



Croce Rossa Italiana  
Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

# CRIROMA

UMANITÀ  
IMPARZIALITÀ  
NEUTRALITÀ  
INDIPENDENZA  
VOLONTARIETÀ  
UNITÀ  
UNIVERSALITÀ

## magazine

Anno 2 n. 2

Marzo - Luglio 2021

### CROCE ROSSA È SENSO DI APPARTENENZA STRETTI SOTTO UNA BANDIERA FATTA DI IMPEGNO E DI SORRISI

#### INTERVISTA A STEFANIA SANDRELLI

"È molto bello che io mi sia vaccinata assieme alla Polizia di Stato, mi sono sentita protetta dagli agenti, angeli custodi e dalla Croce Rossa Italiana, simbolo di solidarietà, di amore, di pace".

#### INTERVISTA A FABIO CARTURAN

"La Croce Rossa Italiana ha creato un legame di intenti e di vicinanza indissolubile con i cittadini, con quanti si sono trovati ad essere vulnerabili in poco tempo a causa della pandemia. Ciascuno di noi con la propria competenza e nel proprio ruolo, a supporto completo del volontariato, si è dedicato alle comunità dove è stato necessario".

#### INTERVISTA A MARCO CASSINI

"Negli anni ho capito che un vero leader si misura dalla capacità e dall'efficienza della squadra che coordina e ho l'obiettivo di far crescere in efficacia e in capacità ogni singolo Comitato dell'Area Metropolitana sul tema dell'emergenza".

#### L'OPINIONE DI ALESSANDRO BARACCHINI GIORNALISTA E CAPO REDATTORE DI RAI NEWS 24

"Francesco Rocca, in meno di un minuto, come gli avevo chiesto, seppe spiegare l'urgenza e la drammaticità della situazione: qui si sopravvive non si vive, disse, è come se una città di mezzo milione di abitanti fosse sorta in poche ore".

un progetto di



Croce Rossa Italiana

in collaborazione con



LEGAMBIENTE

# NUMERO VERDE CRI

## 800 065510

**PER INFORMAZIONI E  
ASSISTENZA ANCHE SULLE  
ONDATE DI CALORE**



**CRI PER LE PERSONE**  
VICINI, OGNI VOLTA CHE VUOI.  
**800-065510**



### **RIVISTA UFFICIALE DELLA CROCE ROSSA DI ROMA**

Anno 2 n. 2 Marzo - Luglio 2021

distribuita tramite i canali dell'Associazione Croce Rossa Italiana

email: [criromamagazine@criroma.org](mailto:criromamagazine@criroma.org)

Instagram: [#CriRomaMagazine](https://www.instagram.com/CriRomaMagazine)

**Editore:** Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

**Direttore Responsabile:** Gianluca Pignataro

**Redazione:** Patrizia Ciava - Giovanna D'Errico - Roberta Innamorati - Emilio Sturla Furnò - Maria Zangari

**Hanno collaborato:** Alessandro Baracchini, Francesco Brugioni, Rosario Chiollo, Anna Derviso, Mariaceleste de Martino, Sara Evangelista, Marco Farci, Giancarlo Filligoi, Giuseppina Frattale, Giovanna Garone, Pietro Imbimbo, Alessandra Ladino Corina, Giancarlo Paolo Manfredi, David Ferdinando Marchese, Anna Maria Teresa Mezzapesa, Lucia Nardi, Flavio Pagano, Roberta Pierini, Ilaria Ranieri, Luciana Randazzo, Sonia Sciuto, Nicola Serafino, Iole Severini, Laura Spoletini, Pierpaolo Travaglione, Francesca Troiani, Sarassunta Ucci

**Progetto grafico e impaginazione:** Claudio Zito

**Immagini:** Marco Troia, Ilaria Liberti, Alessio Piccirillo, Annalisa Gennarini, Giorgio Vacirca - Gruppo Comunicazione Visiva - Archivio Ufficio Stampa - Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale - Archivio Ufficio Stampa Comitato Nazionale Croce Rossa Italiana - Comitato Internazionale della Croce Rossa - Paola Ricciardi volontario Comitato Municipi 13-14 di Roma - Nàima Tomaselli volontario Comitato Municipio 15 di Roma - MG Logos di Stefano Carboni & C.

**Foto di copertina:** Gianluca Pignataro

Le opinioni formulate negli articoli appartengono ai singoli autori dei quali si intende rispettare la libertà di espressione lasciando agli stessi la responsabilità dei loro scritti.

Proprietà letteraria, artistica e scientifica riservata. Per riproduzioni, anche se parziali, dei testi, è fatto obbligo di citare la fonte.

## SOMMARIO

Marzo - Luglio 2021 n. 2

<b>Editoriale</b> .....	pag. 3
<i>di Debora Diodati</i>	
<b>Il “volontariato” della comunicazione. L’opinione - il ricordo</b> .....	pag. 4
<i>di Alessandro Baracchini</i>	
<b>30 anni da formatore in emergenza. Intervista a Fabio Carturan</b> .....	pag. 6
<i>di Giovanna D’Errico</i>	
<b>La protezione dei disabili nei conflitti armati: la recente risoluzione ONU 2475/2019</b> .....	pag. 10
<i>di Pierpaolo Travaglione</i>	
<b>L’entusiasmo “di fare croce rossa”. Intervista a Marco Cassini</b> .....	pag. 12
<i>di Gianluca Pignataro</i>	
<b>Progetto “Lingua Comune”, l’italiano per stranieri</b> .....	pag. 15
<i>di Giuseppina Frattale</i>	
<b>Lavoro di squadra</b> .....	pag. 16
<i>di Emilio Sturla Furno’</i>	
<b>Il nucleo cucina AMRC e una ricetta speciale: “l’amatriciana”</b> .....	pag. 18
<i>di David Ferdinando Marchese</i>	
<b>“Invito tutti a vaccinarsi”. Intervista a Stefania Sandrelli</b> .....	pag. 20
<i>di Mariaceleste de Martino</i>	
<b>Il mio ricordo di una sfilata del 2 giugno di qualche anno fa</b> .....	pag. 22
<i>di Giancarlo Filligoi</i>	
<b>Rose solidali per la festa della mamma</b> .....	pag. 23
<i>di Emilio Sturna Furiò</i>	
<b>La musica che cura l’anima. Santa Cecilia per la Croce Rossa</b> .....	pag. 24
<i>di Patrizia Ciava</i>	
<b>L’importanza di donare il sangue. Intervista a Maria Rosa Solinas</b> .....	pag. 26
<i>di Giovanna D’Errico</i>	
<b>Il DAE questo sconosciuto</b> .....	pag. 28
<i>Nicola Serafino</i>	
<b>Vaccinarsi per continuare a combattere</b> .....	pag. 33
<i>di Pietro Imbimbo</i>	
<b>“Insieme siamo il Comitato di Monterotondo!”. Intervista a Fabiola Corbelli</b> .....	pag. 34
<i>di Maria Zangari</i>	
<b>La raccolta alimentare e la preparazione dei pacchi</b> .....	pag. 36
<i>di Giovanna Garone</i>	
<b>Sasfid, lezione di vita</b> .....	pag. 37
<i>di Laura Spoletini</i>	

<b>Il nostro impegno, un mix di forza e vulnerabilità</b> .....	pag. 38
<i>di Maria Zangari</i>	
<b>Obesità infantile e bullismo: tendenza in aumento?</b> .....	pag. 40
<i>di Ilaria Ranieri</i>	
<b>UMPA LUMPA e la consegna dei pacchi</b> .....	pag. 42
<i>di Rosario Chiollo e Sara Evangelista</i>	
<b>Nuove forme di paura</b> .....	pag. 44
<i>di Anna Derviso</i>	
<b>Sosteniamo la Casa “Penelope”, una comunità di donne</b> .....	pag. 46
<i>di Emilio Sturla Furnò</i>	
<b>Il ”team salute”</b> .....	pag. 48
<i>di Luciana Randazzo</i>	
<b>Tredici brandine</b> .....	pag. 50
<i>di Francesco Brugioni</i>	
<b>Se questa non è una guerra</b> .....	pag. 51
<i>di Sarassunta Ucci</i>	
<b>Sotto lo stesso cielo</b> .....	pag. 52
<i>di Francesca Troiani</i>	
<b>Safety First - Sicurezza lavori in quota</b> .....	pag. 54
<i>di Giancarlo Paolo Manfredi</i>	
<b>Per il mio cane farei di tutto</b> .....	pag. 58
<i>di Roberta Pierini e Sonia Sciuto</i>	
<b>Arte e solidarietà, vernissage di Camilla Ancilotto</b> .....	pag. 60
<i>di Emilio Sturla Furno’</i>	
<b>Un ragazzo del CEM, Ciro</b> .....	pag. 62
<i>di Iole Severini</i>	
<b>Voglia di vaccinarsi</b> .....	pag. 63
<i>di Mariaceleste de Martino</i>	
<b>“Grazie di Gusto”</b> .....	pag. 64
<i>di Marco Farci</i>	
<b>La filastrocca</b> .....	pag. 65
<i>di Flavio Pagano</i>	
<b><i>I racconti</i></b>	
<b>Il realizzatore di sogni</b> .....	pag. 67
<i>di Maria Zangari</i>	
<b>La formica Matabele</b> .....	pag. 68
<i>di Francesca Troiani</i>	

# EDITORIALE

di **Debora Diodati**

Presidente Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

*Buone vacanze e pronti alla ripartenza.*

*L'estate che ci accingiamo a vivere sarà ancora una volta diversa da quelle solite, ma sarà probabilmente un tempo con una maggiore libertà rispetto a quello che abbiamo vissuto recentemente. Il periodo più drammatico e duro dell'emergenza sembra superato anche se l'emergenza non è finita e non possiamo abbassare la guardia. Ma pian piano stiamo recuperando spazi di vita e maggiore libertà di movimento. C'è sicuramente un dato che preoccupa. Ed è l'incidenza sociale di questa terribile emergenza, che ha reso più gravi situazioni di vita già molto precarie e sicuramente ha accresciuto criticità economiche e spesso forme di solitudine soprattutto per le persone più fragili, questo anche dal punto di vista sanitario. Un dato che non può non preoccuparci e per il quale sappiamo che è necessario anche il nostro supporto e il nostro intervento come volontari. C'è, però, un elemento che deve confortarci ed è quello che tutti, in qualche modo, stiamo vivendo un sentimento positivo di ripartenza. Lo stiamo facendo nelle nostre vite personali e familiari, economiche e lavorative, di studio ma anche nell'operatività delle nostre attività come Associazione. **Ripartire può significare molte cose. Ma è fondamentale farlo col passo giusto e trovando le energie necessarie per costruire insieme, continuando a farlo, quel presidio che sa essere strumento di sostegno e di aiuto per le persone e per le comunità. Il ruolo della Croce Rossa, anche a Roma e Provincia, in questi terribili e drammatici mesi è stato fondamentale, come lo è stato quello di tutta la rete del Volontariato. Abbiamo maturato tutti la consapevolezza che siamo stati parte fondamentale di un sistema che ha avuto bisogno di energie mai messe in campo prima per un così lungo periodo. Di questo dobbiamo saper fare tesoro e non disperdere il patrimonio immenso di operatività che abbiamo saputo mettere in campo assieme alla ricchezza che è venuta dall'accesso massiccio di nuovi volontari e volontarie. Il periodo estivo ci vedrà ancora impegnati***



*ma senza tralasciare per ciascuno di noi, organizzandoci opportunamente, un meritato periodo di pausa e di riposo. A ciascuno di voi l'augurio di poterlo trascorrere al meglio e di saper tornare rigenerati alle numerose attività che ci aspettano e che non vanno in ferie. C'è bisogno sempre di più di una Croce Rossa energica, preparata, operativa, strutturata nelle sue molteplici articolazioni e capace di determinare un presidio di aiuto e di sostegno che non può venire meno lì dove c'è più bisogno. Abbiamo dimostrato di saperlo fare e sono certa continueremo a farlo. E di questo non possiamo che essere tutti reciprocamente grati. Quel sentimento di riconoscenza che abbiamo imparato sul campo arriva soprattutto dall'essere persone che sanno aiutare e sanno essere al meglio Croce Rossa.*

**L'OPINIONE - IL RICORDO**

# IL “VOLONTARIATO” DELLA COMUNICAZIONE

*#SUPEREROI*

**di Alessandro Baracchini**

Capo Redattore RaiNews 24

Dopo i ricordi da bambino, alla Spezia, di quei ragazzi grandi e grossi con le croci rosse sulla schiena che salivano sulle ambulanze, sorta di supereroi dei fumetti nella mia immaginazione, la mente vola ad un altro uomo grande e grosso, pelato come Mastro Lindo, il mio carissimo amico Francesco, che qui a Roma interrompe una cena e dice: scusate, hanno un buco nel turno di stasera, e ci lascia per andare a casa a cambiarsi e salire sull'ambulanza per fare notte in qualche quartiere della città. E poi i suoi racconti di mille episodi vissuti facendo volontariato, a volte impressionanti, sempre carichi di tanta umanità, ma anche con quel tocco di sana ironia che rende tutto più accettabile e sembra dire: guarda che non siamo angeli.

Fu proprio Francesco a coinvolgermi, come giornalista di RaiNews24, in un progetto a cui lavorava nel 2013. All'interno della Croce Rossa di Roma nasceva l'associazione “Andrea”, per il contrasto alle discriminazioni e alle violenze nei confronti delle persone LGBT+. L'idea, molto “europea”, era quella di lavorare all'interno di CRI per rafforzare la cultura dell'inclusione





e all'esterno, per far sapere ai cittadini che gay, lesbiche e transessuali sono accolti a braccia aperte tra i volontari della Croce Rossa. Partecipai ad una bella iniziativa come relatore e poi intervistai in diretta negli studi di Saxa Rubra il presidente del comitato romano di allora.

*Ricordi indiretti, per ora, una specie di "volontariato" della comunicazione fatto di episodi piccoli e grandi.*

*Nell'ottobre del 2017, con Tommaso Della Longa, portavoce del presidente di CRI Francesco Rocca, ci siamo inventati qualunque cosa pur di raccontare in tv la missione in Bangladesh tra le centinaia di migliaia di profughi rohingya in fuga dalle persecuzioni in Myanmar. Convinsi Tommaso a usare il suo telefonino per girare brevi sequenze di immagini. Ricordati di tenere il cellulare orizzontale, che trasmettiamo in sedici noni e se fai i filmini in verticale fanno schifo in tv! Francesco Rocca, in meno di*

*un minuto, come gli avevo chiesto, seppe spiegare l'urgenza e la drammaticità della situazione: qui si sopravvive non si vive, disse, è come se una città di mezzo milione di abitanti fosse sorta in poche ore. Manca tutto: l'acqua potabile, la corrente elettrica, le medicine. Stiamo montando un ospedale da campo ma serve molto di più.*

Sarebbe stato impossibile in quel momento avere una troupe televi-



siva sul posto, ma con un semplice telefonino fummo in grado di fare arrivare il suo appello in tv e sul web. Mi colpì la semplicità e insieme l'efficienza mostrata da tutti. Avevamo un solo scopo in comune: far sapere quello che stava accadendo in quell'inferno.

Fummo gli unici in Italia, soltanto un mese più tardi (sempre grazie a Tommaso) a mettere su in quattro e quattr'otto un collegamento video con Francesco Rocca in diretta da Antalya, in Turchia, dove era appena stato eletto presidente della Federazione Internazionale di Croce Rossa e Mezzaluna Rossa, primo italiano a assumere quel ruolo così importante.

Questa è per me la Croce Rossa in alcuni ricordi flash. Il prossimo – l'ho già promesso a Emilio e a Gianluca – lo vivrò non da giornalista, ma come volontario. Aspetto la chiamata per il mio primo turno tra i senza dimora di Roma. Vi farò sapere come sarà andata. Ma non ho dubbi: ne vale la pena.

# 30 ANNI DA FORMATORE IN EMERGENZA

*Intervista al Responsabile U.O. Soccorsi Speciali ed Internazionali CRI, Fabio Carturan*

**#LEMERGENZADENTROCASA**

**di Giovanna D'Errico**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

***Come e quando ha deciso di entrare in CRI? Prima come volontario e poi come dipendente?***

Sono entrato in CRI nel 1990 come VDS nel Comitato di Gallarate del quale ancora faccio parte e svolgo come possibile la mia attività di volontario: infatti dal 1995 sono il Delegato Provinciale per l'Emergenza della Provincia di Varese.

***Ha partecipato in prima linea a tante attività di emergenza ma quale è stata quella più impegnativa? E quella che ricorda invece con maggior emozione?***

Per quanto riguarda le emozioni sicuramente posso affermare di ricordarmi più delle persone che delle emergenze. Lo sguardo delle persone, specialmente di chi ha bisogno di aiuto, di coloro che hanno difficoltà a sostenere il tuo sguardo perchè si trovano in difficoltà, non si dimentica facilmente. E penso spesso a quando negli anni si ripeteva la consegna degli aiuti alle popolazioni colpite dagli eventi e di chi, ricevendo anche poche cose, aveva sempre la stessa timidezza e imbarazzo quasi a provare un senso di vergogna ad averne bisogno. La stessa sensazione che ciascuno di noi ha quando portiamo supporto nelle calamità naturali e chi viene aiutato ti dimostra gratitudine anche solo dentro piccoli





gesti che ti riporti a casa. A distanza di anni sono questi i miei ricordi indelebili, le mie emozioni più care.

#### **Come ha vissuto questa emergenza Covid-19?**

Questa emergenza che stiamo ancora vivendo ha cambiato radicalmente il rapporto che abbiamo con le persone. La Croce Rossa Italiana ha creato un legame di intenti e di vicinanza indissolubile con i cittadini, con quanti si sono trovati ad essere vulnerabili in poco tempo a causa della pandemia. Ciascuno di noi, con la propria competenza e nel proprio ruolo, a supporto completo del volontariato, si è dedicato alle comunità dove è stato necessario. **Con questa pandemia abbiamo realizzato la difficoltà di avere l'emergenza dentro casa, nel quartiere, nella propria città, non c'è stato un confine entro il quale poter limitare il dolore e le richieste di aiuto. Abbiamo sperimentato davvero cosa vuole dire l'autoprotezione, con la consapevolezza di dover stare attenti quando si era stati fuori a contatto con i malati, anche rientrando a casa, in famiglia, a non essere noi stessi portatori del virus. Abbiamo provato realmente quello che spesso Papa Francesco proclama: "nessuno si aiuta da solo".**

#### **4. Quanto è cambiata la CRI in questi anni?**

La CRI cambia come cambiano le persone, segue il cambiamento della società e di chi ne fa parte mantenendo la propria identità come tutte le più importanti organizzazioni che sono in prima linea sia a livello nazionale che internazionale. Anche e soprattutto l'attività di emergenza cambia, è cambiata e si è adeguata. Come dicevo anche prima con il Covid-19 non ci sono stati contorni nei quali poter confinare il problema. Era dentro casa il problema e, come CRI, abbiamo dovuto organizzarci ed organizzare le nostre attività facendo tesoro delle emergenze passate e di quanto abbiamo imparato sul campo, il tutto nel rispetto dei nostri regolamenti che ci hanno aiutato a non perdere mai il controllo delle attività e della situazione. In questi frangenti è fondamentale rimanere lucidi e non farsi sopraffare né dal caos e né dalle forti emozioni che si vivono, per poter coordinare al meglio ed essere di supporto ed indirizzo come ci viene richiesto. Abbiamo fronteggiato una emergenza che all'inizio sembrava colpire solo una parte del territorio e di quel primo periodo non posso dimenticare la mobilitazione dei volontari di tutta Italia che sono venuti a dare aiuto ed assistenza alla popolazione più colpita. Se vado indietro

con il pensiero a quel periodo mi viene in mente quando a Bresso, guardando fuori dalla finestra ho visto in colonna le 40 ambulanze con equipaggio arrivate da ogni parte d'Italia. Quando poi l'emergenza si è allargata a tutta la Nazione, come CRI abbiamo sempre supportato e "protetto" i volontari quando lo svolgere la propria attività creava allarmismi nella popolazione e siamo stati oggetto, per fortuna, in casi isolati di attacchi da chi ci vedeva come untori: penso ad un caso specifico in Puglia dove è dovuto intervenire il Presidente Regionale per sostenere ed aiutare i volontari.

#### **Si è sempre occupato di formazione e quindi le chiedo quali sono le radici della formazione in emergenza?**

Mi occupo di formazione da oltre 20 anni e di emergenza da 27 anni ed è una grande passione che cerco di trasmettere ai volontari ogni volta che mi è possibile. Conservo altri materiali oggi "storici" come i lucidi, che già negli anni novanta erano uno strumento didattico per insegnare la protezione civile con un programma ben definito che sarebbe diventato anni dopo il corso OPEM di oggi. Le nostre radici come formazione della CRI vanno individuate, anche e soprattutto nel campo dell'emergenza

già da molti anni prima dell'alluvione della Valtellina (1987), quando è stata creata una modalità, se non proprio un metodo, per formare i volontari e rendere omogenee le attività di chi operava in ambito di Protezione Civile.

Grazie alle capacità di visione già dagli anni 80 di quanti come Roberto Antonini, a cui devo la scoperta e il percorso di una vita nella protezione civile, la nostra Associazione è stata la prima ad avere regolamenti e corsi standardizzati che hanno permesso ad ogni volontario di poter essere formato in ogni parte d'Italia con gli stessi standard qualitativi che ancora oggi, con la strada intrapresa nel cambiamento dei metodi formativi e con il nuovo assetto dei regolamenti, ci permettono di poter fare quel passo verso i prossimi anni con grande capacità e competenza.

### ***L'importanza della formazione nel settore emergenza, gli aggiornamenti e come vi siete organizzati in questo periodo di Covid-19?***

Nell'ambito delle attività che rientrano nel Sistema di Protezione Civile la formazione è il pilastro fondamentale. I capisaldi sono la legge di istituzione del sistema di Protezione Civile del 1992 che ha creato un sistema unico al mondo basato sul volontariato.

Una sorta di spartiacque è stata l'emergenza dell'Abruzzo del 2009 che ha portato molti cambiamenti nella gestione delle emergenze e di assistenza alla popolazione a seguito di un disastro. Si è implementato da quel momento in CRI un assetto tra regolamento e corsi che potessero una risposta coerente ai cambiamenti nel mondo della protezione civile. La garanzia di uniformità di formazione e di addestramento in tutta Italia con l'obiettivo di rafforzare la capacità di risposta della CRI per ogni tipologia di emergenza: ovvero una formazione che coinvolgeva le regioni, i territori per un metodo di condi-



visione e di integrazione nei sistemi regionali di pc.

Attraverso la presenza capillare dei nostri Comitati territoriali ci ha permesso di sviluppare una collaborazione ed un supporto Comune dopo Comune prima ancora dei livelli superiori.

Purtroppo il blocco della formazione dovuto appunto alla esigenza di rispettare i divieti posti in tutta Italia per evitare il diffondersi del contagio e per la tutela dei volontari in questa forma estrema diciamo così di autoprotezione, ci ha fatto soffrire molto, specialmente nel settore dei soccorsi speciali dal momento che il continuo aggiornamento, l'addestramento quasi quotidiano e le continue esercitazioni sono fondamentali nelle nostre attività. Abbiamo dallo scorso mese ripreso e riprogrammato le attività,

ovviamente garantendo la sicurezza e rispettando le linee guida nazionali. Sicuramente, in tutto il periodo di pandemia, la formazione a distanza ci ha aiutati a non perdere il senso e l'importanza di proseguire ancora più determinati nelle attività didattiche a favore di tutti i nostri volontari impegnati nelle attività di emergenza.

### ***Parliamo dei volontari Temporanei?***

I volontari temporanei sono stati eccezionali tanto quanto l'idea di avere cittadini che, attraverso la formazione ad hoc, si è messa a disposizione del prossimo attraverso la CRI con uno spirito di adattamento che ha permesso di non distinguere i volontari temporanei da quelli effettivi. E' stato bellissimo vedere persone che non avevano mai aderito ad attività di volontariato come la nostra, rendersi utili agli altri in periodi di drammatica emergenza come questa. Hanno toccato con mano la vulnerabilità delle persone in tutte le sue declinazioni e ci hanno reso consapevoli di un modo nuovo di intendere il volontariato associativo.

### ***È responsabile della U.O. Soccorsi speciali ed internazionali quali progetti ha per questo settore?***

L'Unità Operativa dipende dalla Direzione Operazioni Emergenza e Soccorsi e ha la funzione di supportare l'intera attività dei Soccorsi Speciali della CRI. Queste attività sono inserite nel coordinamento dell'Emergenza attraverso l'azione attenta e quotidiana del Delegato Tecnico Nazionale OES Alessandro Brunialti che, supportato dai Referenti Tecnici Nazionali di ciascuna attività speciale, è garante di un modello di gestione complessa ed efficace per le richieste che si fanno sempre più frequenti.

I Soccorsi Speciali rappresentano quelle squadre territoriali, regionali e nazionale capaci di garantire la risposta ai disastri attraverso una preparazione e addestramento specifico



e molto rigido. Questo unitamente all'impiego di attrezzature, materiali e mezzi appositamente destinati che ne permettono azioni rapide e in contesti non ordinari e/o convenzionali.

La sfida dei prossimi anni passa attraverso l'integrazione di queste attività (come peraltro vale per l'intera attività delle Operazioni Emergenza e Soccorsi) con le strutture e gli organismi istituzionali (es. VV.FF, DPC, Capitanerie di Porto) attraverso una collaborazione operativa piena e strutturata e una maggiore innovazione tecnologica.

In tal senso, l'accordo firmato dal nostro Presidente Nazionale con il Corpo Nazionale dei Vigili del Fuoco e quello con le Capitanerie di Porto va nella direzione di una collaborazione e supporto operativo quotidiano e per garantire alla CRI uno standard di eccellenza che in questi 30 anni di Soccorsi Speciali i volontari si sono guadagnati sul campo giorno dopo giorno e che con gli accordi siglati ha sancito uno sforzo mai così forte e importante.

***Nella Strategia 20/30 quali sono le sfide per il settore emergenza.***

Nei prossimi anni le sfide per l'intera Area Operazioni Emergenza e Soccorsi saranno completamente a favore di un sistema snello, basato sul supporto del Comitato Nazionale alle strutture operative regionali CRI attraverso il completamento del piano di assegnazione di materiali e mezzi del progetto Mirror. A loro volta i Comitati Regionali potranno allo stesso modo garantire a tutte le strutture di emergenza dei Comitati Territoriali una collaborazione operativa capace di arrivare in ogni località colpita da un evento non solo tempestivamente, ma attraverso team specializzati e capaci di offrire soccorso, assistenza e supporto alla popolazione in modo organizzato e completo.

***Crede sia possibile una formazione unica per unificare le attività e permettere ai volontari di svolgere attività in ogni ambito con la giusta formazione?***

La formazione costruisce percorsi per competenze. Non è possibile strutturare la stessa formazione per tutti. Il nostro obiettivo, così come

previsto dalla Formazione in generale della CRI è che ciascun volontario possa, in base alle proprie attitudini, specializzarsi a favore di quelle attività che compongono l'intera offerta formativa della CRI. Questo per garantire un livello di competenze che possa permettere a ciascuno di poter operare nei contesti più complessi e a fianco dei partner istituzionali che sempre di più si aspettano da noi e dal nostro sistema di emergenza.

***È il momento giusto per una formazione all'esterno che abbia come obiettivo quello di preparare le comunità per renderle quindi resilienti?***

Il Consiglio Direttivo Nazionale CRI da subito ha posto grande attenzione in questo senso. L'azione di coinvolgere i cittadini quale parte integrante del sistema di PC è indicato chiaramente anche nel Codice della Protezione Civile. Ovviamente il cittadino per poter essere consapevole e di aiuto necessità di informazioni e formazione specifica. La CRI da anni si propone ai Comuni, alle associazioni e nelle scuole per trasferire le nozioni e le azioni utili e talvolta fondamentali per prevenire e superare le situazioni di pericolo in caso di evento.

Si pensi solo in tal senso e nell'ottica di prevenzione quanto l'emergenza Covid-19 ha insegnato a tutti nei piccoli gesti e nelle abitudini che ci hanno modificato il modo di vivere.

A supporto di questa importante sfida che riguarda la riduzione dei rischi e i cambiamenti climatici che mai come negli ultimi anni sono diventati elemento di grande preoccupazione, il Consiglio Direttivo Nazionale ha inteso nominare il Delegato Tecnico Nazionale DRRCCA che, in sinergia con l'Area Operazioni Emergenza e Soccorsi, sta lavorando quotidianamente nell'ottica di una maggior attenzione e di buone prassi da parte della popolazione.

# LA PROTEZIONE DEI DISABILI NEI CONFLITTI ARMATI: LA RECENTE RISOLUZIONE ONU 2475/2019

#INCLUSIONE

di Pierpaolo Travaglione

Volontario Comitato di Benevento

***“Neppure le leggi scritte è bene lasciare inalterate.”***  
(Aristotele, La politica, Libro II)

Il mondo contemporaneo, dopo aver vinto la barbarie nazi-fascista, sta lottando tenacemente affinché il concetto di disabilità venga completamente stravolto: da postulato di disparità e di sofferente diversità, in assioma di un mondo nel quale il principio di uguaglianza sia universalmente riconosciuto e garantisca a tutti il pieno godimento dei diritti sociali, economici e politici.

In tal senso, nello spirito di continuità di quanto prescritto dal Diritto internazionale umanitario (IHL) in materia di protezione dei disabili nei conflitti e nei disastri e dalla Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità (CRDP), è stata redatta la risoluzione ONU 2475/2019.

Tale documento non risulta connotato da speciale innovatività quanto ai principi in esso contenuti, ma appare di grande rilevanza perché, per la prima volta, si tutelano espressamente e apertamente i

disabili in situazioni di conflitto. In tal senso, dunque, il documento invita tutte le parti di un conflitto armato alla tutela delle persone con disabilità consentendo un accesso umanitario pronto, protetto e senza impedimenti a tutte le persone bisognose di assistenza.

La risoluzione, che nel Preambolo richiama le regole della CRDP e dell'IHL, esorta gli Stati a prevenire le più ampie forme di brutalità, violenza e abusi contro i civili in situazioni di conflitto armato e post-conflitto. In modo particolare, è stata evidenziata la necessità che gli Stati pongano fine alle azioni violente verso i civili, comprendendo anche gli individui affetti da disabilità; vi è poi un'espressa previsione a che gli Stati garantiscano ai diversamente abili l'accesso alla giustizia, a mezzi di ricorso efficaci ed, eventualmente, al risarcimento. Nella Risoluzione, inoltre, si sollecitano gli Stati, in linea con i principi

dell'IHL e della CRDP, a favorire la partecipazione e la rappresentanza diretta delle persone con disabilità nelle attività umanitarie, e più in generale, nei lavori di prevenzione, risoluzione, riconciliazione, ricostruzione e nella costruzione della pace, durante e dopo i conflitti.

***La Risoluzione, inoltre, incoraggia il reinserimento nel tessuto sociale di riferimento dei disabili, attraverso il sostegno psicosociale, le pratiche socialmente inclusive (soprattutto riguardo alle donne ed ai bambini) e l'accesso paritario ai servizi di base. Tutto ciò su di un piano di piena uguaglianza rispetto al resto della popolazione, interessando, quindi, il sistema dell'istruzione, dell'assistenza sanitaria, dei trasporti e delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione. Gli Stati firmatari vengono infine stimolati ad adottare provvedimenti per eliminare la***

***discriminazione e l'emarginazione causate dalla disabilità in situazioni di conflitto.***

Per quanto finora detto, è evidente

che a partire dalle Convenzioni di Ginevra tanto è stato fatto, ma tanto c'è ancora da fare in un percorso di lunga distanza nel quale la via

maestra sarà quella dell'inclusione sociale, economica e politica di ogni cittadino, anche diversamente abile.



# L'ENTUSIASMO “DI FARE CROCE ROSSA”

*Intervista al Consigliere e Delegato Area Emergenza del Comitato CRI dell'Area Metropolitana di Roma Capitale, Marco Cassini*

#ESPERIENZE

**di Gianluca Pignataro**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

È una lunga storia nella Croce Rossa Italiana quella che chiediamo al volontario Marco Cassini di raccontarci. Condivide con noi alcuni suoi frammenti di vita vissuta.

***È stato Ispettore del Comitato CRI di Roma Centro, Sub Commissario al Comitato CRI Regione Lazio, poi Presidente del Comitato Municipio 7 di Roma, ora è Consigliere del Comitato CRI di AMRC. Le chiedo un pensiero rivolto al suo passato e guardando invece al futuro ci illustra quali sono gli obiettivi che si è dato nell'intraprendere questa nuova sfida?***

Se guardo al passato non posso non ricordare le persone che hanno segnato la mia vita di Croce Rossa. Prima Daniela Posca e il compianto Umberto Cianchetta che mi fecero entrare in CRI nel 1999 e poi Pino Ungaro con il quale mi candidai alla guida del Gruppo VdS Roma nel 2005 che divenne per me un grande amico, mentore e consigliere fino alla sua, purtroppo, scomparsa. Ormai ho perso il conto degli incarichi che ho ricoperto dal 2005 ad oggi, ma l'entusiasmo e la voglia di “fare Croce Rossa” è sempre intatto. Dopo un periodo di pausa, servito anche per ricaricare energie e idee, ho accettato quest'ultima sfida con l'unico obiettivo di fare quello che sarebbe servito, mettendo a disposizione le mie esperienze e competenze e, perché no, provare a trasmetterle alle nuove generazioni di volontari.

***Cosa si porta come esperienza dei ruoli precedenti?***

***ti? Quali sono gli eventi che non può dimenticare? E quali quelli che invece preferirebbe non aver vissuto?***

L'esperienza è il nome che diamo ai nostri errori, ma per imparare da essi è necessario prima di tutto ammetterli senza paura di veder minacciato il proprio ego. Ne ho commessi e oggi guardo alle mie scelte passate con occhi diversi, ma di questo ne vado fiero perché ritengo che questo significhi essere cresciuto. Di eventi vissuti indimenticabili, tanti, sia belli sia meno belli, ma uno in particolare non lo posso dimenticare e al tempo stesso vorrei non averlo vissuto: il terremoto dell'Aquila del 2009. A distanza di 12 anni ricordo ogni istante, ogni immagine, ogni sensazione dal momento della scossa alle 3.30 di notte fino a quando sono tornato a Roma 48 ore dopo. Partire da Roma con l'ambulanza, dover passare sul cavalcavia dopo Tornimparte che era sceso di 20-30 cm rispetto alla strada, uscire a L'Aquila est dove tutto sembrava ancora integro e poi, entrando dentro la città, percepire il disastro, perdersi dentro la città vecchia completamente evacuata con l'ambulanza di sera, al buio, per poi ritrovarsi sotto la Casa dello Studente dove i colleghi della SEP di Roma assistevano le famiglie degli studenti, le scosse continue, il DICOMAC di Coppito, potrei scrivere un libro per raccontare quelle 48 ore.

La pandemia non è ancora dietro le spalle e dunque occorre stare all'erta, che poi significa mantenere lo stato d'emergenza, con tutto ciò che ne consegue: seguire i protocolli che abbiamo imparato a conoscere in un anno



e mezzo e continuare ad essere prudenti perchè ci sono le varianti e poi c'è anche la terza dose di vaccino che dovremo molto probabilmente fare in autunno. Nel momento della difficoltà la Croce Rossa Italiana ha saputo con assoluto tempismo vincere la sfida che imponeva la pandemia, affrontando le difficoltà operative con coraggio e riuscendo a mettere in pratica moltissime attività.

***Come ha passato i giorni del lockdown e il periodo iniziale dell'emergenza?***

Ho cambiato lavoro in pieno lockdown, il 25 marzo sono entrato nella nuova azienda e questo, se da un lato mi ha psicologicamente distratto da tutto ciò che stava accadendo, mi ha purtroppo anche sottratto dal poter dare il mio contributo come volontario.

***Quale è la cosa che le manca di più che non ha potuto fare a causa di questa pandemia ma che farà appena sarà di nuovo possibile?***

La socialità, sia livello privato che in CRI. In questo periodo abbiamo dato fondo a tutti i possibili strumenti elettronici per poter comunicare: social, meeting online, ecc. ma per quanto questi strumenti ci abbiano aiutato, non po-

tranno mai sostituire una riunione o un corso di formazione in presenza. Già prima della pandemia eravamo schiavi di mezzi di comunicazione che alla fine, di fatto, non ci facevano comunicare efficacemente. Con la pandemia la cosa si è ulteriormente acuita e spero si possa tornare a parlare guardandosi in faccia, incrociando gli sguardi, vedendo i gesti dell'altro. Credo ci sia un enorme bisogno di tornare a "comunicare" nel senso stretto del termine.

***In che modo ogni privato cittadino può supportare la Croce Rossa di Roma in questo momento?***

**In generale, consentendo alla CRI, ma anche a tutte le altre associazioni, di poter aiutare un numero sempre crescente di "nuovi poveri", persone che per colpa della pandemia si sono ritrovate dall'oggi al domani senza un lavoro, senza un reddito, senza più sicurezze. Il mare è fatto di gocce d'acqua e se ogni cittadino contribuisse con una goccia di aiuto avremmo una marea di aiuto in più. Nello specifico però una cosa mi viene in mente: c'è una gran bisogno di sangue. La pandemia ha peggiorato la cronica carenza di sangue nel periodo estivo, quindi, supportate la Croce Rossa di Roma venendo a donare il sangue presso il nostro centro di raccolta.**

***È da qualche mese anche il Delegato Emergenza del Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale quali progetti ha per questa attività di CRI così importante?***

Ho la fortuna di aver ereditato dal precedente Delegato, Patrizia Baroni, una squadra efficiente e coesa quindi il mio lavoro di delegato è sicuramente facilitato, ma al tempo stesso è anche estremamente complicato perché migliorare qualcosa che già funziona non è certo facile. Negli anni ho capito che un vero leader si misura dalla capacità e dall'efficienza della squadra che coordina e ho l'obiettivo di far crescere in efficacia e in capacità ogni singolo Comitato dell'Area Metropolitana sul tema dell'emergenza. Ritengo che la qualità della formazione unita alla uniformità del messaggio formativo, sia la strada per consentire a tutti i Comitati di poter diventare una squadra affiatata che possa, qualora malauguratamente servisse, intervenire nel modo migliore a salvaguardia delle nostre comunità.

***Nuovi progetti su cui state lavorando?***

Non basta un'intervista per parlare di tutti i progetti che stiamo portando avanti e che vorremmo realizzare. In questo periodo siamo sicuramente assorbiti da tutte le attività connesse alla pandemia e speriamo che si possa quanto prima tornare a quella normalità che ci manca da ormai più di un anno. Ho delle idee, forse ambiziose, che



vorrei realizzare ma è oggettivamente prematuro parlarne in questa fase.

***Da tanti anni organizza la sfilata del 2 giugno. Come ha vissuto questi due anni nei quali non si è potuta svolgere?***

Devo dire che, con un po' di egoismo, l'ho vissuta con un certo sollievo. Organizzare la compagnia di volontari della CRI per la sfilata del 2 giugno è un onore grandissimo, ma anche un impegno estremamente faticoso. I momenti più belli sono due: uno è prima della partenza su via dei Fori Imperiali perché riesci a goderti gli applausi della gente assiepata lungo il percorso perché quando ti danno il via vai in apnea e sei concentrato sul tamburo della banda che ti dà il tempo per marciare, le distanze, l'allineamento, quindi non riesci a goderti nulla; il secondo è quando torni a casa e ti togli finalmente gli scarponi e i piedi ringraziano sentitamente.

***Cosa direbbe ad un neo volontario CRI per invogliarlo a partecipare ad un evento così importante come la sfilata per la festa della Repubblica Italiana?***

Far parte della compagnia di volontari della CRI per il 2 giugno è la metafora di come dovrebbe essere la vita. Fatica, impegno, sacrificio, disciplina, gioco di squadra,

non 60 volontari ma una compagnia che condividono un percorso e tutto sarà ripagato il 2 giugno da quello che vivrete. Sono certo che chi ha fatto la sfilata si riconosce perfettamente in queste poche righe.

***Un'idea rivoluzionaria per la nostra associazione è stata l'istituzione dei volontari temporanei. Quanto è cambiata la CRI con la pandemia?***

I volontari temporanei hanno consentito alla nostra associazione di dare una risposta non comune in un periodo, la pandemia, sicuramente non comune. Ma ha dato anche la possibilità a tante persone di poter aiutare chi, meno fortunati di loro, aveva bisogno. Con la pandemia la CRI, con tutte le attività svolte nelle fasi più tristi ma anche in quelle che ci stanno dando più speranza, ha avuto la grande capacità di dare un contributo fondamentale, mantenendo sempre più saldi e fermi i propri principi fondamentali. Concludo dicendo che mi piacerebbe, da vecchio volontario che ne ha viste di tutti i colori in questi 22 anni di appartenenza alla CRI, che quest'ultima esperienza ci faccia evolvere come uomini e donne di Croce Rossa, facendoci comprendere che talvolta, i piccoli e sciocchi personalismi, sono il vero freno alla possibilità di aiutare in modo coordinato ed efficiente il nostro amato, e, troppo spesso, vituperato, Paese.

# PROGETTO “LINGUA COMUNE”, L’ITALIANO PER STRANIERI

#ESTENDEREICONFINI

di **Giuseppina Frattale**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Il suono di una vecchia campanella agitata a mano lungo i corridoi accompagna la voce dei volontari: “Forza ragazzi! C’è lezione di italiano oggi!”.

Così solitamente, dal 2015 al 2019, avevano inizio le lezioni di italiano per i migranti del Progetto “Lingua Comune” che si svolgevano al Cas Penelope, alla Tendopoli di via Ramazzini al Cas di Pietralata, al Cas Enea e al Presidio Umanitario di via del Frantoio.

Un progetto pensato nel 2012 dall’ex componente Pionieri e che ancora oggi coinvolge decine di allievi ed altrettanti volontari di alcuni Comitati di Roma con l’obiettivo principale di migliorare la conoscenza della lingua italiana dei giovani e adulti stranieri per supportare la loro scolarizzazione, favorire la loro inclusione socio-lavorativa ed acquisire consapevolezza dei propri diritti e doveri.

Il Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale ha organizzato diverse Giornate Informative con il fine di formare i volontari



all’insegnamento dell’italiano agli stranieri, permettendo così una crescita del servizio il più capillare possibile sui territori per cercare di raggiungere il maggior numero di beneficiari.

**Il progetto Lingua Comune a causa della pandemia Covid-19 ha, purtroppo, subito una brusca interruzione, ma grazie alla tenacia dei volontari e all’impegno degli allievi, dal mese di marzo 2020 è nata una nuova metodologia virtuale di insegnamento che si avvale di tutti gli strumenti tecnologici per effettuare la didattica a distanza. Le lezioni online hanno permesso, pertanto, non solo di proseguire le attività, ma ne hanno in un certo qual modo esteso i confini, aumentando il numero dei partecipanti al Progetto.**

Diversi allievi stranieri che per motivi lavorativi o familiari non riuscivano in precedenza a frequentare con costanza le lezioni, oggi possono contare su un collegamento in streaming che permette loro di seguire il corso di lingua italiana a distanza, migliorando sempre di più il proprio livello linguistico e ottenere anche delle certificazioni dagli Enti Accreditati.

Ancora una volta, la dedizione e la passione dei volontari CRI nel preparare e svolgere le lezioni ispirandosi ai Principi e ai valori della Croce Rossa Italiana consentono, a distanza o in presenza, di continuare a stare a fianco degli allievi per diffondere una lingua di cittadinanza.



# LAVORO DI SQUADRA

#OPERATORE SOCIALE GENERICO CRI

di Emilio Sturla Furno'

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale



Un consiglio che si è trasformato rapidamente in un mantra di incoraggiamento per noi volontari iscritti al corso Operatore Sociale Generico del Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale da parte della Direttrice di Corso Adelaide Conetta. Parole pronunciate con la consapevolezza che “rappresentare Croce Rossa” – ha detto Adelaide, al gruppo riunitosi per l’esame finale presso la sede del Comitato ARMC – “significa sapersi comportare in maniera adeguata. Non siete battitori liberi” – sottolinea la responsabile – “ma individui facenti parte di un gruppo. Senza perdere mai la propria identità è necessario contribuire al lavoro di squadra perché solamente assieme agli altri si può acquisire la propria dimensione, operando quel passaggio fondamentale da persone comuni a persone non comuni”.

Tra sorrisi e commozione, celati sotto la mascherina, si è concluso con un esame in presenza il percorso di formazione per diventare OSG CRI lo scorso 10 aprile. L’iter di preparazione - che, quest’anno, ha reso necessarie le lezioni a distanza - ha coinvolto dalla life coach, al manager, dal fotografo al regista, dalla guida turistica alla segretaria d’azienda. Volontarie e volontari che hanno deciso di partecipare al corso per acquisire nuove nozioni

ed essere meglio preparati sul campo. C’è chi si collega dall’ufficio a fine della giornata lavorativa per non perdersi l’inizio della lezione, chi dall’auto con il telefonino nel traffico della strada di ritorno verso casa e chi segue le lezioni dalla propria abitazione, avendo appena terminato il lavoro in smart working.

Un unico obiettivo comune: ricevere l’attestato di OSG che - come recita la descrizione del corso pubblicata online - significa essere in grado di “pianificare, svolgere e implementare attività e progetti tesi a prevenire, mitigare e rispondere ai differenti meccanismi di esclusione sociale, i quali ostacolano o addirittura precludono il pieno sviluppo degli individui e della comunità nel suo complesso”. Un proposito che non ha intimorito nonostante il fitto calendario di lezioni online ed un programma didattico e formativo molto ampio. Dalla riflessione sui principi e i valori della Croce Rossa e Mezza Luna Rossa all’approfondimento della figura e del ruolo dell’operatore inserito in un contesto sociale di riferimento, fino allo studio di utenza, territorio ed analisi dei bisogni.

Le lezioni, tenute da esperti psicologi, project manager, educatori o formatori, affrontano il tema vasto della rete dei servizi, danno indicazioni su come poter progettare il sociale, rimarcando la necessità di un ascolto attivo al fine di individuare ed imparare le principali tecniche di comunicazione per una concreta relazione d’aiuto.

C’è chi alza la mano durante la lezione e racconta la sua esperienza diretta: dall’impegno SASFID nelle fredde serate invernali, alle giornate trascorse ad assemblare con cura i viveri nei pacchi alimentari presso il magazzino alimentare fino ai tour da una parte all’altra della città per la consegna di farmaci a domicilio. “Croce Rossa mi ha aiutato a superare un periodo di grande difficoltà”, condivide con il gruppo collegato online Alessio. Gli fa eco Francesca: “Questo corso è arrivato in un momento molto importante per me, in un periodo di pausa forzata in ambito lavorativo a causa del Covid che ha fermato tutto. Una grande opportunità di crescita”, conclude emozionata.

E poi c’è chi di sociale se ne occupa da anni come Paola



– delegata all'area sociale - e chi, come Patrizia, Lucia, Giorgio, Luca è già volontario nei percorsi distribuzione di coperte e viveri ai senza dimora nascosti nel buio della città, spesso invisibili sotto gli archi antichi della Capitale o a ridosso della pensilina della stazione ferroviaria. E, infine, chi risponde al telefono alle richieste di aiuto o, più semplicemente, di ascolto, come Delia, Giovanna, Cristiana o chi, come Ilaria, offre il suo impegno nelle attività di raccolta alimentare.

***“Avere sempre un percorso formativo adeguato per chi opera nel volontariato in CRI” – afferma Adelaide, durante una lezione – è stato l'appello del nostro presidente Nazionale Francesco Rocca che mesi fa aveva dettato le regole affinché ogni volontario specie coloro che operano nel sociale abbiano una preparazione non solo pratica, ma globale”.***

“Ci troviamo per la prima volta in DAD e per tale ragione, il corso è stato processato in maniera differente: ci mancheranno i lavori di gruppo, la fisicità e la parte emozionale. Dovremo accontentarci di simulazioni realizzate a distanza, di lavori realizzati in 3/4 persone e con i dovuti distanziamenti. Ci mancheranno gli abbracci, i risultati pratici, la spontaneità di un lavoro realizzato e terminato bene, al di là di ogni aspettativa, ma non abbiate timore, ce la farete anzi, ce la faremo insieme”.

Parole che ci hanno incoraggiato, che ci hanno spinto a dare e fare di più. Simulare l'abbraccio, creare idee per supportare le fragilità, ma anche, approfondimenti sulla storia e sulla legislazione del volontariato in Italia. Tra le compagne ed i compagni di corso si è, immediatamente, creato un clima disteso e collaborativo grazie agli insegnanti: Erica Battaglia, Silvia Piscitelli, Francesca Santocori ed Erica Zanella.

In qualche modo la DAD è riuscita a dare risultati inaspettati, talvolta superiori rispetto ad altre occasioni, grazie all'affiatamento del gruppo ed alla forte motivazione confessa Adelaide: “Mi hanno molto colpito l'interesse e la partecipazione dei discenti. Il non conoscersi e le lezioni a distanza avrebbero potuto essere un limite, soprattutto

per chi non ha sviluppato un'esperienza sul campo. In un corso come questo si prevede una certa capacità di confronto negli esercizi di gruppo eppure anche chi non poteva contare sull'esperienza in ambito sociale è riuscito a farcela dimostrando curiosità e voglia di realizzare”.

Sono state trattate tutte le principali vulnerabilità sociali: dai senza dimora, agli anziani, ai vulnerabili, alle donne vittime di violenza, ai tossicodipendenti, ai disabili. Anche di fronte a temi apparentemente più freddi e tecnici lo scambio di opinioni è stato costante e non sono mancate discussioni e confronti, talvolta anche accesi, ma sempre utili per creare quel dialogo fondamentale per il miglior apprendimento. Sono saltati così tutti quegli schermi che si possono alzare nei percorsi di formazioni strutturati con lezioni a distanza. Anche la timidezza, che rischia di crescere quando si è di fronte alla videocamera del pc, è stata pienamente vinta. Il segreto sta nel creare, fin da subito, il dialogo e la collaborazione tra tutti i partecipanti al corso, per abbattere qualsiasi tipo di distanza.

***Un ultimo consiglio che ci ha voluto dare Adelaide: “Cercate di essere empatici e non fermatevi al conseguimento dell'attestato di Operatore Sociale Generico, ma considerate questa esperienza, il primo passo di un percorso formativo sempre più coinvolgente e articolato. Il mio desiderio è che le volontarie e i volontari della Croce Rossa riescano a considerarsi tutti allo stesso livello, qualsiasi sia il grado di formazione raggiunto, per proseguire insieme verso un unico obiettivo. I più anziani e formati aspetteranno e trascineranno gli altri più giovani e inesperti. Tanti sono i corsi da poter frequentare dopo l'OSG : dall'OPSD (Operatore Sociale per i senza dimora), al corso per prestare servizio allo sportello sociale, all' OSD (Operatore sociale Dipendenze) poi anche il percorso formativo di Clown Therapy per i reparti pediatrici e RSA. Conservate nel vostro cuore l'umiltà, non ci sono i super eroi. E' fondamentale essere consapevoli del fatto che non siamo soli in quello che facciamo, solo con il lavoro di squadra si possono ottenere grandi risultati”.***

# NUCLEO CUCINA AMRC

#PERCORSIPERSONALI

di David Ferdinando Marchese

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

“Salve, mi presento sono David Ferdinando Marchese, sono volontario dal 2001 e vorrei brevemente raccontarvi cosa mi ha spinto ad entrare in Croce Rossa.

Nel 2000 ero in Kosovo come ispettore delle Nazioni Unite ed una sera mentre ero in servizio di perlustrazione ci hanno ordinato di recarci presso una casa privata. In questo umile appartamento abbiamo trovato una bambina appena nata che era stata lasciata in un sacchetto della spazzatura. L'abbiamo soccorsa e portata subito in ospedale ma una volta giunti lì, il medico ci ha dato poche speranze sulla possibilità che la bimba potesse sopravvivere perché il cordone ombelicale non era stato clampato.

***Dopo questa terribile esperienza, in cuor mio, mi sono ripromesso che avrei frequentato, appena rientrati dalla missione, un corso di primo soccorso.***

***Rientrato a Fiumicino, ho accolto l'invito della CRI che invitava la***



***cittadinanza a entrare in questo mondo meraviglioso! Da quel lontano 2001 non mi sono mai fermato: la mia prima esperienza in un contesto di emergenza l'ho fatta per il terremoto dell'Aquila dove ho gestito la cucina del campo di San Gregorio per 7 mesi, poi ho passato 50 giorni ad Haiti, distrut-***

***ta da un devastante terremoto, con la Croce Rossa Internazionale, poi Carpi, Amatrice e Norcia sempre come addetto alle cucine.***

Attualmente ricopro il ruolo di vicario del responsabile delle cucine del Comitato Area Metropolitana. Cuciniamo principalmente per il servizio Sasfid e, dall'inizio della pandemia, abbiamo cucinato 3 volte a settimana preparando primi e secondi per almeno 150 persone a volta. Le cucine sono composte da 2 moduli, il primo dove si preparano i pasti è composto da un forno a 12 teglie, un cuoci pasta a tre cestelli, una brasiera, frigorifero e congelatore. L'altro modulo è composto da 2 settori il primo dove si preparano pasti freddi, si lavano e preparano le verdure, il secondo è per il lavaggio pentole. Oggi ho due grandi gioie, essere un volontario di Croce Rossa e sapere che quella bambina si è salvata.



## UN PIATTO SEMPLICE MA MOLTO BUONO “L'AMATRICIANA”

### **Ingredienti per 4 persone:**

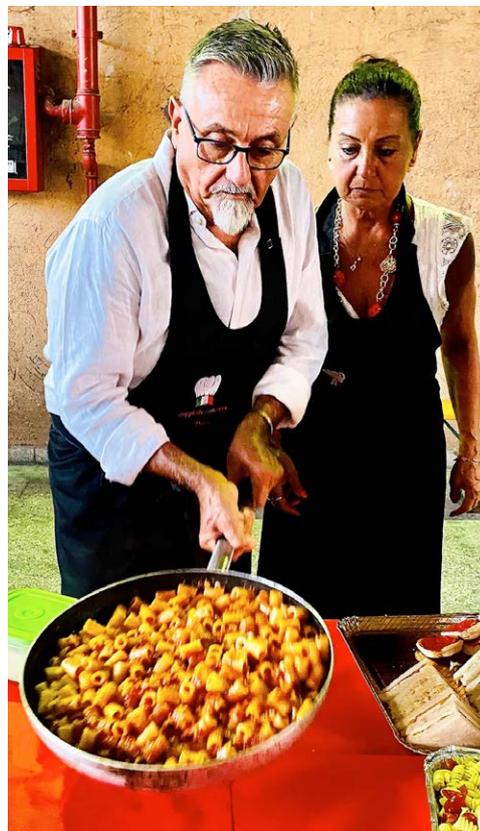
- 400 gr. di pasta (bucatini di solito ma anche le mezze maniche);
- 200 gr. di guanciale;
- 300 gr. di pomodori pelati;
- mezzo bicchiere di vino bianco;
- sale q.b.

### **Preparazione:**

Tagliare il guanciale a dadini possibilmente tutti uguali, prendere una padella e far soffriggere il guanciale senza olio, ma se invece si preferisce si può mettere mezzo cucchiaino d'olio, sfumare con il vino bianco; aggiungere i pomodori pelati tagliati a cubetti, (non usate il minipimer), far cuocere a fuoco lento per 1 ora; far bollire l'acqua e salarla, quando bolle, scolare la pasta al dente e saltarla in padella con il sugo. Una spolverata di pecorino e... buon appetito!

### **Consiglio:**

aggiungere il peperoncino quando si soffrigge il guanciale.



# “INVITO TUTTI A VACCINARSI”

*Intervista a Stefania Sandrelli*

**#RITORNOALLANORMALITÀ**

**di Mariaceleste de Martino**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

“Non ho avuto alcuna reazione alle due dosi del vaccino Pfizer contro il Covid-19”. Così Stefania Sandrelli, 75 anni il 5 giugno, né dimostrati né sentiti: un'eterna ragazza del cinema italiano e piena di vita, sopravvissuta al potente virus.

***Come ha affrontato il primo giorno del vaccino?***

“È stata un'esperienza alla quale ambivo da mesi. Ho sofferto moltissimo in questo periodo pieno di timori, angosciante per l'isolamento. Non potevo vedere i miei figli, i miei nipoti, gli amici, è stato difficile e opprimente, destabilizzante”. Stefania Sandrelli ripercorre così i suoi momenti vissuti durante il lockdown e nel corso di tutti questi mesi estremamente faticosi, sia dal punto di vista fisico sia psicologico.

***E poi interrompere bruscamente la propria attività non deve essere stato affatto piacevole.***

“Non abbiamo potuto lavorare. Noi dello spettacolo abbiamo sofferto doppiamente perché siamo stati i primi e i più penalizzati: oltre un anno di fermo totale. Non solo noi attori, ma tutto l'indotto, persone che guadagnano solo uno stipen-





dio per mantenere la famiglia: loro hanno faticato ancora di più e continuano a penare. Lo spettacolo ha pagato un prezzo altissimo”.

**Quindi non vedeva l'ora che arrivassero i vaccini per combattere questo virus tremendo?**

**“Abbiamo pregato che arrivasse il vaccino. È stata una liberazione. Voglio ringraziare i ricercatori che hanno lavorato giorno e notte per arrivare a un vaccino in tempi brevi”.**

**Ha avuto reazioni alle dosi che ha ricevuto del vaccino?**

“Sono stata benissimo, nessuna reazione. Sono contenta e sollevata di essermi potuta vaccinare. Ed è molto bello che io mi sia vaccinata assieme alla polizia di Stato, mi

sono sentita protetta dagli agenti, angeli custodi, e dalla Croce Rossa Italiana, simbolo di solidarietà, di amore, di pace. La Croce Rossa è una grande istituzione fondata dall'Italia. Un nostro orgoglio. Mi sono sentita doppiamente protetta”.

**Consiglia il vaccino?**

“Invito tutti a vaccinarsi, solo così si potrà recuperare una vita normale, anche quello che sembrava una banalità ora è diventato un sogno. Mi auguro che questa drammatica esperienza, con tutte le persone che non ce l'hanno fatta, ci insegnino a essere più prudenti e capaci di apprezzare le cose più semplici della vita che poi quando ci mancano scopriamo che sono il sale della vita, come un abbraccio”.

# IL MIO RICORDO DELLA PARATA DEL 2 GIUGNO DI QUALCHE ANNO FA

#ILCUOREAMILLE

di Giancarlo Filligo

Volontario Comitato Municipi 13-14 di Roma

“Ma, hai sentito?”

“Sentito che?”

“Te lo dico in breve: c'è da partecipare, in rappresentanza della Croce Rossa Italiana, alla parata del 2 giugno per la festa della Repubblica”

“E che cosa bisogna fare?”

“La prossima settimana c'è da cominciare a fare le prove nel parcheggio di Ponte di Nona, nella zona Est di Roma. Dobbiamo imparare a muoverci tutti insieme, in maniera coordinata, al passo, fare il saluto al Presidente della Repubblica. Ma tu l'hai fatto il militare? Hai mai marciato?”

“Sì che l'ho fatto”

“Beh, allora non ci sono problemi. Ci vediamo lunedì”

E così mi sono ritrovato con i miei colleghi di CRI, molti dei quali sconosciuti, a fare le prove della parata e a conoscere i nostri addestratori.

Abbiamo camminato per ore, instancabilmente, per giorni, per settimane, fino alle prove all'Aeroporto di Guidonia che sono una sorta di happening di socializzazione tra tutti i partecipanti alla parata appartenenti alle varie formazioni dell'Esercito, della Polizia, dell'Arma dei Carabinieri, della Guardia di Finanza, della



Polizia Penitenziaria, dei Vigili Urbani, dei Vigili del Fuoco, dei volontari del servizio civile, delle Infermiere Volontarie e dei volontari della CRI. **Infine, dopo una prova notturna partendo dalle Terme di Caracalla, passando per il Circo Massimo, il Colosseo e poi ancora i Fori Imperiali fino a Piazza Vene-**

**zia, è arrivato il 2 giugno, la Festa della Repubblica. L'emozione di arrivare tra due ali di folla con l'uniforme CRI è stata indescrivibile e confesso di non essere riuscito a controllare la commozione, due grossi goccioloni sono scesi lungo le guance mentre il cuore andava a mille.**

# ROSE SOLIDALI PER LA FESTA DELLA MAMMA

#INTERFLORAPERCRIROMA

di **Emilio Sturla Furno'**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Delle rose bianche e rosse le ha volute consegnare personalmente Luca Gerini, CEO di Interflora Italia, al Presidente Debora Diodati in occasione dell'incontro presso il Comitato CRI Area Metropolitana di Roma Capitale. Un bouquet simbolico con i colori della Croce Rossa per fare gli auguri alle mamme della Casa Comunità "Penelope", il luogo dove fino a quindici persone posso essere ospitate e accompagnate nel percorso di inclusione e autonomia da un'equipe di operatrici e volontarie, dove possono stare al sicuro e dove potersi riconoscere dentro nuovi e positivi valori e realizzare un nuovo progetto di sé.

"Le mamme sono tutte uguali e non devono sentirsi sole" – ha affermato Luca Gerini - "Tristemente in aumento le storie di mamme che subiscono violenza, donne vittime di una piaga sociale, peggiorata dall' emergenza Covid-19. I fiori sono da sempre



messaggeri di sentimenti: ecco perché noi di Interflora Italia abbiamo voluto affidare ai nostri fiori gli auguri al gruppo di mamme ospiti della comunità".

**Non solo rose, ma anche orten-**

**sie, begonie, camelie sono state consegnate presso la struttura di CRI Roma, da poter piantare e vedere crescere negli spazi adiacenti alla casa. Fiori e piante per fare gli auguri alle mamme ospiti della comunità Casa Penelope di Roma e a quelle mamme operatrici e volontarie che operano all'interno della comunità.** "Un piccolo abbraccio a distanza attraverso i fiori in un periodo estremamente difficile, in cui esprimere affetto e calore si può fare solo a distanza. Grazie alla disponibilità della Presidente di Croce Rossa Roma, Debora Diodati, vogliamo offrire un piccolo contributo per donare un sorriso in occasione di una Festa della Mamma che non lasci fuori nessuno", ha detto Gerini.



# LA MUSICA CHE CURA L'ANIMA. SANTA CECILIA PER LA CROCE ROSSA

#ORCHESTRADELLACCADEMIANAZIONALEDISANTACECILIA

di **Patrizia Ciava**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Il 26 aprile scorso si è tenuto un Concerto dell'Accademia Nazionale di Santa Cecilia per la Croce Rossa Italiana all'Auditorium Parco della Musica di Roma.

“Grazie di cuore per quello che avete fatto, che fate e che farete” con queste parole il maestro Antonio Pappano, direttore dell'Orchestra dell'Accademia Nazionale di Santa Cecilia, ha introdotto il concerto dedicato ai volontari della Croce Rossa Italiana che segnava la ripresa dei concerti in presenza all'Auditorium Parco della Musica.

E mentre gli spettatori in piedi rivolgevano un caloroso applauso all'orchestra, tutti i musicisti si sono a loro volta alzati per applaudire i volontari in uniforme che formavano il pubblico in sala.

Questo straordinario gesto di condivisione e di reciproco riconoscimento ha unito in un abbraccio simbolico chi fa dono della propria arte per regalare gioia e chi fa dono del proprio tempo per alleviare le sofferenze altrui, creando da subito un clima di intensa commozione e compartecipazione.

**“Abbiamo pensato di dedicare il primo concerto dal vivo a chi se lo merita di più» ha tenuto a precisare il Presidente-Sovrintendente dell'Accademia Nazionale di Santa Cecilia, Michele dall'Ongaro, auspicando che questa pandemia**



***possa rappresentare l'occasione per ridisegnare una nuova società più generosa e solidale, in cui il dono diventa fattore costitutivo del vivere comune, in grado di generare speranza e creare nuove modalità per rapportarsi agli altri, ispirandosi all'esempio delle donne e degli uomini di Croce Rossa che con abnegazione donano sé stessi, le loro energie e le loro risorse per migliorare le condizioni di chi soffre”.***

Il presidente della Croce Rossa Italiana, Francesco Rocca, ha a sua volta elogiato la dedizione dei volontari ricordando che “fin dall' inizio della pandemia non si sono risparmiati, impegnandosi a 360 gradi non solo nei

servizi sanitari ma anche negli interventi di carattere sociale”. Dopo tanti mesi faticosi, in cui la speranza si è spesso alternata alla stanchezza e al senso di frustrazione, anche i volontari avevano “bisogno di essere coccolati”, ha aggiunto, e il miglior modo per regalare quei momenti di serenità di cui abbiamo tutti bisogno è attraverso l'impareggiabile potere della musica che “cura l'anima”.

“L'atmosfera elettrica dietro il palco è un feeling che mi mancava da un bel po' così come condividere le emozioni insieme. Finalmente questo giorno è arrivato” ha aggiunto il maestro Pappano ricordando, semmai ce ne fosse bisogno, l'importanza del contatto umano per sentirsi vivi, il ca-



lore della presenza che non può essere convogliato attraverso il freddo schermo di un computer.

Pur con il distanziamento e le mascherine, l'euforia di poter di nuovo assaporare un briciolo della vecchia normalità e dimenticare la tensione degli ultimi mesi era palpabile.

Poi la musica si è resa protagonista, avvolgendo la sala in un'atmosfera eterea, in grado di trasportare oltre i confini del tempo e dello spazio.

La mirabile direzione ed esecuzione della Sinfonia n.6 "Patetica" di Cajkovskij ha fatto rivivere l'inquietudine e l'angoscia che hanno caratterizzato l'ultimo periodo di vita del compositore, alternate al suo desiderio di bellezza e di armonia, che si traducono in passaggi struggenti fino a provocare un involontario groppo alla gola, commuovendo fin quasi alle lacrime per poi risollevarsi in un impeto di esultanza e di gioia. Lo stesso auto-

re, in merito alla sua ultima sinfonia, disse: «in essa ho riposto tutta la mia anima».

E il mistero della magica comunione che la musica riesce a creare tra chi la compone, chi la esegue e chi l'ascolta, come fossero tutti legati da un filo invisibile che fa dialogare le loro anime, si è compiuto ancora una volta.

Il concerto, che includeva anche la Sinfonia 1 di Carl Philipp Emanuel Bach, si è concluso in uno scroscio di applausi e standing ovation più che meritati, che hanno costretto il maestro Pappano a tornare tre volte sul palco per ricevere la calorosa acclamazione del pubblico.

E mentre i musicisti lasciavano a malincuore la scena e l'eco delle note sembrava riecheggiare ancora tra le mura dell'anfiteatro, il parterre si è animato con i colori vivaci delle uniformi dei volontari di Croce Rossa, rosse per i soccorritori e gli operatori sanitari e sociali, blu per il corpo delle infermiere e caki per il corpo militare, ricordando l'unicità di quell'evento che rimarrà a lungo nella memoria e nel cuore di tutti.



# L'IMPORTANZA DI DONARE IL SANGUE

*Intervista al Responsabile Area Donazione Sangue Comitato CRI AMRC,  
Maria Rosa Solinas*

**#GIORNATAINTERNAZIONALEDELDONATORE**

**di Giovanna D'Errico**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Il 14 giugno 2021 è stata la Giornata Internazionale del Donatore di Sangue, quale migliore occasione per intervistare S.lla Maria Rosa Solinas.

***È entrata in Croce Rossa direttamente come IIVV? Le motivazioni che l'hanno spinta ad entrare sono le stesse che avverte dentro di lei ancora adesso?***

Durante il mio percorso lavorativo ho sempre avuto il desiderio di entrare in questa grande Associazione, fin dal 1980 quando sono diventata infermiera professionale. Il percorso non è stato semplice e solo nel 2000 ho coronato il mio sogno di entrare a far parte del corpo delle Infermiere Volontarie di Croce Rossa. La possibilità di poter aiutare le persone in difficoltà è ancora oggi il motivo che mi spinge a svolgere la mia attività di volontariato in tutte le sue sfaccettature.

***Prima di dedicarsi all'Area Sangue di cosa si occupava? Quali erano i servizi che preferiva?***

Quando sono diventata IIVV, l'Ispeatrice del Comitato Provinciale di Roma di allora, S.lla Marina Balbinot, avendo valutato le mie attitudini professionali, mi ha indirizzato verso i servizi sociali come ad esempio il Sasfid (assistenza alle persone senza dimora) dove affiancavo il medico nel camper sanitario itinerante nei vari punti di assistenza della città. Sicuramente l'esperienza che mi ha formato e trasmesso i principi cardine della Croce Rossa è stata la mia attività, che ancora svolgo saltuariamente, presso l'ambulatorio di Villa Maraini e i corsi di formazione e prevenzione svolti in questa struttura riferiti ad AIDS ed epatite C. Inoltre per 5 anni, con grande soddisfazione, ho fatto attività nel settore emergenza, sono infatti coordinatore di attività in emergenza-CLE.

***Lei è un'infermiera professionale trasfusionista da***



***quanto tempo si occupi della raccolta sangue?***

Nel 2004 arrivo all'Area Donazione Sangue e per poter svolgere queste attività ho dovuto fare "la gavetta" nei centri trasfusionali accreditati alla nostra Associazione, in particolare la mia crescita in questo campo l'ho svolta con il centro trasfusionale dell'ospedale San Filippo Neri, dove ho conosciuto tanti professionisti che mi hanno arricchito professionalmente e umanamente. Ma ancor prima di diventare la referente di Area Sangue la mia priorità è sempre stata quella di sensibilizzare le persone alla donazione



vista la continua carenza di sangue nella nostra città.

***Da sempre per la Croce Rossa la donazione del sangue è importante, tanto è vero che anni fa avevamo una componente specifica di volontari donatori di sangue. Ci può spiegare come si svolge il servizio di raccolta del sangue?***

Nel 2014 mi è stato chiesto di assumere l'incarico di referente dell'Area Donazione Sangue del Comitato AMRC: ho affiancato i due ragazzi che ci lavorano e che mi hanno insegnato in particolare come rapportarmi con i primari, con i medici e gli infermieri dei centri trasfusionali. I servizi che programmavamo insieme avevano come fine quello di mantenere stabili le quantità di sangue per coprire le esigenze ordinarie e straordinarie di ogni singolo centro trasfusionale. **Altro elemento fondamentale della nostra attività di CRI è quella della sensibilizzazione nella donazione sangue. Le nostre attività ad oggi sono su tutto il territorio di Roma e della provincia di Roma: la promozione, divulgazione e l'educazione sanitaria nelle scuole, nelle università, nelle industrie sono fondamentali per raggiungere il nostro obiettivo. Noi volontari presenziamo nei vari centri trasfusionali dando sostegno ai nostri donatori.**

***Nel nostro Comitato abbiamo una unità autonoma di raccolta sangue, una sala per la raccolta del sangue***

***e le autoemoteca. Quanto lavoro c'è stato in questi anni per raggiungere questi obiettivi?*** Nel nostro Comitato dal 2017 è presente un'unità di raccolta autonoma, affiancata da ben cinque autoemoteche. Siamo partiti in sordina e anno dopo anno, anche in questo periodo di pandemia, siamo arrivati a numeri importanti e abbiamo potuto raggiungere gli obiettivi che ci siamo prefissati.

***Ci racconta le sue emozioni nella giornata della donazione sangue che si è svolta il 12 giugno scorso a Roma?***

Quest'anno la giornata mondiale della donazione si è svolta in Italia: la Croce Rossa, nella persona del Dott. Paolo Monorchio, Delegato Nazionale, sostenuto e da tutti i delegati e referenti, ha potuto dare un grande input a tutti i volontari per la divulgazione della cultura della donazione volontaria del sangue. A Roma abbiamo organizzato la giornata nell'area dell'ex Mattatoio alla presenza dei vertici nazionali dal Presidente Francesco Rocca che è venuto a salutarci insieme con la nostra Presidente Debora Diodati e con la grande partecipazione dei cittadini e dei volontari. Si è conclusa lunedì 14 giugno 2021 all'Auditorium Parco della Musica con un concerto per tutti i volontari di tutte le associazioni che si occupano di donazione e il Colosseo è stato illuminato di rosso in onore, appunto, di tutti i donatori di sangue.

# IL DAE QUESTO SCONOSCIUTO

#DEFIBRILLAZIONEPRECOCE

di Nicola Serafino

Volontario Comitato di Santa Severa – Santa Marinella

In questo articolo cercherò di dare qualche informazione più specifica e tecnica a tutte quelle persone che sistematicamente, prima, durante e dopo un corso blsd, mi pongono le seguenti domande: “Ma a quanti Volt corrispondono 200 Joule?” oppure: “Ma sui lattanti si usa il DAE?” e anche: “Ma è veramente pericoloso toccare il paziente mentre il DAE eroga la scarica?” o ancora: “Ma in ambulanza si può usare senza problemi?” Andiamo quindi a scoprirlo.

L'arresto cardiaco è la cessazione dell'attività meccanica cardiaca confermata dall'assenza di polso palpabile, di responsività e dalla presenza di apnea o respiro agonico. L'arresto cardiaco può presentarsi con due tipologie di ritmi: defibrillabile e non defibrillabile a seconda della possibilità di essere interrotto mediante defibrillazione elettrica. I ritmi defibrillabili sono rappresentati dalla Fibrillazione Ventricolare (FV) e dalla Tachicardia Ventricolare (TV) senza polso. I defibrillatori servono per polarizzare istantaneamente una “massa critica di fibre cardiache”, in questo modo è possibile ottenere il ripristino di un'attività elettrica sincronizzata. Le percentuali di successo della defibrillazione aumentano quando l'intervento sul paziente avviene entro i primi minuti.

In Italia, i defibrillatori utilizzabili da chi non è medico, sono semiautomatici e NON automatici, garantendo un ulteriore livello di sicurezza al momento dell'erogazione da parte dell'operatore. Inoltre, l'attuale legislazione, sancisce chiaramente come la diagnosi e l'indica-



zione dello Shock non sono compito del soccorritore ma della macchina (Decreto 18 marzo 2011), per cui, anche nella teorica possibilità che la macchina sbagli a consigliare lo Shock, all'operatore che erogasse lo Shock non potrebbe mai essere attribuita nessuna responsabilità a riguardo, che eventualmente ricadrebbe sul costruttore.

**Le prime esperienze di defibrillazione le fecero i Russi nel 1952 utilizzando corrente alternata di rete per correggere turbe del ritmo cardiaco, ma il primo che si occupò della defibrillazione elettrica moderna fu l'americano Paul Maurice Zoll, nel 1953, egli dimostrò che entro i primi minuti, un cuore in arresto, se opportunamente stimolato con una corrente elettrica, può riprendere la sua attività. In seguito egli si occupò della costruzione dei primi defibrillatori. Erano costruiti in modo sem-**

**plice perché utilizzavano una corrente continua da un pacco batterie o da un trasformatore, avevano un regolatore di tensione e un condensatore le cui armature erano gli elettrodi entro i quali doveva trovarsi il cuore al momento della scarica. La seconda generazione fu quella dei defibrillatori semiautomatici, che consentivano a laici di eseguire una defibrillazione in quanto la macchina era in grado di stabilire se il ritmo era defibrillabile, esonerando l'operatore dal fare una diagnosi. Oggi i nuovi defibrillatori bifasici hanno tempi di ricarica di circa 4 secondi e tempi di scarica da 5 a 10 msec con un'energia di lavoro standard a 150J ed il tempo di scarica fermato quando un processore rileva l'avvenuta efficacia, riducendo ulteriormente i danni collaterali relativi all'effetto Joule sulle cellule colpite.**

I defibrillatori emettono un impulso elettrico di elevata intensità (2000 /4000 volt) e breve durata (4/20 millisecondi) attraverso il torace del paziente verso il cuore, in modo da restaurare il normale ritmo cardiaco in pazienti in fibrillazione ventricolare o in tachicardia ventricolare senza polso.

In un arresto cardiaco, dovuto a fibrillazione ventricolare o a tachicardia ventricolare senza polso, al momento della scarica, la corrente che riesce a colpire il cuore non supera il 4% del totale, tutto il resto si disperde ramificandosi in altri tessuti, l'effetto che si ottiene è una simultanea depolarizzazione di tutte le fibre del miocardio. E' importante notare che, sebbene solitamente venga impostata l'energia in Joule, in realtà è la corrente risultante che defibrilla od esegue la cardioversione.

Usando energie nell'ordine di 360J, la corrente erogata da un defibrillatore monofasico può superare i 60 Ampere, è importante sapere che un'alta energia nella defibrillazione può causare un'importante disfunzione miocardica dopo lo shock.

Un DAE bifasico ZOLL a 200J carica il condensatore alla massima tensione di 2.700V scaricando in circa 10ms con una corrente erogata di circa 25A. Le scariche elettriche superiori a 10-12ms riducono effettivamente l'efficacia e possono aumentare il rischio di disfunzione miocardica. Il livello ottimale di energia per la defibrillazione è quello che ottiene il minor danno miocardico possibile. Anche la scelta di un appropriato livello di energia riduce il numero di shock ripetuti, limitando ulteriormente il danno miocardico. I livelli ottimali di energia per la defibrillazione sono sconosciuti.

Quando l'impedenza del paziente è alta, una serie di resistori abbassano la resistenza del defibrillatore per mantenere costante l'intensità di corrente. Viceversa, quando l'impedenza del paziente è bassa, la resistenza del defibrillatore viene aumentata. Le impostazioni di defibrillazione sono



misurate in energia J- Joule (non in corrente A- Ampere). L'energia è in realtà il prodotto di tre variabili:

Energia (J) = Voltaggio (Volt) x Corrente (Ampere) x Tempo (Sec).

Se paragoniamo l'elettricità all'acqua possiamo dire che il termine Tensione (Volt), è analogo a pressione, come quella creata in un serbatoio di acqua, il termine Corrente (Ampere) è analogo al fluire dell'acqua.

L'impostazione di energia in un defibrillatore corrisponde alla quantità di tensione (Volt) che viene applicata al condensatore all'interno del dispositivo, tale correlazione non è la stessa per ogni dispositivo: Un produttore può attribuire 1.500 volt ad un'impostazione di 200J, mentre un altro può

attribuire 2.200 volt alla stessa impostazione.

La quantità di corrente erogata al cuore è una funzione di due fattori: l'intensità di tensione utilizzata per una determinata impostazione del livello di energia su un particolare dispositivo e l'impedenza del paziente. Quantità di energia troppo alte tendono a convertire la FV in asistolia mentre troppo basse lasciano il cuore in FV.

Il successo di una defibrillazione, per quanto sofisticati i nuovi DAE, resta legata al tempo d'intervento, alla possibilità di trovare un cuore non in acidosi metabolica, non in ipossia e che ancora resiste una certa scorta di molecole di ATP senza le quali le teste dei miofilamenti di miosina non

agganceranno l'actina con impossibilità alla contrazione muscolare.

L'IMPEDENZA TORACICA è la resistenza che si interpone al passaggio della corrente; tra i fattori che la determinano vi sono:

- › la grandezza degli elettrodi,
- › il materiale di interfaccia elettrodi-cute,
- › il numero e l'intervallo di tempo di precedenti shock,
- › la distanza tra gli elettrodi (dimensioni del torace),
- › la pressione di contatto elettrodi-cute.

L'impedenza transtoracica nell'uomo è stata misurata tra 15 e 150 ohm, con una media nell'adulto di 70-80 ohm.

Se l'impedenza transtoracica è elevata, uno shock a bassa energia può non ottenere la defibrillazione e quindi non essere efficace.

La risposta della muscolatura scheletrica allo shock può essere attenuata:

- › dalla sedazione,
- › dall'anestesia,
- › da overdose di farmaci,

- › dalle condizioni generali,
- › dalla massa muscolare del paziente,
- › dalla temperatura corporea,
- › e dal tempo trascorso in assenza di circolazione spontanea.

Non ci si deve quindi attendere sempre l'improvviso "salto" del paziente: a volte la scarica, pur efficace, può non essere accompagnata da tali segni esterni.

L'alimentazione di funzionamento all'interno del DAE è a bassa tensione, a corrente continua; nel caso di alimentazione a rete, un trasformatore raddrizzatore provvede a ridurre il voltaggio ed a raddrizzare la corrente portandola da 220 V-50Hz a 10-16 Volt in continua.

All'interno del defibrillatore possiamo distinguere 2 tipi di circuito:

1. Circuito a bassa tensione (10-16 V): quello che interessa tutti i controlli (pulsanti, regolatori ecc.), il monitor ECG, la scheda, ed il circuito a valle del condensatore;
2. Circuito ad alta tensione: il circuito di carica e scarica dell'energia di defibrillazione;

Questa energia, che viene accumulata dal condensatore, può raggiun-

gere voltaggi dell'ordine di 5000V. Altri componenti importanti di un defibrillatore sono:

- › La resistenza interna, dove viene scaricata l'energia già accumulata dal condensatore, nel caso in cui l'operatore decida di non erogarla al paziente;
- › Il relè di scarica: in condizioni di riposo chiude il circuito elettrodi-monitor ECG, consentendo il rilevamento del tracciato elettrocardiografico del paziente dagli elettrodi per defibrillazione, quando viene premuto il pulsante di scarica, il relè chiude invece il circuito elettrodi-condensatore, permettendo quindi l'erogazione dello shock al paziente, in questo brevissimo periodo viene escluso il circuito a bassa tensione.

L'efficacia dello shock elettrico dipende da:

1. La soglia di defibrillazione, cioè "la disponibilità del miocardio" a lasciarsi defibrillare;
2. Dall'energia elettrica erogata, cioè l'energia che si libera tra due elettrodi e che viene misurata in Joule.

ALTRE VARIABILI:

- la durata della FV,





- lo stato patologico del miocardio,
- la temperatura corporea
- l'eventuale presenza di farmaci in circolo;

Nell'adulto la scarica è di 150/200j, nel bambino 50/75j; In età pediatrica (0/1 anno) si applica il criterio di selezione del livello di energia in base al peso: 2-4 J/kg. La FV primaria si verifica nel 4-19% degli arresti cardio-respiratori nei bambini.

L'incidenza della FV e della TV senza polso aumenta con l'aumentare dell'età. Scegliere le piastre della misura più grande a disposizione, in modo da ottenere un buon contatto con la parete toracica. La misura ideale non è definita, ma le misure raccomandate, comunque sono:

- › 4,5 cm di diametro per i lattanti e i bambini di < di 10 kg.
- › 8 – 12 cm di diametro per i bambini oltre i 10 kg. > 1 anno;

Più sono grandi gli elettrodi tanto minore sarà l'impedenza, attenzione a farli aderire bene alla cute. Un inadeguato contatto con la superficie toracica può provocare il passaggio di gran parte della corrente attraverso vie di conduzione "extracardiache".

Nell'adulto la grandezza va da 8,5 a

12 cm di diametro, il successo della defibrillazione può essere maggiore se si ricorre a piastre da 12 cm.

Nessuno studio sull'uomo ha stabilito se la posizione degli elettrodi sia determinante per il ROSC o per la sopravvivenza dall'arresto cardiaco in FV/TV senza polso. Applicare gli elettrodi (piastre manuali o placche autoadesive) nella posizione convenzionale sterno-apicale, l'elettrodo destro (sternale) deve essere posto alla destra dello sterno, sotto la clavicola, l'elettrodo apicale deve essere sistemato sulla linea ascellare media, accanto al capezzolo sinistro, 7/8 cm al di sotto dell'ascella, questo elettrodo non deve essere a contatto con il tessuto mammario ed è importante che sia posizionato abbastanza lateralmente.

Unica raccomandazione per la distanza tra gli elettrodi è che non si tocchino.

ANTERO – POSTERIORE: un elettrodo anteriormente, in corrispondenza dell'area precordiale sinistra, e l'altro posteriormente al cuore, subito sotto la scapola sinistra.

Nei pazienti portatori di pace-maker permanenti gli elettrodi non devono

essergli posti vicino per non produrre malfunzionamenti temporanei o permanenti. Le piastre devono essere poste alla distanza di circa 8 cm dal pace-maker, non bisogna mai rinunciare alla defibrillazione nei pazienti portatori di pace-maker. Per quanto concerne i lattanti (fino ad un anno di età), le linee guida ERC 2015 citavano testualmente: "l'esperienza con l'uso del DAE (preferibilmente dotato di riduttore di energia) nei bambini di età inferiore ad 1 anno è limitata; il suo uso è accettabile se nessun'altra opzione è disponibile", mentre le nuove linee guida ERC 2021 dicono: "Le linee guida pediatriche dell'ERC si applicano a tutti i pazienti pediatrici, siano essi neonati, lattanti, bambini, da 0 a 18 anni. Non si applicano per la rianimazione del neonato in sala parto, per cui esiste un capitolo specifico".

#### RISCHI DURANTE LA DEFIBRILLAZIONE

Molti studi sui programmi di accesso pubblico alla defibrillazione mostrano che i DAE possono essere usati in maniera sicura sia da personale laico che dai primi soccorritori. Una revisio-

ne sistematica ha identificato otto studi che riportavano un totale di 29 eventi avversi associati alla defibrillazione.

Le cause comprendevano un utilizzo sbagliato accidentale intenzionale del defibrillatore, un malfunzionamento dello strumento e scariche accidentali durante l'addestramento o le procedure di manutenzione. Non sono riportati casi di danni ai soccorritori dalla defibrillazione in ambienti umidi. Sebbene le lesioni ai soccorritori a causa di shock erogati dai defibrillatori siano estremamente rare, è stato dimostrato che i guanti chirurgici standard non forniscono una protezione adeguata. I soccorritori, quindi, non dovrebbero proseguire le compressioni toraciche manuali durante l'erogazione dello shock e le vittime non dovrebbero essere toccate mentre un ICD sta scaricando.

Quattro casi singoli hanno descritto scariche erogate ai soccorritori da defibrillatori cardiaci impiantabili (ICDs), in uno dei quali si è avuto un danno nervoso periferico. La scarica di un ICD (defibrillatore impiantato), che è di 40J, può causare contrazione pettorale. Gli algoritmi diagnostici dei moderni software montati sui DAE di ultima generazione non vengono trattati in inganno dalle interferenze causate dagli ICD.

I DAE sono dotati di un microprocessore che analizza le caratteristiche dell'ECG: ampiezza, frequenza, ecc.. Una serie di filtri controlla le possibili interferenze durante la registrazione provenienti da:

- › Trasmissioni radio;
- › Onde elettromagnetiche;
- › Artefatti tipo elettrodi male adesivi;
- › Alcuni DAE riescono a riconoscere i movimenti attivi o passivi del paziente.

**Un consiglio che mi sento di dare, per garantirci l'acquisto del DAE adeguato alle nostre esigenze ed al giusto prezzo, è quello di acquistare un defibrillatore solo da Aziende specializzate nel settore, le quali ci sapranno fornire il DAE adatto all'ambiente in cui andre-**

**mo a collocarlo (ad esempio se lo dobbiamo usare al mare, nelle piscine, sulle imbarcazioni, ecc. dovrà avere un indice IP - Marchio Internazionale di Protezione – adeguato), conforme all'utilizzo che andremo a farne nell'ambiente in cui lo collegheremo (ambiente con presenza di bambini, palestra, campeggio, stazione sciistica, fabbrica, ecc.), se è consigliato far collocare una colonnina o una teca allarmata e/o collegata con una Sala Operativa, in caso di estrazione del DAE dalla sua posizione, in modo da far allertare immediatamente i soccorsi. Ultima cosa non da poco conto, l'acquisto presso un Azienda certificata ci garantirà non solo la sicurezza della validità dell'apparecchio, ma anche una pronta risposta per qualsiasi quesito/anomalia e quindi una manutenzione adeguata ed un pronto reperimento di ricambi, quali ad esempio la batteria e le piastre adesive.**

#### USO DEL DAE IN AUTOAMBULANZA O IN UN AMBIENTE CONFINATO:

Durante e dopo una rianimazione si fa un importante uso dell'ossigeno e in un ambiente confinato come quello dell'ambulanza si può arrivare ad avere alte concentrazioni di ossigeno. La normale concentrazione di ossigeno nell'aria ambiente è di circa il 21% (a temperatura ambiente e a livello del mare), a concentrazioni superiori al 23% in aria, la situazione diventa potenzialmente molto pericolosa. Se l'atmosfera è arricchita con ossigeno puro, basta una scintilla per appiccare il fuoco agli indumenti. In ambiente confinato e ricco di ossigeno sono stati segnalati numerosi incendi con l'uso di piastre mal applicate di defibrillatori manuali; nessun caso è stato segnalato con l'uso di piastre adesive di un DAE quando la fonte di ossigeno era distante almeno un metro dal punto di scarica (ma non sappiamo se l'ambiente a cui si riferiscono gli studi erano confinati o all'aperto). Fare inoltre attenzione ai pazienti con torace peloso poiché si determina uno

scarso contatto tra elettrodi e cute con formazione di aria al di sotto degli elettrodi, ciò aumenta l'impedenza, riduce l'efficacia della defibrillazione e produce archi elettrici (scintille) tra elettrodi e/o tra elettrodi e cute.

Per concludere, citiamo le Linee Guida ERC 2021 che enfatizzano il ruolo della comunità nella prevenzione delle morti da arresto cardiaco extra-ospedaliero. Vengono trattati diversi argomenti: la catena della sopravvivenza, la misurazione della qualità della rianimazione cardiopolmonare, l'uso dei social media e delle applicazioni per smartphone per coinvolgere la comunità, la campagna "World Restart a Heart", la campagna "KIDS SAVE LIVES", i sistemi di allertamento rapido, il ruolo della centrale operativa e dei centri specializzati nel trattamento dell'arresto cardiaco. L'obiettivo dei sistemi sanitari deve essere quello di coinvolgere l'intera comunità in modo che ogni cittadino, compresi i bambini, sappia cosa fare in caso di arresto cardiaco. I sistemi sanitari dovrebbero promuovere iniziative di formazione alla RCP per tutta la popolazione. La formazione RCP dei bambini e dei ragazzi in età scolare nella rianimazione cardiopolmonare dovrebbe essere obbligatoria per legge in tutta Europa e non solo. Si raccomanda di usare la tecnologia per smartphone per poter coinvolgere i cosiddetti First Responder (laici addestrati e non, vigili del fuoco, agenti di polizia e operatori sanitari fuori servizio) che si trovano nelle vicinanze di un sospetto arresto cardiocircolatorio extra-ospedaliero.

**La defibrillazione precoce, che avviene entro 3/5 minuti dal collasso della vittima, può far sopravvivere dal 50 al 70% delle vittime (50/60.000 persone muoiono per MCI in Italia ogni anno) che abbiano un arresto associato ad un ritmo defibrillabile. Il sistema sanitario Italiano, in conformità alla media Europea, garantisce un'autoambulanza entro 6/8 minuti dalla chiamata di emergenza... Salvare più vite è possibile solo se davanti ad un arresto cardiaco si interviene in modo rapido ed efficace.**

# VACCINARSI PER CONTINUARE A COMBATTERE

#SORRIDEREALMONDO

di **Pietro Imbimbo**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale



È il primo giorno di primavera ma il vento freddo è implacabile in questo turno 14/20. Sono di servizio fuori, insieme a un altro collega, il nostro compito è controllare se le persone in fila si siano prenotate. Ho in mano una cartellina e una penna, le liste sono composte da molte pagine e i nomi sono migliaia, ma ordinati alfabeticamente. Insomma un compito semplice, se non fosse per il freddo che sembra galleggiare a mezz'aria nell'area lunga sosta. Oltre ai guanti indosso il nostro berretto di lana rosso, e sotto il giaccone ho messo il piumino che uso anche quando faccio servizio allo stadio. Dopo mezz'ora sotto al cappello infilo lo scaldacollo, ma ci vorrebbero un po' di capelli forse, dico scherzando a Pier Paolo, che di fronte a me spunta i nomi e intanto si prodiga anche in mille informazioni.

Nel tardo pomeriggio le persone che si presentano all'ingresso sono ormai poche, provo per riscaldarmi a saltellare un po' sul posto, mentre una nuvoletta bianca mi esce dalla bocca ad ogni parola che pronuncio, finché a un certo punto si apre la porta e si affaccia una collega, che mi fa cenno di avvicinarmi. Mi dice di entrare e sostituirla nel suo compito, che è quello di controllare la temperatura.

***A quello che considero un colpo di fortuna si aggiunge la sorpresa di vedere che la ragazza, che si chiama Diana, prende la mia cartellina e si va a posizionare fuori, al mio posto insomma. Ecco, credevo di poterla aiutare a fare una pausa, invece è lei che ha deciso di assistere***

***me. In altri tempi sarei rimasto interdetto, diciamo la verità, avrebbe prevalso l'orgoglio dell'uomo, adesso invece sono lì che tremo dal freddo, penso a quanti anni ho io e a quanti meno di me ne ha lei, ma soprattutto guardo la sua uniforme, e capisco che in qualche modo mi sta soccorrendo, sta facendo quello che ci hanno insegnato a fare, aiutare gli altri se li vediamo in difficoltà.***

Sì mi sento più vecchio, in questo strano primo giorno di primavera, ma non oppongo resistenza, so che devo passare la mano, lasciar fare a chi può dare di più, adesso.

Primo giugno, Centro Vaccinale del Campus biomedico. Sono tutti efficienti e cortesi, qui, ma non ci sono le nostre uniformi e il nostro emblema, e così mi sento solo, nel vivere questo momento che resterà giocoforza nei miei ricordi, oggi è il giorno del vaccino anche per me.

Sono arrivato dieci minuti prima, mi sono messo in fila e poi alle otto in punto è uscito un uomo e ha iniziato a chiamare i nomi dalla lista, quando ha pronunciato il mio mi sono fatto avanti. Una volta entrato, dopo essermi fatto prendere la temperatura, ho compilato i moduli, poi mi sono seduto davanti al medico per l'anamnesi, ho atteso di essere chiamato alle inoculazioni, infine, nella saletta dell'osservazione, ho guardato gli altri, seduti con i cerotti sulle braccia e i telefonini in mano, e sto aspettando che passi il quarto d'ora previsto. No, oggi non sono una goccia nell'onda dal movimento instancabile del volontariato, questa mattina sono dall'altra parte, sono io che ho ringraziato i sanitari e il personale, un po' spaesato nel muovermi tra camici bianchi e verdi senza la mia uniforme, anche se la CRI l'ho portata lo stesso con me, scritta su un fianco della maglietta nera che ho comprato qualche anno fa nel reparto merchandising, i prodotti marchiati Croce Rossa da usare per i momenti informali.

La guardo ora quella scritta bianca sul mio fianco destro, mentre controllo il cerotto applicato sul mio deltoide. E sorrido. Oggi c'è il sole e fa caldo, e io mi sento di nuovo pronto a fare la mia parte. E sorrido, appunto, sorrido al mondo, al sole, allo spirito umano che non si arrende mai, che anche questa volta ha deciso di reagire, di lottare per la sopravvivenza, e per il futuro di chi verrà dopo. Vaccinarsi dopotutto non è che questo, continuare a combattere.

# “INSIEME SIAMO IL COMITATO DI MONTEROTONDO!”

*Intervista al Presidente del Comitato di Monterotondo, Fabiola Corbelli*

**#LUNIONEFALAFORZA**

**di Maria Zangari**

Volontario Comitato Municipio 15 di Roma

In questo viaggio tra i Comitati di Croce Rossa, incontro Fabiola Corbelli, neopresidente del Comitato di Monterotondo, una giovanissima realtà nata da una costola del Comitato di Morlupo. Qui si respira grande energia e operatività ma chiedo direttamente a lei di raccontarmi questa bellissima avventura nata durante il durissimo periodo della pandemia da Covid-19.

***Sei una volontaria CRI da 17 anni, il Comitato di Monterotondo è stato costituito nel settembre 2020 e tu adesso ne sei alla guida come Presidente, cosa ti ha spinto ad assumere un impegno più grande?***

Il progetto di creare a Monterotondo un Comitato della Croce Rossa Italiana e cercare di essere utili alla città e all'associazione stessa è stato un progetto corale, mio e di molti altri volontari che, come me ci hanno sempre creduto. Io ho sfruttato la mia esperienza per farmene portavoce e oggi, essere Presidente di questa neocostituita realtà mi rende orgogliosa, ma va riconosciuto che i veri artefici della realizzazione del sogno di avere un Comitato CRI anche a Monterotondo, sono tutti i volontari che si sono impegnati e si impegnano ogni giorno portando avanti un grande gioco di squadra.

***Per molti anni hai ricoperto il ruolo di Delegato Area 1 occupandoti di salute e diffusione della cultura della prevenzione, oggi quali sono i temi/le aree di attività cui tieni di più e che intendi sviluppare nel tuo Comitato?***

L'area Salute per me è sempre stata molto importante, ma credo che gli obiettivi dettagliati nella Strategia 2018-2030 siano importanti nella loro interezza, per questo in Comitato stiamo cercando di implementare attività in ogni settore. La pandemia da Covid-19 ha rallentato alcune attività ma, al contempo, ha reso necessario implementarne altre. Al nostro interno, abbiamo visto crescere e svilupparsi molto le attività legate alla Donazione e Promozio-



ne della Cultura del Sangue e su questo fronte abbiamo lavorato per cercare di fidelizzare i donatori, soprattutto nelle scuole dove, in parallelo, viene svolta la formazione ai giovani sull'importanza del gesto della donazione del sangue e sull'importanza di mantenere uno stile di vita sano e sicuro per poterlo compiere.

Analogamente, sono aumentate le raccolte e distribuzioni di beni di prima necessità. Abbiamo cercato di attivare raccolte diversificate, quindi non solo di viveri, ma anche di prodotti per l'igiene, libri da lettura e giocattoli perché crediamo che le persone vulnerabili debbano essere sostenute non soltanto con il cibo, ma che sia altresì importante prendersi cura della qualità della loro vita a 360 gradi, soprattutto nei nuclei familiari con presenza di bambini.

Svolgiamo, inoltre, servizio "Unità di Strada" nel quale abbiamo coinvolto i commercianti locali che donano in tutto o in parte i pasti che distribuiamo. Stiamo portando avanti progetti di formazione e sensibilizzazione nelle scuole e nelle piazze su varie tematiche, in particolare, ci



siamo concentrati sui temi legati al cambiamento climatico; stiamo potenziando il settore Emergenze, formando i volontari e cercando di aumentare pian piano le risorse logistiche del Comitato. Infine, stiamo curando la formazione interna dei nostri volontari con lo scopo di disporre sempre più di figure formate e professionali che possano lavorare sul territorio.

**Qual è il fiore all'occhiello del Comitato che presiedi? Le attività alle quali ci dedichiamo sono tante, organizzate bene e con grande spirito di sacrificio da parte dei volontari. Se dovessi scegliere, ti direi che senz'altro l'attività legata alla Donazione Sangue è la più collaudata. Tutti gli altri settori sono comunque in fase di forte crescita. Il nostro fiore all'occhiello è il gioco di squadra e l'abnegazione e la passione che tutti i volontari**

**mettono in ogni servizio svolto.**

**Ci stiamo lentamente lasciando alle spalle un brutto periodo, il tuo Comitato è stato costituito in piena pandemia da COVID-19, ci racconti come siete riusciti a rispondere all'emergenza sul vostro territorio? E quale è stata la risposta del Comune di Monterotondo alla nascita del Comitato?**

Non è stato semplice creare e gestire un nuovo Comitato in piena pandemia, inevitabilmente alcune situazioni ci hanno rallentato, ma altre ci hanno reso più forti e regalato delle opportunità che siamo riusciti a sfruttare. In questo periodo abbiamo portato avanti le attività legate al "Tempo della Gentilezza" dando continuità a quelle già in essere che svolgevamo con il Comitato di Morlupo, di cui originariamente facevamo parte.

L'Amministrazione Comunale di Monterotondo ha accolto positivamente la nascita del nuovo Comitato CRI e stiamo cercando con loro di creare un nuovo equilibrio, facendo rete. È mio desiderio lavorare in sinergia con le varie organizzazioni di volontariato già operanti sul territorio perché credo fermamente nella forza di uno sforzo comune e perché sono certa che le opportunità non sfruttate di lavorare insieme, si trasformino inevitabilmente in un minor servizio offerto ai cittadini.

Cittadini che, riconosco, hanno stima di noi e non mancano di dimostrarcelo.

In conclusione, questa chiacchierata mi offre l'opportunità di ringraziare il Vicepresidente, Giordano Ciccarelli, per l'incommensurabile aiuto che mi dà nella gestione del nuovo Comitato, i membri del Consiglio Direttivo, Fabrizio Lizambri, Lucia Marasco e Giulia Albani Rocchetti e tutti i Delegati e Referenti di Progetto.

Ma più di tutto, mi dà l'opportunità di ringraziare coloro che rendono possibile tutto questo, i volontari e dire loro: "Insieme, siamo il Comitato di Monterotondo"!



# LA RACCOLTA ALIMENTARE E LA PREPARAZIONE DEI PACCHI

#QUALCOSADIGRANDE

di **Giovanna Garone**

Volontario Comitato Municipio 15 di Roma

Tra i tanti servizi del nostro Comitato, voglio spendere qualche parola su queste due importanti attività di cui non si parla tanto perché talvolta si danno per sottintese e un po' scontate.

Certo lo sanno tutti che la Croce Rossa è impegnata nel sociale e distribuisce i pacchi alimentari alle famiglie in difficoltà, ma tutto il lavoro che c'è dietro spesso rimane un po' nell'ombra.

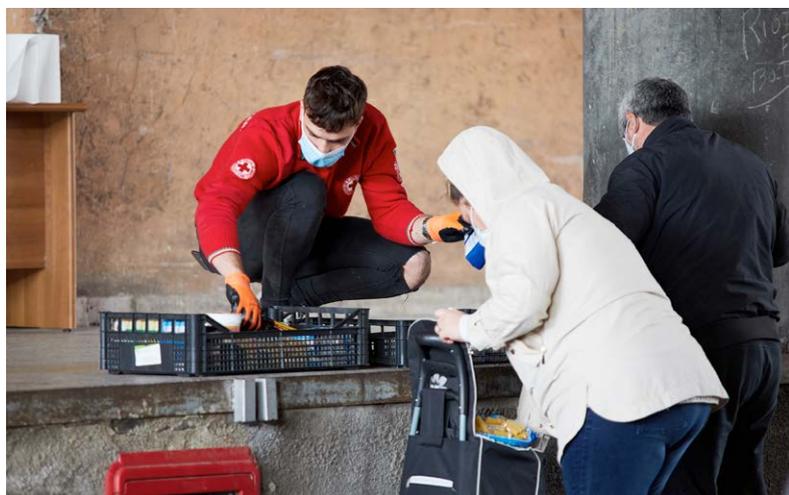
In genere si è molto motivati nel consegnare i pacchi perché si vede il sorriso e lo sguardo di gratitudine di chi lo riceve, mentre è meno gradevole ma ugualmente importante passare tante ore davanti ad un supermercato a fermare le persone per sensibilizzarle a lasciarci qualcosa quando fanno la spesa.

*La prima volta ho provato un po' di imbarazzo nel parlare alle persone, speravo che la nostra uniforme parlasse per noi e fossero gli altri a chiedere perché eravamo lì, ma quasi subito ho capito che la differenza tra un carrello lasciato vicino alle casse e la presenza di noi volontari è proprio la parola. Così mi sono fatta coraggio e ho cominciato a fermare le persone per raccontargli brevemente la nostra attività e chiedergli se potevano lasciarci qualcosa. Bisogna essere molto sintetici perché la gente va sempre di fretta e non ha voglia di ascoltare lunghi discorsi, inoltre siamo in un periodo in cui molti hanno davvero problemi economici, quindi concludevo sempre la richiesta con la frase "ci lasci quello che vuole e quello che può!"*

Presto i carrelli hanno cominciato a riempirsi, è stato bello vedere quanto la gente possa essere generosa nonostante il periodo difficile e come la Croce Rossa ispiri fiducia nella maggioranza delle persone.

Tornati in sede, il magazzino sembrava scoppiare dalla quantità di generi alimentari raccolti, ma quando qualche giorno dopo ho collaborato nella preparazione dei pacchi, ho constatato personalmente quanto le scorte facciano presto ad esaurirsi!

Avevamo una lista di 40 famiglie di cui alcune molto nume-



rose e anche se le derrate sembravano tante, erano appena sufficienti.

Preparare i pacchi non è un lavoro banale, va fatto con amore e attenzione a chi lo dovrà ricevere. A seconda della composizione della famiglia, (quanti adulti, bambini o neonati) si sceglie con cura cosa e quanto mettere di ogni prodotto, poi bisogna stare attenti ai prodotti in scadenza che vanno distribuiti subito per evitare sprechi. Bisogna fare pacchi piccoli in modo che non siano troppo pesanti, nel rispetto dei nostri colleghi che poi dovranno consegnarli!

Lavorando insieme e aiutandoci la mattinata vola. Anche se questa volta non sarò io a consegnarli, torno a casa felice di aver contribuito a sostenere tante famiglie in difficoltà (in questo periodo sono sempre di più).

Il bello di Croce Rossa è essere coordinati e ben organizzati. Ognuno di noi dà un po' del suo tempo, chi più e chi meno a seconda delle proprie possibilità del momento. Il contributo del singolo volontario, da solo può sembrare insignificante, ma legato a ciò che fa qualcun altro contribuisce a qualcosa di grande.

# SASFID, LEZIONE DI VITA

#ARRICCHIRSI SENZA SENTIRSI MIGLIORI

di Laura Spoletini

Volontario Comitato Municipi 13-14 di Roma

Ho scavalcato l'eternità di una Roma svestita di corpi in movimento, di una Roma statica, immobile, che al crepuscolo ha manifestato, pur se nuda, la sua maestosità.

Sono venuta da voi a tendervi un piatto caldo per ristorarvi dal freddo della vostra solitudine e delle vostre vite scaldate solo da un cartone.

*Mi sono sempre domandata quanta vita c'è sopra il vostro cartone, quale storia vi ha condotto lì ai bordi di un marciapiede, quanta disperazione vi ha condotto lì, cosa avete lasciato alle spalle.*

Ho sempre visto in voi fragilità ma coraggio, dignità magari per non avere accettato compromessi.

È un'opportunità per me, avvicinarmi a voi mentre l'aria rarefatta e virulenta sta distraendo il mondo intero rallentando le vite e i respiri, alcuni dei quali ne sono rimasti senza.

È un'opportunità guardarvi negli occhi mentre vorrei tanto abbracciarvi per farvi capire che siete come me ed io sono come voi, esseri umani con un destino differente.

È un'opportunità imparare ad andare oltre, a non giudicare, ad arricchirmi senza sentirmi migliore, ad espandere il cuore che da sempre ha scelto il bene.

È un'opportunità che ho avuto grazie alla Croce Rossa.



# IL NOSTRO IMPEGNO, UN MIX DI FORZA E VULNERABILITÀ

#VOLANODICAMBIAMENTO

di Maria Zangari

Volontario Comitato Municipio 15 di Roma

Domenica 7 marzo 2021, siamo in fila ordinata davanti all'ingresso del Centro Vaccinale di Fiumicino ed i colleghi ci guidano nella procedura burocratica che precede la vaccinazione anti Covid-19.

È una giornata ventosa e fredda, ma abbiamo tutti la stessa sensazione, ovvero che questo sia un giorno storico, uno di quelli che, quando sarai vecchio, racconterai e non potrai omettere di dire: "io c'ero..."

Finiremo nei libri di storia, nella speranza che le generazioni future non debbano affrontare un'altra volta niente di simile.

***Seduta nella sala d'attesa, dopo aver ricevuto la mia dose, mi domando che cosa mi accomuna agli altri, cos'ho io in comune con i colleghi seduti in modo sparso sotto questa grande tensostruttura ed in generale, che cos'è che rende simili noi volontari a tutte le persone che nel nostro servi-***

***zio abbiamo incontrato, assistito, curato, soccorso. Qual è il denominatore comune?***

***Vulnerabilità, ecco cosa ci accomuna.***

Brené Brown, ricercatrice americana che per molti anni ha studiato la vulnerabilità, la definisce con tre parole: incertezza, rischio, esposizione emotiva e sottolinea che la vulnerabilità non è un segno di debolezza, al contrario, non esiste coraggio senza vulnerabilità e se ciò è vero e pacificamente accettato in alcuni contesti, in altri si fa ancora fatica a riconoscere che la vulnerabilità, in realtà, altro non è che la misura del nostro valore.

Quest'intuizione è confermata dal fatto che quando è stato chiesto ad alcuni soldati di fare un esempio di coraggio che non richiedesse rischio, incertezza e la necessità di esporsi emotivamente, la risposta è stata un assoluto silenzio.

E se la nostra cultura ci ha cresciuti con l'idea che bisogna indossare un'armatura e mostrare solo un lato cinico, vincente, altamente professionale, performante e ci ha inculcato l'idea che è bene non fidarsi degli altri, questa pandemia ha ribaltato il messaggio ed ha dimostrato che questa armatura non ci serve più e se fino a ieri, avevamo paura di mostrare la nostra vulnerabilità per vergogna o pudore, oggi abbiamo capito che questo timore è una barriera alla necessità innata di sentirci connessi con gli altri, pur riconoscendo ciascuno la propria fragilità. Occorre superare la cultura occidentale che vuole uomini forti e donne perfette, che riescono a fare mille cose e perennemente all'altezza delle aspettative, gettare la maschera e mostrare le proprie paure, senza timore di affrontare ed ammettere un fallimento o la propria fragilità per la vergogna di essere

giudicati.

La vergogna che porta con sé il senso di sconfitta, il non sentirsi mai “abbastanza”, la solitudine, la dipendenza, la depressione si combatte con un’arma potentissima, l’empatia che permette di entrare in connessione autentica con l’altro, mettendosi nei suoi panni e comprendendone lo stato d’animo, avendo la capacità di dire “anche io...”.

Empatia e vicinanza, dunque, da esercitare attraverso tre elementi che fanno crescere, il silenzio, la discrezione e la mancanza di giudizio. Queste sono le qualità, a mio avviso, che deve possedere un buon

volontario sia nel momento in cui si trova di fronte alla vulnerabilità della persona che è chiamato a soccorrere, sia quando è di fronte alla propria vulnerabilità, ossia quando è costretto a dire “non ce la faccio”, “non posso”, “non riesco”. In quel momento, egli deve omettere il giudizio di sé stesso e sentirsi, all’interno del proprio Comitato e con i propri colleghi in un posto sicuro, dove può aprirsi e confidarsi, certo di trovare empatia e supporto.

Per me, inoltre, il buon volontario è colui che combatte fianco a fianco alle persone di cui si prende cura contro lo stigma che accompagna

certe condizioni sociali e certe malattie e lo fa disseminando la cultura di Croce Rossa con il proprio impegno, con il profondo rispetto dei 7 Principi ed essendo egli stesso un esempio da seguire, in primis.

Perciò tutte le volte che ancora ascolteremo chiederci, non senza ironia, “perché lo fai?”, sentiamoci fieri ed orgogliosi della nostra forza e della nostra fragilità che ci permette di esprimere il nostro coraggio, riconoscendo alla vulnerabilità, come sottolinea Brené Brown, il grande potere di innovare, esercitare la propria creatività ed essere un volano di cambiamento.



# OBESITA' INFANTILE E BULLISMO: TENDENZA IN AUMENTO?

#STILIDIVITASANI

di **Ilaria Ranieri**

Volontario Comitato Tusculum

L'obesità infantile è una patologia cronica caratterizzata da un eccessivo accumulo di grasso corporeo e quindi di sovrappeso. L'eccesso di grasso corporeo può portare ad un peggioramento di stato di salute e all'insorgenza di malattie cardiovascolari, diabete mellito di tipo 2, asma, pubertà anticipata, sindrome da apnee notturne, problemi muscoloscheletrici e alcuni tipi di cancro (in particolare al seno, al collo dell'utero e al colon retto). Insieme alla sedentarietà è considerata una delle principali cause di mortalità a livello globale.

In Italia, circa 2 milioni 130 mila bambini e adolescenti di 3-17 anni sono in eccesso di peso e quasi 2 milioni non praticano sport né attività fisica. Sempre secondo l'Istat, nel biennio 2017-2018 emergono inoltre forti differenze di genere con più ampia diffusione tra i

maschi (27,8 % contro 22,4 %).

Differenze significative sono riscontrate anche a livello regionale: l'eccesso di peso aumenta significativamente passando da Nord a Sud e le regioni ad avere eccesso di peso con percentuali più elevate sono Campania, Sicilia e Molise. La Regione ad avere la migliore è invece la Valle d'Aosta.

Secondo quanto riportato dal Report "Stili di vita dei bambini e dei ragazzi", Istat 29 ottobre 2019: ***"Purtroppo l'obesità infantile è un problema che si rileva non soltanto in Italia e in Europa, ma in tutto il mondo. La condizione di obesità tra i bambini preoccupa molto: è infatti riconosciuta dalla letteratura come predittiva dell'obesità in età adulta. È stimato che almeno un terzo dei bambini e circa la metà degli adolescenti in sovrappeso rimanga-***



***no in questa condizione da adulti. Analizzando il contesto familiare, i dati del report evidenziano come il comportamento e le abitudini alimentari dei genitori influenzano significativamente il bambino: si ritiene che se entrambi i genitori sono sovrappeso anche i bambini tendono ad esserlo. Anche il livello di istruzione è un fattore caratterizzante: si stima che la quota di bambini che vivono in un contesto familiare con scarse risorse economiche e un basso livello di istruzione abbiano una più alta percentuale di sedentarietà ed eccesso di peso.*** Di conseguenza diminuisce anche la percentuale di attività fisica. In particolare, i bambini e i ragazzi che non praticano alcuno sport o attività fisica nel tempo libero sono 1 milione 925 mila, considerando un target di popolazione di 3-17 anni, la cui quota è particolarmente elevata nei bambini



dai 3 ai 5 anni.

Le principali cause che portano all'obesità sono:

- Fattori alimentari: eccesso di bevande zuccherate o di "junk food", consumo di pasti abbondanti, scarso consumo di frutta e verdura;
- Fattori comportamentali: saltare la prima colazione, passare molte ore davanti a videogames o TV, sonno inadeguato, scarsa attività fisica;
- Ambiente sociale: contest familiare con abitudini alimentari poco sane e/o stress familiare, mancanza di accettazione da parte dei coetanei e basse condizioni socioeconomiche;
- Fattori psicologici: depressione, ansia, scarsa autostima; - Fattori genetici.

I genitori per prevenire l'obesità nei bambini dovrebbero:

- 1) Allattare al seno per almeno 6 mesi;
- 2) Svezzare il bambino dopo i 6 mesi;
- 3) Controllare l'apporto di proteine;
- 4) Evitare bevande caloriche;
- 5) Sospendere l'uso del biberon entro i 24 mesi;
- 6) Evitare l'uso del passeggino dopo i 3 anni;
- 7) Controllare l'IMC (indice di massa corporea) prima dei 6 anni;
- 8) Consentire TV e giochi sedentari solo dopo i 2 anni;
- 9) Incentivare i giochi di movimento;
- 10) Preparare porzioni corrette di cibo.

Dal punto di vista economico, l'obesità ha costi economici considerevoli, tra i principali costi sanitari sostenuti dal SSN vi sono i costi diretti e i costi indiretti. I primi sono costituiti dalle risorse

spese per la diagnosi e il trattamento dell'obesità e delle patologie collegate ad essa. I costi indiretti sono dovuti alla perdita di produttività causata dalle minori presenze a lavoro o a scuola e dalla loro morte prematura. Un ultimo tema da affrontare è il bullismo, una delle principali conseguenze psicosociali dell'obesità infantile insieme alla discriminazione e alla stigmatizzazione (soprattutto nelle civiltà occidentali fortemente industrializzate). In una società come la nostra, in cui lo stereotipo ideale è il "pesoforma" tutto ciò può portare ad una scarsa autostima, scarso rendimento scolastico e cattivo umore.

I bambini e gli adolescenti obesi riportano una minore "qualità di vita" rispetto ai loro coetanei normopeso e sono spesso soggetti ad episodi di derisione e bullismo.

Tale problema sociale è purtroppo in costante aumento e si sviluppa maggiormente tra i 7-8 anni e tra i 14-15 anni, specialmente nelle scuole. Può avvenire anche indirettamente, non vis a vis ma tramite un freddo schermo di un computer o uno smartphone. Si parla in questo caso di Cyberbullismo.

Il fenomeno è in continua evoluzione: le nuove tecnologie a disposizione, l'utilizzo costante di internet o dei social network sono divenuti ulteriori potenziali mezzi attraverso cui compiere o subire prepotenze o soprusi.

Secondo il report Istat: "Indagine conoscitiva sul bullismo e Cyberbullismo", 2019: "il 22,2 % di tutte le vittime di bullismo è stato colpito da questa particolare forma di violenza. Violenza considerata molto più insidiosa di quella fisica, perché anche se distante, espone la vittima in maniera molto più diretta al giudizio degli altri, compresi gli sconosciuti, mirandone la reputazione e l'autostima".

Si stima, tuttavia, che c'è una tendenza al miglioramento riguardo l'obesità che continua a evidenziare un trend in discesa, soprattutto negli ultimi anni.



**Quali sono le parole chiave da tenere in considerazione?**

- **Costante e continua prevenzione: ad esempio attraverso la promozione di stili di vita sani;**
- **Sviluppo di maggiori campagne informative: indispensabili per educare i bambini e gli adolescenti, fornendo loro una maggiore cultura e consapevolezza riguardo la gravità della patologia (educazione alimentare, corsi di formazione, brochure, campagne educative via social).**
- **Educazione a partire dall'infanzia: È proprio dall'infanzia che si deve partire. Vanno educati anche i genitori, spesso i primi a sottovalutare lo stato ponderale dei loro figli e le conseguenze psicosociali che esso può generare.**
- **Continua sinergia e collaborazione tra le autorità sanitarie ed educative: con l'obiettivo comune di ridurre le disuguaglianze e migliorare lo stato di salute degli adulti del domani.**



# UMPA LUMPA E LA CONSEGNA DEI PACCHI

#DONARETEMPO

di Sara Evangelista e Rosario Chiollo

Volontari Comitato Municipio 9 di Roma

"Oggi è il mio venticinquesimo servizio di Consegna Pacchi alimentari da aprile dell'anno scorso...", penso e un sorriso mi sorge spontaneo. Perché ogni volontario ha un proprio servizio "del cuore" e questo è il mio. Sarà perché l'ho visto nascere ed evolversi, sarà perché è arrivato in un momento difficile, in pieno lockdown e mi ha accompagnato nel corso di quest'anno così particolare, sarà perché l'ho condiviso con persone speciali, i miei colleghi Fede, sempre preoccupata che tutto fili liscio e il suo braccio destro Silvia, mente geniale e super pasticciera, Andrea, Noemi e Vinz, la piccola peste del gruppo, Nat, la migliore copilota in circolazione e Salvo, compagno di km e di musica sudamericana. Così come a tutti gli altri colleghi con cui ho condiviso un pezzo di strada. O come non pensare a tutti i pacchi sollevati e caricati, inizialmente donati dal Comune di Roma Capitale e dal Centro Commerciale Euroma2 e poi confezionati grazie alle raccolte alimentari. Penso a tutta la strada percorsa alla scoperta di ogni angolo più nascosto del nostro municipio, a tutti i volti incrociati che, servizio dopo servizio, sono iniziati a diventare familiari e a tutti i sorrisi ricevuti con gli occhi pieni di gratitudine e a tutte le volte che al telefono ho pronunciato "Salve, Croce Rossa. Siamo arrivati per consegnarle il pacco alimentare, può scendere provvisto di mascherina?". E allora realizzo che questa è sicuramente la parte migliore del mio 2020 e che sono felice di celebrare queste "nozze d'argento".





Pacchi di pasta, bottiglie di pomodoro, olio, sale, tonno e biscotti, confezioni di latte, sapone, pannolini per bebe', omogeneizzati...ecco, il pacco è pronto. Va infilato in auto insieme agli altri. Un foglio con gli indirizzi, i guanti, la mascherina e il buonumore. Gli "umpa lumpa" della Croce Rossa sono pronti. Si parte! Le strade sono ben segnate, Federica S. "referente" è affiancata da uno "Special Team" come lo definisce lei.

***Il sorriso però è d'obbligo al momento di suonare il campanello. Un pacco alimentare deve essere un sostegno, ma non ledere la dignità di chi li riceve. Tutti possiamo aver bisogno e per questo, è sempre bene immedesimarsi nell'altro. Quindi, sorriso e buon umore uniti a un: "buongiorno, come va? Lascio questo per lei a presto". Frasi che alleggeriscono la tensione di chi per qualche giorno si vede sollevato dal problema di mettere insieme la spesa. Fuori fa freddo, piove o c'è un timido sole invernale, ma il giro delle consegne è lungo, dalle 9 alle 15 circa. Gli scatoloni da consegnare nel mu-***

***nicipio 9 sono oltre cento.***

I volontari suonano alla porta di chi ha perso il lavoro e ha figli da sfamare, di chi vive in un capannone. Arrivano da chi ha un conto in sospeso con la giustizia e non può uscire, da donne abbandonate con figli a carico, da padri separati senza un soldo, da immigrati che fanno piccoli lavori ma non hanno denaro sufficiente per mangiare. La pandemia ha tolto il lavoro a molti ed è difficile recuperare adesso, in un momento in cui il Paese fatica a riprendersi pur mettendocela tutta. Il volontariato però non si ferma, resta la stella polare della solidarietà che è la base di una società e della convivenza civile. Alla fine del giro, gli "umpa lumpa" della CRI, "tornano nella fabbrica dei pacchi", la loro base. Telefonano a mogli, mariti o figli per dire che stanno rientrando, tornano alla loro vita, ad un libro su cui studiare per fare un esame, al proprio bimbo da aiutare nei compiti. Vite normali, di persone normali che hanno scelto di donare per una buona causa, una delle cose più importanti che hanno: il "TEMPO".

# NUOVE FORME DI PAURA

#PSICOCARECOVID19

di Anna Derviso

Volontario Comitato dei Comuni dell'Appia

In tempi di isolamento forzato e quarantene a causa del Covid-19 ci accorgiamo di quanto siano importanti gli scambi con gli altri. Il bisogno di una vita sociale rientra tra quelli fondamentali della persona, la sua assenza indebolisce il sistema immunitario, favorendo l'insorgere di molte malattie. La solitudine porta a precarie condizioni di salute sia fisica sia mentale, ma soprattutto compromette il benessere mentale. Le regole di distanziamento fisico e sociale, anche se necessarie misure di prevenzione imposte dall'attuale pandemia, stanno favorendo un generalizzato malessere psichico, che deve essere diagnosticato e curato per tempo, in modo da evitare una spirale di sofferenze.

Le sensazioni di insicurezza, ansia, paura, che si manifestano dopo lunghi periodi di solitudine e lontananza dalla realtà, sono definite "sindrome della Capanna o del Prigioniero". Nel momento di ripresa dopo il lockdown, il disorientamento verso il mondo esterno, acquisito durante il lungo isolamento, genera due comportamenti opposti. Da una parte, il desiderio sfrenato di contatti a tutti i costi: "si allarga la popolazione dello spritz!", dall'altra, la voglia di conti-



nuare a rimanere nella propria casa per demotivazione e senso di insicurezza. Quali le strategie per affrontare lo stato di ansia e di stress? Gli psicologi consigliano di tornare gradualmente a gestire la routine quotidiana, di imparare ad ascoltare se stessi, cominciando a dare connotazione positiva all'isolamento subito. La capacità di affrontare nuovamente i normali ritmi di vita, senza cedere a pensieri negativi, potrebbe indurre ad affrontare il futuro con minore angoscia, senza il timore di allontanarsi dal rifugio sicuro della capanna.

Ma il fenomeno nuovo, forse addirittura più preoccupante, è il "languishing" (languire), termine coniato dal sociologo Keyes, che si riferisce ad assenza di benessere, di gioia, di scopo. Italo Svevo, geniale

precursore, ne aveva già parlato, a proposito dell'inefficienza di Zeno e del suo non saper aderire a sentimenti e cose. La terapia può essere il flow (fluire), cioè lasciarci assorbire da qualcosa di piacevole, che ci prenda completamente, salvandoci dall'immobilità e dalla negatività. Le ripercussioni psicologiche di questa disperazione spesso non riconosciuta o addirittura negata appariranno evidenti tra qualche anno, inesorabilmente, e saranno più gravi della depressione stessa. **L'indifferenza e la mancanza di concentrazione sembrano fenomeni di poco conto, che si possono sottovalutare, ma se non ti accorgi della portata del disagio e della sofferenza, non puoi ricorrere a rimedi. Questo male invisibile, ma non per questo meno pericoloso, ci travolgerà con forza inaspettata. Non bisogna far finta che non esistano problemi: se non sappiamo come affrontarli, iniziamo con una telefonata!**

**Anche i nostri volontari, sempre pronti e spesso impiegati in ambiti particolarmente delicati e ad alto stress, hanno avuto bisogno di supporto psicologico.**

**Il Comitato Area metropolitana di**



## PSICOCARE COVID 19

OFFERTA SUPPORTO PSICOLOGICO ONLINE



PER I VOLONTARI, DIPENDENTI CRI E CORPO MILITARE CRI - COMITATO AREA METROPOLITANA ROMA CAPITALE

SERVIZI ATTIVI

### COUNSELING ONLINE

Colloqui individuali, di squadra o familiari, a cura degli psicologi di Croce Rossa.

Una preziosa opportunità per condividere pensieri ed emozioni tra Volontari e Volontari in un contesto familiare ed accogliente.

Il servizio è esteso anche a:

BAMBINI E RAGAZZI A PARTIRE DAGLI 8 ANNI DI ETÀ

FAMILIARI CONVIVENTI

SUPPORTO ALLA GENITORIALITÀ

SUPPORTO ALLA COPPIA

DIFFICOLTÀ SCOLASTICHE

### DEBRIEFING AGLI EQUIPAGGI

di rientro o in servizio in zone "calde", o a piccoli gruppi di lavoro che necessitano di presa in carico.

LA RICHIESTA DI CONSULENZA PUÒ ESSERE INOLTATA COMPILANDO L'APPOSITO FORM ONLINE

### È ATTIVA LA PAGINA FACEBOOK "PSICOCARE COVID 19 CRI" APERTA A TUTTI

Nella pagina troverete video post e articoli sui seguenti argomenti :



FAVOLE

MINDFULNESS

GENITORIALITÀ

ALIMENTAZIONE

ANSIA E STRESS

YOGA PER BAMBINI

PSICOLOGIA

NATURA E AMBIENTE

CULTURA

ADOLESCENTI

OSTEOPATIA

BENESSERE

E tanto altro!

**Roma Capitale sta portando avanti con successo il progetto Psico-Care Covid-19, che propone attraverso un servizio di counseling on line strategie di riconoscimento e contrasto allo stress derivante dagli impegni dei volontari. Servendosi di colloqui individuali o di squadra, allargati anche a familiari e conviventi, gli psicologi del gruppo sono pronti ad ascoltare i disagi conseguenti all'emergenza e a condividere pensieri ed emozioni per offrire un primo aiuto.**

Il servizio di assistenza psicologica sta rivelando una grande forza, sa come affrontare i problemi, dedica tempo ed energia. Tanti giovani, studenti e lavoratori, talvolta inattivi, ma anche anziani soli e isolati, ognuno con le proprie specificità, hanno chiesto aiuto ed è nata una solidarietà profonda, perché più diffusa a livello territoriale. Gli psicologi si sono resi

disponibili, consapevoli di questo tipo di emergenza, e hanno cominciato ad elaborare strategie nella convinzione che, se si agisce subito, è possibile farcela. L'abbraccio manca a tutti, ma il conforto di chi interviene e sa coinvolgere cerca di evitare nuove e più gravi criticità.

Buoni risultati di fronte alle insidie di epoca postcovid incontrano anche gli adolescenti e i giovani in età adulta, cioè gli anni critici, quando hanno origine spesso i disturbi mentali più gravi. Diverse modalità di intervento e organizzazione, risorse e pratiche vengono sperimentate e messe in campo durante questo ottimo servizio. La pandemia, con il suo grave impatto psicosociale su tutto il sistema sanitario, può costituire un'importante opportunità di innovazione e indirizzare il nostro modo di lavorare a un coraggioso ripensamento, anche con nuovi approcci dedicati ai giovani.

# SOSTENIAMO LA CASA “PENELOPE”, UNA COMUNITA’ DI DONNE

#RACCOLTAFONDIDIMISSUNIVERSEITALY

di **Emilio Sturla Furno**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Una casa comunità a Roma dove accogliere le donne in difficoltà o vittime di violenza assieme ai loro bambini è uno dei progetti della Croce Rossa di Roma che amplia il suo impegno in aiuto delle donne che vivono condizioni di fragilità.

Si chiama Penelope la casa che potrà ospitare fino a quindici persone, accompagnate nel percorso di inclusione e autonomia da un’equipe di operatrici e dalla rete del Volontariato, dove ci si possa riconoscere dentro nuovi e positivi valori e realizzare un nuovo progetto di sé.

La Presidente di CRI Roma, Debora Diodati, nei giorni scorsi sull’apertura della nuova casa di accoglienza: “Ci sono luoghi dove le donne contano di più. Sono quelli dove si costruisce il futuro di altre donne, di coloro che cercano uno spazio nuovo di vita, una mano per uscire dalla marginalità, un abbraccio che significhi accoglienza contro varie forme di violenza, Croce Rossa di Roma è impegnata da anni, giorno dopo giorno, a dare vita a uno di questi luoghi che, oggi, è una comunità di donne da aiutare, da sostenere, da lasciare verso una vita finalmente nuova e autonoma. Questo è uno di quei tanti progetti in cui siamo impegnati a cui sono particolarmente legata e per i quali sono contenta di aver scelto di essere una Volontaria. Progettare la libertà è il futuro”.

L’obiettivo più importante è quello di portare avanti una



# Croce Rossa Italiana



bella comunità fatta di donne e di bambini, di operatrici e di volontarie. Dedicare ogni sforzo e il massimo impegno per progettare un loro futuro migliore.

A sostegno del progetto anche la neoeletta Miss Universe Italy, Viviana Vizzini, incoronata alcuni mesi fa a Roma. Con lei tutto lo Staff italiano del concorso di bellezza più famoso del mondo che ha scelto di dare supporto e indire una raccolta fondi per la Croce Rossa di Roma.

“Le donne devono percepire di non essere mai sole” – afferma Viviana Vizzini - “Troppe e quotidiane sono le storie di violenza che vengono raccontate dai media, una gravissima piaga che si è acuita in tempi di pandemia. E’ necessario comunicare a queste donne in pericolo che possono sentirsi realmente sostenute, in modo da riscoprire forza, autonomia in un luogo di aiuto dove ritrovare la propria vita e la propria identità”. Viviana Vizzini, che in questi giorni si sta preparando per la finale mondiale della kermesse che si terrà in primavera a Las Vegas, ha deciso di coinvolgere i suoi quasi duecentomila followers su Instagram in una campagna di raccolta fondi in favore delle attività di CRI Roma a sostegno delle donne, attraverso i suoi social network e quelli ufficiali di Miss Universe Italy.

***È stata lanciata in primavera la campagna di raccolta fondi di Miss Universe Italy, che prevede un versamento diretto a Croce Rossa Ita-***

***liana – Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale sul conto corrente di Banca Etica IBAN: IT61B0501803200000012147070***

***Presso la Casa “Penelope” sono accolte donne e nuclei di ogni paese, cultura e religione in condizioni di fragilità materiale, isolamento sociale e vittime di violenza e di sfruttamento. Le ospiti possono trovare gli strumenti necessari per il superamento delle difficoltà e dei traumi e avviarsi in programmi di inclusione e di empowerment per lo sviluppo non solo formativo ma anche lavorativo e abitativo. A fare da supporto è presente la straordinaria rete delle volontarie della Croce Rossa di Roma che fin dal giorno di apertura in cui sono state accolte nella struttura le prime donne e i loro bambini hanno organizzato diverse attività.***

“La bellezza non è solo aspetto esteriore” – sottolinea Marco Ciriaci, patron di Miss Universe Italy – “Da sempre a Miss Universe vale il concetto che grazie alla bellezza si possono portare avanti valori etici e di solidarietà. La storia delle donne accolte nella Casa Penelope ci ha molto toccato. Con il Team di Miss Universe Italy abbiamo già iniziato a divulgare il grande valore di questo progetto a tutti i nostri rappresentanti regionali del concorso; Viviana Vizzini è capofila di una raccolta di fondi digitale ogni giorno e sarà presente nelle attività della Comunità”.

# IL “TEAM SALUTE”

#TUTTOINSICUREZZA

di **Luciana Randazzo**

Volontario Comitato di Sabatino

L'ansia da COVID ci ha fatto riflettere su come affrontare le nostre attività il più serenamente possibile e agevolare contemporaneamente il lavoro dei volontari.

Ecco quindi un'idea, nata quasi per caso, all'interno dell'Area Salute e sicuramente risultata vincente anche nell'interesse di altre Aree: la creazione del “TEAM SALUTE”.

Con grande soddisfazione abbiamo accolto i numerosi volontari che hanno chiesto di farne parte, sia per la “novità” che il gruppo rappresenta in questo particolare periodo, sia per le opportunità di partecipare attivamente alle numerose attività che altrimenti resterebbero sconosciute.

Come consuetudine in CRI, ogni attività richiede una formazione specifica e quindi anche in questo caso, abbiamo sentito la necessità di preparare i nuovi entrati attraverso incontri in presenza e a distanza e fornire loro i supporti informatici, appositamente creati, in merito alle disposizioni di Legge e di Croce Rossa sulle norme anticovid in vigore.

**In sostanza per ogni attività programmata, sia che riguardi i corsi di formazione che eventi di qualunque genere, i volontari che danno la loro disponibilità erogano un servizio recandosi sul luogo delle operazioni e provvedono alla rilevazione della temperatura, alla fornitura**



**del materiale per l'igienizzazione delle mani, alla compilazione delle autocertificazioni e del registro delle presenze, alla fornitura dei presidi di protezione individuale (a seconda delle esigenze), alla verifica del rispetto del distanziamento e, in caso di corsi di formazione, a collaborare con i Direttori di corso per la preparazione del materiale didattico. Per rendere tutto più agevole sono stati predisposti dei “kit” con tutto il materiale necessario per lo svolgimento del servizio.**

Molti sono stati gli apprezzamenti degli organizzatori o dei Direttori di corso per il supporto offerto che ha consentito lo svolgimento delle attività con serenità e soprattutto nel rispetto delle Leggi vigenti. Diversi Comitati hanno visto in questo tipo di attività un modello da imitare e hanno inserito nelle loro programmazioni il concetto di “Team Salute” contribuendo in maniera tangibile allo sviluppo della preparazione di tantissimi volontari sempre più motivati nella loro opera di volontariato.



## DICONO DI NOI

### **Anna Maria Teresa Mezzapesa**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Mi occupo della segreteria: gestisco le prenotazioni dei servizi, le comunicazioni e rapporti con i componenti del Team. Il gruppo è coeso e molto attivo, la nostra presenza nei vari eventi è fondamentale in questo periodo particolare e il Team è nato proprio per questo. I colleghi sono molto preparati e molto partecipi, cercano sempre di dare il massimo e questo è molto gratificante per tutti noi. Grazie Luciana per avermi scelta per stare al tuo fianco.”

### **Lucia Nardi**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Dare disponibilità al team salute mi è sembrato da subito una cosa importante. In tutte quelle occasioni in cui i nostri corsi erano rivolti a personale non CRI, la necessità di creare un ambiente sicuro e verificare che tutti seguissero scrupolosamente le nostre indicazioni aveva certamente un notevole peso. Col passare del tempo, con la ripresa dei corsi per i volontari, il nostro ruolo si è in qualche modo evoluto. Il team salute si occupa soprattutto di supportare i docenti e di verificare che tutto si svolga in sicurezza. È un'attività che si svolge parallelamente agli appuntamenti di formazione e che garantisce tranquillità e sicurezza nei nostri eventi.

### **Alessandra Ladino Corina**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Nonostante abbia fatto solo un servizio da voi volevo esprimere il mio compiacimento perché è intanto un gruppo molto attivo e coeso. Spero di farne tanti altri di servizi con i colleghi del team salute.

# TREDICI BRANDINE

#STORIEDIACCOGLIENZA

di Francesco Brugioni

Volontario Comitato Municipi 8-11-12 di Roma

Sono le ore nove del 10 aprile 2021, ho appena accompagnato Dimytro all'uscita. È l'ultimo ospite a lasciare il centro di accoglienza per le Persone senza dimora di via Giacinto Pullino 94, aperto dal Municipio VIII del Comune di Roma, per contrastare l'emergenza freddo e gestito dal nostro Comitato CRI.

Davanti a me un cancello che si chiude, dietro di me una bella esperienza che narra una volontà di volersi aprire verso il prossimo.

Rientrando nei locali del centro, noto subito tredici brandine vuote, la mente ritorna a quel pomeriggio dell'11 marzo, giorno di apertura, quando eravamo in attesa che il primo ospite facesse ingresso nella struttura. Anche in quella occasione davanti a me tredici brandine vuote! Sembra che nulla sia cambiato, ma non è così. Quello che percepisce la mia vista non è quello che percepiscono i miei sentimenti, gli occhi narrano di una stanza spoglia, inanimata, con un grande un senso di vuoto, il vissuto di questa esperienza racconta tutt'altra cosa.

Tra l'11 marzo e il 10 aprile sono trascorse 30 notti in cui quelle tredici brandine si sono animate, ci hanno parlato, hanno iniziato ad interagire con noi, ci hanno rac-



contato le loro sofferenze e le loro speranze. Ci hanno raccontato dei loro sbagli e delle loro paure, ci hanno fatto ridere, riflettere e a volte ci hanno fatto indignare con coloro che volgono lo sguardo da un'altra parte. Da quelle tredici brandine arrivava una richiesta di una nuova opportunità.

Tutti insieme, noi volontari di Croce Rossa Italiana, una nuova opportunità abbiamo voluto donarla.

***I nostri principi ci hanno reso consapevoli che adoperarsi per costruire opportunità, ne vale la pena sempre e comunque. È per questo che abbiamo permesso a tredici persone che vivevano in strada di vivere per trenta notti in modo diverso, al riparo dal freddo, dalla pioggia e da tutte le avversità che si presentano nel vivere senza dimora.***

Alcuni di loro siamo riusciti a ricollocarli in altre strutture, altri torneranno in strada, noi continueremo ad ascoltarli e sostenerli durante le uscite con le nostre Unità di Strada. Sono convinto che offrendo un'opportunità oggi, una opportunità domani, possiamo porre le basi per costruire una comunità più forte ed inclusiva.

# SE QUESTA NON È UNA GUERRA

#FINIRAPRESTO

di **Sarassunta Ucci**

Volontario Comitato Municipio 5 di Roma

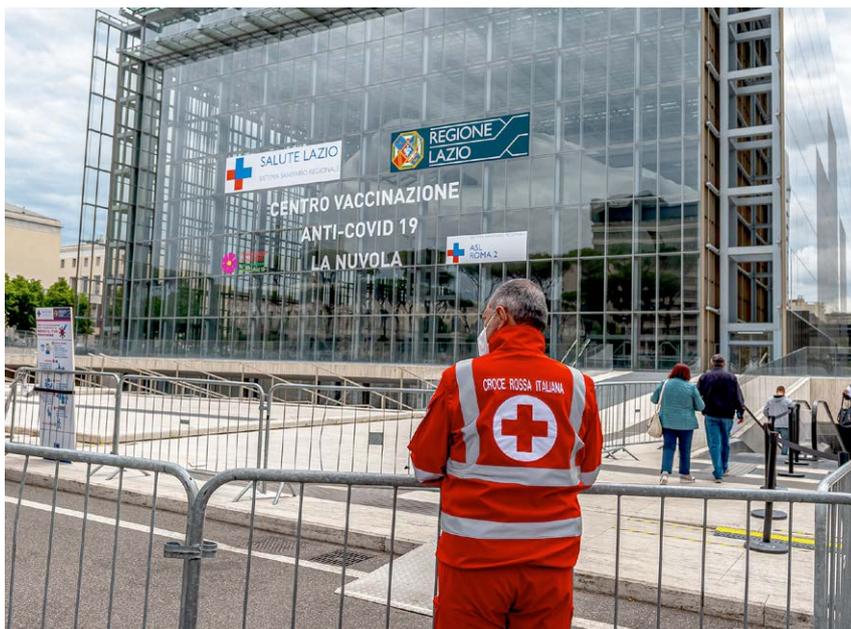
Molti dicono che non siamo in guerra, ma quello che ho visto in questo periodo di gravi difficoltà, durante il mio servizio presso i Centri Vaccinali, ci si avvicina molto.

Ho visto la dignità negli occhi di persone per lo più anziane e fragili, molte accompagnate dal coniuge, dai figli o dai nipoti, ma molti soli. Completamente soli, allo sbaraglio. Gente umile in attesa di indicazioni, in fila, in silenzio con i documenti in mano aspettare il suo turno con la preoccupazione per eventuali effetti collaterali del vaccino.

Ho visto la paura per un'operazione che dura un attimo e che ognuno di loro ha già fatto svariate volte nella vita.

C'è sempre poi il furbetto di turno che tenta di superare gli altri o di ottenere una dose che non gli spetta. Ma anche questo credo ci sia sempre stato in tempi di guerra. Il cercare di cavarsela in un modo o nell'altro anche scendendo a compromessi con gli altri o con se stessi. Un popolo già martoriato e spaventato da una situazione sanitaria, economica e sociale straordinaria ma che ha dovuto subire ansie e preoccupazioni anche nella gestione della via di uscita: il vaccino.

**Ho visto la stanchezza degli operatori sanitari che per 12 ore di fila hanno prestato servizio al massimo delle loro possibilità e ho visto la luce negli occhi dei vo-**



**lontari che con un sorriso hanno gestito file di pazienti.**

A onor del vero ho la fortuna di non sapere cosa sia davvero una guerra. Ma tutto questo sommato alle centinaia di migliaia di morti, alle ripercussioni psicologiche che soprattutto bambini, adolescenti, malati terminali, disabili stanno vivendo in questo periodo, alla crisi economica, mi fanno pensare a qualcosa che si avvicina molto ad una guerra. Spero tutto questo finisca presto, ma per ora, mettiamoci in fila e aspettiamo il nostro turno.

# SOTTO LO STESSO CIELO

#COSTELLAZIONIDIVERSE

di **Francesca Troiani**

Volontario Comitato Municipio 15 di Roma

Anche se viviamo sotto lo stesso cielo, le costellazioni non sono le stesse per tutti.

Prima di avvicinarmi all'unità di strada, pensavo che le persone senza fissa dimora fossero persone "fluide", in qualche modo cosmopolite, cittadine del mondo, che non avendo bisogno di niente, godessero di una qualche libertà particolare. Pensavo che vivere sulla strada, senza possedere nulla e senza appartenere a nessun luogo richiedesse un grado di adattabilità non comune. Queste almeno erano le qualità che mi aspettavo di trovare in chi non ha nulla e che per questo, da fuori, mi sembrava più padrone di se stesso e del mondo.

Da quando ho iniziato ad uscire con l'unità di strada però, ho dovuto cambiare decisamente idea ed ho imparato che la realtà dei clochard è nettamente contraria a quella prima impressione.

Ogni volta che la squadra del PSD sale sul furgone e varca il limite del Comitato 15 inizia un viaggio umano e, per chi ha occhi per vedere e orecchie per ascoltare, quel viaggio è sempre denso e ricchissimo.

Sicuramente è necessario mappare il territorio, sicuramente servono il tè, un pasto caldo e l'abbigliamento coi quali di solito ci avviciniamo, ma più di ogni altra cosa servono garbo, sen-

sibilità e fiducia.

Che l'umanità sia sempre la stessa te ne accorgi subito, quando chi vive sulla strada ti chiede libri e strumenti musicali, perché non esiste davvero un terreno più comune a tutti noi che non sia foggato di racconti, af-

fabulazione e musica, di significati e ritmo vitale, come è per ogni comunità umana da sempre.

E sulla strada abbiamo conosciuto E., che è spesso livida, o con qualcosa di rotto, ma è decisa a difendere una dipendenza affettiva che la ferisce.





Poi c'è A., anche lei in una situazione simile, ma non sa cosa fare e non ha ancora pensato di cambiare compagnia. Poi c'è l'altro A., il quale invece sa benissimo che intende liberarsi di una dipendenza, ma non ne trova la forza.

***Le storie sono tante, tante quante le persone, tutte diverse e difficili quanto delicate.***

***Una cosa che è comune a tutti però, non è quella "fluidità" ed adattabilità che mi aspettavo di trovare all'inizio, ma esattamente il contrario. Come se il verbo "cambiare" non fosse mai arrivato in certi luoghi nascosti e invece qui avesse trovato dimora il verbo "restare" o "fermarsi". C'è qualcosa di impietrito, cristallizzato, bloccato, in delle vite che non scorrono in modo fluido, che non vibrano più un ritmo naturale. Qui ogni nota risuona stridente.***

Quello che alberga in certi luoghi sono i disagi in cui molti sono rimasti imbrigliati. E' come se certe persone fossero state assorbite dal loro stesso impaccio, si fossero ingrigite dentro

e, in accordo con quella sensazione, avessero popolato i luoghi più scuri che hanno trovato sul territorio. Abitano il nostro stesso cielo, ma per loro le costellazioni sono diverse, e rifluggono di un bagliore più opaco: per loro le stelle brillano meno.

Così, pensavo di trovare dei cittadini del mondo, ma mi sono resa conto di aver trovato degli esuli da se stessi. Il fatto è che per affacciarsi oltre i propri disagi e guardare le cose in modo diverso, bisogna attraversare un luogo di frontiera e l'ignoto che si dipana al di là - si sa - fa paura.

Quello che la maggioranza di noi affronta quotidianamente, magari alleggerendolo con una risata o passando oltre, per altri è infinitamente difficile da gestire. La differenza in queste circostanze non la fanno tanto gli eventi che investono la vita delle persone e di tutti noi, quanto il colore con cui riusciamo a vestire le cose, le sfumature che ci si rimescolano dentro e con cui dipingiamo il mondo che ci circonda al di fuori: se non ci è dato di vivere una vita priva di rischi, ci è almeno dato il privilegio di scegliere

quali rischi correre e in quale direzione crescere. Questo è quello che sulla strada spesso non accade, perché molti tra quelli che la popolano sono rimasti fermi, incastrati in qualche lontano evento della loro vita. Cambiare e crescere a volte fa paura, ed è lì che inizia la nostra attenzione in vista di un possibile reinserimento sociale. Lavorare a questo fine è difficile. E' difficile perché chi denuncia le proprie difficoltà è anche il primo a rifiutare aiuto. E' difficile perché chi si è rifugiato nel proprio disagio ci si sente al sicuro, anche se quello è un luogo angusto e pungente.

Così si rivela utile costruire un lungo rapporto di fiducia che si dipana nel tempo e nello spazio: dal tempo dedicato all'ascolto, allo spazio della rete di sostegno, delle strutture dedicate alle dipendenze e ai servizi sociali. Qui sarà il futuro a dirci quanto saremo riusciti a fare nel corso di questi anni.

D'altro canto, spendere del tempo su questo servizio non è stata la cosa migliore che abbia mai fatto per gli altri, ma è stata una delle cose migliori che io abbia fatto per me stessa: mi ha dato modo di specchiarmi.

Ognuno di noi affronta le stesse debolezze e si costruisce i propri fantasmi, solo che in chi vive la strada questi sono amplificati, dilatati, e si palesano con più evidenza. Ogni volta mi rivedo e mi sono rivista. In ogni persona esule da se stessa e da ogni luogo ho rivisto le mie paure, debolezze, esitazioni, perché una umanità diversa non esiste e lo stesso cielo è per tutti. Vivere questa esperienza mi ha aiutato ad ampliare lo sguardo, ad affinare l'ascolto e ad espandere il cuore sull'intera volta del cielo umano, nella speranza di ricambiare, almeno in parte con il nostro operato, la crescita e l'arricchimento che gli abitanti della strada ci recano ad ogni incontro.

# SAFETY FIRST - SICUREZZA LAVORI IN QUOTA

#FORMAZIONEINDIVIDUALE

di **Giancarlo Paolo Manfredi**

Volontario Comitato di Santa Severa - Santa Marinella

«Il lavoro senza sicurezza è inefficiente» (Henry Ford)  
Il 19 settembre 1932, Charles Clyde Ebbets fotografò i suoi «colleghi» seduti su una trave sospesa nel vuoto, durante la pausa pranzo sul grattacielo del Rockefeller Center in costruzione. L'immagine venne pubblicata sul New York Herald Tribune insieme ad un articolo che per la prima volta contestava la mancanza totale di protezioni o misure di sicurezza.

Se, all'epoca, non si percepiva come pericolosa tale situazione, ancora oggi, nel mondo del lavoro professionale come in quello del volontariato, la sicurezza assoluta non esiste.

La percezione del rischio è un processo cognitivo che



condiziona le attività e gli atteggiamenti degli individui ed è condizionata da una valutazione soggettiva del pericolo. Lo stesso episodio viene infatti percepito in maniera differente dalle persone: c'è chi sovrastima il rischio a cui è esposto (propensione al rischio) e chi invece tende a sottovalutarlo (illusione di sicurezza).

Un pericolo comune è che il lavoratore ritiene di avere sotto controllo la situazione solo perché da molto tempo non si sono verificati incidenti: «In generale c'è la tendenza a sottostimare il rischio di eventi con conseguenze di lieve o media gravità ma con alta probabilità di accadimento e ad esagerare il rischio di eventi con

conseguenze molto gravi ma con bassa probabilità di accadimento.»

Questa però è una falsa sicurezza: spesso si sottovalutano le condizioni collegate alle abitudini giornaliere ed è l'esperienza a dettare il grado di attenzione. Inoltre se un certo comportamento provoca un «beneficio», il rischio verrà erroneamente percepito in misura minore con la sensazione che avere una certa familiarità significa essere «immune» da un possibile pericolo.

La Costituzione Italiana all'art. 41 stabilisce che l'iniziativa economica privata non può svolgersi in modo da recare danno alla sicurezza, il Decreto Legislativo n. 626/94 introduce nel quadro della normativa italiana importanti novità, il D.Lgs. 8 Luglio 2003, N. 235 in Attuazione Della Direttiva 2001/45/Ce relativa ai "Requisiti minimi di sicurezza e di salute per l'uso delle attrezzature di lavoro da parte dei lavoratori linea guida per l'esecuzione di lavori temporanei in quota con l'impiego di sistemi di accesso e posizionamento mediante funi" fa sue le Direttive europee in tema di tutela della salute dei lavoratori; oggi tutta la normativa nazionale ha il suo punto di riferimento in Italia nel Testo Unico della Sicurezza, il Decreto legislativo 9 aprile 2008, che consta di 306 articoli e 51 Allegati.

Il D.Lgs. n. 81/2008 definisce le attività lavorative che espongono il lavoratore a rischio di caduta da una quota posta ad altezza superiore a 2 m rispetto a piano stabile. «L'art. 116 D.Lgs. n. 81/2008 fa riferimento a quegli operatori che obbligatoriamente devono "accedere" ai luoghi di lavoro o "stazionare" sul luogo di lavoro servendosi di DPI di III categoria.»

L'articolo 116 del titolo IV del D.Lgs. n. 81/2008, norma speciale rispetto alla norma generale, prevede l'obbligo di addestramento per tutti coloro che lavorano in quota e uno specifico obbligo formativo per quel che riguarda i lavori in quota nei quali nel contempo si abbia anche il



posizionamento e il sistema di accesso mediante funi. Lavori su fune: "...chi svolge una attività lavorativa in cui è previsto di accedere a un posto di lavoro dal basso o dall'alto calandosi o risalendo una fune di lavoro e stazionando su di essa"

Obbligo di formazione: (art. 116 del D.Lgs. n. 81/2008) Ad esempio: farsi calare su una parete rocciosa per andare a fissare o mettere in sicurezza dei massi pericolanti rimanendo appeso solo con la fune: «Le tecniche di accesso e posizionamento con funi sono state elaborate, nella loro derivazione dalle tecniche alpinistiche, in conformità a quanto prescritto dalla vigente normativa in materia di prevenzione degli infortuni ed igiene del lavoro.»

Lavori in quota: "...chi sale e scende utilizzando imbracatura e doppio cordino con o senza dissipatore con connettori a gancione e non accede né si posiziona mediante funi"

Obbligo di addestramento (art.77 del D.Lgs. 81/2008) Ad esempio: montare trave carraia su ponteggio con i piedi sono appoggiati stabilmente sul tetto o sull'apprestamento.

Da lavoro in quota a lavoro su funi: «...qualora lavori temporanei in quota non possano essere eseguiti in condizioni di sicurezza e in condizioni ergonomiche adeguate a partire da un luogo idoneo allo scopo, devono essere scelte le attrezzature di lavoro più idonee a garantire e mantenere condizioni di lavoro sicure.»

In altri termini la scelta di sistemi di «accesso e posizionamento mediante funi» per la esecuzione di lavori temporanei in quota deve sempre essere giustificata da una specifica analisi dei rischi in cui è fatto esplicito riferimento alle alternative che permettono l'adozione di dispositivi di protezione collettiva.

La norma illustra gli obblighi ascrivibili al Datore di Lavoro, con due precisazioni introduttive di carattere ge-



nerale:

- priorità alle misure di protezione di tipo collettivo rispetto a quelle individuali;
- attenzione alle dimensioni e all'ergonomia delle attrezzature di lavoro.

Sulla base di questi due principi si elencano quindi i conseguenti e relativi obblighi, dalle disposizioni sulle attrezzature da adottare quali funi, scale e ponteggi, agli aspetti relativi alla formazione ed informazione dei lavoratori,



ratori, dei preposti e dei dirigenti.

E proprio la formazione assume carattere prioritario in special modo per gli elementi che costituiscono il corretto impiego dei Dispositivi di Protezione Individuali come assorbitori di energia, dispositivi di ancoraggio, cordini ed imbragature, che devono essere obbligatoriamente utilizzati qualora non sia stato possibile per motivi tecnici adottare idonee misure di protezione collettiva.

Infine tra gli obblighi del Datore di Lavoro rientrano anche il divieto di far effettuare lavori temporanei in quota se le condizioni meteorologiche non ne consentono l'esecuzione in sicurezza e l'obbligo della predisposizione di idonee recinzioni per impedire l'accesso ad estranei oltre che il transito sotto ponti sospesi, scale ed aree simili mediante barriere.

La norma introduce due precisazioni di carattere generale: una in merito alla priorità alle misure di protezione di tipo collettivo rispetto a quelle individuali e una sull'ergonomia delle attrezzature di lavoro e in base a questi due principi deriva una serie di «obblighi» sulle attrezzature quali funi, scale, ponteggi e dispositivi di protezione individuale (DPI), comprensive di caratteristiche tecniche, dimensioni, posizionamento e i requisiti di conformità per il loro impiego.

«L'uso corretto e integrato dei DPI realizza la catena della sicurezza che prevede, nel caso di lavori in quota, la cintura di sicurezza con bretelle e fasce gluteali, un gancio di sicurezza del tipo a moschettone, una idonea fune di trattenuta - che limiti la caduta a non più di 1,5 metri - usata con un dissipatore (ovvero un dispositivo ad assorbimento di energia, perché anche cadute da altezze modeste possono provocare forze d'arresto elevate).»

**Come si è detto, ogni volta non siano attuabili misure di protezione collettiva, si devono utilizzare i DPI: CASCO, GUANTI, SCARPE, OCCHIALI. Nel caso di lavori in quota si aggiungono, CINTURE DI SICUREZZA, FUNI DI TRATTENUTA, SISTEMI DI ASSORBIMENTO FRENATO DI ENERGIA.**

I presupposti sono l'analisi dei pericoli e delle situazioni pericolose per le quali occorre utilizzare il DPI, la scelta di questi in funzione dell'attività lavorativa, le misure di prevenzione e le istruzioni per gli addetti.

**Cose da fare (obbligatoriamente):**

- 1) Verificare che il DPI riporti il marchio CE su tutti gli elementi costruttivi;
- 2) Farsi rilasciare la dichiarazione di conformità CE;
- 3) Attenersi alle disposizioni e informazioni messe a disposizione dall'azienda sull'uso del DPI;
- 4) Periodicamente verificare l'integrità dei componenti, data di scadenza del DPI e segnalare tem-



# PER IL MIO CANE FAREI DI TUTTO

#WEBINARVETERINARIO

di **Roberta Pierini**

Volontario Comitato Municipio 5 di Roma

e **Sonia Sciuto**

Volontario Comitato di Gabio

Quante volte ci siamo detti “Per il mio cane farei di tutto”, pensando al suo benessere, alle cure quotidiane e ai suoi comfort. Eppure dovremmo essere pronti a saper fare di tutto (o quasi) in ogni situazione, ma spesso non abbiamo le conoscenze adeguate per aiutarli in caso di incidenti o ferite. In questi casi, le nostre amorevoli cure potrebbero non essere sufficienti e per quanto la cosa più importante da fare sia sempre quella di rivolgersi ad un professio-

nista veterinario o ad una clinica, potrebbe capitare di non essere nei pressi di strutture adatte. Pensiamo magari ad una tranquilla passeggiata nel bosco: siamo a spasso con il nostro cane che corre felice e libero, ma ad un tratto una vipera lo morde. O ancora all'area cani una zuffa diventa improvvisamente troppo accesa e il cane viene morso da un suo simile. E perché no, potremmo semplicemente trovare una zecca nascosta tra il pelo. È in queste si-

tuazioni che dobbiamo essere pronti all'azione, a tamponare l'emergenza, trasformandola in urgenza con i suoi tempi e gli strumenti adatti. A spiegarci come agire in questi casi sono intervenuti la Dottoressa Margherita Tocci, esperta in chirurgia e medicina generale e il Dottor Nicolò De Santis, esperto in medicina interna e chirurgia, entrambi laureati in medicina Veterinaria presso la prestigiosa Università degli studi di Teramo, che nella giornata di domenica 20 giugno hanno tenuto un interessante webinar di Primo Soccorso Veterinario rivolto agli operatori cinofili CRI afferenti al territorio dell'Area Metropolitana di Roma Capitale. Sono stati molti gli argomenti analizzati dagli esperti che hanno fatto luce sulle casistiche più diffuse che potrebbero vedere coinvolti noi e i nostri amici a quattro zampe: dall'arresto cardiaco a quello respiratorio, fino al soffocamento, ma si è parlato anche di fratture ed emorragie. E' stato affrontato anche il delicato caso della dilatazione/torsione gastrica, una patologia tristemente nota che colpisce soprattutto i cani di taglia grande, causando un aumento del volume dello stomaco e una rotazione dello stesso sul suo



asse. Ad oggi, le cause di questo malessere sono ancora sconosciute, ma gli studiosi ritengono che una delle più accreditate sia l'ingestione troppo rapida degli alimenti, accompagnata da esercizio fisico subito dopo il pasto. Per imparare a riconoscere questa condizione acuta i medici hanno evidenziato tra i sintomi principali conati di vomito improduttivi, addome dilatato, salivazione abbondante e difficoltà respiratoria. Ma come possiamo intervenire? Nella maggior parte dei casi, è necessaria una terapia chirurgica immediata. Al manifestarsi dei sintomi, verifichiamo i parametri vitali: respirazione e battito cardiaco e portiamo il cane immediatamente dal veterinario. E se il nostro cane viene morso da un altro animale, cosa dobbiamo fare? In realtà, ci sono delle semplici accortezze che possono aiutarci a contenere ben più gravi complicazioni: innanzitutto, rasiamo la parte interessata, disinfettando la ferita e rechiamoci dal veterinario, perché sarà l'unica persona in grado di valutare l'entità della ferita e le cure necessarie per la sua guarigione. **Andando ormai incontro al caldo e alla bella stagione si svegliano anche i nemici "invisibili" dei nostri amici a quattro zampe: zecche e parassiti. Il Dottor De Santis e la Dottoressa Tocci hanno infatti parlato anche dei nemici che possono portare i nostri animali a gravi malattie o addirittura alla morte sottolineando l'importanza di vaccinare e proteggere i nostri amici pelosi. Il sintomo più evidente che indica che il cane abbia degli ospiti indesiderati sul suo corpo è il prurito e vederlo grattarsi in maniera energica con le zampe e i denti per cercare di eliminare i**



**parassiti dovrebbe essere per noi il primo campanello di allarme. Inoltre, in caso di puntura di zecca nel cane potrebbero verificarsi anche altri sintomi quali piccole emorragie locali, paralisi o intossicazione. È importante ricordare che le zecche, oltre ad essere i parassiti esterni più frequenti e più dannosi per gli animali domestici, sono portatori di numerose malattie che possono essere trasmesse agli animali attraverso le loro punture. Per evitare che il cane ospiti questi parassiti molesti sul mercato esistono una serie di prodotti, come fiale e collari antiparassitari, trattamenti antiparassitari interni, shampoo, saponi e profumi sempre ad azione antiparassitaria. Per proteggere ulteriormente i nostri amici è fondamentale anche somministrare loro una serie di vaccini, che aiuteranno le loro difese immunitarie a combattere gli agenti esterni che minacciano la loro salute. Prima di somministrare qualsiasi vaccino è importante assicurarsi che il cane stia in buona salute e rivolgersi al proprio veterinario di fiducia per calendarizzarne l'inoculazione.** Grazie all'intervento dei

medici veterinari i nostri volontari hanno avuto l'occasione di accrescere la loro cultura in materia di primo soccorso veterinario, rispolverando vecchie nozioni e aggiornandosi sui nuovi interventi che si possono mettere in pratica per salvare la vita dei nostri cani, soprattutto quando ci troviamo lontano da una clinica e il nostro intervento diventa fondamentale per stabilizzare l'animale prima di portarlo dal veterinario. Quello che dobbiamo imparare a fare sin dal primo momento in cui un nuovo amico a quattro zampe entra a far parte della nostra famiglia è conoscerlo, osservarlo, rispettare i suoi spazi, dedicargli i giusti tempi di gioco e di relax, abituarlo ad una corretta alimentazione ma soprattutto essere in grado di valutare e capire eventuali cambiamenti nelle sue abitudini. Un cane solitamente vivace che improvvisamente dorme molto e rimane in disparte ci sta chiaramente comunicando un malessere e saremo noi a doverci fare carico di questa sua condizione. Ogni nostra attenzione potrà salvargli la vita ed è il minimo che possiamo fare per loro che ci dedicano incondizionatamente tutto il loro amore e la loro devozione.

# ARTE E SOLIDARIETÀ, VERNISSAGE DI CAMILLA ANCILOTTO

#TRIENNALEDIROMA2021

di **Emilio Sturla Furno'**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

Un doppio happening con l'artista Camilla Ancilotto conosciuta e apprezzata a livello internazionale grazie allo stile del tutto peculiare e unico delle sue opere, in occasione della IV Edizione della Triennale di Arti Visive a Roma per presentare una ricca e variegata antologia di opere ispirate al mito greco e alla natura.

Lungo e articolato il percorso di visita partendo dalla Galleria del Cembalo di Palazzo Borghese dove l'artista ha esposto per la Triennale un'imponente installazione Ab Ovo in acciaio specchiato e riflettente con preziosi inserti in ottone placcato oro 24kt. "Si tratta" - ha spiegato l'artista - "di un'opera realizzata appositamente per Global Change, Anni Venti - questo il titolo della Triennale 2021 - in fertile dialogo con le differenti sensibilità artistiche dei partecipanti in merito alle pregnanti tematiche ambientali e sociopolitiche affrontate dalla manifestazione".

A pochi passi di distanza, presso Palazzo Ruspoli, l'artista ha presentato la sua personale dal titolo Allegorie, allestita negli sfarzosi ambienti di quella che fu la residenza di Napoleone III. Ad accogliere gli ospiti, assieme all'artista, le principesse Maria Pia e Giacinta Ruspoli, madrine dell'evento. Una ventina le opere esposte, scelte tra le più rappresentative dell'intero excursus creativo della Ancilotto: dalle mobili interpretazioni interattive di illustri opere d'arte greco-romana ai lavori modulari del corpus Ab Ovo ispirato all'antico gioco del Tangram. L'infinita varietà di lettura del reale è la cifra stilistica che da sempre caratterizza il lavoro dell'artista, peculiarità distintiva ben espressa dalla parola che dà il titolo al prestigioso appuntamento: un simbolico "parlare d'altro" che invita a guardare oltre la situazione contingente, qualunque essa sia.

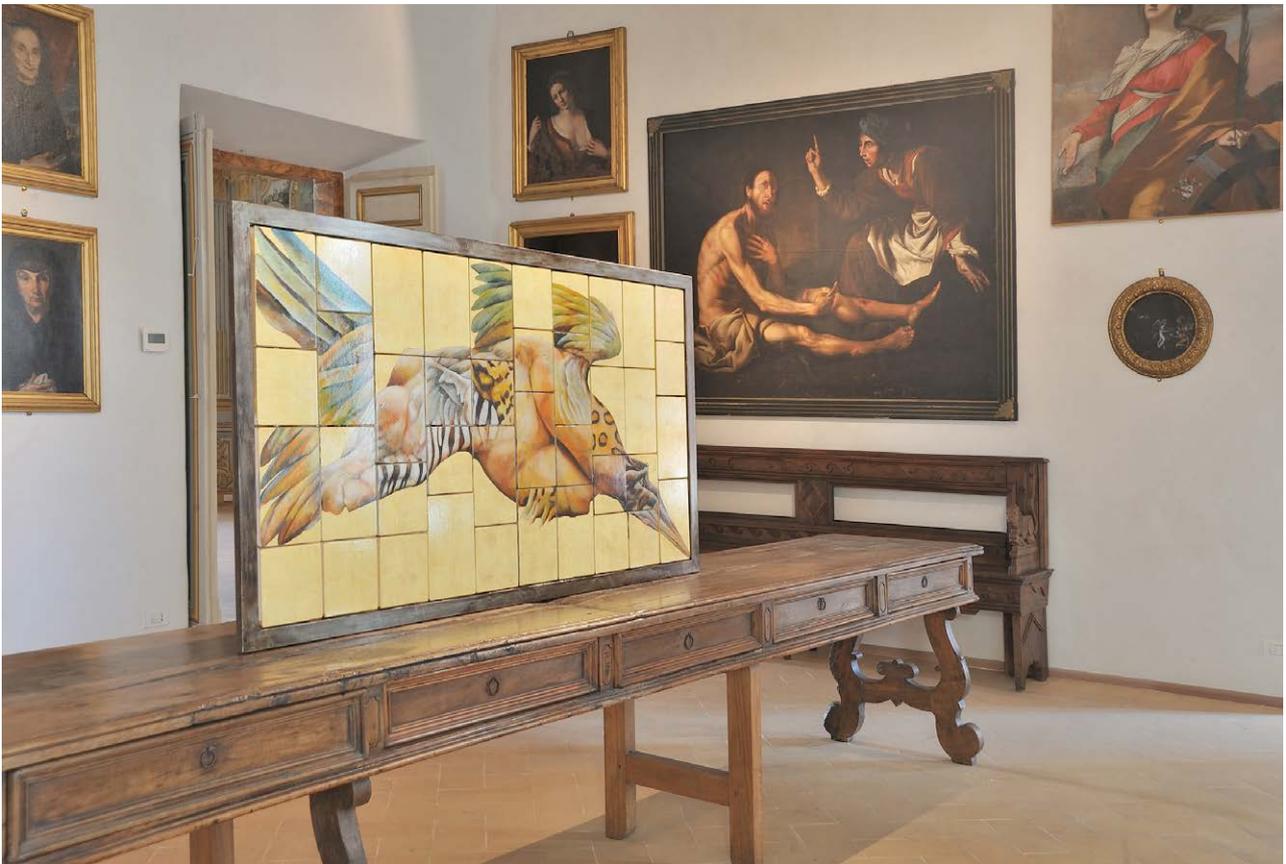
**Nel corso dell'evento è stata presentata un'edizione speciale di pregiate bottiglie in formato Magnum prodotte in esclusiva tiratura limitata dall'azienda**





**toscana Michele Ventura Vino, recanti sulle etichette firmate dall'artista, celebri opere figurative della Ancilotto. Il ricavato della vendita all'asta a scopo benefico della special edition è stato devoluto al Comitato CRI dell'Area Metropolitana di Roma Capitale, rappresentato dal Presidente Debora Diodati.** Con sguardo ironico e atteggiamento resiliente, Camilla Ancilotto ha messo in scena il proprio universo immaginifico dalle infinite soluzioni formali e iconografiche. Sotto la splendida volta dipinta della Galleria Rucellai di

Palazzo Ruspoli, esempio eccelso di pittura tardo manierista ove trionfano scene mitologiche e allegoriche, l'avvenimento espositivo ha celebrato il patrimonio culturale italiano nella sua totalità, appellandosi con gioia all'interazione multisensoriale dei fruitori: una "allegoria della vista, del tatto, del gusto e dell'olfatto" – ha sottolineato l'artista - che vuole essere un inno alla vita e al mondo, diverso, che verrà; un'auspicata "rinascenza" che passa attraverso il gioco, l'arte e l'esaltazione della propria individualità.



# UN RAGAZZO DEL CEM, CIRO

#PAROLENEISILENZI

di Iole Severini

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

E chi lo dice che si possono comprendere le persone solo attraverso il suono della loro voce?

Ciro non aveva voce, non aveva parola, neppure la possibilità di muoversi. Eppure lui era capace di ascoltare l'altro che si occupava di lui, di rispondere voltandosi verso la fonte sonora. Sapeva piangere per il dolore del corpo ma forse anche per la gioia di sentirsi accudito. **Ci sono tante parole nei silenzi. Parole che fanno riflettere e che puntano dritte al senso della vita. Io con Ciro ho parlato tante volte; era un linguaggio particolare: era solo nostro! E lui mi riconosceva tra tanti. I suoi silen-**

**zi diventavano parole, emozioni, colori.** Ciro è andato via non senza lasciare un vuoto. È il vuoto delle persone che riempiono le nostre vite con la loro presenza. Voglio pensare allora che lui è ancora con me, in quella relazione silenziosa che parla più di mille parole, le uniche che ci riportano alla dimensione più umana dell'esistenza. Rivolgo il mio sguardo al cielo perché voglio continuare a pensare che il suo silenzio continuerà ad accarezzare le nostre anime fragili e nella consapevolezza della fragilità dell'uomo l'unica che può spingerci a fare quei piccoli gesti quotidiani capaci di dare voce anche ai silenzi.



# VOGLIA DI VACCINARSI

#COVAX

di **Mariaceleste de Martino**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale

“Non vedo l’ora di vaccinarci”, esclamò Carmela, una sarta di Roma, durante il primo lockdown nel 2020. Una visionaria. Giovane e impaurita, era stufa di dover affrontare i mezzi pubblici affollatissimi e fare a sgomitare per salire sul bus, ogni giorno, per andare al lavoro. “Indossare la mascherina ed essere in tensione perenne per il timore di essere contagiata è stressante e non fa vivere tranquillamente. Solo il vaccino potrà liberarci da questo incubo”.

Oggi la pensano come lei in tanti: giornalisti, impiegati, liberi professionisti, per non parlare delle categorie più sensibili come medici, infermieri, insegnanti, forze dell’ordine. “Abbiamo fatto il vaccino all’hub di Termini dove c’è la Croce Rossa”, dice Sandro con la moglie Paola, 65enni, “e non abbiamo avuto paura dell’Astra-Zeneca, nonostante se ne siano sentite di brutte notizie. Ci dispiace per le vittime che hanno evitato il Covid, ma sono morte per il vaccino, però è una percentuale minima”.

“Mi sento tranquilla, non sono preoccupata dopo aver ricevuto la prima dose di Pfizer”, afferma Beatrice di 72 anni che lo ha ricevuto in un ospedale. Lei come tanti mira all’immunità di gregge: “Il vaccino è un bene per chi lo riceve, ma anche per la società”, sottolinea la 70enne Sonia.

**“Come medico mi sono sentita eticamente obbligata a farlo per rispetto dei miei pazienti e mostrare loro la necessità del vaccino,**



**invitandoli ad affrontare lo stesso percorso”. Così Giuseppina, medico della Capitale che svolge quotidianamente attività di prelievi tamponi Covid-19.**

“Ho molta più paura del virus che del vaccino”. Lo afferma Luca, studente universitario.

“Ho portato i miei genitori a fare il vaccino anti Covid e hanno ricevuto il Moderna. Tranquillissimi, senza alcun effetto collaterale”, racconta Silvia, 50enne, proprietaria di una boutique nel centro storico di Roma. “Ho fatto il vaccino”, spiega Gabriella, “ho avuto dei leggeri coaguli, ma non mi sono spaventata. Questo è il prezzo da pagare per non rischiare di peggio”.

Temerari? Avventurosi? Talmente terrorizzati che si farebbero iniettare anche il veleno pur di scacciare un virus così potente che ha portato via

troppe persone anche senza alcuna patologia pregressa? “Siamo semplicemente persone responsabili e coscienziose”, dicono in coro un gruppo di amici ‘âgé’, in fila a un centro vaccinale della Capitale. “Ce lo facciamo come abbiamo fatto altri vaccini nella nostra vita”. E “io ho viaggiato anche in Paesi dove sono richiesti vaccini come per la febbre gialla. Non ho paura di questo vaccino”. Lo fate per voi stessi o per gli altri? “Siamo consapevoli che anche se vaccinati possiamo essere contagiosi: il virus lo possiamo sempre contrarre, anche se in forma lieve. Quindi, innanzitutto lo facciamo per noi stessi, poi faremo attenzione sempre nel mantenere la distanza e indossare la mascherina finché non saranno tutti vaccinati, o almeno la maggior parte della popolazione. Vogliamo dare l’esempio, di vaccinarsi per il bene di tutti”.

# GRAZIE DI GUSTO

#GIOVANIVOLONTARI

di **Marco Farci**

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale



Nei bellissimi spazi della Serra del Palazzo delle Esposizioni a Roma, nell'ambito delle finali Emergente Chef, il format ideato e organizzato da Luigi Cremona e Lorenza Vitali, che vede premiati chef, pizzaioli e personale di sala under 30, si è tenuta a Roma, la prima edizione della manifestazione "Grazie di Gusto!" promossa dalla società MG Logos in collaborazione con la Regione Lazio, dove sono stati premiati i giovani volontari di diverse associazioni e istituzioni che si sono distinti per il loro impegno durante la crisi sanitaria.

**I giovani sono stati i grandi protagonisti dell'incontro. Da una parte una nutrita schiera di ragazzi del mondo della ristorazione guidati da molte delle grandi firme della cucina di Roma e del Lazio, dall'altra una selezione di under 30 provenienti da alcune delle associazioni che si sono maggiormente distinte nei lunghi mesi dell'emergenza pandemica, sono stati premiati con un attestato a ricordo della gratitudine del mondo della ristorazione per il loro impegno, alla presenza del Vice Presidente della Regione Lazio, Daniele Leodori, del Consigliere regionale Fabio Refrigeri, del Presidente FIPE Luciano Sbraga e Antonio Rosati Amministratore Delegato Eur Spa la Nuvola.**





Ma ovviamente un incontro tra giovani non poteva non prevedere un momento di convivialità nel corso del quale diversi dei più importanti chef del panorama laziale hanno offerto un contributo della loro arte gastronomica, con una selezione di finger preparati per l'occasione. Gli organizzatori hanno voluto proporre ai presenti un piatto studiato e creato appositamente per "Grazie, di Gusto!": Chitarra di Gragnano, cacio e pere, mirtilli e polvere di aghi di pino.

Molti sono stati i giovani volontari CRI presenti in rappresentanza dei rispettivi Comitati e per conto del Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale sono stato molto contento di essere stato premiato per aver svolto

la mia attività di volontariato nell'area sociale dando il mio contributo al magazzino alimenti attivandomi costantemente nel reperimento di generi alimentari dall'inizio della pandemia. Sono stato felice che questa iniziativa abbia valorizzato i giovani che nonostante siano stati fortemente colpiti dalle restrizioni non si sono tirati indietro mettendosi a disposizione della collettività. L'impegno dei giovani della Croce Rossa Italiana è stato trasversale, dal montaggio delle strutture, alla presenza nei centri vaccinali diventando un punto di riferimento per i più vulnerabili. È per me stato un onore ricevere questo premio che ricorda l'impegno di tutti noi giovani.

# LA FILASTROCCA

#112

di Flavio Pagano

Volontario Comitato Area Metropolitana di Roma Capitale



Condivido con voi tutti una interessante esperienza formativa scaturita dall'incontro con gli alunni di una scuola elementare del mio quartiere. Una scuola elementare, quindi ragazzi giovanissimi di 9 e 10 anni che gli insegnanti, una delle quali è una nostra volontaria, volevano sensibilizzare sull'aiuto verso gli altri in contrasto col bullismo. Vi confesso che la cosa mi preoccupava non poco poiché sappiamo bene che a quell'età le menti sono autentiche "spugne" pronte a ricevere e incamerare informazioni di qualsiasi tipo, magari anche fuorvianti e pericolose. Una cristalleria in cui muoversi con attenzione, un giardino di fiori e piante da non calpestare, una moltitudine di caratteri che andavano coinvolti verso la mutua collaborazione nel più assoluto rispetto, tuttavia, delle individualità caratteriali già formatesi. Cosa si può insegnare a quei giovani? Sicuramente l'uso del telefono cellulare che già possiedono e padroneggiano meglio del sottoscritto in modo da poter effettuare una corretta e utilissima chiamata al 112. Per coinvolgerli senza annoiarli

perché se perdi la loro attenzione cominciano a giocare tra di loro e se si distraggono.

Ho preparato una filastrocca che recita così:

"Nonno è scivolato e si è fatto pure male  
sono solo a casa chi mi potrà aiutare?  
112 si fa senza fatica  
e chi ti risponde è una persona amica  
Arrivano di corsa con l'uniforme rossa  
e portano una borsa grossa grossa  
ci son le medicine le garze e i cerottini  
per aiutare tutti, i grandi e i più piccini  
112 è un numero importante  
quel numero di vite ne ha già salvate tante"

Quelli tra noi più musicalmente dotati potranno ricavare dolci e orecchiabili melodie, quelli che come me suonano solo il campanello di casa potranno comunque "rapparla" senza problemi.

# IL REALIZZATORE DI SOGNI

#INRICORDODISTEFANIA

di Maria Zangari

Volontario Comitato Municipio 15 di Roma

*Io da grande vorrei fare "il realizzatore di sogni".*

*Stefania ha vent'anni e un cancro. Tecnicamente è un "malato terminale" al quale le cure palliative provano a rendere le giornate più sopportabili sebbene non ci sia una terapia analogica che riesca a lenire il dolore di un padre e di una madre che non la lasciano mai da sola e che insieme a lei lottano strenuamente contro il "male" per strappare, con ogni metodo, tempo. E non c'è una terapia del dolore nemmeno per noi che in quest'ultimo anno l'abbiamo accompagnata in giro per l'Italia, a Pavia, Milano, Napoli... Ogni viaggio è simile, cambiano i chilometri, sempre tanti. La mattina vai a prenderla in casa famiglia e devi movimentarla con grande cura ed attenzione, è fragilissima, ha dolore dappertutto, la mamma ti segue in ogni spostamento perché conosce ogni singolo dolore della figlia che, nonostante un male vigliacco che la consuma, è carina e allegra con noi.*

*Cerchi di rendere il viaggio confortevole, accendi il riscaldamento per rendere accogliente la cellula sanitaria, eviti le buche, poche soste, il minimo indispensabile perché i farmaci le assicureranno una copertura limitata a qualche ora; all'autogrill il papà ci offre un caffè e ci racconta della prossima visita e del prossimo piano terapeutico, senza tradire paura.*

*Spesso l'accompagni, aspetti il termine della visita e si rientra tutti insieme a Roma; altre volte, si rientra senza di lei e nel viaggio alterniamo lunghi momenti di silenzio in cui ci chiudiamo nei nostri pensieri ad altri in cui si parla di sciocchezze per esorcizzare le nostre paure.*

*A Milano, prima dell'ennesimo controllo medico, Stefania ci ha confidato che le piacerebbe tanto visitare un centro commerciale e poter vedere Roma ma lei è un fiore fragilissimo, tutto può nuocerle, è un cristallo purissimo e tutto rappresenta un pericolo per la sua condizione, così raccogliamo il suo desiderio senza riuscire a darle una risposta.*

*La vita è bella o cattiva? Quanto può essere ingiusta, spietata, iniqua, sleale? La vita per definirsi "vissuta" quanto deve durare, cento, cinquanta, dieci anni o anche un giorno? È più giusto morire a vent'anni o a ottanta? Qual è il senso della nostra vita? Quando possiamo dire che vivere ha avuto un senso?*

*Ci pensiamo su, Stefania è una ragazza meravigliosa perché non ha smesso di sognare, non ha smesso di avere voglia di desiderare qualcosa e oggi ha il coraggio di rivelarci il suo sogno.*

*Beh, ora tocca a noi.*

*Il "quattro e undici" è tirato a lucido, ancora nuovo, pochi chilometri è il nostro pulmino disabili nuovo di zecca, il nostro fiore all'occhiello e tante rate ancora da pagare; questa mattina porteremo Stefania dapprima in giro prima al centro commerciale, nel rutilante mondo che promette a ciascuno di poter essere chi vuoi se*



*solo sei disposto a spendere ed è strano pensare, mentre spingi la sua carrozzina, che tu odi venire in questi "luoghi non luoghi" mentre c'è qualcuno a cui sembra un posto magnifico, pieno di luci, lustrini e, soprattutto, vita "normale" e poi, a mezzogiorno ci sarà una sorpresa specialissima per lei; il Reparto Volanti della Polizia di Stato le dedicherà l'uscita delle volanti a Via Guido Reni. L'aspetta l'ispettore superiore in persona, l'accoglie con un mazzo di fiori; Stefania si è fatta bella, si è truccata e ha indossato la sua parrucca più fulgida, è felice. Gli agenti salgono in auto, le volanti si preparano, si dispongono a formare una fila indiana, rombano i motori, partono le sirene, tutto è quasi pronto, il "411" con Stefania a bordo è parcheggiato di fronte al grande cancello dal quale tra qualche istante le auto usciranno a tutto spiano. Il fragore aumenta, i lampeggianti illuminano la scena, le sirene sembrano urlare con più forza; uno scambio di sguardi, l'ispettore si ferma sul lato destro dell'uscita, si mette sugli attenti, fa il saluto militare e ha inizio la suggestiva uscita.*

*Le auto a sirene spiegate escono dal cancello a tutta velocità, sfrecciano e sembrano venirci addosso, cambiano traiettoria solo all'ultimo momento, lampeggiano per salutarla, qualcuna gira a destra qualcun'altra a sinistra, tutto avviene a velocità altissima e dura poco più di un minuto. Siamo tutti divertiti e impressionati; "Grazie per l'insegnamento di coraggio che ci dai oggi con la tua testimonianza. Con affetto e stima. Ispettore superiore SUPS della Polizia di Stato", la salutano così gli agenti.*

*È tardi, Stefania ora ha un appuntamento importante per una trasfusione ma è felice e noi possiamo rientrare. Ora lo so, io da grande voglio fare il "realizzatore di sogni", voglio andare dalla gente e chiedere ad ognuno: "ehi, qual è il tuo sogno?" e realizzarlo, voglio rubare sorrisi, nutrirmi della gioia altrui, dispensare attimi di felicità e stare a guardare mentre svaniscono come bolle di sapone.*

# LA FORMICA MATABELE

#UNFORMICA IOTUTTO PER SE

di Francesca Troiani

Volontario Comitato Municipio 15 di Roma

*In Sud Africa, dove il sole è grande grande e la terra è di un rosso profondo, c'era una volta una formica di nome Matabele. Questa formica viveva insieme a molte altre, in un grande formicaio di terra rossastra e confortevole. Con le altre formiche però, non riusciva proprio ad andare d'accordo, e fu per questo che un giorno decise di allontanarsi e di costruire un formicaio tutto per sé. Il suo formicaio sarebbe stato più grande, più bello e più torreggiante di tutti gli altri e pensò che da sola lì dentro, ci sarebbe stata proprio bene.*

*Così la formica si mise in viaggio e cammina, cammina, cammina, ad un certo punto arrivò ad una bella piana di terra grassa e soffice, che toccata dal sole si accendeva in un bel rosso vivo.*

*Allora iniziò a trasportare ed assem-*

*blare i granelli di terra che le sembravano più adatti al suo nuovo formicaio. Ben presto però, mentre il lavoro procedeva, iniziò a sentirsi stanca e quando la costruzione era giunta ad appena 5 cm da terra, appariva già piuttosto instabile.*

*A quel punto, passarono di lì due belle formiche rosse, che la videro e le chiesero: "Che fai tutta sola? E perché sei così affaticata?"*

*Allora la formica Matabele rispose: "Volevo costruire un bel formicaio tutto da sola, ma ahimé, adesso vedo che sono già così stanca, quindi temo di non farcela ed appena iniziata, la mia costruzione già traballa!"*

*Così, delle due formiche rosse appena giunte sul posto, una disse: "Se vuoi, io posso aiutarti a renderla più stabile e solida, così che possa cre-*

*scere bene alta e forte, perché sono proprio esperta in ingegneria!"*

*E l'altra ancora aggiunse: "Io invece posso portare qui, su questa bella piana rossa, tutta una squadra di altre compagne che ti aiutino, così non dovrai affaticarti troppo e aiutandoti riusciremo a portare a termine il tuo formicaio".*

*Così, detto-fatto, la formica Matabele, da sola che era, si ritrovò al lavoro insieme a molte altre:*

*la formica ingegnere stabilizzò la torre del formicaio; le altre formiche rosse invece sapevano assemblare i granelli di terra proprio bene e le insegnarono a farlo meglio di quanto Matabele non avesse fatto fino a quel momento. In tal modo il nuovo formicaio crebbe stabile, spazioso e solido, torreggiante sulla grande pianura accesa dal sole.*

*Era davvero uno dei più bei formicai che si fossero mai visti in Sud Africa e così, le due formiche rosse che erano giunte lì per caso dissero alla formica Matabele, che voleva un formicaio tutto per sé: "Come vedi, ora questo è proprio un bel formicaio, alto e robusto, ma cosa ne farai adesso che è pronto?"*

*E quella rispose: "Vi dirò, che davvero all'inizio pensavo di abitarlo tutto da sola, ma adesso che ho conosciuto voi mi sembra troppo grande e vuoto, perché so cosa possiamo fare insieme e non ho più voglia di stare qui tutta sola, in una torre tanto alta e spaziosa!"*

*E fu così che tutte le formiche che avevano costruito il formicaio, lo andarono ad abitare insieme. E vissero ancora mille avventure. E impararono millantamila cose...ma queste, sono solo, tante altre storie...*



