



Assistenza completa  
e gratuita ai malati  
terminali

insieme a

# VIDAS

FEBBRAIO 2015



www.vidas.it



LOUIS JANMOT (1814-1882) POÈME DE L'ÂME

## Il nutrimento dell'anima



**A**nima: parola arcana, dà vertigine al solo pensarci un istante. Eppure suona dolce e carezzevole e forte insieme, con quell'accento posto sulla *a* che pare quasi un invito alla speranza, ad andare avanti: percorsi cosmici o traiettorie terrene.

I dizionari faticano a descriverla, così inesistente ogni possibile traccia, così invisibile la sua immagine, così inudibile la sua voce. Sul dizionario della lingua italiana Devoto-Oli troviamo questa definizione: "Anima: principio immateriale della vita dell'uomo contrapposta al corpo e tradizio-

nalmente ritenuta immortale, o addirittura partecipe del divino".

Giunge inquietante quel "contrapposta", l'allontana ancora di più, non prevede fusione, armonia fra le due entità, anima e corpo. E anche quel "ritenuta immortale e partecipe del divino" può valere solo per l'uomo di fede. E per gli atei, allora, non esiste? Ne sono privi?

Dicevo all'inizio parola da vertigine, e più ci si addentra in questo misterioso cosmo più la mente si perde.

Sarà anche per questo che la modernità l'ha cancellata dai suoi linguaggi: puoi sfogliare decine di quotidiani, periodici e lei non c'è. Per non dire del mondo web. Eppure restano le espressioni che risuonano da secoli come: anima del mondo, un'anima in pena, dare l'anima, non c'era anima viva, vendere l'anima al diavolo, e ancora rendere l'anima. Allora qualcuno ce l'ha donata e attende restituzione? O si è distaccata, come minuscolo frammento, dalla vastità infinita del cosmo, ha vagato sospesa e sospinta dai venti dei cieli per ricadere infine, leggera, su noi umani?

Continua a pagina 2



di Milano si confronta con il problema  
del nutrimento dell'uomo e del pianeta.

La mano tesa di **VIDAS** è il nutrimento  
del corpo e dello spirito per chi soffre.

Al tema sono dedicati l'editoriale di Giovanna Cavazzoni  
e gli articoli alle pagine 2, 3 e 6.

Giovanna Cavazzoni  
Fondatrice Vidas

Continua da pagina 1

Nei millenni poeti, artisti e alte menti quell'anima l'hanno sognata e forse percepita dentro con i suoi brusii, il suo sommosso canto a bocca chiusa.

Hanno offerto echi, rimandi e forse nutrimenti.

Ma noi che voliamo poco più su della terra, possiamo immaginare un nutrimento della nostra anima, di quella dei bimbi che si stanno aprendo alla vita? La risposta parrebbe sì. Con la bellezza, la pace, l'equità, la bontà, la ricerca di un'armonia interiore che cancella nel tempo le pulsioni negative, gli egoismi, le invidie, le gelosie: quelle ombre grigie che corrodono il cuore.

Noi nutriamo l'anima quando sorridiamo al neonato che subito interrompe i suoi singhiozzi.

Nutriamo la sua e la nostra anima quando guidiamo i suoi primi passi verso un fiore che ieri era solo un minuscolo bocciolo; quando gli additiamo il rosso magico d'un tramonto dandogli il suo stupore; quando gli diciamo "bravo" col cuore se, crescendo, gli riesce bene un compito o un lavoretto un po' difficile, o la sera mette nella cesta i suoi giocattoli sparsi nella stanza, o riesce a vincere una paura. Nutriamo la sua e la nostra anima quando troviamo il coraggio di dirgli dei no se esce troppo dai binari o non rispetta i primi amici.

Certo nutrire l'anima non è solo educare con dolce fermezza. È ben altro, ma è probabile che inizi proprio da lì, dall'offerta invisibile, ma sicura, di strumenti per salire sulle alture della vita, con passione e tanta pazienza. E qui torna alla mente Albert Camus con il suo straordinario Sisifo che spinge in su il suo masso che tuttavia continua a tornare verso il basso.

E su e giù: la fatica lo strema e l'incipisce finché l'orizzonte della storia muta colori e Sisifo accetta, si rasserenava e si trasforma in Sisifo felice. Ha adeguato il suo corpo e ha donato all'anima il nutrimento più grande.

*Giovanna Cavazzoni*



## *Cibo: non solo alimento che ci nutre, ma parte di noi e della nostra storia, per ritrovare attimi di felicità*

**T**ra le abitudini più piacevoli con cui mi ha contagiato Milano, c'è quella della colazione con cappuccino e brioche. Quasi a contrasto con i ritmi frenetici della città, l'inizio della giornata resta un momento da celebrare con gusto e "affrettandosi lentamente".

Cibo come piacere, ma anche come dovere. E anche se questo tipo di colazione dovrebbe forse essere un'eccezione, resta l'importanza di trovare le giuste energie con cui affrontare la giornata.

L'attenzione all'alimentazione e a quello che introduciamo nel nostro corpo è sempre stato argomento importante nel mio rapporto con i pazienti. Fin dai tempi dell'ematologia in cui cercavo di studiare menù che aiutassero a contrastare la nausea post chemioterapia. Per non parlare delle ricette "sterili" che mi inventavo per i pazienti immunodepressi da cucinare nella pentola a pressione per eliminare le contaminazioni.

Ricordo anche un Natale in cui ero di turno in reparto e passai di camera in camera dispensando cucchiainate di nutella per tirar su i pazienti lontani dalle famiglie proprio nei giorni della festa in cui sono più cari i ricordi dei sapori di bambino.

Quanti sorrisi! E quante risate.

In una fase di malattia in cui il corpo diventa difficilmente veicolo di piacere, le piccole gioie del palato possono essere un modo per dare senso alla giornata e ritrovare attimi di felicità.

E ora che mi trovo a seguire pazienti che stanno a casa mi diverto a cercare insieme a loro combinazioni culinarie che siano sia gustose sia curative, rispettose dei gusti e dei ricordi, golose per stimolare l'appetito.

Piccoli pasti iperproteici per contrastare la perdita muscolare, ipercalorici per competere con il metabolismo accelerato, frutta e verdura per aiutare l'intestino, frullati di banana in sostituzione alle pesanti compresse di potassio, succhi e tisane per mantenersi idratati.

Invito i pazienti a trovare alimenti "rassicuranti" che siano sia appetibili quando la fame è poca che desiderabili per rivivere il momento dell'attesa di qualcosa di buono.

Ricordo il Negroni sbagliato che una mia paziente milanese doc non si faceva mai mancare prima dell'assunzione serale dei farmaci, la pasta con i peperoni che il signor Vincenzo - che non digeriva niente - aveva trovato come rimedio alla sua nausea, le centrifughe con una punta di zenzero che la signora Eva - da sempre attenta ai rimedi naturali - trovava così rinfrescanti.

Penso all'ingegno del signor Alberto che faceva rosolare fettine di pancetta ottenendo un ottimo rimedio per una bocca che ormai non sentiva più i sapori e anche per stimolare la pressione!

Ho ancora davanti agli occhi il sorriso con cui si è aperta una paziente poche settimane fa quando - chiedendomi consiglio su cosa potesse mangiare - le ho proposto una polentina su cui far sciogliere il gorgonzola. Sarà stata la giornata particolarmente fredda e la neve che fioccava fuori dalla finestra (forse



l'unica spolverata di quest'anno), ma quell'idea le era apparsa geniale e forse rimarrà l'unico ricordo della mia visita. Non può poi mancare, un pensiero per le frittelle di mele che la signora Wanda mi faceva sempre trovare al mio arrivo: per offrirmele e poterne condividere una con me. Fino a quando le forze non le sono mancate e aveva delegato la figlia per sostituirla in questo rito.

L'ospitalità che i pazienti mi riservano nelle loro case mi fa ripensare ai racconti di un amico che ha appena terminato un viaggio in sud America. Mi descriveva la splendida accoglienza fatta a lui e al figlio piccolo dalla popolazione locale. Del pasto condiviso visto come atto di massima amicizia. Bambini che all'arrivo dello straniero imbandivano tavole povere, ma ricche di cibi semplici e colorati con la gioia del poter offrire e dello stare insieme.

Credo che tutte queste immagini siano forse la metafora immediata del valore del cibo: non solo alimento che ci nutre, ma anche parte di noi e della nostra storia, della nostra tradizione e cultura, elemento prezioso delle nostre risorse planetarie, mezzo per stare bene e per celebrare la vita.

Da qui l'importanza dell'educazione alimentare, del consumo consapevole nel rispetto di chi ha di meno, ma anche delle risorse del pianeta. Della conoscenza di ciò che mangiamo perché questo ci aiuta a conoscere un po' di più noi stessi e chi ci sta accanto.

Il mondo dell'alimentazione e alcune delle sfumature che vi ho illustrato, sono i temi che si propone di affrontare l'Expo 2015 di cui il titolo credo racchiuda tutta la complessità di questo ambizioso progetto: "Nutrire il pianeta, energia per la vita".

Cecilia Valliseri  
Medico Vidas

## HOSPICE CASA VIDAS

### Nel piatto si intrecciano storie che danno calore e conforto

**Q**uasi mi vergogno, tanto è sciocca la domanda. Eppure so che la devo fare: "Come si può pensare al cibo quando si sta male? Mangiano i pazienti, anche negli istanti più difficili della loro vita?".

La signora Elizabeth Jimenez, operatrice socio-sanitaria dell'hospice, mi guarda con un sorriso: "Certo che si mangia, sino all'ultimo giorno. Ciò non significa che tutti i pazienti lo fanno allo stesso modo. C'è chi si rifiuta, ma la grande maggioranza lo fa e molto più di quanto chi non è mai entrato qui possa immaginare".

In Casa Vidas le regole ospedaliere lasciano spazio ai desideri dei pazienti nei limiti del possibile: "Prima di tutto gli orari sono quelli di casa" spiega Elizabeth - ovvero si mangia in base alle esigenze dei malati e non a quelle della struttura. Le difficoltà più ricorrenti riguardano l'ingestione di cibi solidi, ma un buon frullato elimina la consistenza e non toglie il piacere del cibo".

Detto così pare tutto semplice. "No, non è facile - risponde - si deve fare parlando molto con i pazienti, cercando d'incontrare desideri che sono assai più semplici di quanto non si possa pensare. E i parenti sono spesso colpiti da esiti inimmaginabili a casa. Abbiamo incontrato persone occluse, costrette a ingerire acqua o al più un brodo, desiderose

di sentire nella bocca sapori e sotto il naso profumi. C'è chi non esita di fronte al boccone, anche se può avere crisi di rigetto ma si ferma al momento necessario. Più che nutrimento, in questi casi il cibo offre spazi di felicità, per brevi che siano".

Affiorano così ricordi di quella paziente che aveva il sorriso a fior di labbra dopo aver bevuto una cioccolata calda. Il cibo è anche memoria. Lo spiega la signora Jimenez: "Sapesse quanti racconti di vita attorno a un piatto, ci si scambia ricette



come l'atto più spontaneo che si possa immaginare. C'è poi chi ricorda come preparava la polenta, il bollito, il sugo; i più anziani rammentano le ansie e le privazioni della guerra. Da un piatto, anche il più semplice, nascono e s'intrecciano storie che danno calore e conforto".

Il cibo è dunque illusione feconda e i racconti di Elizabeth toccano l'essenza stessa del piacere di vivere, anche per un solo giorno.

A proposito di cibo e memoria riaffiora il ricordo di un racconto di Gianni Rodari, intitolato *l'Apollonia della marmellata*, una donna che viveva nelle valli a ridosso del lago Maggiore, capace di ricavare le migliori marmellate persino dalle ortiche e dai sassi. Finché un giorno arrivò l'imperatore e mangiò un cucchiaino di marmellata dell'Apollonia nel quale era caduta una mosca. "Fa schifo, tagliate le mani alla donna" disse l'imperatore. "Se non era buona, la mosca non ci cascava" replicò Apollonia. La gente si ribellò e disse che avrebbe tagliato la testa all'imperatore, perché di teste per fare l'imperatore se ne trovano a ogni cantone, mentre mani d'oro come quelle dell'Apollonia sono preziose. Manco a dirlo, l'imperatore fece fagotto.

## CITTÀ DI CHERASCO



In ricordo di Gina Lagorio

## A Giovanna Cavazzoni il Premio Nazionale “Una Donna nel Mondo”

“Questa signora, che vedete così sottile, ha un’anima di ferro, ha iniziato una battaglia per il suo progetto, senza mai mollare un attimo”.

Così Simonetta Lagorio trova la sintesi più efficace delle ragioni che hanno indotto la città di Cherasco a conferire il premio intitolato alla memoria della scrittrice Gina Lagorio, assegnato ogni anno a una donna che si sia distinta per l’impegno civile, alla Fondatrice di Vidas.

La capacità di rendere possibile l’improbabile, di precorrere i tempi.

È il concetto che Simonetta Lagorio e Giorgio Cosmacini hanno posto al centro dei loro interventi nella cerimonia svoltasi nella città piemontese nell’ottobre dello scorso anno.

“Questa signora - ha ricordato Simonetta Lagorio - ha cominciato a parlare della necessità di assistere le persone malate fino alla fine della loro vita quando ancora non ci pensava nessuno. Non ha voltato la testa dall’altra parte per far capire ciò che sembra così semplice, ma non è stato facile far capire: che si può sempre curare anche quando non si può guarire e che morire in dignità è un diritto di ciascuno”.

Temi e problemi trattati in netto anti-

### La motivazione

*Giovanna Cavazzoni ha fondato nel 1982 l’Associazione Vidas, un progetto che portava in sé fin dalla prima giovinezza, maturato negli anni attraverso le numerose esperienze umanitarie in campo socio-sanitario in Italia e all’estero.*

*Animata da un’idea di volontariato basata sul senso forte della giustizia, è stata tra i primi in Italia ad occuparsi dei malati oncologici in fase terminale, per i quali ha creato un Servizio di assistenza domiciliare completo e gratuito, che ha consentito a migliaia di persone di terminare il proprio percorso di vita con dignità.*

*Giovanna Cavazzoni con la sua opera ha segnato una svolta culturale nell’approccio al malato terminale, basata sulla centralità della persona e su una nuova etica del rispetto e della condivisione.*

cipo sui tempi della loro ricezione su vasta scala, ha sottolineato Giorgio Cosmacini, che hanno affermato il primato

dell’etica dei principi contro l’invasione delle logiche di mercato nell’accidentato mondo della sanità.

Pochi anni or sono il cardinal Ravasi rammentava quanto la parola volontariato fosse acquisizione recente, assente nei documenti del Concilio Vaticano II e riconosciuta per via legislativa solo nel 1991. Ebbene, “in anticipo di un decennio - ricorda Cosmacini - sorse in Milano Vidas, un’associazione sulla quale si sono modellate molte altre istituzioni venute dopo”.

“Le idee hanno bisogno di un cervello e di un cuore che le facciano nascere e crescere - ha osservato Simonetta Lagorio - Giovanna ha puntato lo sguardo su quella zona buia dell’assistenza, avvertendo il peso di un’ingiustizia e adoperandosi con tenacia e ostinazione a volerla sanare”.

Giovanna Cavazzoni pare oggi l’alter ego della volontaria descritta da Gina Lagorio nel bellissimo racconto “Il signor Pietro” scritto nel 1991: “Se un uomo resta fino alla fine, malgrado il male...capace di dare di sé un’immagine di dignità nell’accettazione... la morte non prevarica, non umilia, non ruba tutto. Salvarsi l’anima vuol dire questo”.

## IL RICORDO

# Grazie Lucilla per il bene che ci hai dimostrato

*Cara Lucilla, in una domenica radiosa decido di passare davanti alla tua casa, allungando di poco la strada. Più mi avvicino alla tua dimora, che all'improvviso hai lasciato, e più sale un'onda di commossi ricordi. Tranquille serate domestiche di pensieri condivisi o comunque sereni, anche quando gli orientamenti divergevano. Si cercavano avvicinamenti alle verità, pur sapendo che quel punto arcano non esiste negli umani orizzonti. Oltre che grande attrice, eri un'ottima cuoca e neppure davanti ai fornelli le parole si fermavano. Il vino, scelto sempre con cura. C'era amore nei tuoi gesti, anche più minuscoli, e gioia nel vedere l'altro contento. Furono decenni d'amicizia profonda. Ci avevano unite passione e semplicità e i pochi valori etici che contano. Presto ci rivedremo, cara Lucilla, anche se tu non ci credi. Mentre io, da sempre con l'orecchio incollato all'impalpabile parete che divide il qui e l'oltre, credo proprio di sì.*

*Giovanna*



**O**ra che non c'è più si scopre l'ovvio ovvero quanto siano numerose le vie che ci conducono a Lucilla Morlacchi. Comunque sia, una certezza l'abbiamo: è morta una delle più grandi attrici del teatro italiano e per noi una cara, carissima amica e un'appassionata sostenitrice della nostra missione.

Difficile da dimenticare l'ultimo incontro con Lucilla nel 2011 in occasione dei trent'anni Vidas. Era una splendida serata di metà giugno entro un scenario che qualsiasi grande interprete vorrebbe avere: le guglie del Duomo di Milano. Figurarsi per una milanese doc come Lucilla, abituata ai palcoscenici di ogni dove, ma conscia della sacralità di quel luogo. Ricordiamo quanto il suo consueto puntiglio nell'allestimento si sia acceso nella circostanza. Tutto doveva essere perfetto e perfetta lei, a interpretare la *Mistica d'amore* di un'altra grande milanese, Alda Merini. Fu un esito straordinario e la sua voce dalle mille tonalità e sfumature si liberò entro un cielo

limpido d'una estate appena abbozzata e perciò bella quanto mai, un cielo mai "così bello quando è bello" come quello di Milano.

Tante vie conducono a Lucilla, a partire dagli Anni Cinquanta: dal debutto dopo l'Accademia dei

Filodrammatici con Ernesto Calindri e Lina Volonghi tra grande cinema, grande tv e comunque e sempre teatro, grandissimo teatro. La volle Luchino Visconti e non solo per il celeberrimo *Gattopardo*, ma per l'*Arialdia* di Giovanni Testori, senza dimenticare il lungo sodalizio con Franco Parenti.

Lucilla è stata voce e corpo sul palco di autori che hanno scritto le pagine più belle della drammaturgia del mondo, da Shaw a Brecht, da Pirandello a Ibsen, da Molière a Schiller sino a Pasolini.

Ma a noi piace anche e soprattutto per le meravigliose letture offerte a Vidas, fin dal 1985 al Pier Lombardo (oggi Franco Parenti) con *La locanda di Norma Maccanna* e sempre lì nel 1989 con *Cantico di Mezzogiorno*, nel 1997 nella Basilica di San Marco con *Il Vangelo secondo Matteo*, nel 2002 nella splendida cornice di Santa Maria delle Grazie con testi dalla Divina Commedia *...tra la perduta gente* e nel 2007 a Palazzo Visconti con *Il ponte della Ghisolfia* e *l'Adalgisa*.

Prove che affrontava, lo diciamo con malcelato orgoglio, come se in quegli istanti mettesse in scena il personaggio più importante e decisivo della sua carriera: con il massimo del rigore possibile a far da collante all'immenso talento di cui era fornita, che ora conserveremo quale gemma preziosa.

Grazie Lucilla per il bene che ci hai dimostrato e grazie per avere donato a chi soffre il tuo talento e con esso istanti di vera felicità.

## VITA IN CASA VIDAS



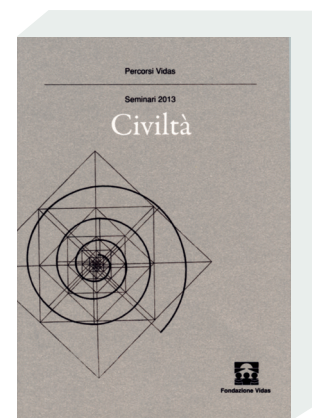
## Natale con i ragazzi del Coro delle Voci Bianche de La Verdi

Rieccoli, per il secondo anno, con i loro zaini a tracolla pieni di un dono che ha pochi uguali: la musica e il canto che si diffonde tra le volte di Casa Vidas. Sono le ragazze e i ragazzi del coro delle voci bianche che hanno regalato intensi momenti di gioia e commozione ai pazienti attornati dai familiari, dall'intero staff dell'hospice e dai tanti amici di Vidas. Grazie, ancora una volta da tutti noi!

## FONDAZIONE

## Disponibile il libro sui seminari dedicati alla Civiltà

La parola civiltà è un poliedro che ruota nel tempo e ci presenta molteplici facce: esso è infatti la forma particolare con cui si manifesta la vita materiale, sociale e spirituale d'un popolo sia in tutta la durata della sua esistenza sia in un particolare periodo della sua evoluzione storica; spesso è sinonimo di progresso, in opposizione a barbarie; ancora, è sintesi di urbanità, cortesia, buona educazione. Civiltà è stata per Fondazione Vidas la parola chiave di un affascinante percorso dei seminari 2013, coniugata attra-



verso molteplici punti di osservazione: lo sguardo, il vivere, la visione, il futuro, i creatori di civiltà. Gli interventi di Fulvio Papi, Giorgio Cosmacini, Umberto Curi, Ilaria Capua, Guido Viale, Alberto Ricciuti, Paulo Barone, Walter Passerini, Sergio Escobar e Paolo Di Stefano sono raccolti in un libro della collana dei Percorsi Vidas. Per avere la pubblicazione basta telefonare al numero 02.72511.203 o inoltrare richiesta a promozione.sviluppo@vidas.it o ritirarlo direttamente nella sede Vidas di corso Italia 17.

## casa della cultura

La Casa della Cultura di Milano in collaborazione con il Centro interuniversitario *Culture di genere*, l'Associazione *Amolavita*, l'Associazione *Vidas* e la Clinica Mangiagalli, promuove tre incontri sui temi dell'Expo dedicati al ruolo centrale della donna.

### *Il corpo che nutre*

Casa della Cultura, via Borgogna 3 (MM1, San Babila).

Sabato 28 Febbraio, ore 18

#### **Stereotipi di genere nella pubblicità alimentare**

Proiezioni commentate da Carmen Leccardi (docente di Sociologia generale) e Valeria Bacchetti (docente di Design).

Domenica 8 marzo, dalle ore 17

#### **Il cibo del cuore**

Interventi di Carmen Leccardi e Silvia Vegetti Finzi (psicologa e scrittrice); spettacolo teatrale e proiezione delle opere di tre artiste milanesi di fama internazionale: Cini Boeri (architetta), Rosanna Bianchi (ceramista) e Marirosa Ballo (fotografa). In occasione della Festa della Donna, verrà offerto un piccolo rinfresco.

Mercoledì 22 aprile, ore 18

#### **La prima e l'ultima cena**

Interventi di Alessandra Kustermann (ginecologa), Lucilla Tedeschi (oncologa e cofondatrice dell'Ass.ne *AmolaVita*) e Giada Lonati (direttrice sociosanitaria *Vidas*).

Per informazioni [www.casadellacultura.it](http://www.casadellacultura.it)

## VIDAS: INCONTRO INTERRELIGIOSO

## *Il cibo nel tempo del morire*



Vidas, per il terzo anno, propone un incontro sui grandi temi del vivere e del morire che mette a confronto esperienze e vissuti di fedi e culture diverse. Quest'anno in occasione di Expo il tema sarà "il cibo nel tempo del morire". Diversi i significati, gli usi, i costumi uniti dalla comune importanza simbolica che il cibo ha assunto sin dall'antichità nella fase di commiato del rito funebre: omaggio al defunto, momento di convivialità dopo la cerimonia, dono.

*L'appuntamento è per lunedì 18 maggio, poco meno di tre settimane dopo l'apertura ufficiale dell'Expo. Per conoscere i partecipanti e ogni dettaglio dell'evento vi invitiamo a consultare il sito [www.vidas.it](http://www.vidas.it).*

IL CONCERTO

## Igudesman & Joo miscela classica di talento e sorriso per Vidas

**Mercoledì 18 marzo 2015 ore 20,30**  
**Auditorium di Milano Fondazione Cariplo**  
**Largo Mahler**

**U**na miscela di suoni, commedia e cultura popolare, un cocktail preparato e servito da due virtuosi talenti e grandi artisti che hanno coltivato e realizzato il sogno di rendere la musica classica accessibile a un pubblico più numeroso.

Gli sketch musicali per violino (Aleksey Igudesman) e piano (Hyung-ki Joo) hanno fatto il giro del mondo e sono stati accompagnati con travolgente successo di pubblico dai grandi nomi della classica - da Emanuel Ax a Joshua Bell, da Gidon Kremer a Misha Maisky, da Viktoria Mullova sino a Julian Rachlin - e da attori quali John Malkovich e Roger Moore. I due eclettici interpreti prestano inoltre la loro arte per l'educazione musicale per i giovani nelle università e nelle scuole in giro per il mondo.

Igudesman e Joo sono accompagnati nell'occasione dalla Savaria Symphony Orchestra.

In programma *Big nightmare music*, performance unica e d'avanguardia che unisce musica, teatro, danza e un umorismo travolgente creando un clima magico e fuori da qualsiasi formalismo. Musiche di Mozart, Rachmaninov, Bach, Vivaldi, Strauss e Beethoven.

**Biglietti  
con quote  
di sottoscrizione  
da 20 a 130 euro**

Per prenotazioni  
e informazioni:  
02.72511.258/203/205  
segreteria.eventi@vidas.it  
www.vidas.it



### Le pazze biografie di Aleksey e Hyung

#### Aleksey Igudesman

È nato a Leningrado quando era molto piccolo. Non ha vinto nessuna gara musicale perché non ha mai pensato di gareggiare. Dopo aver studiato con Boris Kuschnir al Conservatorio di Vienna, e avere sentito dire tante volte da tante persone che erano preoccupati per il suo futuro, Aleksey ha iniziato una carriera di successo come violinista, compositore, arrangiatore. Scrive un sacco di musica e spesso va a letto scrivendo e si alza scrivendo. A volte si sente insicuro riguardo alla sua musica, anche se pubblicata dalla Universal Edition. A dire il vero il suo psicologo gli dice che è insicuro su un sacco di cose. Ma Aleksey non ne è poi così sicuro.

#### Hyung-ki Joo

È nato. È britannico ma sembra coreano, o il contrario, o entrambe le cose. Ha studiato alla scuola Yehudi Menuhin, dove s'è trovato tra geni e bimbi prodigio e quindi convinto che prima o poi lo avrebbero cacciato a pedate. In realtà viene preso a calci "in giro" per la scuola da insegnanti e compagni, incluso Aleksey Igudesman. Dopo questa dolorosa esperienza inventa un modo nuovo di suonare il piano, noto come il "Piano Karate". Hyung ha mani piccole e trova quindi difficile eseguire alcune parti del repertorio pianistico. Malgrado questo piccolo ostacolo, suona felicemente musica da camera, concerti, recital e qualsiasi altra cosa che abbia a che fare con un pianoforte.

### La Savaria Symphony Orchestra

È una delle istituzioni musicali più rappresentative dell'arte musicale ungherese. Costituitasi alla fine dell'Ottocento con il nome di Szobathely, nel 1906 inizia la sua attività su base professionale, nel 1915 la prima esecuzione dell'Oratorio di Haydn, nel 1933 viene diretta dal compositore Zoltan Kodaly. Il suo repertorio comprende musica classica, romantica e contemporanea. Oltre alla propria attività sinfonica, l'orchestra è spesso coinvolta in gala operistici e si esibisce regolarmente in occasione dei diversi festival ungheresi ed internazionali. Si è aggiudicata il premio Bela Bartók-Ditta Pasztory nel 1990. Si esibisce sui più importanti palcoscenici d'Europa e con direttori e solisti di fama mondiale come: Kurt Woss, Ken-Ichiro, John Cage, Colman Pearce, Dmitri Alexeev, Herbert Mogg e altri.

## NUOVI MEMBRI

## Il Comitato Scientifico Vidas

Vidas dà il benvenuto a tre nuovi membri del suo Comitato Scientifico: Claudio Andreoli (Oncologo e Direttore Scuola Italiana di Senologia); Paulo Barone (Filosofo e Psicanalista) e Patrizia Borsellino (Bioeticista e Professore Ordinario di Filosofia del diritto, Università degli Studi di Milano-Bicocca). I nuovi membri si affiancano agli attuali: Giovanna Cavazzoni (Fondatrice Vidas); Giorgio Cosmacini (Scrittore e Docente di Storia del pensiero medico); Giada Lonati (Direttore socio-sanitario Vidas); Veronica Notarbartolo (Presidente Fondazione Marzotto); Fulvio Papi (Filosofo, Scrittore); Alberto Ricciuti (Medico, Presidente Attivecomeprima); Barbara Rizzi (Direttore Scientifico Vidas); Luigi Valera (Psicologo Vidas); Silvia Vegetti Finzi (Psicologa clinica, Scrittrice).

Il Comitato Scientifico è organismo indipendente, costituito secondo criteri di interdisciplinarietà. Fin dal 1985 collabora alla formulazione e alla realizzazione delle iniziative culturali e di sensibilizzazione dell'Associazione, attraverso Seminari, Tavole rotonde e Convegni aperti al pubblico. Il Comitato inoltre elabora e fornisce riflessioni, indicazioni e pareri su questioni che investono scelte operative di natura etica e deontologica sull'attività assistenziale. Rinnoviamo la nostra riconoscenza ai membri che da tanti anni donano a Vidas il loro prezioso contributo di riflessione e sostegno.

# CENTRO STUDI E FORMAZIONE

## CORSI DI AGGIORNAMENTO 2015

Il Centro Studi e Formazione - CSF - della Fondazione VIDAS, certificato UNI EN ISO 9001:2008 e Provider ECM-CPD per Regione Lombardia, si pone quale obiettivo prioritario quello di promuovere la cultura delle cure palliative organizzando corsi e incontri di studio rivolti non solo ai professionisti della salute ma anche ai volontari e alla cittadinanza. I corsi sono accreditati ECM e la metodologia didattica utilizzata permette l'approfondimento teorico dei temi proposti favorendo il confronto interdisciplinare e multiprofessionale tra discenti e docenti. La partecipazione ai corsi è GRATUITA. L'iscrizione è obbligatoria e può effettuarsi dai 60 ai 7 giorni antecedenti l'evento mediante invio alla Segreteria Organizzativa della scheda d'iscrizione, scaricabile dal sito [www.vidas.it](http://www.vidas.it).



Venerdì 6 febbraio ore 9-13

### Quale Pet Therapy per le Cure Palliative?

Per medici, infermieri, psicologi, fisioterapisti, terapeuti occupazionali

Martedì 3 marzo e 14 aprile ore 9-14

### La comunicazione nel processo a morire: quali difficoltà per gli operatori?

Per medici, infermieri, psicologi, assistenti sociali, fisioterapisti, terapeuti occupazionali

Martedì 24 marzo ore 9-18

### Adattarsi alla perdita dell'autonomia. Équipe di cura e ruolo del fisioterapista

Per medici, infermieri, psicologi, fisioterapisti

### CONVEGNO

Martedì 21 aprile ore 19-21

### Dove moriremo tra 10 anni? Lettura sociologica del cambiamento in atto del processo di morte

Spazio di riflessione e confronto tra professionisti, volontari e cittadinanza

Giovedì 14 maggio ore 9-13

### La movimentazione del paziente anziano

Per Operatori Sociosanitari (OSS)

Giovedì 21 maggio ore 9-13

### Mediazione familiare e gestione del conflitto

Per medici, infermieri, psicologi, assistenti sociali

Giovedì 26 maggio ore 9-18

### Malattia e morte nelle culture del mondo: riti e rituali

Per medici, infermieri, psicologi, assistenti sociali, fisioterapisti, terapeuti occupazionali

Sede dei Corsi: Hospice "Casa Vidas", via Ugo Ogetti 66 - Milano

### Per informazioni e iscrizioni:

Segreteria Organizzativa:

Tel: 02.300.808.305 - Fax: 02.300.808.315

e-mail: [segreteria.csf@vidas.it](mailto:segreteria.csf@vidas.it)

Grazie a:



fondazione  
cariplo

per oltre trent'anni  
di fedele sostegno

## ASSOCIAZIONE VIDAS: CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

Caro Socio, ai sensi dell'art. 8 dello Statuto è indetta l'Assemblea Ordinaria dei Soci che si terrà:  
in prima convocazione mercoledì 22 aprile 2015, ore 21  
e in seconda convocazione

**GIOVEDÌ 23 APRILE, ORE 18**  
presso la sede dell'Associazione in Corso Italia 17, Milano,  
con il seguente:

### ORDINE DEL GIORNO

- Approvazione della relazione del Consiglio Direttivo sull'attività dell'Associazione nel 2014
- Approvazione del Rendiconto Annuale 2014

Qualora non potesse assicurare la Sua presenza, potrà farsi rappresentare da un altro Socio a mezzo dell'unità delegata. Ciascun Socio non potrà essere portatore di più di tre deleghe. La preghiamo di portare con sé la tessera associativa e, se possibile, di segnalare la Sua presenza in assemblea telefonando entro il 17 aprile 2015 al numero 02.725111.

Con viva cordialità

Il Presidente  
Giovanna Cavazzoni

Milano, febbraio 2015

### DELEGA

ogni Socio non potrà portare più di tre deleghe.

Il sottoscritto \_\_\_\_\_

qualifica Socio \_\_\_\_\_

delega il Sig. \_\_\_\_\_

qualifica Socio \_\_\_\_\_

a rappresentarlo all'Assemblea Ordinaria  
dell'Associazione Vidas del 23 aprile 2015

Data \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

## Il nostro grazie a:

Banca Popolare di Milano

Cartasi

Centostazioni

Elesa

Esselunga

Falck Renewables

Fondazione Banca  
del Monte di Lombardia

Fondazione Berti

Fondazione Cariplo

Intesa San Paolo

Luciano Soprani

Mediaset

RCS MediaGroup



## PERCHÈ SOSTENGO VIDAS

Intervista con l'Art Director Carlo Rizzi

## Poco glamour e tanta, tanta sostanza Ecco perché mi piace lavorare per Vidas

di Giuseppe Ceretti

*A tu per tu con Carlo Rizzi, che firma il progetto grafico di questo notiziario, mi pare di giocare in casa, mutuando il linguaggio sportivo. Eppure, come ogni appassionato sa, sono gli incontri casalinghi che nascondono le peggiori insidie. Nella fattispecie la piaggeria o, peggio ancora, il déjà vu.*

*Questo eterno giovanotto, che mi sta di fronte dritto come un fuso e che esibisce un'eleganza naturale da far invidia a un quarantenne, provvede subito a scuotermi dall'imbarazzo con la sua schiettezza, che fa capolino da un eloquio pacato, fatto di pause non d'incertezza, ma utili a trovare le parole più sincere e soprattutto più adatte a rispettare il suo pensiero.*

### Carlo, dove e quando hai conosciuto Vidas?

Alla Scala incontro Giovanna Cavazzoni che mi aveva usato in precedenza una cortesia. Ho un problema sugli stampati, mi disse con dolce eufemismo, riferendosi alla necessità di una sistemazione grafica della nascente newsletter: puoi darmi una mano? La promessa in realtà rimase per quasi due anni mancata, finché una sera ci ritrovammo, sempre alla Scala e Giovanna mi rammentò la promessa fatta di guardare un po' quello che faceva il tipografo.

*Il resto della storia è noto. La creatura con la quale Giovanna Cavazzoni fa conoscere Vidas, acquista peso e forma sino all'attuale progetto grafico, l'abito che Carlo Rizzi adatta periodicamente alle nostre mutevoli esigenze.*

### Perché hai deciso di aiutare Vidas, senza pretendere...

Ti fermo, perché sia chiaro che non voglio sentir parlare di beneficenza. Per me si tratta di lavoro che mi appassiona ancor oggi. Non lo faccio per acquistarmi chissà quali indulgenze con buone azioni. In assoluto non tengo in gran stima l'indole degli esseri umani.

### E allora, perché il sì a Vidas?

Di Vidas mi ha sempre affascinato l'attività solidale non accattivante

### Che vuoi dire?

Nella nostra società ci sono mille nobili attività di sostegno di chi soffre. Ma accompagnare l'ultimo tratto dell'esistenza come se ogni istante fosse il più prezioso è, uso a proposito una frase che è un ferro del nostro mestiere, la meno glamour di tutte le attività. Ecco, è questo coraggio di Giovanna e di Vidas che mi ha interessato e coinvolto.

### Qual è il sentimento che per te prevale nell'opera di Vidas?

D'istinto si potrebbe rispondere giustizia, ma vado più in là e, mi si perdoni, preferisco definirlo amore all'ultimo stadio.

### Tu che lavori di linee, segni grafici e ora manipo-

### lazioni al computer, te la senti di definirti volontario?

Lascia perdere definizioni per me pesanti. Conosco bene il mio mestiere, lo amo e cerco di farlo nel miglior modo possibile. Se poi serve alla causa, come si usa dire, tanto meglio. Io non sono un volontario capace di fare altre cose: se facessi il nonno che sta agli incroci dinnanzi alle scuole sarei un disastro. Offelee, fa el tò mestee, si dice in dialetto milanese. Perciò nessun senso di sacrificio, ma un piacere.

### Piacere di lavorare per Vidas?

Sì, per me è come avere un cliente che mi è simpatico, che non mi serve per fare carriera o avere denaro. Ho girato nella mia vita mille uffici, ma qui in Vidas mi trovo a mio agio perché non vedo l'aureola sulla testa di nessuno: per fortuna non vedo né santi religiosi né laici, ma gente che lavora e con la quale ho stabilito una bella intesa.

### Che cosa diresti a un amico per convincerlo ad aiutare Vidas?

Dai una mano e denaro secondo le tue possibilità e accompagna questo dono con un'opera di tam tam, attività fondamentale per decretare il successo di un'iniziativa.

### Già, ma tutto ciò si scontra con questi tempi grami sui quali si addensano le nubi di nuove minacce planetarie. Solidarietà non è un sostantivo di moda...

È vero, l'atto terroristico a Parigi mi colma di angoscia. Penso a quella redazione sconvolta, tanto simile alle molte che ho frequentato nella mia vita. Lascia che anch'io alzi la mia matita per tutte le vittime, dentro e fuori la redazione di Charlie. Ma non c'è sconvolgimento che possa cancellare il moto solidale e spontaneo che nasce dentro di noi. Io non so se si chiama giustizia o pietà. Lasciamo perdere la coscienza: so soltanto che se faccio qualcosa mi sento più in ordine, ho fatto la mia parte, senza vanto e senza pretendere di essere più buono.

### La conversazione "a basso profilo" è finita, ma lui, te-stardo, insiste:

Con Vidas cerco di prestare la mia professionalità a un cliente che mi piace e sulle cui finalità concordo. Mettiamola così: qualche volta mi è capitato di lavorare per un giornale che non avrei voluto leggere, oggi è l'opposto.

Mettiamola così, amico Rizzi.



PINO GRANATA

Carlo Rizzi ha alle spalle una lunga e bella carriera di art director e caporedattore di giornali periodici, dal glorioso Europeo passando per il Reader's Digest, a Fortune, sino alla creazione di uno studio di progetti editoriali. Ha collaborato con editori di Chicago, Rio de Janeiro e Parigi.

LA RECENSIONE

# Sia fatta la mia volontà



## ovvero il diritto a morire bene

di Raffaella Gay

**L**e passioni, come spesso accade nella vita, si accendono per fatto personale, anche quando paiono lontane dai nostri orizzonti. Cambiano l'esistenza, che si sviluppa su tracciati imprevedibili quanto ricchi di stimoli.

Così è stato per Marina Sozzi, una donna che ha dedicato la sua vita di studiosa e docente all'Università di Torino alla Tanatologia ai temi della morte e del morire nella società contemporanea.

Si ammala, giovane, di tumore e nella malattia scopre il limite della nostra esistenza. Di fronte a un destino sconosciuto impara a ripensare e ad accettare la morte come evento naturale, che appartiene a noi tutti, anche se i messaggi della società contemporanea vanno nella direzione opposta.

Questo nuovo percorso non è tuttavia una sorta di un cammino sotto un cielo livido di sofferenza.

Al contrario è un itinerario che le dà forza, coraggio e soprattutto accentua ulteriormente quel carattere solare che da sempre la contraddistingue.

Caratteristiche che appieno si ripercuotono nel suo ultimo lavoro. *"Sia fatta la mia volontà. Ripensare la morte per cambiare la vita"* è un percorso ricco di stimoli, di spunti di riflessione offerti al lettore in tono lieve. Temi che appartengono da sempre alla riflessione di Vidas, dai riti della morte nelle culture "altre", sino alle cure palliative, all'etica di fine vita, al lutto.

"Oggi la morte è diventata un pensiero da respingere. Da un lato abbiamo provato a tacitare la consapevolezza della mortalità affannandoci nella vita (...) dall'altro lato l'abbiamo zittita combattendo sempre la morte nel qui e ora mediante il progresso aggressivo della medicina e della tecnologia chirurgica (...). E laggiù sul limitare tra vita e morte, si è cercato di approntare un sistema di delega, sia per il morente sia per i familiari, così che fosse la medicina e le strutture sanitarie a gestire la morte lontano dalla vista dei più: tra il 70 e l'80 per cento delle persone, ancora oggi, in Europa, muore in ospedale".

Ma noi abbiamo il diritto a morire bene e come desideriamo, ad alleviare il dolore fisico nostro

e degli altri, ad avere il tempo (fattore fondamentale) di gestire la nostra morte. A questo delicato tema Marina dedica un'ampia e approfondita riflessione sulle cure palliative e sul loro ruolo centrale nel fine vita. L'avvicinarsi a una morte naturale per la quale "è posta la massima attenzione all'uomo morente come individuo, che è aiutato fino all'ultimo a mantenere la sua specificità: potere decisionale, valori, senso. (...) il dolore deve essere controllato a fronte di una lunga storia occidentale che ha origine nel Medioevo e che ha visto nella sofferenza una forma di redenzione. (...) Chi ha incontrato e abbracciato la cultura delle cure palliative sa che il principale coraggio non consiste nel tacere, ma nel parlare. Nell'avvicinarsi e ascoltare il morente, nel saper leggere le sue ansie, nel resistere al terrore di specchiarsi in lui e di vedere riflessa la propria morte sul suo volto. Se lui vuole sapere, dire; se desidera non sapere, tacere in parte. Ma sempre mantenendo quella vicinanza che consente il flusso della verità e lo scambio di pensieri, sentimenti, emozioni".

Ma quando attivare le cure palliative? Su questo tema il dibattito è ancora aperto: "Ci sono due teorie: la prima è che siano da riservarsi solo alla fine della vita, la seconda è che debbano rappresentare un accompagnamento per tutte le malattie cronico-degenerative a esito infausto a prescindere dalla distanza dalla morte".

Da Bertetto a Zucco, da Aubry a Toscani, gli esperti sono però ormai unanimi nel sostenere che "le cure palliative non possano più restare estranee alle problematiche delle demenze e dell'estrema senilità. E dunque, oltre al chi e al quando attivare il percorso di cure palliative, il tema urgente è: per quali malattie?"

Un percorso forse ancora lungo, di riflessione ma non solo, anche legislativo. La legge 38 del 2010 è una buona legge, ma il lavoro da fare perché la norma scritta si traduca in realtà è ancora lungo. La sfida più importante quindi richiede un grande sforzo culturale, formativo e informativo perché "la sapienza della mortalità è la condizione esistenziale del genere umano, l'orizzonte del senso, il limite entro il quale assume significato ogni gesto della vita". L'autrice ci ricorda che è anche la ricetta principale della felicità che risiede proprio nell'accettazione della fine che rende unico ogni singolo attimo.

Da operatrice chiudo il libro con un senso di ricchezza e di serenità.

Buona lettura.



## IL LASCITO TESTAMENTARIO

## L'amore come eredità

### Perché fare testamento

Fare testamento è prova di generosità e di attenzione verso chi ci è caro ed è l'unico mezzo per essere certi che, dopo di noi, le nostre scelte saranno rispettate. Perché tutti i beni, frutto del lavoro e dell'impegno di una vita, o patrimonio di ricordi e di valori tramandato dalla nostra famiglia, non finiscano nelle mani di qualcuno che forse non abbiamo mai incontrato.

In mancanza di testamento, infatti, i parenti fino al 6° grado possono concorrere alla divisione dell'asse ereditario, e quindi avere diritto a parte delle proprietà di famiglia e, nel caso non si abbiano parenti fino a questo grado, l'intero patrimonio sarebbe acquisito dallo Stato.

### Testimonianza di un donatore

*Personalmente ho iniziato a pensare al mio testamento, anche se in modo vago, già alle elementari perché volevo lasciare il mio giocattolo preferito proprio al mio amico Marco. Naturalmente allora non l'ho fatto. Ma ci ho ripensato comunque molto presto, perché, da persona precisa, mi è sempre piaciuta l'idea di lasciare tutto in ordine. E mi dà un senso di grande serenità poter restare simbolicamente presente per le persone che amo e che stimo, e per un'Associazione come Vidas, che ben conosco e condivido i valori in cui fortemente credo: altruismo, rigore morale, chiarezza e onestà.*

**Per informazioni: Giorgio Trojsi  
Segretario Generale Vidas, 02.72511.201.**

### Benefici fiscali

*Per usufruire dei benefici fiscali derivanti dalle liberalità erogate a favore della nostra Associazione, ricordate di conservare copia dei documenti di versamento. Per informazioni, telefonare allo 02.72511.215 o scaricare dal sito [www.vidas.it/sostieni\\_vidas/come\\_donare\\_privato/beneficifiscali](http://www.vidas.it/sostieni_vidas/come_donare_privato/beneficifiscali) la dichiarazione attestante lo status di Onlus di diritto. Le quote associative ed i contributi versati in contanti non godono dei benefici fiscali.*



**A**ccanto al notiziario che tenete tra le mani, dal mese di novembre è attiva una newsletter elettronica che raggiungerà le vostre caselle mail con cadenza mensile e che abbiamo battezzato "Insieme a Noi di Vidas".

Questo nuovo spazio non nasce per sostituire il presente che state leggendo, che continuerà a contenere approfondimenti sui nostri temi e gli inviti ai più importanti eventi culturali e di raccolta fondi dell'Associazione. Nasce invece come spazio aggiuntivo, per raccontarvi meglio la quotidianità di Noi di Vidas attraverso le storie dal blog, gli inviti ai piccoli eventi, le notizie in primo piano che non sempre riusciamo a comunicare attraverso il notiziario cartaceo, le occasioni speciali per sostenerci. È anche un modo per rispondere alla richiesta di molti che preferiscono consultare il notiziario cartaceo sul nostro sito: uno spazio sarà dedicato al notiziario quadrimestrale non appena verrà reso consultabile online.

Insomma, uno strumento in più per voi che ci amate "virtualmente" eppure così concretamente: la vostra partecipazione è sempre più viva anche sul blog (15.000 lettori/ci nel 2014) e su Facebook (1400 fans), Twitter (oltre 1200 followers) e gli altri spazi sociali.

Grazie se potrete comunicarci il vostro indirizzo mail scrivendo a [promozione.sviluppo@vidas.it](mailto:promozione.sviluppo@vidas.it)



NOTIZIARIO QUADRIMESTRALE  
DELL'ASSOCIAZIONE  
VIDAS ONLUS  
CORSO ITALIA 17  
20122 MILANO TEL. 02.72511.8  
FAX 02. 72511255/237-  
[www.vidas.it](http://www.vidas.it) - [info@vidas.it](mailto:info@vidas.it)

Direttore  
**GIUSEPPE CERETTI**  
Redazione  
**RAFFAELLA GAY**  
[raffaella.gay@vidas.it](mailto:raffaella.gay@vidas.it)  
Grafica  
**CARLO RIZZI**

Hospice Casa Vidas  
via Ojetti, 66 – 20151 Milano  
(MM1 Bonola – Autobus 40, 68,  
69, 80 fermata Bonola)  
Centralino: tel. 02.3008081  
fax 02.300808.315  
e-mail [accoglienza@vidas.it](mailto:accoglienza@vidas.it)  
Assistenza ai pazienti:  
fax 02.72511.260  
o 02.300808.315  
e-mail: [ass.sociale@vidas.it](mailto:ass.sociale@vidas.it)  
Centro Studi Formazione:  
tel. 02.300808.305  
fax 02.300808.315  
e-mail [segreteria.csf@vidas.it](mailto:segreteria.csf@vidas.it)

**Grazie se potrete  
comunicarci  
il vostro  
indirizzo e-mail  
e segnalarci eventuali  
correzioni e/o integrazioni  
dei dati  
telefonando al numero  
02.72511.1  
oppure scrivendo  
a [info@vidas.it](mailto:info@vidas.it).**

**Vidas si dichiara disponibile al riconoscimento dei diritti di quelle immagini, pubblicate su questo numero, delle quali non si è rintracciata la fonte.**

# *Con il tuo 5 per mille metti in moto la solidarietà*

*160 malati  
assistiti gratuitamente  
ogni giorno  
nelle loro case  
e nell'hospice Casa Vidas*

**5 per  
mille**

Codice fiscale:  
**970 193 501 52**



*Aiutare*

# **VIDAS**

*non ti costa nulla*