioni, misure comportamentali, viene proprio la voglia di infrangere ogni regola ed intraprendere un cammino innovativo, liberante da ogni vincolo. Un forte bisogno di evasione in senso positivo.

Paradossalmente il tempo liturgico della Quaresima, ormai alle porte ci offre questa opportunità. Intraprendere un viaggio, eccezionale in tempo di Covid. Una occasione da non perdere,

tanto più che economicamente è a costo zero. Nel pacchetto offerto è tutto compreso, non ci sono spese aggiuntive. Durante il viaggio viene offerta a tutti la possibilità di fare l'esperienza della **fratellanza** attraverso gesti concreti di **COMPASSIONE – VICINANZA – TENEREZZA**. Atteggiamenti, possibili durante il percorso, che verranno richiesti con semplicità, scevri da scenari pubblicitari, ma fatti sgorgare dall'apertura di cuore di ciascuno, verso i propri compagni di viaggio, mossi unicamente dal desiderio dello stare insieme.

Durante il percorso previsto, della durata di **40 giorni**, sono garantiti momenti di **ristoro**, di pause di riflessione, ove rinvigorire, nutrire e curare il cuore anche da eventuali ferite, per affrontare le difficoltà incontrate nel percorso.

I momenti di pausa sono rappresentati dal **DIGIUNO – SILENZIO – PREGHIERA**. Sono tempi preziosi da vivere

singularmente ed in condivisione con i compagni di viaggio per poter affrontare le impegnative fatiche della salita, degli imprevisti e, in modo particolare, per non perdere la gioia ed il desiderio di raggiungere la meta.



Una possibilità, una offerta sconvolgente e trasgressiva diventa questo tour. tanto più che i colori che lo caratterizzano lungo il suo percorso, a differenza di quelli attuali delle aree geografiche abitate dal Covid, sono il giallo(fede) ed il verde (speranza) che sono le timide e risolte compagne che non abbandoneranno i viaggiatori in qualunque contesto essi si possano trovare anche quando affronteranno l'impervio colore massiccio delle rocce e l'aridità del terreno desertico. I viaggiatori avranno sempre l'opportunità di ammirare paesaggi splendidi e minuscoli fiorellini sul sentiero accidentato, che allieteranno di gioia i cuori e li spronerà verso l'alto.

LA META!

Questa è garantita a tutti i partecipanti, nonostante gli imprevisti, le fatiche e difficoltà incontrate. L'arrivo è previsto entro il tempo stabilito al fine di poter partecipare all'unico EVENTO atteso: **la manifestazione dello smisurato amore di Cristo per ciascuno. LA SUA MORTE E RISURREZIONE.**

A ciascun partecipante presente verrà consegnato un sassolino bianco con sopra scritto il proprio nome nuovo e la firma del Donatore. Solo la persona interessata conoscerà il significato ed il segreto del nome ricevuto. Con quel nome entrerà a far parte di un circuito dove Fede e Speranza cederanno il passo all'AMORE. Un amore unico, irripetibile quale entrare a pieno titolo nel cuore di Dio ed essere un'unica realtà con **Lui** pur restando se stesso. Egli porterà la gioia esperita al suo ritorno tra i fratelli ed il suo volto brillerà di una nuova luce, la luce riflessa dell'esperienza di Dio.

E'certamente un viaggio, quello descritto, si faticoso, ma ristoratore, impregnato di sorprese e novità, anche piacevole perché percorso per la gran parte in compagnia. Un'esperienza alla quale non possiamo mancare!

Buon viaggio care/i amiche/ci.

Fiorenza Bugana



Per chi volesse approfondire il tema del Papa per questa Quaresima rimandiamo ad una lettura approfondita del documento del 12 febbraio in cui siamo invitati *"in questo tempo di conversione a rinnovare la nostra fede attingendo all'acqua viva della speranza e ricevendo l'amore di Dio che ci trasforma in fratelli e sorelle in Cristo"* quest' **"Ecco, noi saliamo a Gerusalemme..." (Mt 20,18).**
Quaresima: tempo per rinnovare fede, speranza e carità.

Lasciarci raggiungere dallo Spirito di Amore

Esclamava San Francesco d' Assisi per la pianura di Santa Maria degli Angeli dove sorge la Chiesetta della Porziuncola: **"Piango la Passione del mio Signore, per amore di Lui non dovrei vergognarmi di andare gemendo ad alta voce per tutto il mondo perché l' Amore non è amato"**, a Frate Leone disse: **"scrivi, ricorda ed imprimilo bene nel tuo cuore: Dio è il mai abbastanza"**. C'è sempre di più, mai possiamo dire di conoscere pienamente a fondo il Signore, mai possiamo dire di esserci uniti a Lui pienamente in questo mondo, non basta tutta la nostra vita terrena. Riflettiamo e meditiamo in questi quaranta giorni del sacro tempo della quaresima su questo **AMORE che NON E' AMATO**, su questo amore che non è ricambiato mai abbastanza da noi. Cosa avvenne sul Calvario? Gesù dando un forte grido spirò. Questo **soffio** è lo **spirito di Gesù** che scende dalla croce, questo santo soffio di Dio, questa santa prima pentecoste avviene sulla croce ed entra nella chiesa. Il primo soffio di amore che Gesù spira sulla croce fa nascere la chiesa...**DA** Gesù **ALLA** chiesa rappresentata dalla Madonna e da San Giovanni; il **soffio dello spirito** di Gesù donato dalla croce è la forza dei primi testimoni del Signore; pensiamo al martirio di **santo Stefano**, il primo testimone della fede in Gesù, alle colonne della chiesa **Pietro e Paolo** che trovano il martirio a Roma, agli **altri apostoli**, ai **primi martiri cristiani**; al **ministro delle minoranze religiose credente e cristiano pakistano Sciabath Batthi** minacciato più volte a morte e poi brutalmente assassinato perché cercava la pace fra tutte le minoranze religiose ha lasciato un testamento stupendo, bellissimo: *"io voglio rimanere ai piedi del mio Signore, voglio servire i miei fratelli più poveri e dare la vita per il Signore"*; ma pensiamo anche al 15 settembre scorso, festa dell' Addolorata quando è stato assassinato a Como **Don Roberto Malgesini** mentre si apprestava a iniziare il suo solito giro per distribuire le colazioni ai senza tetto, poveri, immigrati, *chi ha dato questa forza di testimonianza e di amore a questi nostri fratelli ?* lo Spirito del Signore, lo Spirito che continuamente ha dato e ridà forza e speranza alla chiesa ed al mondo. Questo **soffio di amore** lo abbiamo anche noi in forza del battesimo, è nascosto in noi, nel nostro cuore, è la **perla** preziosa, ma il nostro cuore è aperto, spalancato a riceverlo continuamente come **l' acqua viva** promessa da Gesù alla samaritana? Lo Spirito di amore di Gesù *abita, dimora* in noi perché possiamo amare come Lui **ma noi ne siamo coscienti, convinti veramente?** Non è un' utopia amare come Cristo ma una reale possibilità perché noi siamo

innestati in Cristo, la vera vite, che continua a donarci la sua linfa vitale se la chiediamo e la custodiamo; noi dobbiamo continuamente "connetterci" col suo spirito, col suo amore attraverso i sacramenti, la parola di Dio, la meditazione, la preghiera, in particolare l' adorazione eucaristica ed il santo Rosario; vivendo poi fra noi la **comunione fraterna e la fiducia reciproca** che sono come il **cemento** della vita ecclesiale e di ogni movimento e gruppo come l' esperienza nostra dell' A.C.O.S.

San Francesco d' Assisi diceva sempre ai suoi frati: *"non spegnete lo spirito di adorazione e di devozione e ricordatevi sempre che al centro del lavoro e dello studio c'è lo Spirito di Gesù che è in noi, che prega in noi"*. In questo sacro tempo di quaresima riscopriamo questo Amore: fruttuoso cammino a tutte/i voi.

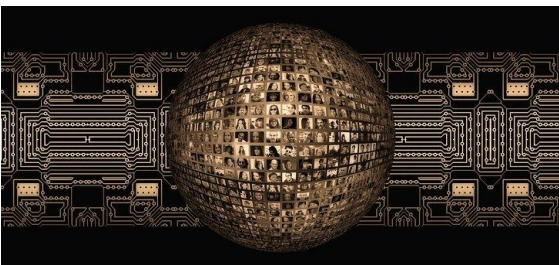


Le teorie “postumane”

Nel corso degli ultimi decenni numerosissime scoperte scientifiche hanno permesso enormi passi avanti nella diagnosi, prognosi e terapia delle più complesse patologie. Si pensi, ad esempio, alla scoperta negli Anni Cinquanta dello scorso secolo della struttura a doppia elica del DNA che permise di individuare le radici dell'identità biologica umana e all'esordio delle tecniche di rianimazione con la conseguente modificazione del decorso di molte malattie. Questi e tanti altri progressi diagnostici e terapeutici hanno cambiato il volto della medicina rendendo possibili sempre più sofisticati interventi sulla vita umana e favorendo nuove significative possibilità di guarigione e di cura.

Si potrebbe immaginare che questo stato di cose abbia potuto favorire nella maggior parte delle persone una minore preoccupazione circa la propria salute. La realtà però è diversa. La rianimazione e la cronicizzazione di alcune patologie hanno ad esempio acuito in molti il timore di “sopravvivere a se stessi”. È il caso della “sindrome della veglia non responsiva”, più comunemente indicata come “stato vegetativo”. Con le attuali tecniche mediche, le persone colpite da questa sindrome possono sopravvivere per anni senza riprendere contatto con la realtà. Interrogativi ancor più preoccupanti pongono le tecnologie emergenti (nano-bio-info e cogno-tecnologie) e le teorie globalmente indicate con il termine “postumane” che, con sfumature diverse, si propongono di superare o almeno di ridefinire l'impianto culturale umanistico e arrivano nelle correnti più spinte a prospettare, con l'ausilio della tecnica, la creazione di una nuova e superiore specie umana.

Questi nuovi scenari sono degni di attenzione perché hanno notevole presa tra le *élite* culturali e stanno penetrando gradualmente anche nel sentire comune. È necessario ribadire che la tecnica non è uno strumento neutro perché può produrre grandi benefici, ma anche diventare fonte di nuovi e angosciosi dilemmi. Tocca all'uomo servirsene responsabilmente orientandola alla realizzazione del bene personale, sociale e ambientale. Deve quindi essere sottoposta ad un continuo discernimento etico, libero dal pregiudizio che è bene fare tutto ciò che è possibile fare.



Il possibile volto del cambiamento

Da una riflessione del filosofo Umberto Galimberti per GQ: *“Il cambiamento imposto dal coronavirus sembra una sofferenza difficile da sopportare, anche se l'umanità ha superato di molto peggio. Succede perché ci troviamo nella condizione in cui tutta la nostra modernità, tutto ciò di cui andiamo vantandoci, ciò che in sintesi chiamiamo progresso, si trova improvvisamente a che fare con la semplicità dell'esistenza umana. Siamo di fronte all'inaspettato: pensavamo di controllare tutto e invece non controlliamo nulla.”*

Il 2020, anno di forte cambiamento vorremmo fosse un ricordo lontano, ma il timore e le incertezze ad esso legate pesano sul nostro presente come un macigno. La presunzione di controllo citata nella riflessione di Galimberti si è dovuta fermare di fronte allo “stop-coronavirus”.

Pensavamo di poter gestire tutto al meglio ed invece abbiamo dovuto mettere in stand by le nostre vite, la nostra quotidianità. Di fronte a questo primo grande insormontabile muro ci siamo seduti e le reazioni sono state le più svariate, ma tutte intessute nella grande trama di paura che ci ha avvolto. La rabbia in molti momenti ha preso il sopravvento, ma le regole in continuo cambiamento ci hanno soprattutto spaesati.

Mai come nel 2020 abbiamo dovuto rispolverare la cartina della nostra bella Italia, ripassare i confini delle regioni e settimana dopo settimana ricalcolare i nostri programmi. Se pensiamo al Santo Natale da poco trascorso notiamo come anche nostro Signore abbia dovuto modificare i suoi programmi e nascere entro le 22,00... ma in fondo i nostri cuori lo aspettavano già da molti mesi perché una delle poche certezze rimaste.



Tutte queste restrizioni ci hanno imposto di ridefinire il concetto personale di cambiamento perché cambiare non è semplicemente adattarsi ad un mondo in continuo divenire, ma è soprattutto una prospettiva di vita. La grande sfida che ci attende non è riuscire a cambiare i nostri orari, la nostra routine, che spesso viaggia entro schemi stabiliti, ma è cambiare lo schema stesso che da un rigido quadro svedese diventi una flessibile trama di morbidi fili. Il cambiamento non è e non deve essere l'unica possibile risposta alle restrizioni esterne, ma una nuova prospettiva incarnata in noi. Dobbiamo predisporci alla flessibilità di fronte agli eventi della vita ... cambiamento è vita!

Sicuramente la paura è uno dei tanti scogli lungo il cammino della metamorfosi, ma se riusciamo a dare maggior luce al nostro campo visivo e ad includere anche quegli scenari che giudichiamo impossibili, possiamo trovare il “nostro posto nel mondo” in modo più consapevole. È impossibile vivere in questo momento resistenti al nostro passato modo di essere perché la pandemia ha cambiato le nostre priorità e noi dobbiamo assecondare questo sconvolgimento.

È facile? Siamo preparati? Forse no, ma se iniziamo a porre il cambiamento non come alternativa, ma come grande possibilità potremo rifiorire. Cambiamento è apertura, rende più leggeri e più liberi; rispolverare questa innata capacità ci farà riscoprire forti perché di fronte alla possibilità di fare diverse scelte, sentirsi liberi di pensare senza escluderne nessuna non è indecisione, ma libertà.

Il proposito più bello per questo 2021 è che tutti acquisiamo la nuova consapevolezza che il cambiamento è vita e deve essere la nostra forza propulsiva.

Ad esempio se fossimo rimasti aderenti all'idea che amicizia è solo vedersi vis a vis pensiamo a quante occasioni perse; invece questa pandemia ci ha fatto scoprire alcune nuove possibilità ed ora anche una videochiamata è vedersi e fa parte delle modalità di vivere un'amicizia, un rapporto di affetto.

La percezione del rischio e l'esitazione vaccinale

Vorrei riassumere per gli iscritti ACOS alcuni concetti sulla percezione del rischio e l'esitazione vaccinale, argomento che è molto attuale e dibattuto, fornendo questa piccola relazione tratta da varie fonti bibliografiche.

Perché mi devo vaccinare? La domanda non si poneva neppure fino agli anni 90, era scontato che la copertura vaccinale fosse non solo obbligatoria, ma soprattutto utile e necessaria per salvaguardare la propria salute.

Verso la fine degli anni 90, ci furono in modo concomitante alcuni episodi che alimentarono una campagna antivaccinale.

Equivoci

Prima il caso del gastroenterologo Wakefield che teorizzava una relazione tra vaccinazione per morbillo/pertosse/rosolia e autismo, poi rivelatasi totalmente infondata, con dati contraffatti, evidenti interessi economici dell'autore, mancanza di un gruppo di controllo, ecc.

A causa della sua condotta gravemente scorretta il medico fu radiato dall'ordine.

Anche la richiesta di eliminare un conservante a base di tiomersale, perché il suo utilizzo in molti vaccini nel primo anno di vita del bambino poteva teoricamente superare la soglia di sicurezza stabilita per il mercurio, fu fonte di equivoci. Tale richiesta venne erroneamente interpretata come una conferma della relazione tra vaccini e autismo.

Attualmente in Italia il mercurio non è più presente nei vaccini come conservante, ma solo come residuo di lavorazione e quindi ininfluente sulla salute; è comunque stato evidenziato come anche nella formulazione come conservante, poiché viene rapidamente eliminato attraverso urine e feci, non raggiunga livelli tossici.

Infine, fu ipotizzata una associazione tra vaccino esavalente e la sindrome da morte improvvisa del lattante o morte in culla. Dagli studi effettuati risulta una semplice relazione temporale (età in cui si manifesta la SIDS concomitante all'epoca vaccinale) e non un nesso causale.

Queste notizie prive di fondamento scientifico hanno tuttavia avuto delle ripercussioni sui programmi vaccinali di molte nazioni innescando dubbi e perplessità in merito alla sicurezza dei vaccini.

Percezione del rischio

Anche la bassa percezione del rischio delle malattie infettive, ad oggi in parte debellate, in parte ben controllate proprio dall'uso dei vaccini, provoca una esitazione vaccinale.

La percezione del rischio è un processo cognitivo coinvolto in diverse attività quotidiane, che avviene per lo più a livello inconscio, e che orienta i comportamenti delle persone di fronte a decisioni connesse con l'esposizione a rischi potenziali.

Molto spesso esiste una discrepanza tra la **percezione** soggettiva del rischio e la **valutazione** oggettiva del pericolo. Infatti, "rischio" e "pericolo" esprimono concetti differenti:

- il "**pericolo**" è la proprietà intrinseca (della situazione, oggetto, sostanza) di un determinato fattore avente il potenziale di causare un danno (ad esempio radiazioni, infezioni, terremoti, ecc.), è un fattore che per le sue proprietà ha la capacità di causare un danno alle persone

-mentre il "**rischio**" rappresenta la **probabilità** che accada un certo evento capace di causare un danno; il rischio implica l'esistenza di un pericolo e le possibilità che si trasformi in danno, quindi il rischio esprime una possibilità (probabilità) di danno in relazione all'esposizione al pericolo, e questa possibilità può essere misurata in termini oggettivi.



Accade spesso che le persone temano delle attività che sono poco o per nulla pericolose e al contrario non temano affatto attività o situazioni che potrebbero avere conseguenze anche molto dannose. La percezione del rischio è personale: decidiamo di affrontare o evitare la situazione di rischio in modo soggettivo. Sono note una serie di caratteristiche legate al rischio che ne influenzano in maniera sistematica la percezione da parte delle persone. La percezione è influenzata da abitudini ed esperienze pregresse, per es. l'individuo tende a sottovalutare i rischi connessi alle abitudini di lavoro (es. il mancato utilizzo di DPI), i rischi che si presentano quotidianamente (es. esecuzione di una iniezione intramuscolare) e quelli a bassa probabilità (es. puntura accidentale con l'ago). La percezione individuale si basa sull'esperienza personale o di altri e varia in rapporto all'accettabilità collettiva del rischio, che si modifica nel tempo, nei luoghi, nei gruppi di lavoro, nelle culture ed in rapporto ai valori personali e culturali, all'età, al sesso. Sono

fattori in grado di incidere in maniera significativa sulla componente emozionale e quindi in grado di rendere un determinato rischio più o meno accettabile agli occhi dell'individuo



Vorrei ancora precisare dei punti rispetto alla percezione del rischio:

- i rischi percepiti come *volontari* sono più accettati dei rischi percepiti come *imposti*. Se la decisione di vaccinare sé stesso o un proprio caro fosse imposta per obbligo di legge i rischi collegati alla pratica vaccinale sarebbero meno tollerati;
- i rischi percepiti come *aventi chiari benefici* sono più accettati dei rischi percepiti come *aventi pochi o nulli benefici*. In questo senso la vaccinazione anti-covid19 dovrebbe essere favorevolmente percepita, perché si presenta come protettiva nei confronti di una malattia le cui complicanze sono note e, in certe fasce di popolazione, molto temute;
- i rischi percepiti come *aventi effetti immediati* sono più accettati dei rischi percepiti come *aventi effetti ritardati*. Per quanto riguarda i vaccini si potrebbe pensare allo shock anafilattico post-vaccinale, un rischio ben più accettabile rispetto ai paventati "danni a lungo termine", di cui spesso si parla senza alcuna evidenza;
- i rischi percepiti come *naturali* sono più accettati dei rischi conseguenti *all'azione*

dell'uomo. L'uomo tende ad accettare con molta più serenità i rischi collegati ad eventi naturali, rappresentati in questo caso da una malattia infettiva quale il Covid-19. Al contrario, in generale, si è molto meno propensi ad accettare rischi collegati ad attività industriali perché a queste sono sempre collegati i relativi interessi commerciali;

- i rischi percepiti come *dannosi per gli adulti* sono più accettati dei rischi percepiti come *dannosi per i bambini*. Quando ad un'attività è sotteso un rischio che può ripercuotersi sulla salute dei bambini la componente di ansia e preoccupazione è particolarmente marcata. In questo senso i rischi collegati alla vaccinazione pandemica, prioritariamente indirizzata agli adulti, saranno più accettati;

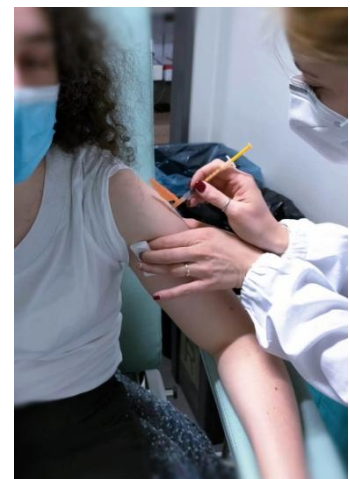
- i rischi conseguenti ad una *omissione* sono più accettati dei rischi derivati da una *commissione*: i rischi collegati alle complicanze del Covid-19 per non essersi vaccinati (ovvero la conseguenza di non aver dovuto prendere alcuna decisione) sono più accettati dei rischi conseguenti alla decisione proattiva di vaccinarsi;

- i rischi *non oggetto di copertura mediatica* sono più accettati di quelli che hanno una *elevata copertura mediatica*. In questo senso l'imponente "infodemia" che sta accompagnando l'evento pandemico e la grande rilevanza che sarà data ad ogni evento avverso che possa verificarsi dopo la somministrazione di vaccino pandemico determineranno un peggioramento.

L'esitazione vaccinale, definita dall'OMS come "un ritardo nell'accettazione o nel rifiuto dei vaccini nonostante la disponibilità di servizi di vaccinazione", nel 2019 è stata classificata dalla stessa organizzazione tra le "dieci minacce alla salute globale".

Alla base dell'esitazione vaccinale vi sono varie concause:

- Un calcolo rischio- benefici non chiaro alla popolazione non esperta
- Una popolazione con motivazioni diversificate: alcuni hanno un sentimento di salvaguardia sociale elevato, altri un maggior sentimento di protezione individuale; per questo non è possibile avere un messaggio unico per tutti
- Le persone anziane valutano la vaccinazione non necessaria per un basso rischio percepito legato alle malattie infettive rispetto ai rischi legati alla loro vita passata
- La presenza di una spinta antivaccinale legata ad un vaccino prodotto in tempo di pandemia, percepito come potenzialmente insicuro ed inefficace



Il SAGE (Strategic Advisory Group of Experts on Immunization), gruppo di esperti in ambito vaccinale in seno all'OMS evidenzia i fattori che ostacolano l'adesione alle

vaccinazioni o l'esitazione vaccinale che qui propongo in tabella 1

Tabella 1. Determinanti della scelta vaccinale raggruppati nelle tre macro-categorie proposte dal SAGE.

Categoria	Determinanti
Determinanti di contesto	<ul style="list-style-type: none"> - Mass media - Copertura giornalistica delle notizie - Leader di opinione e gruppi influenti - Determinanti storici - Fattori religiosi e culturali - Appartenenze politiche - Barriere geografiche - Percezione riguardo le industrie farmaceutiche - Teorie cospirazioniste - Ruolo degli operatori sanitari
Determinanti individuali e di gruppo	<ul style="list-style-type: none"> - Esperienze personali con i vaccini - Esperienze raccontate da familiari, amici, colleghi di lavoro - Convinzioni e attitudini verso la salute e la prevenzione - Propensione alle medicine alternative/naturali - Consapevolezza e conoscenze sui vaccini e le malattie infettive prevenibili - Percezione delle conseguenze di errori di omissione/commissione - Percezione soggettiva dei rischi e dei benefici - Fiducia negli operatori sanitari ed esperienze personali - Fiducia nelle Istituzioni sanitarie - Senso di responsabilità verso la comunità e norme sociali
Determinanti collegati ai vaccini	<ul style="list-style-type: none"> - Rapporto rischi/benefici (Evidence-Based) - Introduzione di nuovi vaccini e nuove formulazioni - Modalità di somministrazione dei vaccini - Disegno del Piano Vaccinale e modalità di vaccinazione (vaccinazioni di massa, per i soggetti a rischio, per i nuovi nati) - Calendario vaccinale - Affidabilità dei vaccini - Costi - Forza delle raccomandazioni - Mancate raccomandazioni da parte degli operatori sanitari o raccomandazioni poco consistenti.

Per migliorare i livelli di copertura vaccinale l'OMS propone tre fattori sui quali poter agire: implementare la FIDUCIA: sull'efficacia e sulla sicurezza del vaccino, sul sistema preposto ad offrire la vaccinazione, sulla competenza e affidabilità degli operatori dei servizi vaccinali, sulle istituzioni sanitarie che stabiliscono la raccomandazione dei vaccini ed anche la fiducia nelle motivazioni politiche regionali o nazionali;



contrastare la NONCURANZA: l'esitazione vaccinale può registrarsi quando gli esiti della malattia naturale non sono più presenti nella memoria della popolazione (questo non è sicuramente valido per la pandemia in corso) per cui i cittadini percepiscono solo i rischi legati alla pratica vaccinale e non quelli legati alla malattia stessa. Legato alla noncuranza vi è anche il senso civico della popolazione che se non viene percepito come personale favorisce la delega ad altri della risoluzione del problema.

favorire la COMODITA': è un fattore che dipende dall'organizzazione sanitaria ed è riferito all'accessibilità fisica alla sede vaccinale, l'eliminazione delle barriere architettoniche, i tempi di apertura al pubblico, l'accessibilità economica alle prestazioni, l'accessibilità sociale per esempio linguistica e culturale.

La comunicazione

La comunicazione è fondamentale, l'obiettivo è quello di promuovere e favorire la circolazione di informazioni complete, obiettive, accurate, chiare, comprensibili ma soprattutto **PERSONALIZZATE**, centrate sulle specifiche esigenze delle singole persone e sull'**ASCOLTO**, ponendo attenzione ai canali fondamentali della prassi comunicativa (verbale, non verbale, paraverbale).

Alcune azioni proposte contro l'esitazione vaccinale nella pandemia da Covid 19: rafforzare l'educazione dei pazienti sui **rischi specifici** della patologia da Covid e della potenziale perdita della salute in caso di mancata protezione vaccinale, chiarendo il bilancio tra i rischi della malattia e i benefici della vaccinazione;

ammettere errori ed effetti collaterali. Per costruire e mantenere un rapporto di fiducia, è necessario fornire informazioni in modo trasparente, ammettendo precedenti errori ed effetti collaterali dei vaccini accanto a casi attuali di successo dei vaccini, come ad esempio l'aver debellato alcune malattie. È frequentemente riportato come siano avvertite carenze informative proprio sugli effetti avversi alle vaccinazioni;

diffondere un messaggio chiaro ed efficace sulla **sicurezza dei nuovi vaccini** (insistendo sia sull'accuratezza e affidabilità del processo autorizzativo, sia sui dati rassicuranti provenienti dall'ampio numero di individui che hanno partecipato alla sperimentazione e a quelli attualmente in corso);

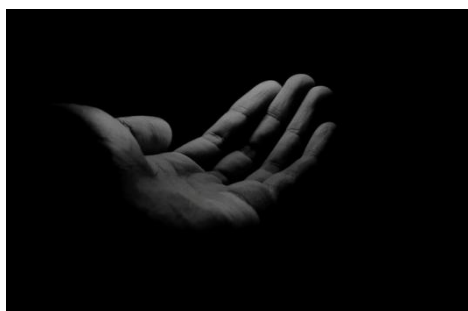
testimoniare da parte delle istituzioni sanitarie la propria fiducia nella vaccinazione, sia individualmente, sia come squadra di operatori sanitari locali;

non insistere troppo sui dati e le percentuali che indicano il basso rischio di reazioni avverse da vaccino rispetto all'alto rischio dell'infezione naturale;

insistere sul vaccino come **strumento di efficacia collettiva** per il raggiungimento dell'immunità di comunità (o di gregge);

insistere sulla **protezione individuale**, del proprio nucleo familiare e amicale (per i nonni, ad esempio, è bene insistere sui rischi di contagio reciproci con i nipoti o con il personale sanitario secondo la strategia del bozzolo: un anello protettivo di vaccinati dei contatti stretti);

insistere non sul concetto reale di fragilità dell'anziano, ma di implementazione dello scudo protettivo verso **nuovi agenti infettivi un tempo inesistenti** (SARS-CoV2).



Bibliografia:

www.puntosicuro.it

Quaderni del ministero della salute: ""Vaccinazioni: stato dell'arte, falsi miti e prospettive. Il ruolo chiave della prevenzione.

Corso EDUISS Campagna vaccinale Covid-19: la somministrazione in sicurezza del vaccino anti SARS-CoV-2/Covid-19: La comunicazione efficace con gli utenti nell'ambito del piano di vaccinazione anti SARS-CoV-2/Covid-19 Barbara De Mei¹, Daniel Fiacchini², Andrea Grignolio³ ¹Centro Nazionale per la Prevenzione delle Malattie e la Promozione della Salute, Istituto Superiore di Sanità, Roma ²Dipartimento di Prevenzione, ASUR Marche, Ancona ³Università Vita-Salute San Raffaele di Milano

<https://www.epicentro.iss.it/vaccini/pdf/2018/Parliamo%20di%20esitazione.pdf>

VISSUTO LAVORATIVO, ASSISTENZIALE E PERSONALE DI ALCUNI OPERATORI SANITARI

Nel corso della vita, ognuno di noi vive situazioni che suscitano inevitabilmente una riflessione profonda. La pandemia è sicuramente una di queste. Le sue conseguenze hanno pervaso ogni singolo aspetto delle nostre vite e lasceranno indubbiamente una cicatrice profonda.

Al lavoro, la pandemia è sinonimo di desolazione. Tutti gli spazi che erano un tempo pieni di vita, come il salone e la sala da pranzo, non sono altro che un deserto di tristezza. Gli anziani sono chiusi nelle loro stanze, ammalati e sofferenti. I ricoveri si susseguono senza tregua, e i decessi amplificano un senso di vuoto già opprimente. I turni di lavoro sono pesanti fisicamente e psicologicamente.

A casa, la desolazione continua. L'isolamento da tutti, in particolare dai familiari, è necessario per tutelare la loro salute, ma la solitudine si fa pesante. Nel periodo più duro del lockdown, il silenzio che si percepiva nelle strade sembrava surreale. Avevo l'impressione di essere rimasta l'unica persona sulla terra e che, se avessi bussato a tutte le case, nessuno avrebbe risposto.

Oggi la situazione è migliorata, ma continuiamo a camminare sull'orlo di un precipizio. La mancanza di contatti umani, con persone care o sconosciute, continua ad essere pesante. Mi mancano gli abbracci, i baci, le strette di mano, i sorrisi di chi amo, ma anche di chi incrocio per strada per una manciata di secondi.

Il mio augurio è che, in futuro, l'umanità intera possa apprezzare di più le relazioni umane e intensificarle, perché se c'è una cosa che questa pandemia ci ha insegnato è che, senza interazioni con gli altri, ci sentiamo tutti un po' meno umani.

Gemma, OSS



Sono Giovanna, lavoro come libera professionista presso due strutture per anziani e un ambulatorio fisioterapico e vivo a Pontey (AO) con i miei due figli e la mia mamma novantenne. L'arrivo del Covid-19 ha sicuramente cambiato la mia vita, sia sul piano personale, che professionale.

Nel giro di pochi giorni tutto è stato stravolto: poco lavoro, figli a casa da scuola, vita sociale quasi azzerata e di lì a poco comune di residenza in zona rossa...

La priorità sin dai primi momenti è stata proteggere me, i miei familiari e i nonnini dell'unica struttura in cui ho potuto continuare a lavorare. Massima attenzione al corretto utilizzo dei dispositivi di protezione sia da parte mia che da parte dei colleghi e dei miei figli, isolamento sociale (io sono di Torino e non frequento più mio fratello e i miei parenti), ecc ecc. Ma questo periodo difficile,

ha rafforzato alcuni aspetti che mi caratterizzano da sempre, sia dal punto personale che professionale.

Tra questi la capacità di ascoltare. Il mettersi in ascolto dell'altro, dei suoi dolori e fatiche, ma ancora più adesso delle sue emozioni, in particolare delle sue paure, della sua tristezza, del suo bisogno di sentirsi ancora persona. E poi anche la solidarietà, in famiglia certo, ma anche tra i colleghi di lavoro, vicini e lontani.

E poi i momenti di silenzio, in solitudine, in una società spesso troppo rumorosa, in cui non c'è più spazio per entrare in contatto con sé stessi.

Certo sono molti gli aspetti negativi di questa pandemia, ma ritrovarsi tutti insieme in una situazione così difficile per tutti, mi ha anche aiutato a riflettere su molti aspetti della mia vita.

Come operatore sanitario, l'aspetto più difficile che ho vissuto e vivo tutt'oggi è il sentirsi impotente di fronte al vuoto che resta nel cuore e nella mente dei nonnini in struttura, che stanno trascorrendo i loro ultimi mesi o giorni di vita, senza più il contatto con i loro cari. A volte mi sento io la loro figlia o l'amica con cui confidarsi... e cerco di offrire la mia vicinanza, mentre li aiuto e li sprono a muoversi. Ma sento insieme a loro un grande senso di sconforto, di rassegnazione e di profonda tristezza.

Giovanna, FISIOTERAPISTA

Il mio pensiero va alla MEMORIA che avremo di questo tempo: se sarà volontariamente dimenticato cadendo in un oblio desiderato, se questi tragici eventi saranno sempre meno raccontati oppure addolciti fino alla loro scomparsa, se la pandemia si ridurrà ad un misero trafiletto sui libri di storia.

Il racconto di questo periodo dovrebbe essere mantenuto, perché questi faticosi mesi hanno lasciato un segno, che è anche insegnamento, che è un passaggio tra il prima e il dopo.

Per ora la paura del contagio è ancora importante, infatti pur potendo uscire più liberamente (siamo in zona gialla...) evitiamo di farlo perché abbiamo dentro di noi un timore, un laccio che ci tiene chiusi in casa e dentro di noi. E' come se, uscendo di casa, ci esponessimo ad un passo difficile: ricominciare a VIVERE.

Le relazioni interrotte un anno fa hanno mostrato la loro vera forza: con poche persone ci siamo sentiti faticosamente, e in modi alternativi, forse sfidando anche i divieti pur di vedersi; con molti i rapporti si sono spenti, scoprendo che quel legame non era così importante per l'altro, attendendo uno squillo del telefono che non è arrivato, facendo risuonare nella solitudine le domande più ovvie e dolorose.

Ora dobbiamo non solo riprendere i contatti ma RICOSTRUIRLI, ricostruire su una base più solida il concetto di relazione e quello di comunità e società. La memoria del dolore fisico e spirituale deve essere presente nella ricostruzione, memoria che sia consapevolezza delle nostre resilienze o delle nostre superficialità.

Paola, INFERMIERA

Nell'ultimo anno il COVID – 19 ha sconvolto totalmente la mia vita, mostrandomene i lati peggiori e lasciandomi addosso segni indelebili.

Già i primi di novembre ho dovuto abbandonare momentaneamente il posto di lavoro, prima che anche lì si abbattesse la tempesta, perché raggiunta dal "mostro" invisibile che mi ha tenuta prigioniera per oltre due mesi. Ho vissuto in prima persona la preoccupazione, la paura, l'impotenza, i dolori in tutto il corpo, la spossatezza da non riuscire ad alzarmi dal letto per andare in bagno, un senso di confusione, ma soprattutto la difficoltà che provavo nel respirare fino ad arrivare a boccheggiare, come fossi sempre sotto sforzo, l'essere cosciente che senza quel bombolone accanto al letto forse non sarei arrivata a vedere risplendere l'alba.

Ma... aveva ragione la mia grande mamma: "NON C'E' MAI FINE AL PEGGIO"...

Questo virus non solo l'ho vissuto in prima persona ma mi ha portata a subire una grave perdita in famiglia che mi ha distrutta sia mentalmente che fisicamente.

Le preoccupazioni per me erano centuplicate da quelle che provavo per mio fratello, anche lui affetto dal "mostro". Le sue condizioni sono precipitate in pochi giorni, benché non presentasse alcuna patologia pregressa.

I primi giorni riuscivamo a sentirci telefonicamente o con messaggi, poi il repentino peggioramento l'ha portato in rianimazione ove è stato intubato. Da lì sono iniziate giornate interminabili ad aspettare una telefonata da un sanitario, che non trovava nemmeno più parole per cercare di non ferirci ulteriormente. Il saperlo solo in quel letto, al freddo, mi faceva impazzire perché io sentivo tanto freddo e lo sentivo anche per lui, cento volte al giorno mi chiedevo se avesse freddo... Non so neanche se fosse reale o se lo provasse solo il mio cuore.

Subito ci era stato comunicato che la situazione era disperata, ma la speranza non voleva abbandonarmi. Nei momenti più bui però venivo assalita dalla preoccupazione che non potesse riabbracciare i suoi figli, sua moglie e tutti i suoi cari e ciò mi faceva sentire totalmente impotente e disperata, perché sapevo perfettamente che nessuno di noi avrebbe potuto essere lì a tenergli la mano quando sarebbe arrivato il momento.



La morte di un proprio caro è una delle prove più dolorose delle nostre esperienze, ma ai tempi del Covid diventa un'esperienza traumatica.

Non poter assistere il proprio caro, stargli vicino nelle ultime ore di vita, non poterlo salutare, confortare, stringere per l'ultima volta, rende il dolore devastante, manda il cuore in mille pezzi.

Il pensiero del suo corpo deposto in un sacco di plastica e di non averlo potuto salutare neanche dopo la morte, mi toglie completamente il sonno.



A momenti mi sentivo parte di una situazione surreale. Mi pareva di vivere una realtà che non era la mia. Cercavo di trasmettere un po' di forza alla mia famiglia, quando in realtà non ne avevo neanche per me. Porterò per sempre nel cuore le sue ultime parole inviatemi in messaggio prima di venire trasferito in Rianimazione: "Ciao Maria, sei un Angelo, ti voglio tanto bene, grazie di tutto". Grazie a te, tesoro, per tutto l'amore che mi hai sempre dato e che mi hai permesso di darti.

Temo che l'ansia, l'insonnia, la depressione resteranno per lungo tempo mie compagne di sventura e di tutti i miei familiari.

Di fronte a questo nemico invisibile ed impalpabile mi sento indifesa, fragile e smarrita. So che tutti noi dovremmo sfruttare questa occasione per essere migliori, ma purtroppo troppo spesso sta uscendo il peggio di ognuno di noi.



Nella vita nulla accade per caso, tutto ciò che essa ci presenta ci lascia un messaggio, un'esperienza, ma questa guerra impari e invisibile è troppo per chiunque.

Sant'Agostino ci invita a guardare in noi stessi per dare un senso a ciò che avviene nella vita, ma io non sempre ci riesco e sono in grado di accettare.

La sensazione che in futuro andremo incontro a una lunga transizione che ci porterà verso un mondo ben diverso da quello che conosciamo mi fa tremare, non tanto per me ma per i miei nipoti.

Unica cosa positiva di questa lunga odissea è che, con grande gioia, ho riscoperto i valori di tutti coloro che mi sono stati accanto. In particolar modo la mia famiglia, gli amici, i vicini di casa, i colleghi che cercavano le parole meno dure per informarmi della salute dei nostri nonnini e l'équipe medica che mi ha supportata anche psicologicamente con telefonate quasi quotidiane. Grazie

Maria, OSS

A colloquio con Covid

Ciao Covid... ti va se parliamo un po'? Sai, da quando sei comparso tu la mia solitudine è di molto aumentata... così che ora non mi resti che tu per far due chiacchiere... tanto per cominciare devo lamentarmi un po': da un anno a questa parte m'hai costretto sul lavoro a vestirmi quasi come un astronauta, con tanto di copioso sudore sotto la tuta... ma mica sono pagata come un astronauta!!!

Anzi m'hanno pure revocato tutte le ferie! Quando poi credevo fosse già abbastanza... zac! Mi sei entrato dentro e tenuto in scacco per due buone settimane ... e ti sei dato anche parecchio da fare , tanto che per riprendermi del tutto dallo shock mi ci è voluto ancora un altro mese!

Ora dimmi un po'... com'è che ti sei allargato tanto? Ah... sì. Le solite scuse... tu non hai colpa se il cambiamento di clima ti ha costretto a diffonderti tra noi per mangiare... insomma mi vuoi dire che sei anche tu un migrante? Non è che invece la Terra ti ha chiesto aiuto per liberarsi da una specie che la stava distruggendo nonostante i suoi numerosi appelli e grida di dolore? Ah... cosa vado a insinuare! Tu non ne sai niente, fai lo gnorri...

E poi senti cosa m'è venuto da pensare in questi giorni... in questi ultimi anni tutti a comunicare di persona sempre meno e sempre di più a distanza e con le dita, tanto che incontrarsi o telefonarsi era quasi una stravaganza, una cosa vintage... non è che qualche birichino da qualche parte nell'universo ha pensato di farci provare l'assenza della presenza per renderci consapevoli della sua fondamentale importanza? Eh? Ma che vai a pensare! E che gioco di parole sarebbe? Io gioco con le parole ma tu giochi pesante eh... perché siamo duri di mente e di cuore?

Però dai... ora stiamo capendo molte cose, puoi mollare per favore??

Grazie, Milena

Milena, INFERMIERA

... che Dio perdona tutti

Ho letto questo libro in estate, ironico leggero divertente, fa riflettere sull'essere cristiani credibili.

L'autore, Pierfrancesco Diliberto in arte Pif, classe 1972, conduttore televisivo, attore, scrittore e regista umorista e scanzonato.

La trama racconta la vicenda tra Arturo, un giovane 35enne agente immobiliare, amante dei dolci alla ricotta e Flora, una ragazza brillante e bella, proprietaria di una pasticceria. Flora possiede un piccolo difetto: è una fervente cattolica che ogni domenica assiste alle celebrazioni liturgiche con gran empatia e che desidera tanto condividere questa sua fede con il proprio compagno. Arturo è un cattolico medio, di quelli che hanno ricevuto comunione e cresima solamente perché gli era stato imposto dai genitori senza alcuna possibilità di scelta.

Per far finta di condividere questa fede con Flora, Arturo accetta, di recarsi a messa tutti i sabati pomeriggio e finge di interessarsi alla preghiera ed alle sacre scritture. La delusione di Flora, col passare del tempo, si fa sempre più evidente. E proprio il fatto di aver deluso la sua partner spingerà Arturo a prendere una delle decisioni più importanti della sua vita: trasformarsi per tre settimane in un perfetto cattolico, che applica alla lettera i dogmi della Chiesa ed il catechismo. Una conversione, questa, che avrà conseguenze davvero imprevedibili nella vita del protagonista, a partire dal comandamento "non dire falsa testimonianza" (che durante il tentativo di vendere una casa da tempo inutilizzata lo costringerà a rivelare agli acquirenti i possibili difetti della stessa) fino all'applicazione del comandamento "ama il tuo prossimo come te stesso". Con il suo percorso di conversione alla religione cattolica, **Arturo avrà l'occasione di mettere in discussione la fede all'acqua di rose, scoprendo l'ipocrisia e la superficialità del mondo in cui vive.** Una scoperta, questa, che ha lo scopo di far riflettere il lettore sul vero significato delle parole uguaglianza, verità e solidarietà e che va a colpire tutte le persone che considerano la religione e la preghiera solamente un passatempo per apparire migliori degli altri, sputando sui più deboli e dimostrando di non dare alcun significato alla fede religiosa.

Molto profonda e ricca di significato, la frase pronunciata dal protagonista ormai consapevole dell'ipocrisia del mondo in cui vive e della difficoltà umana nell'amare il prossimo senza impegnarsi: *«c'è un passaggio nei vangeli che mi ha sempre colpito e che mi hanno detto essere tratto da quelli apocrifi. Nel Vangelo tradizionale quando gli apostoli si accorgono che non c'è abbastanza cibo per le persone che stanno ascoltando Gesù moltiplica i pani e i pesci. Nella versione apocrifa Gesù risolve il problema facendo un miracolo che potremmo fare anche noi: chiede alle persone di tirare fuori tutto il cibo che hanno con se e di dividerlo con chi non ne ha. Così si saziano tutti. Nel vangelo ufficiale il senso è lo stesso, ma è il gesto miracoloso che rimane in mente. Perché è più difficile cambiare qualcosa quando la responsabilità ricade su di noi e non sul miracolo che attendiamo.. non tenterò di praticare la parola di Gesù nella mia vita così platealmente, ma con più moderazione e meno ostentazione.»*





PIEMONTE - VALLE D'AOSTA
acos.piemonte@libero.it
www.acos-nazionale.it

Recapiti telefonici:

Per Alessandria: **Giuseppina Margara:** Tel: 3281616551;

Per Asti: **Angela Mazzetti:** Tel 34889024
Luciana Barbero: Tel 3385788542
Liliana Bussolino: Tel 3474440573

Per Valle d'Aosta: **Milena Battistino:** Tel 3478252519;
Paola Meneghini: Tel 3290124931

Per Torino: **Fiorenza Bugana:** Tel 349.3550011
Daniela Minola: Tel 3332010218
Angelo Minini: Tel 3476310690



PIEMONTE - VALLE D'AOSTA

**ASSOCIAZIONE CATTOLICA
OPERATORI SANITARI**

A.C.O.S. PIEMONTE - VALLE D'AOSTA

A TE che sei un Operatore nell'ambito della salute a qualsiasi livello....

Se... sei una persona credente nell'annuncio di Cristo oppure sei in ricerca ed il messaggio cristiano ti interroga

Se... nello svolgimento del tuo lavoro ti senti coinvolto spiritualmente in rapporto alle situazioni concrete che vivi

Se... senti l'esigenza di un confronto, riflessione, preghiera con persone che come te vorrebbero vivere più strettamente il rapporto tra fede e lavoro

SENTITI CALOROSAMENTE INVITATO a partecipare con noi all'attività dell'**Associazione ACOS Piemonte e Valle d'Aosta**

acos.piemonte@libero.it Sede regionale: Via San Ottavio, 5 - 10124 Torino -

COS'È L'ACOS?

L'Associazione Cattolica Operatori Sanitari (A.C.O.S.), è un'Associazione senza scopo di lucro di persone che si impegnano liberamente in forma comunitaria e organica per il proprio perfezionamento morale e professionale, per la promozione cristiana dei servizi sanitari-assistenziali e degli ambienti socio sanitari.

L'A.C.O.S. è giuridicamente costituita con sede nazionale in Roma e si articola su tutto il territorio nazionale a livello regionale e provinciale.

L'A.C.O.S. è membro effettivo della Consulta Pastorale della Salute e aderisce al Comitato Internazionale Cattolico Infermieri e Assistenti Medico-Sociali (C.I.C.I.A.M.S.).

COSA SI PROPONE?

- 1) la formazione permanente degli operatori socio sanitari in ordine:
 - alla competenza e alle responsabilità professionali;
 - alla partecipazione nelle attività e negli organismi democratici di programmazione, gestione, controllo del settore socio sanitario;
- 2) lo studio dei problemi che interessano le varie professioni socio sanitarie e la ricerca di soluzioni conformi al progresso sociale e scientifico nel rispetto della giustizia e della dignità della persona umana;
- 3) l'azione per la tutela e la valorizzazione delle professioni socio sanitarie e per la affermazione dei valori cristiani nelle legislazioni e nelle istituzioni;
- 4) la costituzione di gruppi per l'animazione cristiana degli ambienti socio sanitari, realizzata con la testimonianza e l'impegno personale.

A CHI SI RIVOLGE?

Possono aderire all'A.C.O.S. gli appartenenti alle diverse categorie di operatori socio sanitari, compreso coloro che sono in fase formativa, che accettano lo spirito e la lettera dello Statuto.

L'adesione è personale: si manifesta ed è accolta nelle forme stabilite dal Consiglio Nazionale e comporta il diritto e il dovere di partecipare attivamente alla realizzazione delle finalità dell'Associazione.

COME ISCRIVERSI?

Per iscriversi all'Associazione è necessario prendere contatto con il gruppo regionale o provinciale di riferimento, oppure inviare la scheda allegata direttamente all' A.C.O.S. regionale Via San Ottavio, 5 – 10124 Torino, o online ad: acos.piemonte@libero.it unitamente al pagamento della quota di iscrizione di € 25 (o 12,50 se simpatizzanti, o 18 per gli studenti.) al seguente Codice IBAN: **IT12R0359901899050188534485 BANCA CREDITO COOPERATIVO ITALIANO; Intestato a: Associazione Cattolica Operatori Sanitari Piemonte e Valle D'Aosta** specificando la causale di versamento.

MODULO DI ISCRIZIONE ALL A.C.O.S.

NUOVO ISCRITTO

CONFERMA ISCRIZIONE. GRUPPO

Cognome

Nome

Nato/a a (Prov.) il

Residente a (Prov.) C.A.P.

Via n°

Iscritto come* SOCIO SIMPATIZZANTE STUDENTE
(*barrare la casella interessata)

Professione/Qualifica.....

Rec. Telefonico cell.

Email

INFORMATIVA AI SENSI DEL D. Lgs.196/2003

Ai sensi dell'art. 10 della legge 675/96, recante le disposizioni per la tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali, l'ACOS informa che i dati personali dell'iscritto verranno trattati per finalità strettamente connesse all'attività della stessa Associazione, nell'interesse degli aderenti e per costituire un archivio anagrafico dei soci che servirà per eventuali comunicazioni agli stessi.

Quota iscrizione anno
SOCIO Euro 25€ SIMPATIZZANTE Euro 12,5€ STUDENTE Euro 18€

Data Firma