



**la persona,
la cura,
il sollievo**

Dal 1986. Con impegno.

Socio fondatore



FEDERAZIONE
CURE PALLIATIVE

Associazione Non Profit per la cura e l'assistenza a pazienti in fase terminale

Periodico di Una Mano alla Vita Ets

Aprile 2025

In questo numero **Editoriale**: tre argomenti di attualità; **Dentro il progetto**: La riflessologia plantare, una coccola terapeutica; **Lascito testamentario**: un gesto libero e generoso; **5x1000 per la dignità della persona**; **Un po' di leggerezza** Racconti dall'India: francobolli; **Agenda degli eventi**: Vengo anch'io - omaggio alla Milano degli anni '60 e a Jannacci, Gaber e Fo.





Editoriale: tre argomenti di attualità

Buongiorno a tutti i lettori del nostro periodico. Nell'editoriale di questo numero parliamo di tre argomenti per noi di attualità in questo periodo.

Convegno scientifico. Il 20 Marzo 2025, nell'Aula Magna dell'Ospedale Niguarda a Milano, abbiamo organizzato, in collaborazione con l'Ospedale Niguarda stesso, un Convegno scientifico dal titolo "**Curare nella complessità. L'approccio integrato delle Cure Palliative a Niguarda**". Questo incontro ha voluto essere un momento di aggiornamento su cosa si intende per "**complessità**" che prende in esame sia l'aspetto clinico della cura al paziente, sia il soddisfacimento dei bisogni di ogni singolo ammalato per quanto riguarda l'aspetto psicologico, emozionale, relazionale per difendere la dignità della persona fino all'ultimo momento. I relatori del Convegno, psicologi, filosofi, medici, ricercatori, infermieri, hanno illustrato tutte le problematiche relative all'ultimo periodo di vita dei pazienti accolti dalle Cure Palliative, con analisi di reali casi clinici e psicologici affrontati sia in hospice che a domicilio.

Alla nostra associazione era stato assegnato il tema "**Il Terzo Settore: sinergie per il supporto alla cura**": abbiamo evidenziato l'importanza che le associazioni del Terzo Settore hanno da anni assunto per far fronte alla carenza di risorse del Servizio Sanitario Nazionale e soprattutto per l'impegno di offrire attività ai malati per soddisfare i loro bisogni che l'istituzione pubblica non sarebbe mai in grado di fornire.

E' stata per noi una grande soddisfazione ricevere dai partecipanti al Convegno, in un'aula gremita di professionisti a vario titolo esperti in Cure Palliative, il riconoscimento dell'importanza della nostra attività nel corso di quasi quaranta anni.

Cinque per mille. Ed eccoci, come ogni anno in questo periodo, al 5x1000, istituito in via sperimentale con la Finanziaria del 2006 che, fin dalla sua prima edizione ha suscitato un certo interesse, registrando una raccolta di quasi 193 milioni di Euro da parte di 7.275.401 contribuenti. Di proroga in proroga, il 5x1000 viene giuridicamente stabilizzato nel 2014 fissando però un "tetto" a quanto lo Stato, nonostante la volontà dei contribuenti, avrebbe erogato poi effettivamente. Nell'anno 2011 ad esempio il "tetto" era stato fissato a 300 milioni di Euro, aumentati poi a 400 nel 2014, a 500 nel 2015 e così via fino a 525 che tale è rimasto a tutt'oggi anche se è stato accertato che l'importo effettivamente destinato dai contribuenti ha superato i 550 milioni: vale a dire che vengono indebitamente trattenuti dallo Stato almeno 25 milioni di Euro, che quindi non vengono assegnati alle Associazioni scelte dai contribuenti.

Al di là di ogni considerazione, il 5x1000 è una importantissima istituzione che **non rappresenta un costo per il contribuente** mentre per le associazioni che ne hanno diritto è un contributo essenziale per la loro attività.

Vi chiediamo quindi di darci una mano con una procedura molto semplice: scrivere il nostro codice fiscale **97050230156** nella vostra dichiarazione dei redditi nella sezione “Sostegno degli Enti del Terzo Settore iscritti al RUNTS.....” aggiungendo la vostra firma.

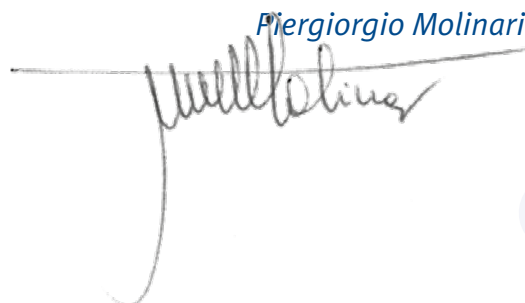
Questa vostra decisione ci aiuterà ad ampliare sempre di più i nostri interventi a favore di persone giunte al termine della loro vita che potranno ricevere attenzione clinica e umana, mantenendo intatta la loro dignità fino all’ultimo momento. Per dare una chiara idea di quanto i contributi che ci vengono assegnati con il 5x1000 delle vostre scelte possano incidere sulla possibilità di incrementare o consolidare le nostre attività vi informiamo che dalla data di inizio nel 2006 del 5x1000 fino alla dichiarazione del redditi 2023 per i redditi prodotti nell’anno 2022 (ultimo dato disponibile) abbiamo complessivamente ricevuto più di 580.000 euro. I contribuenti/donatori sono aumentati gradualmente da 342 del 2006 ai 763 del 2023.

Si tratta di cifre per noi imponenti e siamo fiduciosi che questi risultati possano migliorare ulteriormente con l’aiuto di chi vorrà sostenere la nostra mission e che ringraziamo fin d’ora. Sempre per darvi un’idea del nostro impegno nei confronti dei malati terminali e delle loro famiglie di cui ci prendiamo cura dal 1986 vi diciamo che da allora fino al 2024 compreso, abbiamo investito più di 5.000.000 di Euro nelle Cure Palliative: impegno appassionante e gravoso che, con il vostro aiuto, siamo certi di poter portare avanti anche per il futuro.

Concerto. E adesso per una serata piacevole (e che in ogni caso aiuterà i nostri progetti) vi proponiamo il concerto “**Vengo anch’io**” che abbiamo organizzato per il **17 Maggio 2025 al Teatro Oscar di Milano** (all’interno di questo stesso periodico troverete maggiori dettagli). Si tratta di una band composta da quattro artisti che renderanno omaggio a tre icone dei “favolosi” anni ’60 che hanno lasciato tracce indelebili, in modo particolare, nella cultura Milanese quali Enzo Jannacci, Giorgio Gaber e Dario Fo. Il Teatro Oscar contiene solo trecento posti per cui, se interessati, vi consigliamo di prendere subito contatto con noi per assicurare la vostra presenza. Questo evento sosterrà il nostro progetto “*La Musica che cura*” che sta dando risultati al di là di ogni ragionevole previsione grazie soprattutto alla professionalità e al coinvolgimento emotivo degli artisti dell’associazione “Donatori di Musica” che si esibiscono gratuitamente per tutti coloro che vogliono partecipare ai loro concerti. Per ogni dettaglio del progetto “La Musica che cura” vi rimandiamo al nostro precedente periodico di Novembre 2024.

Termino ringraziandovi del vostro sostegno che ci conforta e ci stimola, augurando a voi e ai vostri familiari una **buona PASQUA** che porti pace e serenità di cui abbiamo davvero tutti un grande bisogno.

*Una Mano alla Vita Ets, Il Presidente
Piergiorgio Molinari*





Dentro il progetto: Riflessologia plantare, una coccola terapeutica

Da diversi anni sosteniamo le attività complementari in quanto siamo coscienti e consapevoli di quanto possano essere di supporto per la dignità della persona ma anche per la riduzione dell'uso di medicinali. Vi riportiamo di seguito le parole di Massimo Pizzuto, Facente Funzione di Responsabile dell'Unità di Cure Palliative dell'Asst Nord Milano, nelle quali esprime il suo parere in merito a queste discipline e presenta una ricerca scientifica realizzata dalle Dottoresse Sisca, Crespi, Gusella, Pagani e Maradini sulla riflessologia plantare nell'Hospice Bassini di Cinisello Balsamo.

“Questa attività “complementare”, così come le altre, è davvero un valore aggiunto. In generale la definizione di “complementare” dovrebbe essere in effetti sostituita con “costitutiva” per elevarne il profilo. Io lo vedo, lo sento dai pazienti, dai familiari, dal personale dell’hospice che è un’attività importante. Lo vedo dall’”atteggiamento” di chi lo fa, del lavoro di preparazione, dell’ascolto.

E’ stato difficile produrre un lavoro che avesse una base di “scientificità” ma io penso che sia sempre importante accompagnare al lavoro quotidiano un lavoro di revisione e analisi che permetta di fare il punto su punti forti ed eventuali miglioramenti. Non è per nulla scontato che si faccia ma è stato fatto e questa è la prova che si può fare, che si può alzare lo sguardo e avere una migliore visione d’insieme di quello che si fa.

Complimenti a tutti, a chi fa e chi contribuisce a questo “fare”.”

Le Cure Palliative hanno l’obiettivo di migliorare la qualità della vita dei pazienti e delle loro famiglie attraverso l’utilizzo di strumenti medici, infermieristici, psicologici, spirituali e sociali, per rispondere alle esigenze di alleviare ogni sintomo che si presenti.

Il trattamento dei sintomi richiede un approccio multidisciplinare, che include anche le tecniche di medicina alternativa e complementare (CAM), definite come un insieme di conoscenze, competenze e pratiche basate su teorie e concetti che non appartengono alla medicina

tradizionale. Tuttavia, laddove non vi siano controindicazioni, queste pratiche possono essere integrate efficacemente con la medicina convenzionale, offrendo un approccio olistico e aumentando il benessere percepito del paziente e della sua famiglia.

Nel nostro hospice, abbiamo incluso la pet therapy, la riflessologia plantare, la musicoterapia e attività di terrarium e lettura con i pazienti.

Il nostro approccio è completamente centrato sul paziente, con interventi personalizzati per rispondere alle sue

necessità individuali. Questa modalità è resa possibile dalla presenza di personale dedicato ogni giorno, ad eccezione del fine settimana.

Tutti i pazienti beneficiano di consultazioni psicologiche quotidiane e i nostri interventi CAM sono completamente strutturati in base alle specifiche esigenze di ciascun nucleo familiare e di ogni singolo paziente.

Questa personalizzazione è realizzabile considerando, per ogni paziente, sia la progressione specifica della sua condizione clinica, sia l'evolversi e l'esplicitarsi dei suoi bisogni emotivi e relazionali.

In questo scritto, presentiamo uno studio descrittivo sui dati più recenti riguardanti la riflessologia plantare nella nostra unità operativa. L'analisi retrospettiva riguarda gli ultimi venti mesi di trattamenti. La riflessologia plantare è stata introdotta nel nostro hospice quasi dieci anni fa. Inizialmente il trattamento veniva somministrato una volta alla settimana per poi essere aumentato a due volte negli ultimi anni, al fine di permettere un maggior numero di trattamenti per ciascun paziente. Le sedute si svolgono nel pomeriggio, mentre al mattino i pazienti vengono informati della possibilità di beneficiare del trattamento. Ogni seduta dura circa 30 minuti. Prima di ogni trattamento si tiene un briefing con la psicologa e lo staff presente, durante il quale vengono esplicitate le necessità specifiche di ciascun paziente (ansia, difficoltà ad addormentarsi, depressione, bisogno di lasciar andare il controllo, ecc.). I dati relativi a ciascuna seduta vengono annotati e successivamente

condivisi con l'équipe, al fine di garantire la continuità del lavoro svolto dalla riflessologa con quello degli altri operatori nei giorni successivi.

L'obiettivo principale del trattamento è aiutare il paziente a mantenere un equilibrio rispetto alle paure e al pensiero eccessivo (overthinking) che spesso accompagna il ricovero. La riflessologia plantare si configura come un anello di congiunzione tra le dimensioni somatica, mentale e spirituale, supportando i pazienti nel concentrarsi sulle proprie sensazioni, sulle difficoltà nel lasciarsi andare, sulla fiducia e sulle speranze. Non è infrequente che durante il trattamento si aprano spazi di riflessione sul significato della propria esistenza, contribuendo ad accrescere le competenze necessarie per affrontare al meglio questo periodo della vita.

Inizialmente la riflessologia plantare era destinata esclusivamente ai pazienti ma, in un'ottica di supporto familiare, il progetto è stato esteso anche ai familiari che attraversano difficoltà emotive maggiori.

RISULTATI

Da gennaio 2022 ad agosto 2024, sono stati trattati 193 pazienti e 65 caregiver: 102 donne e 91 uomini di età variabile tra i 32 e i 98 anni. I pazienti trattati soffrivano di patologie oncologiche o non oncologiche (comunque in stadio finale di malattia). Circa due terzi dei pazienti erano informati della loro diagnosi, circa un terzo conosceva la propria prognosi. In media i ricoveri duravano poco: circa 15 giorni. Dei caregiver che sono stati trattati, 42 erano donne e 23 uomini, con un'età media di 59.4 anni.

Tabella 1. Caratteristiche di pazienti e caregiver		
Caratteristiche dei pazienti		n= 193
<i>femmine</i>	102	52,8%
<i>maschi</i>	91	47,2%
<i>Età media</i>	77,6 (±13, SD)	
Malattie oncologiche	170	88,5%
gastrointestinali	25	
Sistema genitourinario	19	
Apparato respiratorio	18	
seno	14	
Malattie emato-oncologiche	11	
Fegato-pancreas	17	
Sistema nervoso centrale	3	
altri	12	
Malattie non oncologiche end stage	20	11,5%
cuore	7	
reni	4	
demenze	2	
Ictus cerebrali	1	
Sclerosi multipla	1	
Broncopneunopatia Cronica Ostruttiva	1	
Permanenza in hospice		
mediana (range)	15 (2-239)	
<5 giorni	12	6%
6-10 giorni	46	24%
11-30 giorni	90	47%
30 giorni	45	23%
caregiver caratteristiche		n= 65
<i>donne</i>	42	64,6%
<i>uomini</i>	23	35,4%
<i>età media</i>	59,4	

Si tratta di un dato in linea con gli attuali studi su chi si prende cura, tendenzialmente donne ancora lavorativamente attive, ma impegnate su più fronti familiari.

Le caratteristiche dei partecipanti sono descritte nella [Tabella 1](#).

Nel periodo studiato, sono state condotte 696 sessioni di riflessologia per 258 persone tra pazienti e familiari. Di queste 613 hanno coinvolto pazienti e 83 hanno coinvolto i caregiver ([Tabella 2](#)). Dalla tabella si osserva come siano stati relativamente pochi i pazienti che hanno potuto beneficiare di più di quattro trattamenti mentre la maggior parte delle persone ricoverate ha ricevuto o un unico

trattamento, 82 (42%) oppure soltanto due, 61 (32%). Questo è avvenuto spesso a causa dell'immediato grave peggioramento del paziente con il conseguente decesso che è spesso avvenuto a pochi giorni dal ricovero.

GLI EFFETTI

Molti dei pazienti dichiarano di sentirsi rilassati al termine del trattamento (74%).

Nel 13,2% dei casi, il paziente si è addirittura addormentato al termine del trattamento, segno di un completo abbandono del controllo e della tensione, spesso associate anche alla percezione di altri sintomi disturbanti. In pochissimi

Tabella 2. Riflessologia plantare, i trattamenti: frequenza, reazione e soddisfazione				
<i>Numero di trattamenti</i>		pazienti (n= 193)		familiari (n= 65)
1	82	42%	52	80,0%
2	32	16,5%	8	12,3%
3	29	14,9%	5	7,7%
4-48	46	26,6%	-	-
<i>Desiderio di ricevere nuovi trattamenti</i>	Pazienti (n=193)			
si	184	95,3%		
no	9	4,7%		
<i>Reazione al trattamento</i>		pazienti (n= 613)		caregiver (n= 83)
Molto rilassato	49	8,0%	18	21,7%
rilassato	454	74,0%	60	72,3%
Si è addormentato	81	13,2%	-	-
Abbastanza rilassato	4	0,7%	1	1,2%
Non proprio rilassato	3	0,5%	2	2,4%
Non sa	22	3,6%	2	2,4%
<i>Soddisfazione per l'esperienza</i>		pazienti (n= 193)		caregiver (n= 65)
Molto soddisfatto	24	12,4%	13	20,0%
soddisfatto	141	73,0%	42	64,6%
Non molto soddisfatto	4	2,1%	1	1,5%
Non sa	24	12,4%	9	13,8%

casi (1,2%), il paziente ha dichiarato che il beneficio fosse minimo o che il trattamento non fosse gradito.

Numerose sono state le verbalizzazioni positive durante o al termine del trattamento: “È stato il momento più bello della giornata” (Salvo, 35 anni); “Questa cosa dovrebbero farla tutti i giorni” (Antonio, 83 anni); “Che bello, mi sono sentita proprio rilassata” (Luciana, 75 anni). In questo studio, ci siamo limitati a osservare il livello di soddisfazione dichiarata: il 12,4% dei pazienti si è detto “molto soddisfatto”, il 73% “soddisfatto”, e solo il 2,1% si

è dichiarato “non molto soddisfatto”.

Si segnala un 12,4% di pazienti che non hanno fornito feedback a causa della loro condizione.

Quasi tutti i partecipanti hanno dichiarato di voler ripetere l'esperienza.

CONCLUSIONI

La maggior parte dei pazienti e dei familiari che hanno avuto un primo approccio alla riflessologia plantare l'hanno gradito e desiderano ripetere l'esperienza. Più del 95% dei pazienti e dei caregiver si è sentito rilassato o molto rilassato al

termine del trattamento; tra i pazienti, è addirittura molto frequente l'addormentarsi. Questo rivela uno stato di benessere particolarmente significativo, considerando che uno dei temi principali della permanenza in hospice è l'ansia.

Il fatto che non sia sempre stato possibile proseguire con un ulteriore trattamento o con più trattamenti dipende principalmente dall'aggravarsi delle condizioni del paziente. La popolazione di pazienti trattati, infatti, era mediamente ricoverata per 15 giorni. Rispetto al gradimento, il genere di appartenenza non ha avuto alcuna rilevanza significativa: i benefici, in termini di rilassamento e benessere percepito, sono stati avvertiti da tutti.

Lo studio presentato evidenzia che, tra le terapie complementari, la riflessologia è

molto apprezzata sia dai pazienti che dai caregiver, indipendentemente dal genere.

Attraverso un tocco benefico, essa offre la possibilità di raggiungere il malato nella sua intimità, non solo fisica, ma anche psicologica e spirituale, garantendo un approccio olistico. Il riverbero positivo di questo approccio è evidente nell'assoluta naturalità del riposo che segue immediatamente il trattamento, senza l'uso di farmaci al bisogno.

I caregiver imparano a concedersi del tempo per sé, trovando mezz'ora di pausa per il proprio benessere, focalizzandosi sul "hic et nunc", un modo di concentrarsi sul presente che, se generalizzato, aiuta a preservare risorse per affrontare un momento di vita difficile.



Sostieni il progetto di Riflessologia plantare.

<https://sostieni.unamanoallavita.it/project/mi-prendo-cura/>



Lascito testamentario: un gesto libero e generoso

Il testamento solidale è uno strumento ancora poco conosciuto ma molto prezioso per aiutare i malati inguaribili.

Il lascito solidale è una donazione scritta nel tuo testamento. Decidere di destinare una parte del proprio patrimonio tramite un lascito è un modo generoso e intelligente per diffondere la cultura della dignità della vita, sempre! Anche un piccolo importo si può trasformare in un aiuto concreto.

Quando scegli di farlo, affermi in modo libero e consapevole nelle tue volontà gli ideali in cui credi, **senza ledere in alcun modo i diritti dei tuoi cari e familiari.**

Come e quanto lasciare

Anche un piccolo contributo, sommato a quello di tutti gli altri, fa la differenza per migliaia di persone che hanno, e avranno, ogni giorno bisogno di sostegno.

Cosa puoi lasciare



L'intero patrimonio o una sua quota



Una somma di denaro, titoli, azioni, fondi di investimento, quote societarie, polizza vita o il tfr



Beni immobili come una casa, un terreno, una proprietà

Come puoi fare



Puoi fare testamento in tanti modi, pubblico, segreto o olografo



Puoi farlo in ogni momento



Puoi cambiarlo tutte le volte che vuoi

Vuoi saperne di più?

Contattaci per richiedere la guida

Ufficio lasciti testamentari
umav@unamanoallavita.it

02 33101271 - 347 5091456

5x1000 per la dignità della persona

In questo periodo dell'anno hai l'occasione di fare qualcosa di straordinario: **puoi donare il tuo 5x1000 a Una Mano alla Vita Ets.** Farlo è davvero semplice: ti basta inserire la tua firma e il nostro **codice fiscale 97050230156** nello spazio dedicato alla destinazione del 5x1000 nel riquadro "Sostegno degli Enti del Terzo Settore iscritti nel Runtis ...", che trovi sul tuo 730, Modello Redditi e CU.

I contributi ricevuti in questi anni ci hanno permesso di portare avanti le nostre attività di sostegno ai malati inguaribili e alle loro famiglie e di incrementare servizi per nuovi bisogni emersi in questo periodo di grande difficoltà. E tutto per merito della tua scelta di dirottare con la tua firma una parte delle tue tasse a favore di **Una Mano alla Vita**. Grazie davvero di cuore.

Coinvolgi le persone a te care, facendoti portavoce del tuo impegno a favore di **Una Mano alla Vita** informandole sull'opportunità di devolvere il 5x1000 a sostegno dei malati inguaribili e su quanto è importante farlo e farlo in tanti.

Con 17,25 euro sostieni i progetti di pet therapy e musicoterapia per una migliore qualità di vita dei malati assistiti.



Questo è un esempio di cosa puoi fare con un reddito lordo di 15 mila euro la cui imposta netta è di 3.450 euro

5x1000

SOSTEGNO DEGLI ENTI DEL TERZO SETTORE ISCRITTI NEL RUNTS DI CUI
ALL'ART. 46, C.1, DEL D.LGS. 3 LUGLIO 2017, N.117, COMPRESSE LE COOPERATIVE
SOCIALI ED ESCLUSE LE IMPRESE SOCIALI COSTITUITE IN FORMA DI SOCIETA',
NONCHE' SOSTEGNO DELLE ONLUS ISCRITTE ALL'ANAGRAFE

FIRMA

Mario Rossi

Codice fiscale del
beneficiario (eventuale)

9 7 0 5 0 2 3 0 1 5 6

Con 30,75 euro sostieni l'inserimento di medici, infermieri e psicologi nelle Unità di Cure Palliative.



Questo è un esempio di cosa puoi fare con un reddito lordo di 25 mila euro la cui imposta netta è di 6.150 euro

Con 76,60 euro sostieni l'assistenza domiciliare gratuita del paziente inguaribile e della sua famiglia.



Questo è un esempio di cosa puoi fare con un reddito lordo di 50 mila euro la cui imposta netta è di 15.320 euro

Nell'anno 2023 (dichiarazione dei redditi 2022) con la vostra firma ci avete destinato:

€ 39.486,29

con 763 scelte

Scegliere di destinare il tuo 5x1000 a **Una Mano alla Vita**, non significa pagare più tasse, ma semplicemente decidere che una piccola parte, appunto il 5x1000 di queste, vada a sostenere iniziative sanitarie, assistenziali e sociali per migliorare la qualità della vita delle persone con malattia cronica progressiva in fase avanzata.



Un po' di leggerezza Racconti dall'India: francobolli

Premetto, come fatto nel periodico di Maggio 2024, che vado a Calcutta da anni come volontario nell'Ospedale di Madre Teresa. Quando esco dall'Ospedale mi piace mescolarmi alla gente nei negozi e mercati locali, utilizzando rikshaw, treno e metropolitana (queste esperienze, da sole, meritano un romanzo) osservando persone e comportamenti. Alla sera invio a casa e agli amici delle email con le mie considerazioni. Dopo "Mappa della Città" ecco "Francobolli".

Francobolli. Avevo già scritto in una precedente occasione che ero andato a comperare dei francobolli alla Posta Centrale vicina al New Market, il Centro commerciale più noto di Calcutta, chiedendo 60 francobolli da dodici rupie per spedire cartoline illustrate ai miei cari amici in Italia (so che vi state chiedendo perché non mando i saluti via mail che sicuramente arrivano e non costano nulla, ma volete mettere la differenza di divertimento?). Avevo avuto la ventura (o avventura, o sventura vedete voi) di imbartermi in un impiegato spastico (realmente tale, poveretto, non per modo di dire) che, alla mia richiesta di francobolli da DODICI rupie, tariffa per spedire cartoline in Europa (così almeno era scritto su un avviso nei locali della Posta stessa), era dato in escandescenze, mettendosi a battere i pugni sul bancone gridando come un invasato "SEVEN, SEVEN"! (sette, sette) e non aveva voluto intendere ragione. Forse non era stato informato che le tariffe erano cambiate non so da quanti anni e per non rovinargli la giornata avevo comperato i francobolli da seven rupie e in effetti le cartoline erano poi arrivate in Italia in una percentuale ragionevole. Quindi, forte della precedente esperienza (l'esperienza conta, eccome) sono tornato al solito

ufficio postale, dallo stesso impiegato che evidentemente era inamovibile come un monumento nazionale, chiedendo 45 francobolli da seven rupie (quindici amici mi avevano detto che non gliene importava un accidente di ricevere cartoline e quindi li avevo tolti dalla mia "cartoline list"). Stessa scena anche quest'anno ma all'inverso: l'impiegato, al quale forse era stato fatto un corso di aggiornamento e le cui condizioni di salute erano chiaramente peggiorate, si è alzato di scatto dal suo scranno pestando i pugni sul solito e per fortuna solido bancone e ha cominciato a gridare "TWELVE, TWELVE!" (dodici, dodici, per gli amici che non conoscono l'inglese). Ed è cominciato il dramma: l'operazione 45x12 poteva essere semplice perché ha usato una calcolatrice che, anche in India, dà l'importo totale di 540 rupie ma forse ritenendola un moderno strumento subdolo e mentitore, si è rimesso a fare l'operazione a mano, con una matita su fogli sparsi e, alla faccia di chi assicura che la matematica non è una opinione, il risultato era ogni volta diverso, facendolo arrabbiare sempre di più con me per averlo messo in quella scabrosa situazione. Fortunatamente tre o quattro persone che erano in coda dietro di me si sono impietosite (penso più nei miei confronti che nei suoi o semplicemente

perché non volevano passare il pomeriggio allo sportello) lo hanno convinto che la cifra era proprio 540 rupie per cui, dopo avere preteso il pagamento in anticipo (forse memore di precedenti esperienze di clienti che dopo avere avuto i francobolli se l'erano filate a gambe levate senza pagare) si è rasserenato o rassegnato e ha cominciato a servirmi. Sospiro di sollievo da parte di tutti ma operazione più semplice da dirsi che a farsi: non esistono in circolazione francobolli da dodici rupie (non è che anche in Italia il “taglio” dei francobolli sia sempre esattamente quello di cui uno ha bisogno). Occorreva quindi combinarli e l'impiegato, dopo profonda meditazione ha avuto l'illuminazione che con francobolli da dieci e da due rupie si poteva portare a termine l'impresa. Il problema, sempre per facilitare la vita agli impiegati postali, è che i francobolli da dieci rupie sono su fogli con file da dieci francobolli l'una, mentre quelli da due rupie sono su fogli con file da quindici francobolli l'una. E il poveretto è andato definitivamente fuori di testa: staccando tutta una fila da dieci francobolli da dieci rupie e tutta una fila da quindici francobolli da due rupie, ha scoperto con sgomento che, pur essendo la dimensione dei due tipi di francobolli esattamente identiche, la lunghezza delle file sovrapposte ovviamente non coincideva e questo lo ha reso furioso. Sempre i soliti volontari (l'importanza del volontariato!) gli hanno fatto contare con calma i francobolli uno per uno, quarantacinque pezzi da dieci rupie e quarantacinque pezzi da due rupie, il che lo ha sorpreso ma gli ha fatto tornare il sorriso. Ha preso allora un registratore di cartone di dimensioni mai viste: ho notato

sul frontespizio il sigillo a ceralacca di Lord Mountbatten, ultimo viceré dell'India verso il 1947, a fogli mobili (nel senso letterale del termine, cioè ogni foglio andava per conto proprio) con decine di righe e caselle (sembra che da lì abbiano trovato ispirazione gli ideatori di “Excel”) che ha diligentemente compilato a matita, tirando con un righello di legno una riga dalla quale spuntava il risultato finale di 540 rupie. Sicuramente per lui è stato un pomeriggio stressante, ma anche per me non è stata una giornata rilassante: comincio a prendere in considerazione di inviarti i saluti via mail. Morale: cerchiamo di voler bene agli impiegati delle poste italiane. Una cosa però è cambiata: fino all'anno scorso i francobolli, sul retro, avevano pochissima colla per cui, leccandoli, toglievi la colla dal francobollo e la trasferivi direttamente sulla lingua (per cortesia non parlatemi di igiene, se avete questi problemi non venite in India). Occorreva quindi avere uno stick di colla per appiccicarli sulle cartoline, stick di cui, ormai esperto, mi ero munito prima di partire dall'Italia. Certamente nel frattempo deve essere passata una norma pro igiene (era l'unica che mancava nel sostanzioso “corpus” legislativo del settore) perché ora sul retro del francobollo, di colla proprio non ce n'è più ma in compenso, per la bisogna, c'è uno stick di colla sul bancone, a disposizione del pubblico. Grande mio stupore vedere che non è legato con spago e/o catenella come accade per le biro agli sportelli delle banche italiane: a Calcutta impareranno presto che i bancari italiani hanno le loro buone ragioni.

Ci sentiamo presto! Piernigorgio



Agenda degli eventi: Vengo anch'io! - omaggio alla Milano degli anni '60 e a Enzo Jannacci, Giorgio Gaber, Dario Fo

Sabato 17 maggio 2025, alle ore 20:30, il Teatro Oscar di Milano (Via Lattanzio 58a) ospiterà il concerto **"VENGO ANCH'IO!"**, un evento speciale che rende omaggio alla Milano degli anni '60 e ai geniali protagonisti che hanno segnato quella stagione culturale: Enzo Jannacci, Giorgio Gaber e Dario Fo. Un viaggio attraverso la musica, l'ironia e la poesia nel cuore pulsante di un'epoca di straordinario fermento culturale e artistico, dove la musica, il teatro e la comicità hanno preso forme innovative e indimenticabili.

Protagonista della serata sarà **Luca Radaelli**, cantante e voce recitante, accompagnato da un trio di jazzisti d'eccezione: **Maurizio Aliffi** alla chitarra, **Alessandro Castelli** al trombone e **Enrico Fagnoni** al contrabbasso. Insieme daranno vita a una performance coinvolgente: canzoni, ma anche piccoli racconti, monologhi, poesie. Un caleidoscopio di personaggi come la Rita, el commissari, la Nineta, il Cerutti, l'Armando... che ci conducono in una passeggiata sul filo tra canzonetta e letteratura, tra teatro e divertissement, tra satira e nostalgia.

L'evento, promosso da Una Mano alla Vita Ets, sarà realizzato a favore del progetto **La Musica che Cura** che offre momenti di bellezza attraverso la Grande Musica. Questo progetto non solo regala emozioni, conforto e sollievo agli ospiti, ai loro familiari e all'équipe curante dell'Hospice Il Tulipano dell'Ospedale Niguarda di Milano, ma trasforma il tempo dei musicisti di "Donatori di Musica" in un autentico Tempo di Cura.

Il concerto "VENGO ANCH'IO!" sarà un'opportunità unica per immergersi nel fascino di un periodo che ha segnato profondamente la storia culturale della città, mentre si contribuisce a una causa di grande valore sociale, che rende la musica una risorsa fondamentale per il benessere psicofisico dei pazienti dell'Hospice.

BIGLIETTI: posto unico numerato €20

Acquista contattando direttamente Una Mano alla Vita Ets - Email: umav@unamanoallavita.it
Tel. 02.33101271 / 3475091456

Maggiori info su: www.unamanoallavita.it

**17 MAGGIO 2025
ORE 20:30
TEATRO OSCAR**
Via Lattanzio 58a - Milano



Vengo anch'io!

Omaggio alla Milano degli anni '60 e a Enzo Jannacci, Giorgio Gaber, Dario Fo



con
LUCA RADAELLI
Voce
MAURIZIO ALIFFI
chitarra
ALESSANDRO CASTELLI
trombone
ENRICO FAGNONI
contrabbasso

POSTO UNICO NUMERATO 20€
Il ricavato sarà destinato al nostro progetto "La Musica che Cura" a favore dell'Hospice Il Tulipano dell'Ospedale Niguarda di Milano

PREVENDITA BIGLIETTI
UNA MANO ALLA VITA ETS, Via Ippocrate 45 Pad. 9, Milano
TEL. 02.33101271 - 3475091456
EMAIL: eventi@unamanoallavita.it
WWW.UNAMANOALLAVITA.IT

Un evento a nostro favore

Martedì 9 Giugno 2025 alle ore 21:00 al Teatro Carcano in Corso di Porta Romana 63 a Milano andrà in scena la commedia comica in due atti di Rita Vivaldi, regia di Enzo Rapisarda **“UN MISTERO DI TROPPO”**.

Parte del ricavato finanzierà il nostro progetto **“ESTETICA ONCOLOGICA”** nell’Ospedale Niguarda di Milano. La Nuova Compagnia Teatrale Enzo Rapisarda porta in scena una commedia brillante che racconta con ironia e leggerezza le vicende di una coppia felicemente sposata da anni, che però subisce gli effetti di una noiosa monotonia familiare e di una tediosa insofferenza alla routine quotidiana, che metterà in crisi la solidità del loro rapporto. I due coniugi, nella ricerca spasmodica di “innocenti evasioni”, con la complicità inconsapevole di due giovani collaboratori che frequentano la loro casa, riusciranno a creare una esilarante commedia degli equivoci che metterà in gioco sentimenti forti quali amore, passione, gelosia e rabbia fino al classico lieto fine.



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

Se vuoi rimanere sempre aggiornato sulle nostre attività, eventi e progetti iscriviti alla nostra newsletter.



Inquadra il codice per essere indirizzato direttamente al modulo d'iscrizione

oppure vai sul nostro sito

www.unamanoallavita.it

Se vuoi leggere anche le precedenti edizioni del nostro periodico, inquadra il QR Code e sarai indirizzato a tutti i numeri.



La nostra mission attualmente è sostenuta da



BENEFICENTIA Stiftung
Liechtenstein



ΙΣΝ / SNF

ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ
STAVROS NIARCHOS FOUNDATION

Grazie di cuore a chi continua a credere in noi.

“Sostieni la dignità della vita, sempre!”

Con **bonifico bancario** intestato a **Una Mano alla Vita** Ets,

Banca Popolare di Sondrio, IBAN IT18 B056 9601 6000 0001 3767 X26

Banca Intesa Sanpaolo, IBAN IT09 P030 6909 6061 0000 0119 211

Con **bonifico postale** intestato a **Una Mano alla Vita** Ets,

IBAN IT13 Z076 0101 6000 0004 9095 201

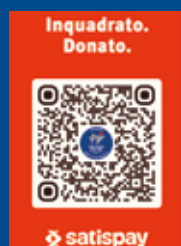
Con **bollettino postale** intestato a **Una Mano alla Vita** Ets,

conto corrente nr. 49095201

Con **una donazione online** su sostieni.unamanoallavita.it

Con il tuo **5x1000** codice fiscale 97050230156

Ora puoi donare anche con **Satispay**, scansiona il codice qui sotto o cercaci nell'app



Associazione giuridicamente riconosciuta dalla Regione Lombardia dal 1991. ETS (Ente del Terzo Settore) iscritta al Runts (Registro Unico Nazionale del Terzo Settore) dal 05/06/2023 al numero di repertorio 111682.

Via Ippocrate 45, Pad. 9, 20161 Milano - Tel. 0233101271 / 3475091456
umav@unamanoallavita.it - www.unamanoallavita.it - **C.F. 97050230156**

Anno XXXIX Numero 1 - Aprile 2025 - 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

Direttore Responsabile: Pier Giorgio Molinari

Redazione: Pier Giorgio Molinari, Paola Riccardi, Alessandra Sardano