Dal 1986.
Con impegno.

Periodico di una mano alla vita onlus

FEDERAZIONE CURE PALLIATIVE ONLUS

Associazione no-profit per la cura e l'assistenza a pazienti in fase terminale.
Dal 1986. Con impegno.

Gerusalemme: luogo di partenza del viaggio musicale che vi proponiamo per il 24 Novembre 2018

- LASCITO TESTAMENTARIO - Cos'è e come funziona
- VOLONTARIATO VIRTUOSO - Riflessologia in hospice: una coccola terapeutica
- LA CIMINIERA - Ricordi di vita
- ANIMALI D'AFFEZIONE: Oggi in ospedale posso entrare anch'io
- AGENDA DEGLI EVENTI

LASCITO TESTAMENTARIO

COS'E' E COME FUNZIONA

Tutte le organizzazioni no profit (al momento definite come ONLUS - Organizzazione Non Lucrativa di Utilità Sociale e, dal 2019, come ETS - Enti del Terzo Settore) hanno necessità di reperire fondi al fine di potere realizzare i propri progetti nel settore prescelto, dalla cultura, all'arte, alla sanità, alla ricerca, al disagio sociale eccetera. I metodi più classici vanno dalla richiesta diretta di contributi ai simpatizzanti, di essere scelti come destinatari del cinque per mille, di partecipare alle manifestazioni indette dall'associazione e a tutte quelle forme che possono aiutare gli enti no profit a portare avanti la propria "mission".

Uno dei metodi più recenti (quantomeno in Italia) è quello di chiedere alle persone di ricordarsi di una associazione nel proprio testamento, di fare cioè un lascito testamentario ed è su questo istituto che vorremmo darvi qualche informazione.

Diciamo subito che, contrariamente a quanto si è portati a pensare, ricorrere ad un lascito non significa necessariamente destinare una grossa parte del proprio patrimonio a favore di organizzazioni no profit per opere sociali o solidali: anche un piccolo importo si può trasformare in un aiuto concreto. Si può lasciare una somma di denaro di qualsiasi entità, un bene mobile di valore più o meno consistente (un francobollo o una moneta di pregio, un'opera d'arte, un'automobile, un gioiello), una polizza vita, un bene immobile (un terreno, un appartamento, un intero palazzo). Un importante vantaggio fiscale è che quanto verrà destinato a favore di una associazione no profit (sia ora che in futuro, come già stabilito per legge) è completamente esente da qualsiasi tipo di imposta, sia per il donatore che per il beneficiario, sui beni sia mobili che immobili. Il bene perviene quindi all'associazione al cento per cento del suo valore commerciale.

Il "lascito" deve essere inserito nel testamento, che è un atto con il quale si danno disposizioni su come e a chi si vuole destinare i propri beni, o parte di essi, dopo il proprio decesso. Non vogliamo entrare in dettagli tecnici relativamente al testamento in quanto non è questa la sede per detti approfondimenti: in ogni caso, se ci comunicate il vostro indirizzo vi invieremo gratuitamente l'opuscolo "Vivere oltre la vita" da noi redatto con la consulenza di un Notaio. In esso sono illustrati tutti i dettagli sulle quote di "legittima" attribuite per legge a favore degli eredi diretti (coniuge, figli, genitori) e che chiarirà diversi dubbi e correggerà convinzioni diffuse ma totalmente errate; tra queste quella dell'indisponibilità del proprio patrimonio in presenza di quote di legittima. E' vero invece che, anche se in percentuali diverse, esiste sempre una quota libera di patrimonio di cui chi fa testamento può disporre come meglio desidera. In ogni caso, se intervengono modifiche significative nel patrimonio o cambiano alcuni rapporti familiari, esiste sempre la possibilità di modificare o annullare il proprio testamento e rifarne un altro. Il testamento valido rimane quello redatto in data più recente.

Perché decidere per un lascito a favore di una associazione no profit? Crediamo fermamente che contrapporre il concetto di morte come la fine di tutto ad un concetto di futuro, di prolungamento ideale della propria vita, possa suggerirci l'idea della continuazione dei nostri progetti e perché no, dei

nostri sogni, permettendoci di rimanere simbolicamente a far parte di una comunità di persone di cui condividiamo i valori e dalla quale farci ricordare nel tempo. E' un modo generoso e intelligente di concludere la propria vita, una pacificazione con se stessi per il tempo che inevitabilmente ognuno di noi sa di avere sprecato, affidando ad altri quello che non siamo riusciti a portare a termine, passando così da una dimensione privata ad una dimensione collettiva. Da questo punto di vista Una Mano alla Vita Onlus può darvi tutte le garanzie che richiederete qualora vogliate nominarci beneficiari di un lascito: operiamo nel settore dell'assistenza a malati terminali da trentadue anni, abbiamo "accompagnato" quasi dodicimila persone con grande impegno clinico e umano, abbiamo il riconoscimento giuridico della Regione Lombardia, operiamo in collaborazione con le Unità di Cure Palliative di Ospedali pubblici, sia in assistenza domiciliare che in hospice con personale medico e paramedico da noi retribuito.

Finanziamo inoltre tutti quei progetti che possono rendere più serena e dignitosa l'ultima parte della vita delle persone che si affidano a noi e siamo vicini alle loro famiglie, aiutandole ad affrontare un periodo molto difficile della loro esistenza. La trasparenza nei confronti dei donatori è un concetto etico che ci accompagna fin dalla nostra fondazione: da sempre, e nessuna legge ce lo impone, pubblichiamo sul nostro sito i bilanci dai quali si deducono quali sono le fonti delle entrate e come vengono utilizzati i fondi raccolti. Possiamo affermare di meritare la vostra fiducia; la vostra decisione di destinarci un lascito, per lo scopo che ci indicherete, verrà integralmente rispettata e la vostra generosità continuerà così a garantire una migliore qualità della vita di tante persone che ne avranno bisogno.

Se volete aiutarci, ora sapete che esiste anche questa possibilità: vi ringraziamo fin d'ora per quanto penserete di fare per noi.

Pier Giorgio Molinari

Se volete maggiori informazioni potete scaricare sul nostro sito www.unamanoallavita.it il nostro opuscolo relativo al lascito testamentario. Potete anche contattarci telefonicamente allo 0233101271 o via email all'indirizzo: umav@unamanoallavita.it per richiedere la spedizione gratuita al vostro indirizzo della versione cartacea.

VOLONTARIATO VIRTUOSO

RIFLESSOLOGIA IN HOSPICE: UNA COCCOLA TERAPEUTICA

Da circa tre anni nell'Hospice dell'Ospedale Bassini è stata introdotta la riflessologia plantare come terapia energetica non convenzionale da affiancare alle cure palliative. Una volta alla settimana una terapeuta riflessologa presta volontariamente e a titolo gratuito la propria attività, che va ad aggiungersi alle già presenti pet therapy e musicoterapia, al fine di portare sollievo e aiuto ai degenti del reparto. Da più parti, e non solo da pazienti ma anche da familiari e da Operatori Sanitari dell'Hospice, ci sono giunti apprezzamenti molto positivi su questo tipo di intervento e per questo abbiamo voluto incontrare la Dottoressa Lucia Crespi perché ci spiegasse cos'è la riflessologia, dove è nata e quali sono i suoi obiettivi e benefici. Ci interessava anche capire come lei, personalmente, fosse arrivata a questo mondo e soprattutto perché avesse deciso di dedicare il proprio tempo come volontaria in un contesto così insolito quale è sicuramente quello dell'Hospice.

D. Cominciamo col chiedere alla Dottoressa Crespi di presentarsi e lei lo fa non attraverso un noioso curriculum professionale, sicuramente di grande spessore e ampiezza, ma con il racconto del suo percorso di vita e delle scelte che l'hanno portata ad essere quello che è e a fare quello che fa.

R. Sono una terapeuta nell'ambito delle medicine non convenzionali da circa vent'anni e opero come riflessologa da più di quindici.
Ho incontrato la riflessologia come paziente e me ne sono immediatamente "innamorata" perché oltre ad aver risolto il mio problema fisico personale, ha mosso in me una parte molto profonda, una parte che sapevo di avere ma che nel lavoro precedente (sono laureata in ingegneria) non era mai affiorata. La riflessologia ha dato decisamente una svolta alla mia vita, e non mi riferisco unicamente all'ambito lavorativo; mi ha fatto capire che la vita va oltre la realtà, che a volte è più importante non vedere che vedere con gli occhi, che dobbiamo "ascoltare" quello che percepiamo in modo sottile, che dobbiamo ascoltarci per capire chi siamo e cosa sentiamo, che ogni tanto dobbiamo tacitare la nostra logica e la razionalità eccessiva per lasciar "parlare" la nostra parte profonda.
Lavoro con le persone ormai da parecchi anni ed è sempre un'esperienza nuova: è sì un lavoro, ma soprattutto è un arricchimento personale e reciproco che nasce dal contatto, dal cercare di comprendere gli altri ascoltandoli, dallo stabilire un rapporto terapeuta-paziente che ogni volta diventa un rapporto tra personalità, emozioni ed energie diverse al fine di creare una sintonia che aiuta a raggiungere l'equilibrio fisico e psico-emotivo nella persona che viene da me in Studio chiedendomi aiuto.
La riflessologia in Italia è una disciplina relativamente giovane e in costante evoluzione ed è un piacere per me, oltre che ovviamente un dovere, informarmi sempre su nuovi studi e nuove analisi, cercare di approfondire aspetti nuovi e tenermi aggiornata su tutte le tendenze e le ricerche attuali che, oggi fortunatamente attraverso il web, arrivano da tutte le parti del mondo.
La riflessologia regala serenità, tranquillità ed equilibrio.

Continuiamo nel nostro approfondimento strutturando l'articolo, che la Dottoressa Crespi ha scritto per noi, come un'intervista ideale in cui le domande che le rivolgeremo saranno quasi un'introduzione, un titolo ai vari argomenti che lei tratterà per svelarci e fare comprendere il mondo della riflessologia oltre che la sua esperienza personale.

D. Cosa l'ha spinta a scegliere l'Hospice come ambito d'intervento?

È stata, sia per me che per l'Ospedale Bassini, un'esperienza nuova che ha ottenuto dei buoni risultati nonostante, fino ad ora, il trattamento sia praticato solamente una volta alla settimana.
La maggioranza delle persone, ormai, conosce la riflessologia ma forse ne ha una cognizione solamente superficiale e il più delle

volte manca un'esperienza diretta.

D. Ci vuole dare una prima sintetica definizione di cosa è la riflessologia?

La riflessologia plantare si basa sull'interpretazione e manipolazione dei punti del nostro corpo riflessi nel piede e, in contesti ordinari, ha un prevalente carattere preventivo.
È una terapia orientale ed antica, estremamente valida sia come metodo d'indagine di disequilibri e sintomatologie, sia come pratica curativa per alleviare disagi e dolori e risolvere instabilità sia fisica che emotivo-psicologica.

D. Dove e quando è nata la riflessologia? Quando è arrivata in Occidente?

La riflessologia nasce in Cina in tempi molto antichi, probabilmente contemporanei alla Medicina Tradizionale Cinese, quindi ha più di 3.500 anni. Era praticata da "terapisti" viandanti. Arriva in Europa all'inizio del secolo scorso, importata in Germania da un'allieva di Fitzgerald e da lì si espande la sua conoscenza anche in Italia e nel resto d'Europa: nascono scuole e viene codificata ufficialmente intorno agli anni '50-'60.
Con l'influsso delle filosofie orientali e accostandosi alla Medicina Tradizionale Cinese e alle influenze Taoiste, la riflessologia occidentale si completa ed evolve nella versione attuale. Il principale concetto su cui si basa è quello olistico (da olos che in greco significa tutto) che vede l'essere umano non come la somma dei suoi organi ma come un insieme composto da corpo, mente e spirito.
Le filosofie orientali hanno sempre tenuto in grande considerazione nell'uomo la dimensione spirituale (shen), difficilmente riescono a concepirlo come un insieme di organi da analizzare singolarmente e in modo separato dall'esistenza globale dell'individuo.
Corpo, mente e spirito sono tre aspetti di un'unica entità e in quest'ottica il concetto di salute e guarigione consiste nella ricerca di uno stato di equilibrio interiore e armonia col mondo circostante.

D: Perché il riflessologo analizza i piedi e non le mani?

Perché i piedi rispecchiano il nostro modo di camminare nel mondo e nella vita, perché sui nostri piedi grava tutto il nostro peso sia che stiamo fermi sia che camminiamo, perché la nostra postura, il più delle volte scorretta, porta a distribuire il nostro peso in modo disarmonico sui piedi generando distorsioni, pieghe, callosità e altro. La nostra postura scorretta è una espressione del nostro comportamento e quindi del nostro modo di pensare. Potremmo dire che, quindi, i piedi costituiscono una mappa su cui leggiamo tutta la nostra vita.

D. La riflessologia funziona e quali risultati ottiene?

Il vissuto di un essere umano mediato dalle emozioni è registrato nel corpo e condiziona il suo stato di salute. Utilizzando delicate tecniche corporee è possibile accedere ai conflitti emozionali non risolti per sciogliere blocchi energetici che finiscono per manifestarsi in dolori e malesseri fisici.
La riflessologia opera al fine di raggiungere un benessere fisico e un'armonia interiore attraverso una tecnica che utilizza la pressione digitale in punti specifici del piede: mappe molto precise indicano connessioni ben definite tra i suoi punti e ogni elemento del nostro corpo. Manipolando questi punti si stimolano le numerosissime terminazioni nervose del piede e si "dialoga" con recettori del nostro sistema nervoso centrale che sollecitano quindi risposte da parte del sistema endocrino in particolare e da tutto il nostro corpo in generale.
La risposta del sistema nervoso centrale alla manipolazione riflessa, in questi ultimi anni, è stata anche riscontrata e quindi documentata da esami clinici classici come per esempio la risonanza magnetica.

D. Con quali obiettivi viene utilizzata la riflessologia in Hospice?

Nel contesto specifico dei pazienti del reparto si è dovuto selezionare e limitare la funzione della riflessologia a quella sfera di influenza che poteva essere utile a persone che si trovano a dover affrontare i momenti probabilmente più difficili della loro vita.
Pertanto ritenendo fondamentale un "accompagnamento" mentale-psicologico si è usata la riflessologia con l'unico scopo di alleggerire e svuotare la parte mentale per poter do-

nare al paziente anche solo quella mezz'ora di "leggerezza" e distacco dai pensieri e dalle paure che sicuramente lo angustiano e opprimono nella sua situazione.
Il lavoro sul mentale corrisponde alla manipolazione delle dita del piede, quindi delle parti riflesse di sistema nervoso centrale, organi di senso e altro ancora. Lavorando sul punto riflesso di diaframma e plesso solare e lavorando sulla respirazione si è sempre ottenuta una buona risposta per il raggiungimento di un rilassamento abbastanza profondo che spesso nei pazienti allettati porta a stati di torpore e sonnolenza.
Su richiesta specifica la riflessologa lavora anche per una riattivazione o un miglioramento della peristalsi intestinale, su dolori diffusi alle gambe, su gonfiori ed edemi, sul miglioramento della circolazione linfatica e della circolazione in generale e periferica in particolare.
E questi sono normalmente i punti che si utilizzano in Hospice, ma altri ancora si potrebbero prendere in considerazione se si pensasse di utilizzare la riflessologia plantare come terapia a tutti gli effetti da affiancare alla terapia classica del dolore.
Il feedback diretto dai pazienti è solitamente decisamente positivo nella maggioranza dei casi, non fosse altro che per lo stato di benessere e piacevolezza che più o meno tutti testimoniano per il solo fatto di essere "coccolati" con un contatto manuale.

Trattamento di riflessologia plantare

È capitato anche di dover trattare famigliari e parenti di persone accolte all'Hospice, nel tentativo di dare un supporto che portasse sollievo e lenisse quelle sensazioni ed emozioni pesanti e complesse che sconvolgono le persone vicine al paziente.
In queste occasioni entra in gioco una riflessologia meno conosciuta che si discosta dalla teoria dei punti riflessi stretti, anche se li considera comunque sottintesi. Si dà spazio ad una interpretazione del piede da un punto di vista energetico che rende possibile, attraverso attente valutazioni, la lettura di tratti della personalità, del modo di affrontare situazioni, problemi e rapporti personali e accettare e superare emozioni a volte destabilizzanti.
Entra quindi a trattare con apposite manipolazioni la nostra parte nascosta, la nostra parte emotiva, il nostro modo di "vedere" la realtà, il nostro modo di interpretarla, la nostra capacità di accettarla o meno.
Con questa modalità si riesce a "parlare" con le persone e a liberare quei pensieri e/o quelle modalità di pensiero cui siamo abituati e che reputiamo la nostra normalità, per provare ad osservare gli eventi che accadono da un punto di vista più ampio e più elevato.
Il riscontro ottenuto è sempre stato di gratitudine e sollievo da parte di tutte le persone trattate.

D. Può raccontarci qualche caso che l'ha particolarmente colpita, tra i pazienti da lei seguiti?

La Signora A. era una giovane donna perfettamente consapevole della propria condizione di malata terminale. Era tanto consapevole quanto arrabbiata: una malattia al seno, risolta in molte donne, era stata per lei la causa dell'abbandono del lavoro, dei viaggi, dell'autonomia ed anche della sua amata

La riflessologa Lucia Crespi in Hospice

gatta a cui aveva trovato una nuova collocazione.
Venuta in Hospice perché a casa non avrebbe avuto adeguata assistenza, attendeva con tristezza, rabbia e rassegnazione la morte. Spesso parlava di suicidio, della possibilità di fare un suicidio assistito e di quanto la vita fosse ingiusta ed orribile.
In realtà fu aiutata da molte delle attività proposte, dalla relazione e dai medici, infermieri e psicologi che l'avevano in carico. Ma la riflessologia plantare era certamente l'appuntamento fisso a cui non avrebbe mai rinunciato nei mesi di ricovero. Desiderava essere svegliata piuttosto che perdere il trattamento, unica coccola che la faceva sentire al sicuro.
Raccontava di sentirsi accompagnata, accolta e guidata. Talvolta era una guida fatta di tocchi, talvolta era accompagnata dalle parole.
Fu anche l'ultimo trattamento a cui A. si sottopose prima di chiedere la sedazione terminale, l'unico con un potere distensivo e rilassante.
Aveva sempre desiderato un trattamento del genere ed ora lo poteva ricevere, seppure negli ultimi tempi di vita. L'atteggiamento era quello di poter finalmente lasciare a lei il controllo.
In uno degli ultimi colloqui che A. fece con la psicologa, le rivelò che aveva potuto conoscere, in ultimo, relazioni ed aiuti che le avevano fatto comprendere anche un senso più profondo della vita. Tra queste annoverava certamente la riflessologia plantare ed il rapporto con la sua riflessologa che la aiutava a respirare anche nei momenti in cui malattia ed ansia l'affaticavano.

Lucia Crespi
Terapeuta riflessologa

LA CIMINIERA
RICORDI DI VITA

Ogni vita è una storia, coi suoi protagonisti,
le sue vicende e i piccoli eroi.
Luoghi, profumi, rumori, silenzi.
E la vita che scorre, quella vita che dipinge sorrisi,
che sostiene il passo anche sui terreni più aspri.
Quella vita che sorprende, che regala
e con altrettanta forza
sottrae
mescolando la gioia col dolore
in una danza a volte amara.

Noceto, piccolo paese in provincia di Parma

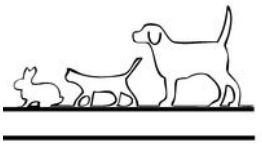
Il cielo è grigio.
Fa un freddo della madonna.
La gente che è venuta per un ultimo saluto alla Gianna, è infreddolita e imbacuccata intorno a Beppe.
I soliti "coraggio Beppe", poi un abbraccio e i finti baci.
Beppe è pallido, tirato, le mani in tasca e lo sguardo fisso verso quel muro che ha appena nascosto dentro di sé la Gianna, la sua "mamma Giannina", ultimo riferimento della sua famiglia.
-Passiamo un momento da Noceto, devo farti rivedere una cosa.- mi dice Beppe stringendomi il braccio.
Due pilastri in mattoni reggono il grosso cancello in legno tenuto chiuso da un lungo catenaccio arrugginito: era la separazione tra il "nostro cortile" e quello dei Galli. Tutto è rimasto così, o quasi, negli anni.
Quando bambini ci avvicinavamo, quei due pilastri ci sembravano alti, grossi, due enormi guardie a sorveglianza del nostro cortile, dei nostri giochi ma anche delle galline, della Gianna, delle oche della Bice, delle lenzuola stese al sole.
-Quei due guardiani, Mauro, sono sempre lì. Invecchiati un po'… il vento, la neve, l'acqua, gli anni. Tanti anni.-

Beppe accarezza quello appoggiato alla sua vecchia casa e io mi avvicino all'altro che non fa più da sostegno al pollaio della Gianna.
Il pollaio non c'è più. Già. Come non c'è più la Gianna, la Rina, la Santa, la Bice, l'Artemia, a '*smaroler al brugni dal geri*' (snocciolare le prugne delle Ghiae, zona di campagna in riva al fiume Taro, *ndr*) per farne chili di marmellata nel cortile nelle caldi estati del dopo guerra.
Patrizia, mia carissima amica, e attenta psicologa, quando le descrissi il nostro cortile mi disse che quei due pilastri rimasti in piedi siamo io e Beppe.
Lasciamo il "cortile" e percorriamo la stretta strada che tra curve e saliscendi si srotola come un nastro nella campagna tagliando odori e atmosfere che solo certi luoghi della vita possono risvegliare. I pochi colori del tardo autunno, o meglio di inizio inverno, la fanno ancora da padrone incendiando le ultime rare foglie degli alberi.
Un passaggio a livello chiuso ci dice che la "littorina", mono-vagone anni trenta, sta per passare. Un fischio da dietro il curvone ce lo conferma. Seguiamo con lo sguardo questo ridottissimo treno nel suo lento transitare. C'è il tempo di scorgere, al di là dei finestrini, i visi addormentati di quattro passeggeri.
Dalla casupola poco distante, esce un ometto di mezza età con un malandato cappotto e un berretto con visiera. L'uomo si affretta a spalancare tra cigolii di vecchiaia arrugginita le quattro ante di ferro e rete che chiudono il transito sulla ferrovia. L'uomo ci fa un leggero inchino, porta una mano alla visiera del berretto e aspetta il nostro passaggio.
Poca strada e arriviamo al "*Gat ed Gambaron*", una delle poche, ma ottima osteria rimasta nei dintorni. Nell'aria c'è ancora un leggero profumo di mosto che scopro provenire da un "*muc ed torciaduri*" (mucchio di torchiature, resti delle vinaccie passate al torchio, *ndr*) gettate sotto un pioppo lì nell'aia.
Entriamo. Ci avvolge subito il caldo vocio proveniente dal tavolo dove alcuni avventori stanno giocando a carte immersi in una nuvola di fumo di sigari che pendono dalle loro bocche.
-Ben arrivati-
Con un bel sorriso ci dà il benvenuto una ragazza col grembiule. Non ricordo il suo nome, ma la figura gradevole e il profumo dello strutto che frigge in cucina e di cui sono intrisi i suoi abiti, sono vividi nella mia memoria e nel naso.
Un tavolone di legno di vecchia fattura e le sedie impagliate ci invitano a sedere. Sulla tovaglia a quadri bianchi e rossi un po' sbiaditi, spiccano capovolte le tazze per il lambrusco. Antica usanza delle nostre campagne presente al "Gatto". Laggiù in fondo al locale un camino dispensa calore e allegria.
Si affacciano alcuni ricordi che però svaniscono all'ingresso in sala di due fumanti montagne di "sua maestà la torta fritta" (battezzata impropriamente fuori dai nostri confini "gnocco fritto").
Le fanno da contorno taglieri di salumi del posto.
Gli inglesi a quell'ora bevono tazze di tè, noi… meglio così.
Lo strutto che frigge ci ha restituito dei pezzi gonfi e fragranti che non gustavo da tempo: artigianalità che Milano, dove vivo da decenni, non sa produrre.
Un assaggio di ottima Malvasia "*blisga*" (scivola, *ndr*) giù in gola proprio bene. Ma io e Beppe scegliamo un lambrusco come ai vecchi tempi.
Il silenzio che regna a questa tavola, che nel frattempo si è riempita di amici di Noceto, è rotto di quando in quando solo da esclamazioni di approvazione per ciò che stiamo gustando. Il tempo scorre, ma non ce ne frega nulla.
-*a neva, ragas!*- (nevica, ragazzi!, *ndr*)
-*Pepon vena dentor e sera la porta ca fa fred!*- (Peppone vieni dentro e chiudi la porta che fa freddo!, *ndr*)
Non si distingue più il confine tra la strada e i campi se non fosse per le impronte lasciate da una bicicletta e illuminate da un raggio di luce gettato dalle finestre dell'osteria.
Io e Beppe tendiamo l'orecchio ai giocatori di carte e sento che si rivolgono tra di loro con dei soprannomi.
-Mia nonna mi diceva che ai suoi tempi la gente viveva nella luce bassa, mugugnava il saluto, si riconosceva dall'odore e non esistevano nomi e cognomi: Focion, Pevron, Stronson, Bison, Timplen, Fofen, Bigola e via discorrendo. Caro Beppe questa era la nostra gente, da lì noi arriviamo.-
Beppe annuisce e tira fuori da una tasca

del paltò un CD.-Questo è per te, Maurizio--Eri in giro per il mondo a suonare ma hai avuto tempo e anima di scrivere il tuo, il nostro Noceto.-
Con le facce quasi stampate contro la finestra, guardiamo passare lento un cavallo. Il silenzio è totale.
La luce che esce dalle finestre dell'osteria riesce ad illuminare lo sbuffo dell'animale che con passo pesante trascina un rudimentale spartineve: tre assi di legno inchiodate a triangolo. Caratteristico e indispensabile attrezzo delle nostre campagne che nel suo andare lasciava un disegno ondulato della neve ai lati della strada.
Il tempo è tiranno e il treno che mi riporterà a Milano non intende aspettarmi.
Io e Beppe facciamo sinceri complimenti alla signora col grembiule e la salutiamo con un "arrivederci a presto" anche da parte mia che da vecchio "strajè" (sparso per il mondo, *ndr*) ho potuto trascorrere un pomeriggio dai due volti contrastanti tra di loro. Ma il denominatore è uno solo: la nostalgia di questa mia terra.
Del mio Noceto. Del "mio cortile".
Dietro di me il "Gatto Gambarone", col suo profumo di torta fritta, si allontana sotto i fiocchi di neve.
Non so come, non so perché (ma forse lo so), il cordone ombelicale con questa terra, è sempre lì, lungo centoventi chilometri e grosso come la ciminiera di una vecchia fabbrica di mattoni… e poi… è proprio vero i ricordi affiorano, poi magari si mescolano con qualche sogno, poi si ammucchiano, poi si accavallano, poi si intrecciano in una vorticosa danza, poi svaniscono, poi ricompaiano, poi ti accarezzano, poi ti mordono e poi… infine ti sbranano… e poi… una tazza di lambrusco Beppe e poi… e poi vedremo!
M.M.

ANIMALI D'AFFEZIONE

ORA IN OSPEDALE POSSO ENTRARE ANCH'IO.



E' ormai un fatto compiuto, in alcune Regioni italiane e in alcune strutture sanitarie, la possibilità per i pazienti ricoverati in Ospedale di ricevere la visita dei propri animali di affezione. In Lombardia questa grande conquista è stata possibile dopo tutta una serie di passaggi normativi il più importante dei quali è stata l'entrata in vigore il 13 aprile 2017 del regolamento attuativo del Titolo VIII, Capo II della legge regionale 33/2009 (norme a tutela degli animali di affezione e alla prevenzione del randagismo).

Negli artt. 22 e 23 di detto regolamento vengono definiti i criteri di accesso degli animali d'affezione presso le strutture sanitarie e sociosanitarie, pubbliche e private (art. 22) e le condizioni minime per tale accesso (art.23).

L'ultimo passo che ha permesso la concreta applicazione di tali norme è stato compiuto dalle strutture sanitarie, che hanno a loro volta adottato un regolamento che fissa le condizioni della presenza degli animali nella propria realtà dopo un percorso di valutazione "dei rischi, delle caratteristiche dei locali e degli spazi comuni e dello stato in cui si trovano gli ospiti o i pazienti" e l'individuazione di "reparti o zone in cui vietare l'introduzione di animali o richiedere particolari accertamenti clinico-diagnostici sugli animali stessi ai fini del loro accesso".

L'esperienza dell'Ospedale Niguarda di Milano.

Niguarda è stato tra i primi Ospedali in Lombardia a proporre la presenza degli animali in corsia.
A raccontarci di questa esperienza che coinvolge anche la realtà dell'Hospice Il Tulipano, struttura con cui collaboriamo da anni, è la psicologa dell'Ospedale Niguarda, la Dottoressa Gabriella Rossi, in un'intervista, che riportiamo qui sotto, trasmessa lo scorso 6 dicembre dal programma televisivo Geo.

Manuele Biggi intervistatore (da qui in poi M.B.)

E' vero che nell'Ospedale di Niguarda i pazienti possono ricevere la visita dei propri animali di casa?

Gabriella Rossi (da qui in poi G.R.)
Nell'Ospedale di Niguarda la presenza di animali è da sempre una tradizione e il nuovo regolamento che disciplina la loro presenza in corsia, sulla scorta della normativa emanata dalla Regione Lombardia, si inserisce in un contesto di terapia che ha come obiettivo l'umanizzazione della cura: il paziente cioè non è visto solo come un organo malato ma anche come centro di relazioni affettive che diventano importantissime quanto più ci si allontana dalla normalità.
Relazioni affettive che coinvolgono anche l'animale di casa considerato dall'attuale normativa un membro della famiglia. Detto per inciso, è stato recentemente depositato un decreto legge che prevede un'integrazione tra anagrafe canina regionale e anagrafe comunale delle famiglie.
D'altra parte anche gli antichi ipotizzavano un effetto benefico degli animali sull'uomo, tra questi Ippocrate che consigliava contro lo stress e l'insonnia l'uso dei cavalli.

M.P. Quali animali possono entrare attualmente in Ospedale e con quali modalità?

G.R. Il regolamento approvato da Niguarda consente l'accesso in corsia a cani, gatti e conigli, sia pure nel rispetto di precise regole. E' da sottolineare tuttavia che in un particolare reparto dell'Ospedale, precisamente nell'Hospice, sono ormai più di 3 anni che gli animali hanno libero accesso e possono addirittura fermarsi e vivere nella stanza con il paziente e i famigliari (su questo tipo di esperienza vedi più avanti l'intervista a un ricoverato che ha vissuto i suoi ultimi giorni in compagnia della sua adorata gattina, *ndr*).
Nell'Hospice vi è anche un cane semiresidenziale che vive di giorno con gli ospiti (si tratta di Ciko, cane che è stato addestrato come pet therapist nell'ambito di un progetto che Una Mano alla Vita finanzia da oltre 5 anni, *ndr*).

Bisogna però tenere conto che quella dell'Hospice è una realtà particolare e di più facile gestione perché ogni paziente ha una propria camera, ed è comunque una struttura in cui molto alto è l'impegno del personale per

Ciko con parte dello staff dell'Hospice Il Tulipano

ricreare un ambiente familiare molto stretto.
Per quanto riguarda invece l'accesso ai reparti ospedalieri, ecco una sintesi delle regole da seguire.

I cani devono essere iscritti all'anagrafe, essere condotti al guinzaglio di una lunghezza massima di 1,5 metri e avere al seguito la museruola.

I gatti e i conigli devono invece essere alloggiati in un trasportino, perlomeno fino al momento della visita.

I conduttori devono essere maggiorenni, munirsi di strumenti idonei alla raccolta e rimozione di eventuali deiezioni e perdite di pelo, portare con sé una documentazione sanitaria dell'animale, pulirlo e spazzolarlo prima della visita e mettere in atto in generale tutti i comportamenti necessari perché l'animale non sporchi e non rechi disturbo agli altri.

Vi sono poi aree sì e aree no. I reparti proibiti sono ad esempio quelli di terapia intensiva o sub intensiva o quelli dei trapianti.
Per ora nel regolamento di Niguarda quattro sono le strutture complesse che hanno accolto gli animali in corsia e nelle stanze, con percorsi protetti là dove le stanze sono condivise.

M.B. In caso di fobie del compagno di stanza come ci si comporta?

G.R. In questo caso è necessario chiedere il permesso del paziente ed avere il consenso del medico che ne valuta le condizioni di salute.

Nell'evenienza che il rifiuto del compagno di

camera renda impossibile arrivare fino alla stanza del ricoverato, in alcuni reparti sono state attrezzate delle terrazze o dei luoghi comuni. Nell'Ospedale inoltre è già stato predisposto un recinto dedicato in cui avere l'incontro ed è in previsione l'allestimento di due aree coperte in caso di brutto tempo.

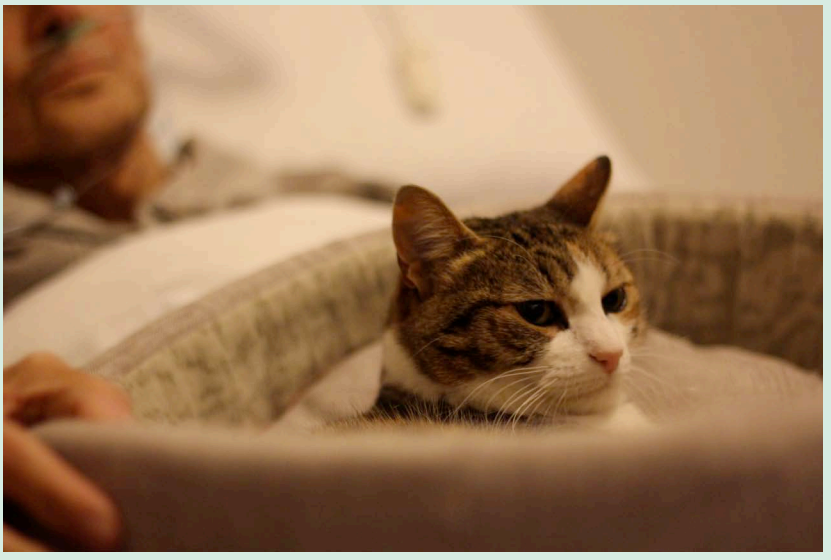
L'intervista si conclude con un'ultima osservazione da parte della Dottoressa Rossi che sottolinea come l'accesso degli animali in corsia sia stato reso possibile non solo dalle scelte di una dirigenza illuminata ma anche dalla disponibilità e cooperazione degli operatori sanitari che quotidianamente si impegnano perché i nostri amici a quattro zampe ci possano essere vicini proprio nei momenti in cui più abbiamo bisogno di loro.

La storia di Mumi

A tale proposito terminiamo il nostro articolo con un'altra intervista, spostandoci questa volta nell'Hospice Il Tulipano dell'Ospedale Niguarda. L'intervistatore è C.P., un infermiere della struttura, gli intervistati E., un paziente ricoverato in Hospice dopo ripetute degenze presso un altro Ospedale lombardo, e A., la moglie che lo segue in modo costante. Entrambi hanno chiesto ed ottenuto di potere ospitare nella loro stanza Mumi, la loro deliziosa gattina di razza europea di 8 anni.
Obiettivo dell'intervista è quello di cercare di capire cosa significhi per loro e per la gatta potere stare insieme in modo continuativo.

C.P. Perché avete chiesto di potere avere Mumi con voi?
E. Abbiamo portato Mumi qui perché la gatta fa parte della nostra famiglia, "fa casa" e per lei la casa è dove siamo noi.
A. E. desiderava tantissimo avere la gatta vicino a sé anche quando era in Ospedale (quello dove è stato precedentemente ricoverato, *ndr*) ma ciò non era possibile perché la sua presenza veniva considerata pericolosa, fonte di batteri e infezioni. La cosa strana è che da quando Mumi è qui, è stata lei ad ammalarsi e mio marito la sta curando.

C.P. Se ho capito bene, mi state dicendo che per voi la gatta è un elemento che è riuscito ad umanizzare questo luogo anche se si tratta di un Ospedale.
E. Sì, è così. Considera poi che se io fossi rimasto in Ospedale (l'alternativa di un'assistenza domiciliare era stata considerata impossibile visto le mie varie e gravi patologie) non avrei mai più potuto vedere e stare con Mumi. Averla qui con me ha assunto quindi il significato di un mio simbolico rientro a casa.
A. In questo modo abbiamo la possibilità di stare tutti insieme e di assistere la gatta, che non è autosufficiente, evitando di affidarla al veterinario che la terrebbe chiusa per la maggior parte del tempo in una gabbietta.



Mumi in Hospice

Introduciamo una breve parentesi per raccontare la storia di Mumi.
Mumi è una gatta randagia raccolta da I., figlia degli intervistati, che ha affidato l'animale ai genitori quando per lavoro ha incominciato a girare il mondo. All'età di 4 anni la gatta è stata investita e si è ritrovata con la spina dorsale spezzata. Per rispettare i sentimenti di I. che era in quel momento in Cina, Mumi non è stata soppressa, malgrado il parere contrario del veterinario. E. si è accollato il compito di aiutarla nelle necessità fisiologiche due volte al giorno, compito che ha portato avanti per ben quattro anni fino al giorno del ricovero in Ospedale. Mumi è affezionatissima ad E.: quando è stato ricoverato la gatta è rimasta coricata per ben tre giorni su un suo golf e si è poi ammalata.

E. Secondo me l'infezione di cui ha sofferto Mumi è stata provocata anche dal mancato affetto di un membro della famiglia. Si dice che i gatti si carichino della sofferenza dei malati. Bambini e gatti, in modo particolare questi ultimi, sanno tutto della famiglia, intuiscono tutte le emozioni da cui sono circondati.

C.P. Cosa pensate della possibilità di portare con sé un animale durante la degenza in Ospedale?
A. Sarebbe una cosa umana. Una persona quando sta male vorrebbe avere attorno a sé tutto ciò che lo fa star bene: moglie, figli, animali di casa. Sì anche quest'ultimi perché, mentre un tempo il rapporto con gli animali era in massima parte di lavoro o di sfruttamento, ora non è più così.

C.P. Vi faccio questa domanda perché dopo l'emanazione da parte della Regione Lombardia di una normativa che consente l'ingresso degli animali domestici nei reparti Ospedalieri, Niguarda, da cui questo Hospice dipende, ha deciso, previa approvazione di uno specifico regolamento, di allargare il progetto "Animali in corsia" anche ad altri reparti, ad es. oncologia. Da noi, in Hospice, la presenza degli animali è un dato di fatto da ormai più di tre anni e confesso che, quando la Direzione ci ha chiesto di elaborare una procedura che regolamentasse l'ingresso degli animali nella nostra struttura, siamo rimasti alquanto perplessi. Negli anni abbiamo accolto in Hospice ogni tipo di animali d'affezione tra cui anche tartarughine che scappavano di notte, uccellini, pappagallini. Temiamo che con la nuova normativa questo non sarà più possibile…. Speriamo di no.

In data 29 Maggio 2018 nella sede di Via G. Govone, 56 - 20155 Milano durante l'Assemblea annuale si sono svolte le elezioni del nuovo **Consiglio Direttivo** della nostra associazione. Il nuovo Consiglio Direttivo risulta cosi composto:

Presidente: Pier Giorgio Molinari
Vicepresidente: Franco Abbiati
Tesoriere: Roberto Invernizzi

Consiglieri
Maurizio Melli
Giovanni Panzeri
Adelia Maspero
Sergio Mondini

Eletti il 29 maggio 2018
e in carica fino al 28 maggio 2021

Iscriviti alla nostra associazione.

Basta scaricare il modulo di ammissione dal nostro sito, inviarlo al Consiglio Direttivo dell'Associazione e versare la quota di iscrizione minima annua di euro 26.
La scelta di diventare **socio** non comporta obblighi speciali ma, al contrario, consente di partecipare all'assemblea annuale (durante la quale vengono presentati ed approvati il bilancio dell'associazione e la relazione sull'attività annuale) ed alle eventuali assemblee straordinarie.

Altrimenti puoi diventare **simpatizzante**, socio senza diritto di voto alle assemblee, con un offerta libera.

Per ogni informazione in merito non esitate a contattarci allo 02 33101271 oppure per email: umav@unamanoallavita.it

AGENDA DEGLI EVENTI

17 e 18 Novembre 2018

Anche quest'anno il nostro mercatino vi aspetta.
Il **17 e 18 Novembre 2018** vi accoglieremo con i nostri prodotti presso il Centro Culturale della **Parrocchia di San Protaso in Piazzale Brescia angolo Via Osoppo**.
Saremo presenti **dalle ore 10:00 alle ore 19:00** con banchetti di prodotti gastronomici, salumi, formaggi, sottoli, paté, dolci; accompagnati da vini IGT e arricchiti da panettone gastronomico, pucce salentine, pasta e taralli. Le signore potranno trovare prodotti di bellezza, abbigliamento femminile, articoli per bambini, bigiotteria e accessori per la casa e i signori potranno fare loro un bel regalo col cuore!

Ringraziamo per la loro generosità:
L'Erbolario, Valle Fiorita, Tenute Rubino, Ligorio, Tentazioni Pugliesi, Calder, Artsana, Gruppo Mondadori.

---

24 Novembre 2018

IL NOSTRO CONCERTO DI NATALE

Un gradito e richiesto ritorno in una veste nuova, una proposta artistica inedita e di valore enorme alla quale vi consigliamo di non mancare.

DA GERUSALEMME A MILANO
VIAGGIO MUSICALE NEL MEDITERRANEO

Sabato 24 Novembre 2018 ore 20:30
Auditorium Fondazione Cariplo di Milano

Quest'annno avremo il piacere ma soprattuto l'onore di ospitare il giovane **Maestro** israeliano **Omer Meir Wellber** sul palco dell'Auditorium di Milano e con lui accompagnarvi in una serata di Viaggio musicale.
Da Gerusalemme a Milano sarà il percorso offerto: musiche da tutto il Mediterraneo (Israele, Turchia, Grecia, Italia e Spagna); melodie mediorentali ed europee in un intreccio creativo ed accattivante. Compagni di viaggio del Maestro Wellber saranno il famoso mandolinista **Jacob Reuven** che suonerà pezzi di grande virtuosismo, il pianista italiano **Davide Cabassi** che canterà accompagnandosi con il pianoforte e il clarinettista **Anton Dressler** che farà delle improvvisazioni con il computer. Un quartetto d'archi accompagnerà questo ensemble di sicuro interesse.
Una serata di un vento musicale irrefrenabile che si insinuerà tra tempi e epoche diverse.

Il Maestro Omer Meir Wellber

La serata sarà condotta da:

Omer Meir Wellber che è attualmente tra i più acclamati Direttori d'Orchestra a livello internazionale, e che ama di tanto in tanto cambiare prospettiva e ruolo. Ex assistente del Maestro Daniel Barenboim, ancora oggi si diverte a suonare con passione fisarmonica e pianoforte. Dice: "Mi piace suonare perché è un modo per mantenere un contatto con il mondo reale, i musicisti e la musica; quando dirigi pensi di essere tu quello che "fa musica" mentre non sei tu quello che realmente la fa". Il Direttore del Festival di Musica di Dresda aggiunge: "E' davvero una personalità con un temperamento molto vivace, cosa piuttosto rara tra i Direttori d'Orchestra. Wellber ha un udito eccellente, sente tutto, ed è compositore di se stesso; è inoltre molto fantasioso e sempre alla ricerca di nuovi percorsi creativi."

Jacob Reuven musicista israeliano, è considerato tra i suonatori di mandolino affermatisi negli ultimi anni come uno dei più intriganti e ricercati. Reuven ha orizzonti musicali ampi che spaziano dalla musica classica a quella barocca, dalla musica contemporanea alla world music, fino alla musica per la danza moderna e il teatro. Ma in ogni ambito musicale ciò che lo contraddistingue è una "voce" unica e standard musicali di grande intransigenza.

Davide Cabassi è un talentuoso pianista milanese che ha debuttato a 13 anni con l'Orchestra Sinfonica della Rai di Milano ed ha subito intrapreso una brillantissima carriera internazionale che lo ha portato nelle più prestigiose istituzioni concertistiche mondiali.

Anton Dressler è un clarinettista "straordinario… di una sensibilità quasi esasperata" (Corriere della Sera), con "i fiati sempre dosati, intonazione superba, morbidezza e varietà nel fraseggio invidiabili" (Resto del Carlino). Nei suoi concerti il musicista usa anche elementi di live electronics, passione che lo ha portato a espandere le capacità dello strumento e a sviluppare nuovi programmi.

Vi aspettiamo il 24 Novembre alle ore 20:30 presso l'Auditorium Cariplo in Largo Gustav Mahler a Milano per godere di una serata unica, interamente a sostegno dei nostri progetti.

I biglietti, posti unici numerati, per la serata sono acquistabili al prezzo di 31/25 euro platea e 26/20 euro balconata e galleria presso l'Auditorium Cariplo di Milano, sul sito www.vivaticket.it o direttamente presso Una Mano alla Vita Onlus in Via G. Govone 56 a Milano Tel. 0233101271-3476028473, email: umav@unamanoallavita.it - eventi@unamanoallavita.it

Altro evento a nostro favore:

Martedì 11 Dicembre 2018 alle **ore 21:00** al **Teatro Carcano** in **Corso di Porta Romana 63** a Milano andrà in scena la commedia della nuova Compagnia Teatrale di Enzo Rapisarda **"L'albergo del silenzio"** commedia comica in tre atti di **Eduardo Scarpetta** con la regia di **Enzo Rapisarda**.

Il ricavato finanzierà il progetto "Un medico per Milano", una risorsa professionale in piu' e un potenziamento dell'Unità di Cure Palliative che ha sede presso il Poliambulatorio di Via Farini 9 e che assiste a domicilio pazienti e famiglie residenti nel territorio metropolitano. L'obiettivo è quello di dare ad ogni malato un'assistenza professionale di qualita'.

Agenzia incaricata alla vendita dei biglietti: Comedians, Via Col di Lana 8, Milano. Tel. 0283660429.

DOMANDE FREQUENTI

Un mio caro è in fase terminale e ha bisogno di assistenza. Cosa posso fare?

È possibile accedere alla Rete assistenziale di Cure Palliative (se ricorrono i presupposti per la sua attivazione) in base alla segnalazione del Medico di famiglia, o del Medico Ospedaliero/RSA, oppure direttamente del paziente/caregiver ad un soggetto erogatore di cure palliative (Hospice o equipe domiciliare accreditata).

Una volta segnalata la necessità di attivare il servizio, il soggetto erogatore prescelto verifica l'appropriatezza della presa in carico del malato e concorda, insieme a lui e al nucleo famigliare, la tipologia ed il set assistenziale più adeguato ai bisogni della persona (hospice, cure domiciliari…), nell'arco di 72 ore.

La Rete assistenziale per le Cure Palliative è articolata nelle seguenti tipologie:

- residenziale presso strutture dedicate chiamate "Hospice";
- domiciliare presso il domicilio della persona tramite l'assistenza da parte di equipe accreditate per le Cure Palliative Domiciliari;
- day hospital (day hospice) presso le strutture accreditate per tale livello di assistenza;
- specialistica ambulatoriale presso le strutture accreditate per tale livello di assistenza.

Per maggiori informazioni potete visitare il sito www.infocurepalliative.it oppure contattare le strutture di riferimento da noi sostenute:

Asst Nord Milano Poliambulatorio Farini 0257994756 (assistenza domiciliare)
Ospedale Bassini Cinisello Balsamo 0257998145 (assistenza domiciliare) 0257998118 (Hospice)
Hospice Il Tulipano Milano 0264445122 - 0264445115 (assistenza domiciliare e Hospice)

Per essere sempre aggiornato sulle nostre attività ed eventi seguici su:

facebook www.facebook.com/UnaManoAllaVitaOnlus twitter https://twitter.com/UnaManoAllaVita

PER

- darci idee, stimoli;
- porci domande sul mondo delle cure palliative a cui non hai avuto ancora risposte;
- raccontarci esperienze, storie che vuoi condividere con gli altri lettori;
- esprimere commenti sulla nostra attività in generale (progetti, eventi...);
- richiedere la rimozione dei tuoi dati dai nostri archivi;

scrivi a umav@unamanoallavita.it

Con i contribuiti di **Fondazione Banca del Monte di Lombardia, Fondazione Peppino Vismara, Fondazione Prima Spes, Fondazione Stavros Niarchos** e del **Fondo Gianfranco Reina** abbiamo potuto realizzare una parte importante dei nostri progetti. Un grazie di cuore a chi ha creduto in noi.

Associazione giuridicamente riconosciuta dalla Regione Lombardia dal 1991.
Onlus (Organizzazione Non Lucrativa di Utilità Sociale) dal 1998.

SCOPI DELL'ASSOCIAZIONE

Promuovere, sostenere e sviluppare iniziative sanitarie e socio-assistenziali volte al miglioramento della qualità della vita dei malati terminali.

Fornire a titolo gratuito personale, mezzi e servizi a strutture sanitarie pubbliche dedicate alla cura e all'assistenza domiciliare e in hospice dei malati inguaribili.

Finanziare iniziative di formazione e aggiornamento professionale di medici, infermieri e psicologi.

Informare e sensibilizzare l'opinione pubblica sul problema della malattia terminale.

PER DIVENTARE SOCIO

- Con diritto di voto alle assemblee quota minima annuale di € 26,00
- Senza diritto di voto alle assemblee offerta libera

PER AIUTARCI

Conto Corrente Postale
49095201

Conti Correnti Bancari
Banca Popolare di Sondrio - Milano Sede
IBAN IT18B0569601600000013767X26
Banca Prossima - Milano Filiale P.zza P. Ferrari 10
IBAN IT53T0335901600100000119211
Banco Popolare - Sede Milano Ag. 21
IBAN IT48O0503401633000000005243

intestati a:
Una Mano alla Vita Onlus

Le elargizioni liberali effettuate da Persone Fisiche e Giuridiche sono DEDUCIBILI nel limite del 10% del reddito complessivo dichiarato e comunque nella misura massima di 70.000 Euro annui (Legge 80 del 14/05/2005).
Se più favorevole è applicabile, in alternativa, la normativa ex DPR 22.12.1986 e successive modificazioni.

Sede Associazione:
Via G. Govone 56, 20155 Milano
Telefono 02 33101271
umav@unamanoallavita.it
www.unamanoallavita.it
C.F. 97050230156

Direttore Responsabile:
Pier Giorgio Molinari

Redazione:
Valentina Gaviraghi, Maurizio Melli, Pier Giorgio Molinari, Alessandra Sardano, Marisa Vergani.

Anno XXXIII Numero 2 - Ottobre 2018 - Trimestrale
"Poste Italiane Spa Sped. in abb. postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n.46) art. 1, comma 2 DCB Milano"

Autorizzazione Tribunale di Milano n. 193 del 07/03/1987

Stampa:

printed by www.flyeralarm.com/it