

Primari in pensione

Concerto con il "Süddeutsche Ärztechor & Ärzteorchester"

Il forum per i diritti del malato



Tumore del polmone e pneumologia



Pag. 3



Pag. 16



Pag. 29

- 3 Tumore del polmone e pneumologia
- 8 Intervista al Dott. Giulio Donazzan
- 10 Intervista al Dott. Claudio Graiff
- 12 Il Tribunale per i Diritti del Malato
- 14 Rubrica Inca: assegno di cura
- 16 Concerto di beneficenza a Merano
- 19 Dieci anni "Diplompatientin"
- 20 Giro ciclistico da Stoccarda a Venezia
- 24 Gita provinciale sul Renon
- 26 Metà & metà - Acquistare Online
- 27 Run for Life - Corsa di beneficenza
- 30 Soggiorni estivi climatici
- 32 ATAA: Convegno a porte chiuse
- 34 Conferenza EOS-Socrem sul lutto
- 36 Ginnastica in acqua Bolzano
- 38 Il commento
- 39 Elezioni del CdA 2018
- 40 Le vostre lettere
- 42 "Cosa succede nei Circondari"
- 56 Buono e sano col Dott. Michael Kob
- 58 Storia di Natale

PARLIAMONE

Care lettrici e cari lettori,

chissà, forse questo sarà il mio ultimo editoriale, o forse no. Non perché io voglia voltare le spalle all'Assistenza Tumori Alto Adige, no, non potrei mai, mi è entrata troppo nel cuore. Ma dopo quattro anni, molto soddisfacenti ma anche molto faticosi, avrei preferito potermi dedicare di nuovo al mio circondario lasciando il timone magari a qualcuno più giovane di me. Al momento però non sembra ci siano i presupposti, stiamo ancora cercando qualcuno disposto a subentrare alla guida dell'associazione. È un problema non solo per la mia carica ma per tutti gli incarichi di responsabilità nei circondari e nelle sezioni. Mancano le nuove leve. È un' emergenza che abbiamo affrontato anche durante l'incontro di tutti i membri dei diversi consigli all'inizio di novembre a Bolzano. Abbiamo bisogno di giovani. Persone nuove che portino nuove idee, nuove energie, per poter continuare anche in futuro il nostro lavoro ed essere sempre a fianco dei malati.

Gli ultimi trent'anni hanno visto cambiamenti epocali, a volte sembra addirittura di trovarsi in un altro mondo. Nuovi media, nuovi mezzi di

comunicazione. Un mondo che a volte sembra capovolto perché i valori per cui i nostri genitori si sono battuti e che sembravano ormai acquisiti, tutto ad un tratto sembrano di nuovo in pericolo. Politica, Europa, conflitti internazionali... Incertezza quindi da una parte, e dall'altra risultati fantastici, quasi incredibili, nel campo della ricerca e della tecnologia, soprattutto anche nell'ambito che riguarda noi, cioè per quanto riguarda le malattie, ma anche in tanti altri settori. La conseguenza diretta sono nuove speranze e condizioni di vita migliori. L'Assistenza Tumori sta a fianco dei malati e delle loro famiglie da più di 35 anni e vogliamo esserci anche in futuro. E per poter sostenere i malati abbiamo bisogno di persone giovani, in grado di capire meglio le esigenze dei loro coetanei offrendo loro aiuti adeguati. Con questo non voglio dire che noi vecchi siamo da rottamare, no, anzi! Ma vorremo poter condividere le nostre esperienze con i giovani, vorremo imparare da loro e collaborare con loro. Da qui al prossimo marzo voteremo i nuovi consigli in tutti i circondari e nelle sezioni. Pensateci bene, siete ancora in tempo per iscrivervi nelle liste dei candidati!



Ida Schacher
Presidente

Si, è vero, sono già passati quattro anni da quando sono diventata la presidente dell'Assistenza Tumori anche se mi sembra di essere subentrata a Renate Daporta appena ieri. Ancora una volta c'è un anno che si sta chiudendo, la natura che mi sembra essersi risvegliata ieri si sta già di nuovo preparando al riposo invernale. Spero che possiate guardare tutti in pace all'anno che va e che siate pieni di speranza per l'arrivo dell'anno nuovo.

Io ho potuto passare tanti bei momenti nell'ambito dell'Assistenza Tumori nel corso del 2017. Tanti colloqui intensi, da cuore a cuore, incontri all'insegna dell'allegria, concerti, eventi di beneficenza, conoscenze nuove ed interessanti e, sì anche questo, qualche addio. Ma è stato un anno buono, un anno pieno di vita. Ed è quello che vi auguro per il 2018!

Vostra
Ida Schacher
Presidente



Nel mirino: il tumore del polmone

Conferenza Stampa dell'ATAA nel mese del cancro al polmone



Novembre è internazionalmente riconosciuto come il mese dedicato alla sensibilizzazione sul cancro al polmone, con una serie di iniziative a cui partecipano diverse organizzazioni. In questa occasione l'Assistenza Tumori Alto Adige ha invitato quattro esperti, che hanno affrontato il tema del tumore al polmone da più punti di vista.

“**P**er l'Assistenza Tumori Alto Adige”, ha spiegato la presidente Ida Schacher “è importante fornire informazioni concrete e scientificamente ineccepibili. Ma quello che non dobbiamo dimenticare è che dietro ogni numero, ogni cifra, ogni tabella, ci sono persone reali e singoli destini.” Il tumore al polmone finisce troppo spesso avvolto in una cappa di silenzio. “Non stigmatizzare i pazienti è molto importante”, ha sottolineato la presidente. “Nessuno merita di ammalarsi di tumore al polmone!”

La prevenzione e gli screening sono fondamentali, ha spiegato la Dott.ssa Christine Seebacher del reparto di Pneumologia dell'ospedale di Bolzano, fornendo spiegazioni sui fattori di rischio e le principali cause di insorgenza di questa patologia. Il fumo incide come causa principale per un 85-90% dei casi. Ogni sigaretta aumenta la probabilità di ammalarsi ma non è solo questo: incidono anche il periodo, il quantitativo e l'età di avviamento al fumo. La buona notizia è che per chi smette diminuisce il rischio di ammalarsi.



Marine Castaing ha presentato il progetto "Casi prevalenti di tumore in Alto Adige"

Anche sostanze cancerogene come amianto, arsenico, nichel, radon o idrocarburi aromatici, presenti ad esempio sul posto di lavoro, possono influenzare l'insorgere del tumore al polmone.

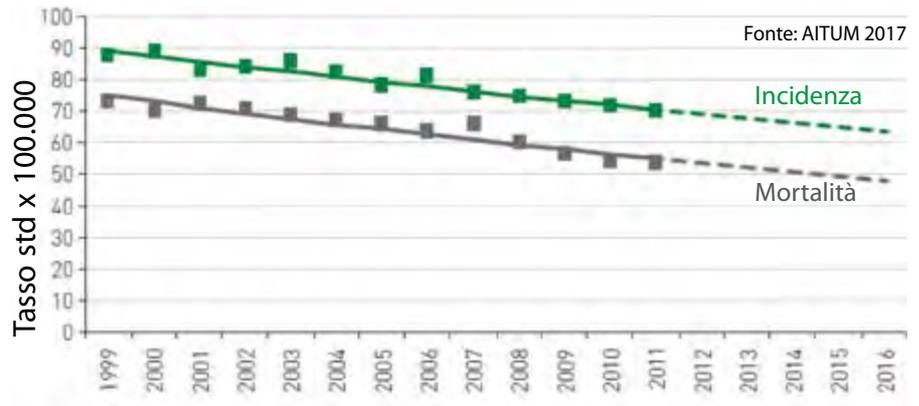
> Purtroppo il tumore ai polmoni nei primi stadi presenta pochi sintomi. I primi sintomi si manifestano solo quando la malattia è già progredita. Tumori piccoli vengono scoperti quasi sempre per caso – durante una radiografia per altri motivi di salute – inoltre non tutti i sintomi indicano un possibile tumore al polmone, ma possono indicare altre patologie.

Il Dott. Guido Mazzoleni, primario del reparto Anatomia e Istologia Patologica dell'ospedale San Maurizio di Bolzano, ha presentato la statistica in riferimento all'incidenza e alla mortalità sul territorio nazionale e in provincia. In Alto Adige il tumore al polmone è al terzo posto sia tra gli uomini che tra le donne. Al primo posto si colloca il tumore alla prostata negli uomini ed il tumore al seno nelle donne, segue il tumore all'intestino per entrambi i sessi.

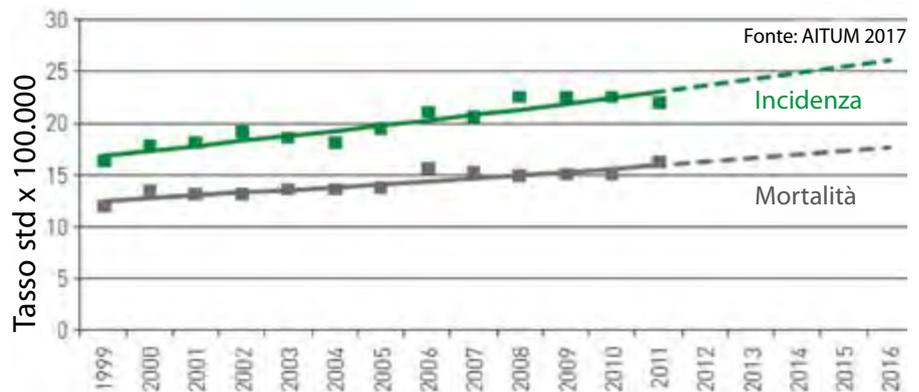
Negli ultimi anni si è riscontrata una lieve riduzione di nuovi ammalati nella popolazione maschile – alcuni hanno smesso di fumare, altri non hanno neanche mai iniziato. Per le donne purtroppo sta accadendo proprio l'opposto. La percentuale delle fumatrici aumenta e con essa anche il tasso di nuove ammalate.

Il tumore al polmone principalmente viene diagnosticato in stadio avanzato dopo i 50 anni, quindi questi due fattori (età e stadio della malattia), influiscono negativamente sull'efficacia delle terapie e le eventuali possibilità di guarigione, anche se negli ultimi anni il tasso di sopravvivenza si è alzato lievemente. Nella popolazione maschile si colloca tra i tumori con il più alto tasso di mortalità (seguito dal tumore al colon e quello della prostata). Invece nella popolazione femminile il tumore al seno ed al colon contano più decessi del tumore al polmone, tenendo conto che in Alto Adige nel 2016 sono morti 145 uomini e 65 donne per un tumore maligno.

Le possibilità terapeutiche come operazione, chemioterapia o terapia radiante



Italia, Tumore del polmone, MASCHI. Stima dei trend tumorali di incidenza e mortalità Tassi standardizzati popolazione europea, 1999-2016.



Italia, Tumore del polmone, FEMMINE. Stima dei trend tumorali di incidenza e mortalità Tassi standardizzati popolazione europea, 1999-2016.

sono state analizzate dettagliatamente dalla Dott.ssa Cristina Dealis del reparto di Oncologia medica dell'ospedale di Bolzano.

Settimanalmente un team interdisciplinare nel reparto di Pneumologia dell'ospedale di Bolzano analizza e discute i singoli casi per consentire ai pazienti di ricevere la miglior terapia possibile.



Marine Castaing lavora come statistica presso il Registro Tumori Integrato Catania-Messina- Siracusa-Enna, collegato all'Università di Catania. Lei ha presentato il progetto "I casi tumorali prevalenti in Alto Adige" che è stato finanziato in parte dalla Assistenza

Tumori Alto Adige. Si tratta di una rielaborazione e dell'ordinamento di dati del Registro Tumori Alto Adige, che è uno dei registri più completi e precisi esistenti in Italia, e che fornisce dati relativi allo stato clinico, al decorso della malattia ed al tasso di sopravvivenza. Sono dati di elevata importanza, perché aiutano a prendere decisioni strategiche circa la pianificazione di letti ospedalieri o l'impiego del personale sanitario.

INFO

Tumori principali in Alto Adige

(in media x 100.000 abitanti – lasso di tempo 2008-12)

Uomini:

- Prostata (22,5% di tutti i tipi di tumore)
- Intestino (12,0% di tutti i tipi di tumore)
- Polmone (11,1% di tutti i tipi di tumore)

Donne:

- Seno (28,3% di tutti i tipi di tumore)
- Intestino (12,0% di tutti i tipi di tumore)
- Polmone (6,5% di tutti i tipi di tumore)

Tecnica e medicina

Il reparto di Pneumologia e Prove Funzionali all'ospedale di Bolzano



Foto: Othmar Seehauser

Il reparto di Pneumologia e Prove Funzionali dell'ospedale di Bolzano è il centro di riferimento per tutto l'Alto Adige. Con 18 letti di degenza ordinaria, 7 letti di terapia subintensiva respiratoria e 1 letto di Day Hospital, oltre agli ambulatori per le prove funzionali e per le prestazioni diagnostiche e strumentali di vario tipo, il reparto è una realtà molto complessa e articolata. Il 20% dei degenti presenta una neoplasia polmonare o altre neoplasie toraciche.

Il restante 80% soffre di bronchite cronica, asma, insufficienza respiratoria, embolia polmonare, enfisema, allergie ecc. Il primario dottor Giulio Donazzan è andato in pensione il 28 novembre scorso e il Dott. Lucio Bonazza è il suo sostituto funzione facente. Il reparto conta complessivamente 15 medici, 21 infermieri e 5 assistenti medico-tecnici; Michele Bertuzzo è il coordinatore infermieristico (f. f.) Il dottor Lucio Bonazza e la Dott.ssa Christine Seebacher hanno presentato il reparto alla Chance –

con particolare riferimento ai carcinomi polmonari. L'area degenti si trova al terzo piano dell'ospedale di Bolzano, mentre le prove funzionali sono al primo piano.

Le prove funzionali come la spirometria, le broncoscopie, le toracoscopie e i vari monitoraggi vengono effettuati per circa il 30% su pazienti tumorali (anche metastatici), il reparto dispone di 10 broncoscopi. All'anno sono più di 1.100 le broncoscopie.



Medicina e tecnica si sostengono a vicenda

Il carcinoma polmonare è il terzo tumore per incidenza sia negli uomini che nelle donne. Negli uomini è anche la più frequente causa di morte per tumore, il 22%, nelle donne invece si ferma al 10%. Nel 2016 in Alto Adige è stato diagnosticato un tumore al polmone a 168 uomini e 74 donne, numeri leggermente al di sotto della media nazionale.

L'incidenza della malattia è anche lo specchio di dinamiche sociali e [Segue >](#)



Il primario facente funzione, Dott. Lucio Bonazza



Dott.ssa Christine Seebacher

un'entità patologica, nel 1878 costituiva solo il 1% delle neoplasie osservate durante le autopsie, nella prima parte del 1900 salì a 10 -15%, nel 1929 fu riconosciuta la connessione tra fumo e carcinoma polmonare. Nel fumo delle sigarette ci sono contenute 60 sostanze diverse riconosciute come cancerogene o comunque nocive!

Le neoplasie al polmone scoperte in uno stadio precoce hanno prognosi più positive. Ma in assenza di uno screening la diagnosi precoce è soprattutto frutto del caso. Di solito si tratta di riscontri occasionali quando il paziente deve fare una radiografia ai polmoni per altri motivi. "Se scoperto precocemente, il tumore al polmone risulta operabile", spiega il dottor Lucio Bonazza. Nel 2015 sono state effettuate 53 resezioni di polmone all'ospedale di Bolzano. La chirurgia toracica (assieme alla chirurgia vascolare) è stata istituita nel 1992. Prima di sottoporre un paziente a tale intervento bisogna però assicurarsi che il suo organismo regga bene e sottoporlo ad una serie di esami quali spirometria, stress-test per il sistema cardio-vascolare etc.

> comportamentali in atto da tempo. Mentre gli uomini fumano di meno, il numero delle donne fumatrici è in aumento. "Il fumo è la maggior causa di neoplasie al polmone", ribadisce il dottor Bonazza, infatti, aggiunge la Dott.ssa Seebacher, "l'85 - 90% dei nostri pazienti oncologici sono fumatori." Purtroppo anche il fumo passivo è molto cancerogeno. Il rischio dei fumatori sale con il numero delle sigarette consumate giornalmente e con il numero degli anni. Le neoplasie al polmone di solito insorgono dopo i cinquant'anni. Chi riesce a smettere può recuperare di anno in anno e il rischio di ammalarsi scende gradual-

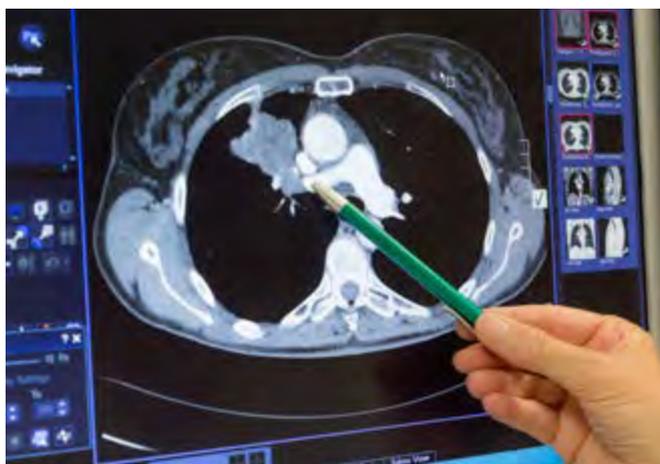
mente allo stesso ritmo. Un fattore molto sottovaluto sono le sigarette elettroniche. La Dott.ssa Seebacher: "Contengono comunque nicotina, ma non solo, il calore scalda i metalli contenuti nella sigaretta con fuoriuscita di sostanze anch'esse tossiche." Altri fattori che possono provocare una neoplasia al polmone sono invece le polveri sottili, amianto, alluminio, cromo, nichel e radon222.

Che il tabagismo sia causa di tumore al polmone è provato anche storicamente. Prima della diffusione del tabagismo, il tumore al polmone non era considerato

Quando il tumore al polmone inizia ad essere sintomatico, purtroppo è già in uno stadio piuttosto avanzato e potrebbe aver già iniziato ad espandersi con metastasi (cervello, fegato, corteccia surrenale e ossa). Un altro problema è che la maggior parte dei sintomi spesso vengono scambiati con i tipici disturbi del fumatore abituale: tosse (75%), problemi respiratori (60%), tosse con sangue (35%), debolezza (10%). Anche la perdita di peso, febbre e male alle ossa possono essere dei sintomi.

Se una radiografia ha evidenziato un tumore, il paziente viene sottoposto ad

Una Tac del polmone



Il reparto di degenza





il team onco-pneumologico (da sx): l'infermiere Fabrizio Demichiei, Dott. Lucio Bonazza, il vice coordinatore infermieristico Stefano Guzzo, Dott.ssa Christine Seebacher e Dott.ssa Johanna Köhl

una serie di esami diagnostici per scoprire il tipo di neoplasia e verificare la presenza di eventuali metastasi. Il pneumologo fa un'anamnesi approfondita anche per scoprire eventuali fattori genetici, vengono effettuate una TAC a torace, addome e cranio, una PET TAC, una broncoscopia o toracoscopia con biopsia (si distingue tra biopsia esterna ed interna), un'ecografia del fegato, una scintigrafia delle ossa e una risonanza magnetica.

Nel momento in cui è completata la raccolta dei dati, entra in azione il tumorboard pneumologico, che si riunisce ogni mercoledì pomeriggio per esaminare i nuovi casi. In pneumologia esisteva già dal 1987 un gruppo interdisciplinare tra pneumologi, radiologi e chirurghi toracici. Nel giugno del 2008 è stato istituito il vero e proprio tumorboard pneumologico, oggi coordinato dalla dottoressa Christine Seebacher. Gli altri membri sono: il Dott. Gerhard Kainz, pneumologia; la Dott.ssa Emanuela Vattemi e il Dott. Giovanni Di Meglio, oncologia; il Dott. Francesco Zaracca e la Dott.ssa Birgit Feil, chirurgia toracica; il Dott. Rodolfo Carella e la Dott.ssa Christine Mian e la biologa Dott.ssa Esther Hanspeter, patologia; il Dott. Mohsen Fahrsad, medicina nucleare; il Dott. Antonio Ruiu, radiologia; il Dott.

Said Bou Selman e la Dott.ssa Michela Rosa, radioterapia. "La vera sfida è trovare per ogni paziente la terapia giusta, la combinazione meglio adatta a lui", spiega la Dott.ssa Seebacher.

Il tumorboard è inserito in un network con le cliniche universitarie di Verona, Bologna e Milano e con la chirurgia toracica di Innsbruck. Accanto all'operazione, come detto possibile solo in una fase molto precoce, ci sono diversi approcci terapeutici, anche combinabili tra di loro. Dalla classica chemioterapia alla terapia personalizzata molecolare o la terapia immunologica.

La sopravvivenza dopo cinque anni dalla diagnosi risulta piuttosto bassa rispetto ad altre forme di tumori: in Italia si attesta in media al 16%, in Europa al 13%, in Alto Adige le percentuali sono 14% per gli uomini e 18% per le donne. Dopo dieci anni sono l'11% degli uomini e il 15% delle donne.

"Ci sono i tumori "a piccole cellule", che interessano il 10 - 15% dei casi e "non a piccole cellule" per il restante 85% dei casi", spiega la coordinatrice del tumorboard, Dott.ssa Seebacher. "I carcinomi a piccole cellule sono ancora più aggressivi e hanno una prognosi molto sfavorevole." I tumo-

ri non a piccole cellule si suddividono in diversi gruppi, di cui l'adenocarcinoma è quello più frequente." Nelle donne sono il 50% delle neoplasie al polmone. Bisogna anche dire che il fisico delle donne reagisce in modo molto più sensibile alle sostanze nocive contenute nelle sigarette. Una donna che fuma dieci sigarette al giorno presenta gli stessi sintomi di un uomo che ne fuma venti! "E non solo! L'organismo delle donne ci mette anche molto di più a recuperare dopo aver smesso di fumare", sottolinea il primario funzione dacente, Dott. Lucio Bonazza. Comunque meglio smettere tardi che mai.

Uno screening per le neoplasie al polmone non esiste ancora, anche perché prima vanno chiarite diverse questioni: chi, a partire da che età, con quale frequenza, con l'obbligo di smettere di fumare o no, quali esami e soprattutto la madre di tutte le domande: è finanziabile? In ogni caso, non fumare è la miglior prevenzione. ●

“Ho fatto della buona medicina pubblica”

Giulio Donazzan, primario di pneumologia, va in pensione dopo 40 anni

Il 28 novembre 2017 sono passati esattamente quarant'anni da quando Giulio Donazzan, il 28 novembre 1977 ha iniziato a lavorare in pneumologia all'ospedale di Bolzano, uno dei reparti che hanno avuto negli ultimi decenni uno sviluppo particolare soprattutto per quanto riguarda l'aspetto tecnologico.

È uno dei nove primari che durante il 2017 hanno finito il loro ciclo lavorativo e i loro reparti si sommano ad altri otto reparti che sono già da diversi anni guidati da facenti funzione, perché i primari sono andati in pensione o partiti per un altro ospedale.

Chance: Come ci si sente di fronte a poche settimane che rimangono ancora da lavorare?

Dott. Donazzan: Molto bene, soprattutto perché al momento sto esaurendo le ferie. Poi mi rimangono ancora da chiudere delle faccende nel reparto, devo vedere cosa manca per poter andare in pensione, ho da preparare un ultimo convegno in veste da primario e poi lascio le consegne.



Chance: Ma non lascerà del tutto la medicina?

Dott. Donazzan: No, mi dedicherò un po' all'attività privata, certamente con meno ansia e meno burocrazia, avrò spazio per il volontariato e poi potrò dedicarmi a cose per le quali fino adesso non avevo tempo, per esempio viaggiare.

Chance: Lei ha sempre lavorato all'ospedale di Bolzano, a parte degli stage in Italia e all'estero.

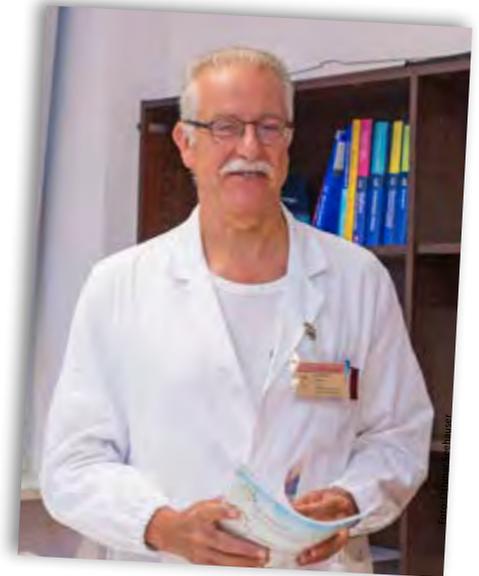
Dott. Donazzan: Sì, e mi ritengo un ragazzo fortunato! Sono riuscito a fare della buona medicina pubblica. È stata una mia scelta che non ho mai rimpianto. Mio padre era un medico privato. E non solo, ho potuto assistere ad un'importante evoluzione tecnologica, sono riuscito ad arrivare a capo di un reparto e ho potuto occuparmi di un ambito che mi ha molto affascinato.

Chance: Pneumologia non è però stata la sua prima scelta.

Dott. Donazzan: No, infatti mi sono specializzato anche in medicina del lavoro e in medicina dello sport. Ho studiato a Padova e in quegli anni la medicina del lavoro aveva un occhio sulle funzionalità del polmone, come del resto anche la medicina dello sport e così mi sono specializzato in tutti e tre gli ambiti, alla fine ho scelto pneumologia, perché ho preferito il canale clinico per stare in contatto con il paziente.

Chance: Cosa conta nel contatto con il paziente?

Dott. Donazzan: Comunicare in maniera corretta, di modo che i contenuti siano comprensibili e compresi da chi ti sta ascoltando. È importante perché così il paziente acquisisce fiducia nel medico e si sente in buone mani. Certo non è facile comunicare a qualcuno che ha una neoplasia del polmone, spesso è una notizia che viene percepita come una sentenza di morte. Va sempre affrontato con tutta la famiglia, con una persona vicina al paziente, bisogna far comprendere tutto e lasciare lo stesso sempre uno spiraglio di speranza. Comunque, il mio reparto è dopo la rianimazione e la geriatria il reparto con il numero più alto di decessi. Anche se questi sono scesi, da



Il primario Dott. Giulio Donazzan

quando hanno creato il reparto di cure palliative.

Chance: E come si riesce a far fronte a questo? Si porta a casa questi pensieri?

Dott. Donazzan: No a casa non li porto, anche se ti seguono, una certa tristezza a volte non è da escludere. Ho sempre trovato molto utile il fatto che vado e torno in bicicletta (d)al lavoro. È un momento di pulizia della mente! Un passaggio da una realtà all'altra. Quello che mi porto a casa invece è la consapevolezza di essere fortunato perché sono sano. Due su tre di noi prima o poi incontreranno un tumore nella loro vita.

Chance: Il suo reparto è una realtà molto complessa con 18 posti letto, 7 posti letti di sub-intensiva respiratoria e con una serie di attività ambulatoriali molto tecniche che si è evoluto molto da quando lei ne ha preso le redini.

Dott. Donazzan: Il lavoro è cambiato molto in questi anni. A parte l'evoluzione tecnica e a parte i successi della ricerca che hanno portato – adesso parlo soprattutto dell'ambito delle malattie tumorali - a delle terapie individualizzate e molto più complesse, si sono aggiunte anche la chirurgia vasco-toracica, prima i nostri pazienti dovevano andare a Verona. E lo stesso per la radioterapia i nostri pazienti non devo-



Tra degenti, day hospital e terapia sub-intensiva respiratoria il reparto di pneumologia conta 25 letti.

no più recarsi all'ospedale Borgo Trento a Verona. Adesso possiamo mandare i nostri pazienti al reparto di radioterapia della Clinica Bonvicini e già dal 1987 il mio reparto aveva un gruppo interdisciplinare, molto prima quindi del vero e proprio tumor-board pneumologico, istituito nel 2008, che si riunisce ogni mercoledì pomeriggio. Siamo stati dei precursori dell'interdisciplinarietà!

Chance: Solo una parte dei pazienti in pneumologia è oncologica. Ma c'è una cosa che tanti dei suoi pazienti hanno in comune: i problemi che hanno, sia di natura respiratoria sia tumorali, sono causati spesso dallo stesso fattore, dal fumo. Da medico come si vive questo fattore?

Dott. Donazzan: Non ha nessuna importanza. Certo, il fumo fa male, anche il fumo passivo, e bisogna aiutare i pazienti

a smettere, ma non c'è nessun giudizio sulle scelte delle persone, nessun giudizio morale. Non deve esserci mai e su nessun tipo di paziente. Quello che c'è invece, è un forte coinvolgimento psicologico nel paziente che ci dà la sua fiducia, sia quello con una neoplasia, sia quello con una grave insufficienza respiratoria. Gli stiamo accanto.

Chance: Dicevamo che il suo reparto è una realtà altamente tecnica.

Dott. Donazzan: Si abbiamo avuto davvero dei cambiamenti importantissimi negli ultimi anni. Una volta avevamo un broncoscopio, non c'era la TAC. Oggi lavoriamo con dieci broncoscopi, facciamo la toracoscopia, non c'è soltanto la TAC ma anche la PET TAC, la tomografia ad emissione di positroni. Questo per quanto riguarda la diagnosi. Ma anche per la terapia è cam-

biato tutto. Le tecniche chirurgiche nei tumori polmonari sono più evolute e quando il tumore non è operabile abbiamo l'arma efficace della radioterapia stereotassica. E poi ci sono tutte le prestazioni ambulatoriali rivolte alle fisiopatologie respiratorie, asma, allergie ecc.

Chance: Un campo davvero molto complesso...

Dott. Donazzan: Sì, è molto entusiasmante. Io rifarei medicina se dovessi ancora scegliere, è una professione fortunata. E scegliere lo stesso ambito. Certo bisogna avere interesse per quello che si fa e bisogna avere interesse per la vita! ●

(L'intervista è stata realizzata all'inizio di ottobre)

Un filosofo in camice bianco

Intervista con il Dott. Claudio Graiff, primario uscente di oncologia

È stato il primo primario del nuovo reparto di oncologia a Bolzano, creato nel 1999 dall'allora medicina 2. Claudio Graiff, nato nel 1954 a Bolzano, laureato nel 1979 a Pavia, tre specializzazioni in oncologia, ematologia e radioterapia. Il 25 settembre è stato il suo ultimo giorno in reparto, e guarda caso coincideva con un concerto dei donatori di musica.

Il dottor Graiff è un medico con l'anima di un filosofo. E questo approccio ha determinato la sua umanità nel rapporto con i pazienti, ma anche con i colleghi e i collaboratori.

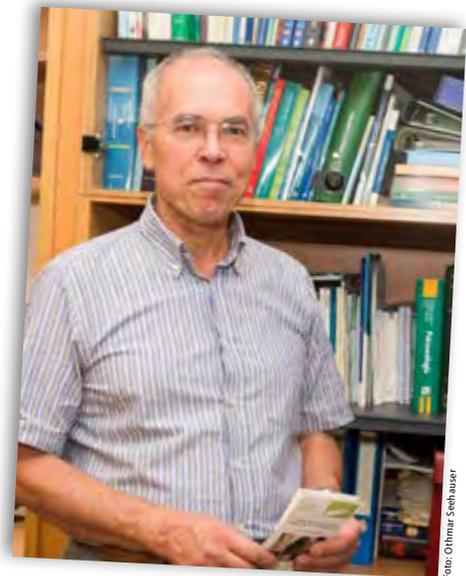
Chance: Dottor Graiff, oggi (il 25 settembre, n. d. red.) è il suo ultimo giorno in reparto. Dopo tanti anni in prima linea, alle prese con una malattia che è percepita come il male assoluto, un ambito che negli ultimi venti - trent'anni ha subito dei cambiamenti radicali. Nuove tecniche, nuove cure, nuove ricerche che comportano l'essere sempre aggiornati senza perdere poi di vista la cosa più importante, il rapporto con il paziente. Cosa farà da domani, una persona che è all'apice della sua competenza?

Dott. Graiff: Non si preoccupi, non è che da domani non ho più niente da fare. Mi rimangono ancora tante cose da fare. Pratiche burocratiche da finire. Sono ancora membro di diverse commissioni, del

comitato etico, collaboro con riviste scientifiche... Continuerò con la mia attività di ricerca. Porto avanti il progetto "Donatori di Musica" a me molto caro, proseguirò con altre attività no profit e poi - non escludo di trovare un altro spazio, magari chiudo una porta e se ne apre un'altra.

Chance: A proposito dei "Donatori di Musica", progetto di cui è cofondatore, partito nel 2007 e insignito del premio Alexander Langer. Come le è venuta l'idea di trasformare la sala d'attesa del suo reparto in sala da concerto?

Dott. Graiff: L'idea è nata da una chiacchierata con un collega di Carrara, il Dott. Maurizio Cantore. Lo scopo va molto al di là di un mero evento culturale, si tratta di ritrovare una diversa dimensione nel vissuto della malattia per chi ne è colpito o chi se ne occupa professionalmente e che partecipa senza indossare un camice. Di portare in questa comunità artificiale - mai scelta da chi la frequenta, ma imposta da



Primario Dott. Claudio Graiff

necessità - non solo la bellezza dell'Arte, ma anche uno stimolo alla riflessione, la quale, attraverso l'emozione dell'ascolto e la condivisione del linguaggio universale della Musica eseguita da grandi interpreti, riesce a liberare e promuovere l'umanità di ciascuno, sia egli ammalato, familiare, volontario, operatore sanitario, o anche amministratore di sistemi sanitari.

Chance: Si occupa dalla metà degli anni settanta di oncologia. Se guarda indietro, quali sono stati i cambiamenti più importanti?

"Donatori di Musica": La musica unisce i pazienti, il personale del reparto e i famigliari. La sala d'attesa diventa auditorium.



Dott. Graiff: Certo, bisogna dire che tutto è diventato tremendamente più complicato! È cambiata la complessità della gestione. Oggi bisogna saper distinguere, bisogna saper scegliere tra le vaste possibilità la terapia o le terapie più adatte al singolo paziente. Ci sono stati dei fondamentali cambiamenti nell'approccio al paziente. Negli anni settanta l'ammalato è stato perso di vista, si lavorava solo sull'organismo. Io sono stato sempre scettico verso questa visione. Il nostro corpo è un composito, non si può distinguere tra anima, mente e corpo. Poi il malato è stato messo al centro e così è stato passivizzato. Tutto ruotava attorno a lui, ma lui era completamente estromesso.

Chance: L'ideale sta nel mezzo...

Dott. Graiff: Esatto. Al centro deve stare la costruzione di una relazione, di un percorso, che è sempre un percorso condiviso. Un'alleanza. Per curare questa malattia ci vogliono l'eccellenza clinica, ci vuole il professionista disposto ad ascoltare il malato e le sue esigenze e il malato che partecipa con responsabilità. Un medico poi non deve essere solo "un tecnico", per fare il medico ci vuole una vasta cultura classica, occorre conoscere la filosofia, la letteratura, lo sviluppo del pensiero, scienze e arte...

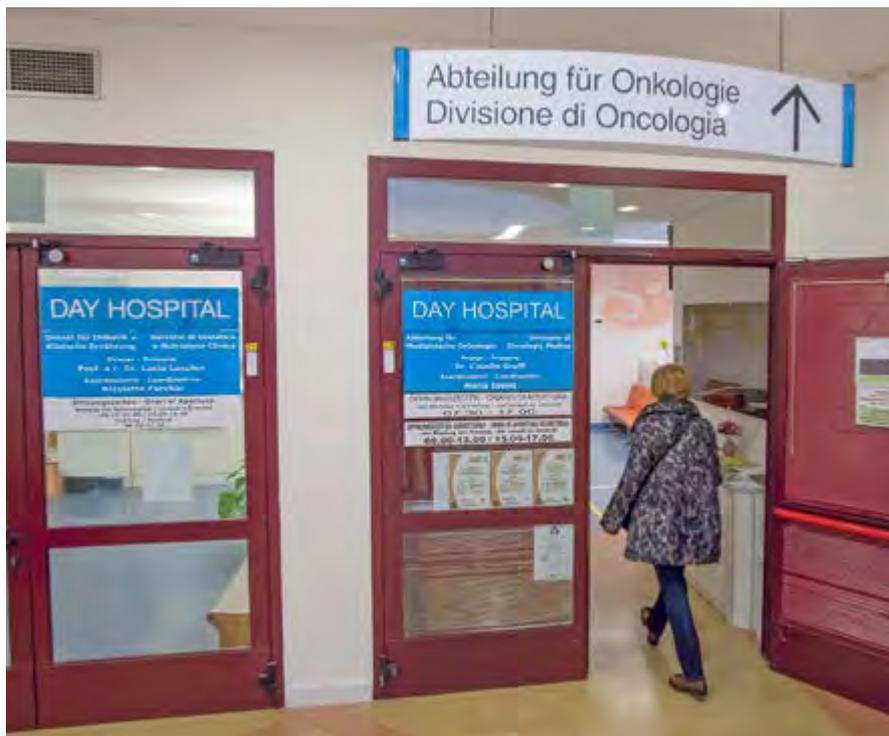
Chance: Secondo lei cos'è fondamentale nel rapporto tra medico e paziente?

Dott. Graiff: La vicinanza umana, l'onestà. È un rapporto paritetico, solo asimmetrico per conoscenze. L'empatia vera è quando si riesce a dire no e il malato capisce.

Chance: L'oncologia clinica l'ha fatta la sua generazione e lei è stato il primo primario di questo reparto creato ex novo da medicina 2.

Dott. Graiff: Sì, posso dire che ho seguito e gestito dal nascere non solo questo reparto ma anche l'oncologia moderna. Abbiamo collaborato per trovare nuove vie. Siamo entrati con il nostro team in uno dei gruppi più importanti a livello internazionale, ciò che abbiamo fatto, che abbiamo potuto sviluppare assieme a loro appare in scritti che hanno fatto la storia dell'oncologia.

Chance: Quindi avete potuto svolgere anche delle ricerche importanti?



L'entrata del reparto di oncologia a Bolzano

Dott. Graiff: Oggi la ricerca è diventata spesso la prova di prodotti, mentre la vera ricerca è la prova di ipotesi. Noi abbiamo sempre preferito partecipare a studi indipendenti piuttosto che a quelli organizzati dall'industria farmaceutica. Ci siamo tenuti lontani dall'ultima moda, dai "me too". La ricerca non può essere prova il Dash contro il Dixan. Il marketing non deve entrare nella ricerca.

Chance: Si ricorda quando è nato in lei il desiderio di far medicina?

Dott. Graiff: Mi viene in mente una mia foto, quando ero un bambino di 3 o 4 anni e andavo all'asilo in Viale Venezia a Bolzano: sono vestito da medico e ausculto un bambino con uno stetoscopio di plastica.

Chance: ...e la decisione per l'oncologia?

Dott. Graiff: Al secondo anno di medicina sono capitato in un laboratorio dove si faceva ricerca e mi piaceva. Mi sono cercato un reparto clinico e mi sono innamorato di questa materia. Ho cercato di farlo come persona seria e ricordandomi sempre che accanto alla mente ognuno ha un cuore.

Chance: E non l'è mai pesato lavorare in un campo così difficile, anche sotto l'aspetto psicologico e umano.

Dott. Graiff: No, credo che la mia forte motivazione e il mio bagaglio culturale mi hanno sempre aiutato a trovare il mio equilibrio.

Chance: Cosa si porta via da tutti questi anni in oncologia?

Dott. Graiff: Ho conosciuto tantissime persone e i loro drammi, e molti di loro li incontro ancora! Li rendevo aperti all'accoglienza, mi sentivo accolto da loro e li accoglievo. Mi rimangono trattamenti particolarmente riusciti, il ricordo di formidabili occasioni di conoscenze su etica e responsabilità.

Chance: Cosa potrebbe essere un'immagine per la sua professione.

Dott. Claudio Graiff: Noi siamo in trincea ogni giorno.

A fianco del cittadino

Cittadinanzattiva promuove il diritto del malato – Convenzione con l'ATAA



Si chiama Cittadinanzattiva Alto Adige Südtirol il movimento di circa 300 soci, che promuove la partecipazione civica di base e tutela i diritti dei cittadini e dei consumatori. Il segretario regionale è Stefano Mascheroni e l'attività principale in provincia riguarda il Tribunale del Malato (TDM). L'Assistenza Tumori Alto Adige ha firmato una convenzione con questa onlus.

In accordo con questa convenzione d'ora in poi tutti gli uffici dell'Assistenza Tumori fanno da tramite tra i soci e Cittadinanzattiva per tutti i casi che riguardano il Tribunale del Malato, permettendo così al TDM di essere presente capillarmente in tutta la provincia.

Stefano Mascheroni lavora come operatore sanitario in Geriatria all'ospedale di Bolzano. Ha assistito per sette anni sua madre, malata di Alzheimer. La sua passione è la musica, canta e scrive canzoni e in

più è fortemente impegnato nel sociale, un impegno che vive come una vera e propria missione. Ogni giorno dedica quattro ore a Cittadinanzattiva nel piccolo ufficio messo a disposizione dall'Azienda Sanitaria nell'edificio di piazza Loew Cadonna a Bolzano.

La storia di Cittadinanzattiva e soprattutto del Tribunale del Malato inizia nel 2009 quando Mascheroni e le sue tre colleghe del consiglio, Hildegard Fink (presidente), Ada Grillo e Graziella Minuzzo vengono in contatto con Cittadinanzattiva nazionale



Stefano Mascheroni

tramite del materiale informativo e un cd. Il motto "Fare i cittadini è il miglior modo di esserlo" li affascina come la prospettiva di poter aiutare concretamente delle persone in situazioni difficili. Non era ancora presente in regione una rappresentanza e così i quattro decidono di fondare Cittadinanzattiva Alto Adige. All'atto di fondazione è presente anche Florian Zerzer, allora

capo dipartimento dell'assessorato per la Salute e le Politiche Sociali della Provincia. Nelle altre regioni d' Italia la onlus è attiva anche in ambito scuola, tutela consumatori, Europa e tutela del cittadino, mentre il piccolo gruppo dell'Alto Adige si concentra soprattutto sulle attività di tutela del malato. I cittadini possono rivolgersi a Cittadinanzattiva direttamente e adesso anche tramite l'Assistenza Tumori per informazioni e assistenza legale nell'ambito del forum Tribunale del Malato.

In che caso ci si rivolge al TDM? Risponde Stefano Mascheroni: Ci sono diversi motivi. Per esempio un'operazione con esito dubbio. Un ticket non riconosciuto. Lamentele riguardo l'assistenza nelle case di riposo. Contestazione del livello di assistenza riconosciuto per l'assegno di cura o protesta contro la negazione della legge 104 o dell'invalidità civile. Bisogno di assistenza nella nomina di un tutore per pazienti dementi o con Alzheimer.

Il telefono del piccolo ufficio è attivo due volte la settimana, ma Cittadinanzattiva è raggiungibile sempre tramite un numero di cellulare. "Spesso svolgiamo anche la funzione di un telefono amico", dice Stefano Mascheroni. "E le persone sono già contente e felici perché c'è qualcuno che le ascolta!"

Il Tribunale del malato invece, come funziona? Mascheroni: "Collaborano con noi

due medici legali, quattro avvocati e un consulente del lavoro. La prima visita dal medico legale è gratuita, e dipende dal suo giudizio la nostra decisione di occuparci o meno del caso." Se Cittadinanzattiva decide di attivarsi, le chances di riuscita sono molto alte, infatti il 95% dei casi portati avanti dall'onlus si risolve in modo positivo per il cittadino. All'utente il servizio costa poco. A chi si rivolge per una causa al TDM si chiede solo di iscriversi all'associazione per la modica cifra di 10 euro l'anno. Chi chiede assistenza legale deve pagare ulteriori 20 euro per le spese amministrative.

Dal 2009 la onlus ha portato avanti 377 casi, di cui 125 sono stati decisi a favore del cittadino, 117 sono ancora in corso e in 103 casi si è deciso il non luogo a procedere perché la visita dal medico legale ha avuto esito negativo o comunque non è stato possibile ricondurre il problema del cittadino ad un comportamento errato da parte del servizio socio-sanitario. 35 casi invece sono stati chiusi perché il fatto non sussisteva. Per una causa extragiudiziaria va calcolato un anno, un anno e mezzo, mentre per le cause portate in tribunale dai tre ai tre anni e mezzo.

Se la causa si risolve a favore del cittadino, le spese legali vanno a carico dell'ente pubblico. L'attore deve pagare solo il 10% delle spese per il medico legale e le spese amministrative, in base all'indennità rico-

nosciuta gli viene chiesta una donazione a favore della onlus. Se la decisione del giudice va a sfavore dell'attore, deve pagare le spese legali della controparte, mentre le sue spese legali vanno in carico a Cittadinanzattiva. "Quando noi portiamo una causa in tribunale, siamo assolutamente sicuri dell'esito del procedimento", tranquillizza Mascheroni.

Nei primi anni di attività la maggior parte delle cause è stata risolta in via extragiudiziaria, da qualche tempo però, l'azienda sanitaria tende a pretendere sempre una soluzione che coinvolga il Tribunale. "Questo però non significa che l'azienda sia sicura di vincere", spiega il segretario del Tribunale del Malato, "anzi, sperano di scoraggiare il cittadino che per paura di eventuali spese e troppe complicazioni magari finisce col lasciar cadere tutto." ●

Il **forum per i diritti del malato** è raggiungibile sempre al numero di cellulare: 327 0475723 e martedì dalle ore 10 -12 e giovedì dalle ore 15 - 17 al numero 0471 1815538. Mail: info@cittadinanzattiva-altoadige.org. La sede del forum è: c/o Circostrizione Gries, piazza Loew Cadonna 12 in 39100 Bozen, 6° Piano.

Cittadinanzattiva garantisce sostegno agli utenti che entrano in conflitto con la pubblica amministrazione nel campo della sanità.



Ognuno ha diritto all'assegno di cura

Ci sono quattro livelli assistenziali – Contributi previdenziali



Foto: Othmar Seehauer

La nostra società invecchia sempre di più e di conseguenza sale il numero delle persone che non sono più autosufficienti e hanno bisogno di qualcuno che quotidianamente presti loro aiuto, che siano familiari o persone terze poco importa. Anche malati, bambini malati o handicappati possono avere bisogno di assistenza. Ogni due o tre famiglie altoatesine c'è una persona non autosufficiente.

In tutto sono 11.799 persone che ricevono l'assegno di cura a cui si sommano altri 4.200 bisognosi di assistenza che vivono in una casa di riposo.

Ogni giorno ci sono delle persone che si rivolgono a una delle sedi del patronato Inca dell'Agb/Cgil per le pratiche che riguardano l'assegno di cura. I contributi vengono erogati dall'ASSE, Agenzia per lo sviluppo sociale e economico. Nell'an-

no 2016 la provincia ha pagato più di 202 mio Euro in assegni di cura, mentre ulteriori 89.746.000 € sono andati direttamente alle case di riposo.

La legge che ha istituzionalizzato l'assegno di cura risale al 2007, per la precisione la n. 9 del 12 ottobre 2007. Con la delibera della giunta provinciale n. 73 del 28 gennaio 2014 la materia è stata poi adeguata.



Anny Obergasser

L'assegno di cura, spiega Anny Obergasser, direttrice del patronato Inca, non dipende dal reddito o dal patrimonio della persona non più autosufficiente e serve per far fronte ai costi di un'assistenza adeguata, il fine è sempre quello di adottare misure che permettano di condurre una

vita dignitosa. L'assegno è erogato mensilmente ed è destinato esclusivamente:

- al pagamento di prestazioni assistenziali e di cura;
- alla copertura dei costi per i fondi pensionistici di parenti curanti;
- per consentire l'attuazione di misure per la "vita indipendente";
- alla compartecipazione alle tariffe dell'assistenza domiciliare presso servizi accreditati e per l'utilizzo di strutture semiresidenziali e residenziali.

La prestazione è suddivisa in quattro livelli assistenziali, calcolati in base al fabbisogno mensile di ore di assistenza. L'assegno viene erogato mensilmente.

livello 1		
più di	60 -120 ore	558,50 €
livello 2		
più di	120 – 180 ore	900,00 €
livello 3		
più di	180 – 240 ore	1.350,00 €
livello 4		
più di	240 ore	1.800,00 €

Si può fare domanda dell'assegno di cura direttamente presso l'ASSE o al patronato Inca o tutti gli altri patronati. Ne hanno diritto tutte le persone residenti da almeno 5 anni in Alto Adige o le persone residenti da 15 anni in Alto Adige tra cui l'intero anno che precede la domanda. Nel caso di figli malati o handicappati il livello assistenziale si calcola confrontando la situazione con quella di bambini sani della stessa età.

Bisogna presentare il certificato medico di una diagnosi che giustifichi la non autosufficienza per malattia o handicap e che attesti la limitazione funzionale della persona che fa domanda. Una volta registrata la domanda, la persona interessata riceve la visita a domicilio del team di cura della circoscrizione interessata che calcola il fabbisogno assistenziale in ore. Assistenza non significa che una persona necessiti di aiuto nel vestirsi, lavarsi o per mangiare. Conta come assistenza l'accompagnamento di una persona impossibilitata da sola di lasciare la casa, la garanzia di un contatto sociale a beneficio di una persona altrimenti isolata e sola, aiuti nella conduzione della casa ecc. (nella delibera n. 73 del 28 gennaio 2014 ci sono elencati tutti criteri).

Una volta determinato il grado di non autosufficienza di una persona non vengono effettuati ulteriori controlli, se non nel caso

che il grado di non autosufficienza subisca cambiamenti. Nel caso che l'assegno di cura non venga riconosciuto, si può ripetere la domanda a distanza di almeno 12 mesi.

Quando si tratta di malati terminali non viene effettuata la visita a domicilio, è sufficiente il certificato medico e viene erogato il livello assistenziale 3 per la durata di sei mesi. In caso di prolungamento, il team di cura della circoscrizione viene a domicilio per verificare l'effettivo livello assistenziale.

Anny Obergasser: "L'assegno di cura può essere erogato anche sotto forma di veri e propri assegni per determinati servizi che devono essere usati nel mese in cui sono stati erogati, pena la decadenza.

Chi assiste un familiare che ha come minimo il livello assistenziale 2, e si astiene dal lavoro e ha effettuato versamenti volontari o obbligatori alla propria cassa previdenziale o chi ha versato denaro in un fondo pensione complementare, ha diritto a contributi fino a 8.000 Euro l'anno. Questa disposizione non vale per i dipendenti pubblici e deve trattarsi di persone che abbiano già usufruito della legge 104 (aspettativa retribuita di un massimo di due anni) e che comunque abbiano già pagato dei contributi, precisa la direttrice del patronato Inca. ●



Il Patronato INCA CGIL/ AGB

Il patronato INCA offre a sua volta informazione, sostegno e protezione sul piano amministrativo e se necessario anche in caso di cause giuridiche. Il lavoro del patronato INCA è gratuito per tutti coloro che hanno bisogno di sostegno.

Bolzano	Viale Trieste, 70/a	0471 926545
	Via Piacenza 54	0471 926404
Laives	Via Kennedy 265	0471 955177
Egna	Rathausring 44	0471 812305
San Candido	Via P.P. Rainer 4	0474 913050
Bressanone	Via Fallermayer 9	0472 831498
Brunico	Via Europa 20	0474 370162
Merano	Via Otto Huber 54	0473 203418
Silandro	Via Principale 30	0473 203430
Vipiteno	Via Geizkofler 12	0472 764236

Messa in si minore

Concerto di beneficenza con il "Süddeutsche Ärztechor & Orchester"



Maestro Marius Popp

Centoventi musicisti hanno affollato il 4 novembre il coro della chiesa di San Nicolò a Merano. Un colpo d'occhio sorprendente. Ma ancor più impressionante era il virtuosismo di questi musicisti. Un ensemble diretto dal maestro Marius Popp. È stata eseguita la messa in Si-minore di Johann Sebastian Bach. Un concerto di beneficenza a favore dell'Assistenza Tumori dell'Alto Adige.

La grande chiesa della città di Merano, a tre navate del Tardo Gotico, era quasi piena e il pubblico, al termine del concerto, ha applaudito con entusiasmo i musicisti venendo premiato con dei bis. Secondo Oskar Asam, presidente del circondario di Merano, è stata un'esperienza unica: "Mi ha particolarmente colpito l'Osanna cantato a sedici voci." I musicisti dilettanti tedeschi che, come si desume dal nome, sono medici o esercitano una professione in campo tecnico-medico, sono stati sostenuti da quattro solisti professionisti:

un soprano, un tenore, un baritono e un controtenore.

Il console onorario tedesco per Bolzano e Trento, Gerhard Brandtstätter, ha sottolineato nelle sue parole di saluto inoltrate per iscritto, che la musica è la lingua più bella del mondo, un codice che unisce popoli e persone. "Trovo di particolare valore il fatto che tali iniziative vengano organizzate in una regione transfrontaliera come l'Alto Adige e che grazie a queste possano essere aiutate persone gravemente sofferenti."

Marius Popp ha fondato nel 2012 il "Süddeutsche Ärztechor & Orchester", nota sotto l'abbreviazione SÄC&SÄO. Il Maestro organizza una o due tournée all'anno e i medici musicisti si sono esibiti già a Parigi, in Belgio, Polonia, al Lago di Como o a Venezia nella basilica di San Marco. Tutti i concerti hanno una caratteristica particolare: sono concerti di beneficenza. I musicisti



si pagano da soli vitto, alloggio e i costi per il viaggio come pure eventuali compensi per i solisti.

“Diamo molta importanza al fatto che tutti gli introiti raccolti in occasione dei concerti vadano al cento per cento utilizzati allo scopo da noi scelto. A seconda del concerto e del luogo dove ci esibiamo, raccogliamo somme differenti. Si può andare dai 20.000 ai 700 euro per concerto”, spiega il Maestro Popp. Ma ciò che sta maggiormente a cuore tanto a Popp quanto ai musicisti, è lasciare un segno, aiutare con la musica. A Merano sono stati raccolti 1.400 €, dai quali devono essere detratte le spese per la cena che è stata organizzata dopo il concerto dall’Assistenza Tumori nella sala San Nicolò.

Ogni due anni Popp invia una mail con i possibili progetti e stila poi un programma provvisorio sulla base delle prime adesioni. “Ma fino alla fine non so mai esattamente

chi verrà veramente”, racconta il direttore del coro. “È sempre una sorpresa vedere chi viene e chi no, e fino alla fine ho paura che la cosa non abbia successo.” Le ambizioni, ad ogni modo, sono alte. È vero che i musicisti sono degli amatori, ma di altissima qualità. Tre mesi prima devono dare l’adesione definitiva e ricevono poi gli spartiti con le annotazioni del direttore e un CD. I pezzi li devono preparare da soli. Dopo il lavoro o (nel caso dei coristi) andando al lavoro in macchina magari. Le tournée durano in media una settimana, durante la quale sono previsti diversi concerti. I musicisti sono arrivati in Alto Adige il 1° novembre, e la sera stessa era fissata una prima prova come pure il 2 e 3 novembre. La prova generale si è tenuta il 4 pomeriggio e alle ore 20 è iniziato il concerto.

Il 5 novembre il gruppo si è esibito nella Basilica di S. Zeno a Verona nell’ambito del “VII Musifestival Pianura Veneta” e il 6 no-

vembre nel Duomo di Mantova. Per Verona il beneficiario dei fondi raccolti non era stato ancora stabilito, mentre a Mantova i fondi verranno utilizzati per il restauro dell’organo del Duomo.

Nel nome del coro e dell’orchestra compare il riferimento alla Germania del Sud, ma in realtà i musicisti provengono da varie parti della Germania e non solo dalla Baviera e dal Baden Württemberg.

Un musicista proviene dal Baden ma vive a Merano e attraverso di lui sono stati presi i contatti con l’Assistenza Tumori. È il Dott. Peter Metzger. Suona il violino e da molti anni fa parte di questo ensemble.

Il Maestro Marius Popp è originario di Klausenburg nel Siebenbürgen e vive a Coburg. Concertista di organo, pianoforte e cembalo, è anche cantore d’organo a Kronach. Dirige numerosi cori e *Segue >*



Maestro Popp con la moglie Susanne e alcuni membri dell'ensemble dopo la prima prova

> orchestre, tra cui altri gruppi come ad es. il "Europäischer Ärztechor & Ärzteorchester" e il "Welt Ärztechor & Ärzteorchester", sempre da lui fondati. Nel 2015 gli è stata attribuita la Croce al Merito della Repubblica

Federale della Germania. Mettere insieme musica di alto livello e la raccolta di fondi per scopi benefici è per Popp e i suoi musicisti una missione. Anche sua moglie Susanne canta nel coro come soprano.

Il Dott. Peter Metzger: suona il violino nel "Süddeutsche Ärztechor & Ärzteorchester". Ha viaggiato per 25 anni in tutto il mondo come consulente per la tubercolosi, e negli anni prima del pensionamento anche per l'ebola. Vive da due anni a Merano. Per la primavera ha organizzato per l'Assistenza Tumori il progetto Giardino, al quale però finora non si è iscritto ancora nessuno. Metzger ha messo in contatto il SAC & SÄO con l'Assistenza Tumori.

Il Dott. Wolfgang Schirmer: di professione veterinario, è entrato a far parte del progetto SAC & SÄO due anni fa. Suona il violoncello da quando aveva 13 anni ed è cresciuto in una famiglia in cui si dava molta importanza al fare musica insieme a casa. Originario della Turingia, fa parte anche del coro e dell'orchestra Bach di Fürstentfeldbruck.

Il Dott. Martin Rank: Primario di psichiatria infantile e dell'età evolutiva a Hildburghausen in Turingia. Sua madre era insegnante di pianoforte e ha quindi iniziato molto presto a suonare questo strumento e a cantare nel coro. Nel concerto a Merano ha fatto parte del coro. La musica rappresenta per lui un'importante compensazione dello stress legato alla sua attività di psichiatra dell'età evolutiva. "La musica, così come il teatro e l'arte sono inoltre una possibilità per aiutare là dove le conoscenze mediche si fermano." ●

Dott. Peter Metzger, violino



Dott. Wolfgang Schirmer, violoncello



Dott. Martin Rank, coro



Dieci anni “Diplompatientin”

Mamazone Alto Adige donne e ricerca contro il tumore al seno fondata nel 2007



Una donna su otto nel corso della sua vita si ammala di tumore al seno. A livello mondiale si tratta del più frequente carcinoma femminile. Mamazone Alto Adige, costola dell'omonima associazione tedesca, s'impegna nel sensibilizzare la comunità e soprattutto spinge le donne a farsi parte attiva nella lotta contro il tumore. Diplompatientin appunto.

Sono campagne d'informazione, conferenze stampa e depliant i mezzi più usati da mamazone. L'evento culmine dell'anno è il convegno all'EURAC, “Diplompatientin”, ovvero paziente diplomata. Una giornata all'insegna dell'informazione che vede come ospiti i più importanti ricercatori e medici impegnati sul fronte della lotta contro il tumore al seno. In platea soprattutto loro: le donne. Quelle che si sono già ammalate e vogliono capire meglio e quelle che prendono sul serio la prevenzione e vogliono conoscere sia i progressi della ricerca sia sapere come tutelarsi al meglio.

Mamazone è stata fondata nel 1999 da Ursula Goldmann Posch, altoatesina di nascita. È suo il concetto della paziente che non subisce passivamente la terapia, ma s'informa per capire meglio e contribuire anch'essa al processo di guarigione. E non è solo la paziente a dover sapere, ma anche le altre donne perché il sapere è l'ar-

ma migliore. Una prevenzione di qualità e responsabilità verso la propria salute per combattere il rischio tumore.

L'incontro di quest'anno il 21 ottobre all'Eurac ha proposto come sempre una giornata densa con esperti venuti dai migliori centri di Milano, Bologna, Venezia, Tubinga, Regensburg e Innsbruck, che assieme a medici altoatesini hanno presentato gli ultimi risultati sui temi della diagnostica precoce, la radioterapia, la ricostruzione, la chirurgia individualizzata, l'incidenza della familiarità. In più è stato disegnato un quadro di ciò che possiamo aspettarci nei prossimi dieci anni. Martina Ladurner, Erika Laner e il Dott. Christian Marth, primario di

Ginecologia della Clinica Universitaria di Innsbruck hanno invece ripercorso i primi dieci anni di “mamazone, donne e ricerca contro il tumore al seno Alto Adige”. ●

Il pubblico ha seguito con grande interesse gli interventi dei relatori



Mostrare cos'è possibile

Decimo giro „Bäder- und Rehatour“ da Stoccarda a Venezia



“La via è la meta” e “mostrare cos'è possibile”, sono i motto del tour in bicicletta che si è messo in moto per la decima volta lo scorso settembre e che ha coinvolto per una settimana un gruppo misto, formato da persone con e senza handicap. Per festeggiare i dieci anni è stato scelto un obiettivo ambizioso: la traversata delle Alpi, passando per Vipiteno e Valdaora.

Cento chilometri al giorno, tanti ne vengono percorsi dai ciclisti del Reha-Tour (tour di riabilitazione), tutti estremamente motivati. E chi non dovesse farcela da solo, trova sempre delle braccia generose che gli danno una spinta nel momento del bisogno.

Una traversata delle Alpi, quindi. Partenza il 1° settembre dal Diakonie Klinikum di Stoccarda, arrivo l'8 settembre a Venezia. L'Alto Adige sta giusto in mezzo. Il 5 settembre il gruppo ha pernottato a Vipiteno e il 6 settembre a Valdaora. I ciclisti avevano già preso preventivamente contatto con l'Assistenza Tumori e organizzato un incontro a Valdaora.

L'anima dell'impresa è Hubert Seiter, non solo un appassionato di ciclismo, ma anche ex direttore dell'Assicurazione Previdenziale tedesca del Baden Württemberg e amministratore volontario dell'Associazione Tumori del Baden Württemberg e quindi assolutamente coinvolto, da tutti i punti di vista, nell'iniziativa. Seiter organizza da dieci anni questi giri e si occupa anche di prendere tutti i contatti necessari in fase organizzativa. Scegliere di muoversi in bicicletta ha infatti sempre anche come obiettivo quello di cre-

are una rete, con la raccolta di fondi da una parte ma soprattutto con l'intento di attirare l'attenzione dell'opinione pubblica sui bisogni delle persone che convivono con un handicap o con una malattia cronica, il che significa infrastrutture adeguate ai portatori di handicap, l'abbattimento delle barriere architettoniche e via dicendo.

Rappresentanti della politica nazionale e locale, rappresentanti di associazioni che operano nel settore della riabilitazione, atleti, associazioni come per es. l'Assistenza Tumori dell'Alto Adige, con la quale Seiter ha organizzato un incontro a Valdaora, si uniscono al gruppo per qualche ora o per una giornata intera, oppure anche per tutto il viaggio, per parlare e ribadire l'importanza della riabilitazione.

La seconda anima – o forse è meglio dire la mascotte – del gruppo è Marco Longobucco, detto anche Kaba-Killer o “piccolo italiano”. Marco è l'esempio perfetto per mostrare ciò che la riabilitazione può o non può fare e quanto continuo la motivazione personale e la forza interiore in ogni intervento riabilitativo, che sia dopo un incidente, un ictus o una malattia come il cancro, poco importa.



Hubert Seiter

Marco, figlio di padre calabrese e di madre sveva, era proprietario di una ben avviata officina di motociclette quando 15 anni rimase vittima di un grave incidente in moto. Una riabilitazione durata anni gli ha permesso di ritornare ad una certa qualità di vita anche se molte abilità sono compromesse, cosa che non gli impedisce di essere una sorta di “bomba di vitalità” che contagia tutti con il suo buon umore. Durante la riabilitazione ha conseguito il diploma in ragioneria, ma non è riuscito a trovare in questo settore un lavoro che davvero gli piacesse. Così oggi Marco è impegnato nel sociale, pratica molto sport e ha molti amici. È stato lui a motivare Hubert Seiter a realizzare il primo giro in bici, e dopo un paio di viaggi a due in bici, è nata l'idea di organizzare questo tour legato al ciclismo e alla riabilitazione.

Ogni anno sono molti i partecipanti che aderiscono all'iniziativa. Si tratta di portato-



La spinta di braccia generose aiuta a superare ogni ostacolo

ri di handicap, persone con disturbi psichici, malati di cancro o persone che si uniscono al gruppo solo per solidarietà e che poi non riescono più a rinunciare alla grande umanità e allegria del gruppo e alle belle esperienze legate a questo stare insieme sulle due ruote. "Siamo tutti "portatori con-

tagiati" ormai, questo giro rappresenta per molti di noi il momento clou dell'anno", sottolinea Hubert Seiter.

Andrea Naumann è già alla sua settima partecipazione e il suo giro più lungo l'ha portata da Salonico in Grecia a Stoccar-

da. "L'intensa vita in comune", dice, "porta a concentrare lo sguardo sulle cose essenziali, regala gioia e euforia". L'aiuto reciproco, io ti aiuto ma anche tu mi aiuti, tutto questo permette di superare la paura di entrare in relazione con l'altro e insegna ad accettare e ad offrire aiuto. *Segue >*

Bellissima la ciclabile che attraversa la Val Pusteria



Martha Feichter, Ida Schacher e Hubert Seiter





Cento chilometri al giorno!

> Della partita è anche, ogni volta che riesce ad organizzarsi, Dieter Weisshaar, membro del comitato di amministrazione dell'Istituto di Previdenza del Baden Württemberg. "Non importa che siano persone reduci da incidenti, con danni dovuti a problemi neurologici o psichici, pazienti oncologici o persone che partecipano per motivi di sensibilità o solidarietà, per tutti si tratta di un'esperienza speciale." Fanno parte del gruppo anche medici, sia del settore pubblico che privato, direttori di clinica, medici del settore riabilitativo o fisioterapisti.

Può partecipare anche chi non è super allenato, sia con dei tandem particolari sia con l'ausilio di una batteria, come ha fatto Gerd Studer, presidente del gruppo di aiuto per malati di cancro alla prostata di Stoccarda. Per lui è la prima volta in assoluto che ha intrapreso un viaggio su una bicicletta ed è orgoglioso di essere riuscito a superare le Alpi, anche se la sua bicicletta rallentava sempre di più in salita perché la batteria si andava scaricando.

Il gruppo è accompagnato da un bus con meccanici, organizzatori e anche personale medico. Ogni notte si dorme in un altro albergo e le spese di viaggio, pernottamento e pasti, sono a carico dei partecipanti.

Armin Köhli partecipa quest'anno per la seconda volta, lui è un professionista della bici, ma si è tolto comunque le sue soddisfazioni all'interno di un gruppo tanto eterogeneo. Da ragazzo ha perso entrambe le gambe a partire dalle ginocchia a causa di un incidente e partecipa a gare di ciclismo sia per diversamente abili che per normodotati. Armin è svizzero, lavora come giornalista per il settimanale WOZ ed è impegnato all'interno dell'organizzazione Geneva Call contro le mine antiuomo. Ha conquistato tra l'altro un 5. posto alle Paraolimpiadi e ha partecipato al Tour d'Afrique, una competizione di 11.500 km che dura diversi mesi.

Quando il programma non prevede degli incontri con politici o personalità



La musica non poteva mancare

particolari, allora si va anche a visitare monumenti o luoghi di interesse culturale. Durante il giro del 2016 ad es. si è fatta tappa al memoriale di Grafeneck nello Schwäbische Alb, dove i nazisti, già nel 1940, hanno sperimentato „in piccolo“ quella che a partire dal 1942 sarebbe stata la soluzione finale della „questione ebraica“: nel 1940 morirono nelle camere a gas di questo lager più di 10.000 portatori di handicap. L'eutanasia.



La sezione Bassa Pusteria ha preparato un buffet con specialità altoatesine per accogliere i partecipanti del Reha- und Bädertour

L'Associazione Tumori Alto Adige partecipa

Mi sarebbe piaciuto partecipare al giro partendo già da Vipiteno, ma un appuntamento in mattinata me lo ha impedito e così mi sono aggiunta al "Bäder- und Reha-tour" a partire da San Lorenzo di Sebato. La presidente provinciale Ida Schacher ha portato me e la mia bici in macchina da Bolzano fino a San Lorenzo dove ad attenderci c'era già il fotografo Othmar Seehauser. Un paio di scatti e poi via. Il fotografo ha fatto ancora delle immagini lungo il percorso e ci ha aspettato poi a Valdaora.

Devo confessare che il clima era così allegro e rilassato che dopo cinque minuti mi pareva di essere stata lì con loro fin dall'inizio, inoltre la salita fino a Vandoies non è così ripida da non poter chiacchierare mentre si pedala.

Hubert Seiter mi ha raccontato la sua storia. Pedalo un pezzo accanto ad un fisioterapista bulgaro, che ha già partecipato

diverse volte e poi passo accanto a Gerd Studer e dopo a Marco. Con diversi partecipanti ho potuto condividere una parte di percorso e una parte della loro storia, finché non siamo arrivati a Vandoies di Sopra, dove ad attenderci nella piazza del paese c'era un comitato di accoglienza dell'Assistenza Tumori con un buffet di specialità sudtirolesi, dolci, birra fresca e altre bibite. I ciclisti in questo 5° giorno hanno superato le ultime vere salite del giro. Fino a Venezia li aspetta ora solo discesa e i paesaggi della pianura. Ancora due giorni e arriveranno nella città della laguna, dove vogliono verificare se ci sono delle strutture idonee per i portatori di handicap.

Ida Schacher e Martha Feichter hanno salutato calorosamente i loro ospiti. Tra tutti i soci dell'Assistenza Tumori che hanno aiutato a preparare il buffet ed i partecipanti al giro si è creato subito un dialogo amichevole e il giorno seguente Ida Schacher non ha voluto rinunciare a pedalare con loro da Dobbiaco fino al lago di Misurina.

Il prossimo settembre si riparte, la meta ancora non è stata fissata, ma tutti possono partecipare. ●

Informazioni:
Bibissingen@gmx.de;
info@krebsverband-bw.de

Marco Longobucco



Un sabato in buona compagnia

La gita provinciale del 23 settembre ha portato i soci al Renon



Un indimenticabile “Hallelujah” cantato dal gruppo musicale “Hëdoné”, un menu con i flocchi, una lotteria e una passeggiata per vedere le bellissime piramidi di terra, ecco gli highlight in stile telegrafico di questa bella giornata di fine settembre passata insieme sul Renon.

Ogni anno l'invito viene da un circondario diverso. Lo scorso settembre l'organizzazione della gita sociale annuale è toccata al circondario “Bolzano – Salto Sciliar”. Già salendo lungo i tornanti che portano al Renon nei loro pullman venuti da tutte le parti della provincia i soci hanno avuto modo di apprezzare il bellissimo panorama, con il Catinaccio e il Latemar a portata di mano, di cui si gode da questo grande altopiano alle porte di Bolzano.

Il primo stop è stato a Auna di Sotto, alla chiesa di Santa Lucia, dove il parroco Theobald Obkircher ha celebrato una messa in tedesco e in italiano. Il “Vokalensemble Hëdoné” ha accompagnato la funzione con canzoni in italiano, tedesco, tirolese e inglese, e i soci sono rimasti incantati so-

prattutto dal famoso “Hallelujah”, scritto da Leonard Cohen. Dopo un altro quarto d'ora di pullman, i soci sono arrivati alla Casa della Cultura di Longomoso, dove ad attenderli c'era una bella sala, e dove è stato servito un menu davvero da gourmet, preparato dallo staff del ristorante Brandwirt di Sarentino (catering): tortellini con erbe e scaglie di parmigiano, arrosto di vitello con finferli, pure di patate e carote e una terrine al cioccolato bianco con frutti di bosco. Con 310 persone da servire, i camerieri hanno avuto il loro bel da fare. Il pranzo inoltre è stato accompagnato dal canto delle contadine di San Martino-Reinswald.

Il sindaco del comune di Renon, Paul Lintner, venuto in compagnia dell'assessora per il socia-

le, Edith Schweigkofler, ha presentato il suo Comune agli ospiti. Si tratta per numero di abitanti del settimo o ottavo Comune dell'Alto Adige, un posto che si contende con Caldaro. Renon conta infatti all'incirca 8.000 abitanti e ha una superficie di 111 kmq e 402 masi chiusi. Tra le attrattive ci sono tre siti di piramidi di terra, tra i più belli d'Europa per questo tipo di formazioni geologiche, e il vecchio trenino che collega alcune frazioni del comune e che risveglia in chi ci sale la nostalgia dei tempi che furono. Avere una residenza estiva al Renon è una delle otto beatitudini del commerciante bolzanino, al pari del banco riservato in Duomo, del negozio sotto i Portici e altro ancora. Scienziati, scrittori e artisti hanno scelto il Renon come residenza temporanea o estiva. Tra loro veri giganti come Franz Kafka, Sigmund Freud o Lion Feuchtwanger. Il sindaco ha espresso poi il suo grande apprezzamento per l'attività dell'Associazione Tumori.



Tanto da raccontarsi



Un bel sorriso per il fotografo



I camerieri del Braunwirt di Sarentino





L'assessora Edith Schweigkofler e il sindaco Paul Lintner



Il team organizzativo: Marianne Engl (sx) e Agathe Eschgfäller (dx) con la presidente di circondario Monika Gurschler e Donatella Di Stasio

Dopo il pranzo sono stati sorteggiati dieci cesti con specialità altoatesine e cosmetici e poi, chi voleva, ha avuto la possibilità di fare una passeggiata fino alle piramidi di terra di Longomoso in compagnia di Josef Fröscher. La giornata si è conclusa quindi con caffè e dolci, poi tutti i soci sono tornati a casa.

A Marianne Engl e Agatha Eschgfäller vanno i ringraziamenti per questa giornata meravigliosa. Hanno iniziato a preparare tutto già mesi prima e i sorrisi sulle facce dei soci sono stati per loro il ringraziamento più bello.

Il buffet dei dolci



Il coro delle contadine di San Martino di Sarentino



Quattro amici di San Genesio



Una bella sala dominata dall'allegria



metà & metà

Acquistare prodotti regionali online e donare a onlus ben selezionate.



Foto: Felix Obermaier

Sempre più persone comprano online, complici il poco tempo e nessuna voglia di infilarsi nelle masse del periodo prenatalizio. Ci sono tanti argomenti a favore della spesa da casa. E da poco tempo ce n'è uno in più: il negozio online halbe.it che vende prodotti regionali a condizioni particolari. Ogni acquisto diventa donazione. Metà – metà appunto.

Con il negozio online halbe.it viene proposto un nuovo sistema di fare acquisti in Alto Adige: gli acquirenti diventano benefattori. Comprando prodotti altoatesini, la metà dell'importo viene data automaticamente in beneficenza. È un sistema vantaggioso per tutti: per le aziende partner, per le Onlus e per gli acquirenti stessi.

Primo obiettivo del negozio online halbe.it è quello di fare beneficenza favorendo contemporaneamente gli acquirenti e le aziende. "Di ogni acquisto su halbe.it, viene fatto metà metà, per l'appunto", spiega Matthias Keitsch della Cooperativa Ex Libris che gestisce il progetto. Una metà del prezzo di vendita va all'azienda venditrice altoatesina, l'altra metà a una Onlus scelta dall'acquirente. "In questo modo le organizzazioni senza scopo di lucro e le associazioni dell'Alto Adige possono finanziare le loro attività", dice

Keitsch. Tutte le Onlus altoatesine partner di halbe.it hanno il certificato "Donazioni Sicure" e gli acquirenti possono detrarre dalle tasse l'importo della donazione.

L'idea ha convinto fin da subito anche le aziende dell'Alto Adige: "Il nostro motto è coniugare il design e la moda con la sostenibilità e la tutela dell'ambiente", afferma Daniel Sperandio del brand di moda RE-BELLO di Laives. "Ecco perché l'idea di halbe.it, ossia aiutare le persone in difficoltà attraverso lo shopping di prodotti locali, ci calza a pennello." Le aziende come RE-BELLO, il produttore di bijoux "huamet" di Ultimo o il creatore di montature per occhiali in legno "WoodDone" di Bressanone, grazie al portale non solo possono promuovere la loro immagine, ma traggono beneficio dalle sinergie di marketing tra i soggetti coinvolti e hanno l'occasione di conquistare nuovi mercati e clienti.

Le Onlus partner: Aktiv Hilfe für Kinder, Associazione genitori di persone in situa-

zione di handicap, Fondo di solidarietà rurale, CLAB Cooperativa sociale, Comedicus, Aiutare senza confini, Associazione Mucoviscidosi Alto Adige, Associazione Sclerosi Multipla Alto Adige, Organizzazione Per Un Mondo Solidale, Pro Nepal, Assistenza Tumori Alto Adige, Südtiroler Plattform für Alleinerziehende / Per famiglie monogenitoriali, Assistenza alle famiglie e agli anziani.

Le aziende partner: Abbigliamento professionale Christine, Bergila, Edition Raetia, huamet, Cantina Cortaccia, Kraxl-Board, Rasenfix, RE-BELLO, ristorante Moosbauer, Thomas Guitars, WAMS?!, Wood.Mate, WoDone.

Il progetto è stato realizzato con il sostegno dell'Ufficio innovazione, ricerca e sviluppo della Provincia autonoma di Bolzano nonché del Fondo mutualistico della Federazione Cooperative Raiffeisen Alto Adige.

Info: <https://www.halbe.it>

Matthias Keitsch e Thomas Kager alla presentazione del progetto

Metà & metà vale anche per la torta!



Foto: Felix Obermaier

Run for Life

Il 2 settembre è partita la prima corsa di beneficenza di Egna - 600 partecipanti



Senza tutte queste nuvole grigie il pink delle magliette non avrebbe mai potuto risplendere così tanto! La forte pioggia della prima mattina ha spaventato alcuni atleti e così alla partenza non erano i mille preventivati, ma poco più di 600 persone. Seicento autentici appassionati che aspettavano il classico “pronti, attenti, via”. Persone di tutte le età, con una gran voglia di correre, camminare o andare in bici.

Gli organizzatori si erano posti due obiettivi: doveva essere una bellissima festa per le famiglie e bisognava raccogliere dei fondi per l'Assistenza Tumori e per il nuovo servizio palliativo per bambini malati, iniziato dai Lions di Egna. Infatti il ricavato è stato diviso in due, a ciascuno sono andati 2.850 Euro.

Gli adulti hanno percorso tre km, i bambini 800 m e i ciclisti, grandi e piccoli, 5 km. Non contava il tempo percorso ma il fatto di partecipare e di divertirsi.

Al microfono l'instancabile Norbert Bertagnoll, vicino all'Assistenza Tumori Oltradige Bassa Atesina da più di trent'anni. L'organizzatore della corsa Fit for business, che è già arrivata alla sua 17a edizione lo scorso 1° settembre, Alfred Monsorno, ha sviluppato assieme alla presidente del circondario, Maria Angela Berlanda Poles, l'idea di una versione più piccola e dedicata alla beneficenza il giorno dopo la gara ufficiale, e questo per poter sfruttare tutte le infrastrutture. Anche Run for life si ripeterà d'ora in poi ogni anno.



Alfred Monsorno e Maria Angela Berlanda

Alla partenza un mare di pink, magliette e palloncini con il logo dell'ATAA. Hanno partecipato grandi e piccoli, famiglie, amici, simpatizzanti, atleti e non atleti e anche personaggi pubblici come per esempio il sindaco di Egna e i colleghi dei comuni limitrofi: Montagna, Monika Delvai; Branzolo, Alex Bertinazzo; *Segue >*



Alfred Monsorno, Beatrix Aigner, (Lions) Maria Angela Berlanda, Ida Schacher e Inge Girardi (com. org.)



Anche il sindaco di Merano, Paul Rösch ha partecipato

> Salorno, Roland Lazzeri e Ora, Roland Pichler, per citarne solo alcuni. Il sindaco di Merano, Paul Rösch è arrivato addirittura in mountain-bike e poi ha partecipato alla corsa. Anche la presidente provinciale dell'ATAA Ida Schacher voleva partecipare alla corsa ma a causa del traffico in autostrada è arrivata solo in tempo per salutare i primi partecipanti che avevano raggiunto il traguardo.

Chi aveva perso il sorriso a causa del brutto tempo lo ha rapidamente ritrovato grazie agli scherzi di Norbert Bertagnoll. Il pubblico ha incoraggiato tutti e applaudito ogni partecipante come se fosse il

vincitore. Madri e padri che tenevano per mano la prole, se non addirittura caricata sulle spalle o nel passeggino; maratoneti e persone comuni che hanno partecipato per la prima volta ad una corsa nel segno della solidarietà. Tutti insieme per la buona causa. Anche i vincitori della corsa Fit for business del giorno prima si sono fatti trovare pronti alla partenza

E dopo la corsa tutti hanno potuto ristorarsi alle bancarelle nel centro di Egna. Tanti sponsor hanno contribuito a fare della corsa una vera e propria festa popolare. E l'anno prossimo ci si rivede, con o senza sole!

Mini Pink Parade a Bolzano

Erano trecento i partecipanti della seconda Mini Pink Parade che si è svolta invece a Bolzano il 10 ottobre. Tre km di corsa o camminando, partenza al Museion, e poi per piazza Domenicani, piazza Walther, i Portici, ponte Talvera per arrivare di nuovo al Museion. Pink Parade è la corsa di beneficenza che ha come obiettivo quello di porre le donne con tumore al seno e le loro problematiche al centro dell'interesse pubblico. Anche qui il rosa è stato scelto come colore della solidarietà e della speranza. Organizzatrice è stata Roberta Cirimbelli, che ha portato l'idea dal suo viaggio di nozze

Manca poco alla partenza



La festa dopo la corsa



Attenti, pronti, via!





Anche il gruppo delle "Scapigliate" ha partecipato alla Mini-Pink-Parade di Bolzano



Foto: Professional Photo Studio CPS



a New York, due anni fa, e ha fondato l'associazione „Together“.Tra i partecipanti anche „Le scapigliate“, gruppo di amiche che si sono conosciute nella sala d'attesa dell'oncologia e che portano avanti dei progetti per combattere il tabù che ancora vige sul tumore al seno, e in genere su tutte le malattie oncologiche, e per comunicare che una diagnosi di tumore al seno non è una fine ma l'inizio di una nuova coscienza. ●



Foto: Professional Photo Studio CPS

La partenza delle biciclette



Maria Angela Berlanda, Ida Schacher, Beatrix Aichner e Inge Girardi con i sindaci



Soggiorni estivi climatici 2018

Montagna - Lago - Mare

L'Assistenza Tumori Alto Adige offre ai pazienti affetti da tumore, indipendenti ed autosufficienti, soggiorni climatici senza accompagnamento o assistenza. Non esiste un programma dettagliato di attività, quindi ogni partecipante è libero di organizzarsi la giornata/soggiorno assumendosi la propria responsabilità.



Condizioni generali per partecipazione e prenotazione:

1. Partecipazione

- I partecipanti sono esclusivamente soci ordinari/malati dell'ATAA. Essi **devono essere autonomi ed autosufficienti** e quindi non soggetti al bisogno di assistenza o accompagnamento. Familiari o accompagnatori non sono ammessi. **La quota associativa per l'anno 2018, deve essere rinnovata.**
- Diritto di precedenza hanno i soci ordinari/ammalati entro il 5. anno di malattia (incluso 2013). Per cui, in caso di **ricaduta** deve essere data comunicazione scritta alla sede centrale di Bolzano 2 (**due**) **settimane prima** dell'inizio dell'iscrizione, consegnando la documentazione ed un attestato del medico **specialista**.
- Soci sottoposti a **chemio/radioterapia** o che hanno terminato da meno di 2 (due) mesi dalla partenza del turno la chemio-radioterapia sono esclusi dai soggiorni climatici.
- Tutti i partecipanti devono tenere durante il soggiorno un **comportamento educato e rispettoso**. Discrezione, comprensione e rispetto reciproco sono presupposti per la partecipazione e la rimanenza nel gruppo durante il soggiorno.
- L'interruzione del soggiorno senza colloquio precedente con la direzione dell'ATAA avrà come conseguenza un'esclusione di partecipazione da futuri soggiorni.
- Tutti i partecipanti devono, **entro il 27 aprile 2018**, compilare e firmare l'**autocertificazione sullo stato di salute**. Tale autocertificazione viene messa a disposizione presso gli uffici della **sede centrale e dei circondari/sezioni** e dovrà essere consegnata alla sede centrale. L'interruzione anticipata del soggiorno, a causa di un comportamento inadeguato o falsa dichiarazione o autocertificazione mancante comporta l'esclusione dal soggiorno.

2. Prestazioni

1. Sono comprese le seguenti prestazioni:
 - la sistemazione esclusivamente in **stanza doppia**. La stanza singola viene concessa solo ai **laringectomizzati e stomatizzati**. Altre stanze singole vengono concesse solo in caso di particolari handicap. La rispettiva richiesta scritta accompagnata da **certificato di medico specialista** indirizzata al Consiglio Direttivo Centrale deve pervenire **2 (due) settimane prima** dell'inizio dell'iscrizione. I certificati del medico di famiglia/base non vengono considerati.
 - vitto e alloggio
 - viaggio d'andata e di ritorno in autobus
2. **NON sono comprese le seguenti prestazioni:**
 - costi per prestazioni extra riguardanti l'alloggio (aria condizionata, frigobar, telefono ecc.)
 - misure di assistenza e cura individuale

- spese per ricoveri ospedalieri, spese mediche (intervento del medico di turno/emergenza, etc...), spese per farmaci, materiale di cura, terapie ecc.
- trasporto di persone in ambulanza, trasporto extra di ogni tipo (andata, ritorno a causa malattia, ecc.)
- in caso di viaggio d'andata posticipato o viaggio di ritorno anticipato in seguito a malattia con o senza indicazione medica, il trasporto di rientro dovrà essere organizzato direttamente dal partecipante stesso insieme ai propri familiari. Un rimborso proporzionale della quota di partecipazione o spese di viaggio non è previsto
- assicurazioni di responsabilità verso terzi, di viaggio, di malattia o di infortunio
- prestazioni in caso di decesso
- partecipazione a manifestazioni culturali, visite guidate o gite, biglietti d'entrata per musei/piscine ecc., spese personali
- sostituzione o riparazione di oggetti personali di ogni tipo
- danni per colpa propria e per usura straordinaria

3. Risarcimento dei danni

- Eventuali rivendicazioni di risarcimento danni sull'ATAA e suoi collaboratori da parte dei partecipanti possono essere fatti valere solamente in caso di comportamento colposo o doloso grave da parte dei collaboratori/infermieri.

4. Prenotazioni

- **Esclusivamente telefonicamente** (0471 408786) **da lunedì 05 a giovedì 15 marzo 2018 dalle ore 8:15 alle ore 12:00;**
- In caso di un'eccedenza d'iscrizione ai turni l'anno di malattia andrà a formare priorità d'iscrizione, l'ordine di precedenza prosegue con l'anno di malattia, a parità di merito il titolo di preferenza sarà la data d'iscrizione. Il 27 marzo 2018 sarà stilata per ogni turno la graduatoria degli effettivi iscritti. **Tutti i soci al di fuori del 5° anno di malattia** dovranno informarsi telefonicamente **presso la sede centrale** per quanto riguarda la propria posizione.

5. Quota di partecipazione

- deve essere versata **entro il 27 aprile 2018** esclusivamente sul c/c: **IT 29 P060 4511 6010 0000 0120 000** (**non si accettano pagamenti in contanti**)
- senza versamento decade il diritto di prenotazione e partecipazione



6. Prenotazione e recesso

- La prenotazione è vincolante con la data del bonifico. Un eventuale recesso può avvenire perciò prima della prenotazione o in seguito per iscritto entro 2 (due) settimane dalla stessa. In tal caso la quota di partecipazione sarà rimborsata per intero. Recessi successivi vengono rimborsati al 100% della quota versata solo dietro presentazione di un attestato medico, in caso contrario la quota di partecipazione viene rimborsata al 50%.

7. Appartenenza anno di malattia

A	entro il 5 (quinto) anno	= Anni 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018
B	dopo il 5 (quinto) anno	= Anni 2012, 2011, 2010, 2009, 2008
C	dopo i 10 anni	= Anni 2007, 2006, 05, 04, 03, 02, 01, 1999 ecc

Descrizione turni

1. Turni generali accessibili a tutti i soci ordinari

I seguenti 5 (cinque) turni vengono solo organizzati con un minimo di 10 partecipanti.

Was	Luogo	Hotel	Periodo	A	B	C	giorni
1 Mare	Bellaria	Hotel Amalfi	24/05/2018 – 05/06/2018	250 €	375 €	540 €	12
2 Mare	Misano Adriatico	Hotel Parkhotel Kursaal	28/05/2018 – 09/06/2018	250 €	375 €	594 €	12
3 Montagna	S. Martino Casies	Hotel Waldruhe	20/08/2018 – 30/08/2018	210 €	315 €	693 €	10
4 Mare	Bellaria	Hotel Amalfi	03/09/2018 – 15/09/2018	250 €	375 €	540 €	12

2. Turno solo per mamme/papà ammalati con figli

Durata turno di 12 giorni. A questo turno possono partecipare le madri / i papà ammalati coi figli (massimo 14 anni) e un eventuale accompagnatore. **Richieste extra di ogni tipo devono essere fatte alla sede centrale per iscritto entro 2 (due) settimane prima dell'iscrizione.** La quota di partecipazione dell'accompagnatore viene pagata direttamente all'albergo - mentre la prenotazione viene effettuata tramite il nostro ufficio.

Tipo	Luogo	Hotel	Periodo	A	B	C	Bambino
Mare	Misano Adriatico	Parkhotel Kursaal	25/06/2018 – 07/07/2018	250 €	375 €	702 €	125 €

3. Turno esclusivamente per laringectomizzati - Cure iodiche:

I costi per le cure termali sono a carico dell'AS, mentre i costi per il soggiorno alberghiero vengono parzialmente assunti dall'associazione. **Ricordiamo inoltre che le cure iodiche devono essere fatte.** Per la stanza singola: € 100,00 sono a carico del paziente e verranno pagati direttamente all'Associazione Mutilati della Voce. Per prenotazioni ed informazioni rivolgersi direttamente all'ufficio dell'Associazione Mutilati della Voce tel. 0471 203823 o **alla signora Liane 348 74 56 973.**

Cosa	Giorni	Luogo	Hotel	Periodo	Quota
Mare	14	Rimini	Hotel Regina	27 maggio / 10 giugno 2018	250 €

La quota di partecipazione deve essere versata entro il 27 aprile 2018 (non si accettano pagamenti in contanti)

RICHIESTA DI VERSAMENTO (Ordine effettuabile presso qualsiasi banca)

Beneficiario:	Assistenza Tumori Alto Adige	Via Tre Santi 1	39100 Bolzano
Cassa di Risparmio	IT 29 P060 4511 6010 0000 0120 000	Importo €
Causale pagamento:	Soggiorni estivi 2018 indicare il turno		
Per la ricezione dell'ordine:	Data, timbro e firma		
Nome del partecipante		
Via		
Luogo		

Una giornata per noi

Ultimo convegno a porte chiuse del consiglio dell'ATAA prima delle votazioni



Luise Vieider

“La comunicazione in situazioni di conflitto”, questo è stato il focus del terzo convegno a porte chiuse del consiglio dell'Assistenza Tumori Alto Adige uscente “firmato” dalla coach Luise Vieider.

Si vedeva che era già il terzo incontro e che i consiglieri dei circondari erano ormai abituati al modo di lavorare di Luise Vieider dell'agenzia di consulenza e coaching “keytrain”. Tutti infatti hanno risposto subito bene e lavorato molto efficacemente nei gruppi di lavoro. I consiglieri restano ancora in carica fino a febbraio, non tutti di loro si ricandideranno, ma saper comunicare in modo efficace è sempre d'aiuto, anche nel lavoro come semplici volontari. Il convegno ha avuto un ospite a sorpresa, Alberto Stenico, che ha accolto l'invito di Luise Vieider ed è venuto in qualità di traduttore simultaneo per i soci di lingua italiana che volevano capire fino in fondo anche le finenze stilistiche di quanto veniva detto (in tedesco).

Coach Luise Vieider ha diviso la mattinata in due parti. La prima è stata dedicata alla comunicazione in una situazione conflittuale interna dell'associazione. In linea

generale molto dipende da come si pongono le persone di fronte ad una situazione di frizione. La cosa davvero importante è capire il modo di reagire dell'altro e agire di conseguenza. Ognuno ha le sue tecniche, i suoi modi: cedere, fuggire, imporsi, attaccare... In ogni caso suggerisce Vieider, sarebbe utile poter trasportare il conflitto da un livello emozionale ad uno razionale ed obiettivo.

Al centro della seconda parte c'è stato invece il colloquio con i pazienti. Qui ci sono due aspetti fondamentali: l'empatia e il saper ascoltare. “Essere empatico non significa che bisogna aver vissuto di persona la stessa esperienza”, ha sottolineato Luise Vieider. “Empatia significa invece avere la testa libera per potersi dedicare del tutto alla persona che si ha di fronte.” E questo si esplicita anche tramite il linguaggio corporeo. “Spesso tendiamo a fare troppe domande e così ammaziamo la sponta-

neità e togliamo all'altro la possibilità di tirare fuori le cose che gli stanno davvero a cuore.” Chi domanda comanda, dice un vecchio detto. “Se non accettiamo dei momenti di silenzio, non possiamo ascoltare il silenzio dell'altro che spesso dice più di tante parole”, ha sottolineato Luise Vieider

Alberto Stenico, ex presidente della Lega delle cooperative, dal canto suo ha avuto per la prima volta la possibilità di vivere l'Assistenza Tumori così da vicino. “La mia impressione è stata che ognuno di loro fosse disposto a mettersi in gioco. Sono rimasto sorpreso dall'atmosfera aperta e di disponibilità verso l'altro che si respirava.



I membri del consiglio con il coordinatore dell'ATAA Marcus Unterkircher (sx), la coach Luise Vieider e Alberto Stenico (in prima fila a dx)

L'Assistenza Tumori è una delle associazioni più importanti dell'Alto Adige, che svolge delle attività molto importanti per tutta la comunità!"

Alcuni dei consiglieri e anche la presidente provinciale, Ida Schacher, hanno proposto di non aspettare un anno per il prossimo convegno a porte chiuse, ma di

dare invece da subito ai nuovi consiglieri la possibilità di conoscersi e di poter sviluppare un comune modello di lavoro associativo. ●

Il consiglio generale (da sx): La presidente provinciale Ida Schacher, il suo vice Oskar Asam, Maria Angela Berlanda Poles, Nives Fabbian, Helga Wielander e Martha Feichter. Manca Monika Gurschler del circondario Bolzano Salto Sciliar



Accettare e vivere il lutto

Aiutami a dire addio – Conferenza di EOS e Socrem



Nascere e morire sono l'alfa e l'omega della vita. Ma nella nostra società tutto ciò che riguarda la morte è coperto da tabù. Anche il lutto. E proprio il modo di congedarsi da una persona cara è stato al centro di un convegno organizzato congiuntamente da EOS, cooperativa per lo sviluppo, l'orientamento e la solidarietà, e Socrem, la società per la cremazione.



Il lutto, dire addio ad una persona cara che viene a mancare da un momento all'altro, è una cosa difficile. In tante religioni e società ci sono degli spazi temporanei distinti per vivere il lutto, articolati spesso in rituali complessi. Tre mesi, sei mesi, un anno - quel che sia, un lasso di tempo variabile in cui la persona "sprofonda" nel lutto per elaborare il congedo. Passato il tempo prefissato, però bisogna tornare alla vita. Nella società contemporanea però lo spazio per il lutto è quasi scomparso, il tempo del dolore viene percepito come una parentesi improduttiva. Appena passato il funerale, tutti si aspettano che la persona in lutto ricominci a funzionare esattamente come prima, che torni alla routine della quotidianità, e viene lasciata sola. Spesso bisogna addirittura giustificarsi per lo stato di lutto. Il lutto invece è

un periodo necessario e chi non lo vive va incontro a seri problemi di salute fisica e mentale.

Durante la conferenza sono stati affrontati analiticamente i diversi aspetti del lutto. Socrem si occupa di questi temi da più di trent'anni. Non solo: aiuta anche chi è disposto ad affrontare il tema del fine vita non solo per quanto riguarda la cremazione e lo svolgersi della cerimonia, ma anche per la redazione di un testamento e del testamento biologico.

L'avvocato Daniele Valente ha spiegato ai partecipanti al convegno come redigere correttamente un testamento e ha spiegato perché è così importante farne uno per tempo. "Il testamento è espressione del nostro affetto e della nostra responsabili-

tà verso chi rimane." Non bisogna averne paura, è revisionabile in ogni momento. „Dev'essere sempre redatto a mano e deve essere custodito in modo da essere trovato facilmente", ha spiegato Valente.

Grande importanza è stata riservata al tema dell'aiuto nel lutto per adulti e per bambini. L'errore più grande è lasciare i bambini da soli e nel silenzio dopo un'esperienza del genere. "Traumi vissuti in tenera età possono ripercuotersi per tutta la vita e possono portare a depressione e traumi neurologici di grave entità", ha spiegato la psicologa Sabine Cagol. EOS offre delle terapie di musica, arte e danza per elaborare un lutto.

Padre Paul dell'Opera Serafica di Merano è stato molto duro ed esplicito nel giudi-



Gli organizzatori e i referenti del convegno (da sx): Giuseppe Rossi (Socrem), Ulrich Seitz (EOS), Sabine Cagol, Daniele Valente, Anna Ferretti (Socrem), Paola Taufer (psicologa), Padre Paul e Hannah Battisti (terapeuta dell'arte EOS)

zio su come la chiesa cattolica affronti il tema del lutto. "I rituali della chiesa riguardo la morte sono estremamente poveri e sostanzialmente inadeguati. Oggi non si può più comunicare che l'uomo è nato dalla polvere e chiudere lì la questione. No, l'uomo è nato dall'amore di due persone. E la messa funebre è un espediente estemporaneo, volatile, per affrontare il dolore di una perdita e troppo spesso si trasforma

in un supplizio proprio per chi ha subito il lutto." Bisogna invece, ha spiegato, aiutare le persone a ritrovare la gioia di vivere, costruendo delle piccole isole dove riposare e riprendersi dal dolore, creare momenti dove anche chi è in lutto possa vedere che la vita, nonostante tutto, ha anche dei lati positivi e belli. ●



Nessuna telefonata per richiedere offerte!



Frequentemente ci viene comunicato che persone vengono contattate telefonicamente con richieste di offerte per i pazienti di tumore. Facciamo notare che queste richieste non provengono dall'Assistenza Tumori Alto Adige.

L'Assistenza Tumori Alto Adige accetta unicamente offerte attraverso bonifici bancari, non effettua promozioni telefoniche, né richieste di offerte porta a porta.

I nostri donatori non ci regalano solamente il loro denaro, bensì anche la loro fiducia. Vogliamo essere all'altezza delle loro aspettative e, pertanto, manteniamo dei rigidi principi etici per l'utilizzo delle offerte.

L'Assistenza Tumori Alto Adige dispone del sigillo "donazioni sicure", garanzia che tutte le offerte arriveranno là dove veramente servono e non in dispendio amministrativo incontrollato.



Tempo per corpo e spirito

La ginnastica in acqua aiuta a rinforzare i muscoli senza affaticare il corpo



Saltellare indietro su una gamba sola e aprire e chiudere contemporaneamente le braccia. Suona complicato, ma in acqua diventa (quasi) un gioco da ragazzi. Dopo aver percorso saltellando i 25 m della vasca della scuola Don Bosco di Bolzano, Waltraud, Maria, Maja e Manuela alzano lo sguardo. E adesso cosa dobbiamo fare? Monica Fattor offre dal 2010 un corso di ginnastica in acqua per conto dell'Assistenza Tumori che si tiene ogni venerdì pomeriggio.

L'insegnante diplomata in educazione fisica, che nel corso degli anni si è specializzata in ginnastica in acqua e corsi di nuoto per bambini, è in piedi a bordo piscina e controlla attentamente se le sue signore eseguono correttamente gli esercizi. Se qualche esercizio non riesce come dovrebbe, allora trova sempre delle parole incoraggianti e mostra ancora lentamente quali debbano essere i movimenti. Questo venerdì ci sono solo quattro donne in piscina, un intero gruppo di sei partecipanti che proviene dal Renon, non è riuscito infatti a venire a Bolzano.

Nel corso dell'esercizio successivo Waltraud ha problemi di coordinazione: sollevare una gamba, piegare il ginocchio e distendere contemporaneamente un braccio verso l'alto e uno lateralmente. Complicato. Monica Fattor si inginocchia sul bordo vasca, prende le mani di Waltraud e l'aiuta ad eseguire l'esercizio al ritmo giusto. Adesso funziona e Waltraud arriva contenta a fine vasca dove le altre già l'attendono. È la più anziana del gruppo e particolarmente orgogliosa quando riesce ad eseguire un esercizio e Monica le fa i complimenti.

Il prossimo esercizio è particolarmente complicato: distendere con energia le braccia, sollevare un ginocchio, abbassare la testa e fare due passi di corsa. L'acqua aiuta perché sostiene il peso del corpo. Tendini, legamenti e ossa vengono risparmiati. Ma al tempo stesso crea attrito e sollecita i muscoli.

Le signore sono molto concentrate, si vede che si divertono e che cercano di dare il meglio. Si va avanti e indietro per sessanta minuti e poi, chi vuole, può sfruttare l'occasione per nuotare ancora un po'.



Monica Fattor aiuta Waltraud a eseguire un esercizio



In alto le braccia

Con la ginnastica in acqua vengono allenati tutti i muscoli, spiega Monica Fattor. In generale non sa quale forma di cancro abbiano alle spalle le partecipanti ai suoi corsi, ma nella maggioranza dei casi si tratta di cancro al seno. "Faccio eseguire molti esercizi per le spalle e le braccia, allungamenti per la schiena e le gambe e quando bisogna saltellare o camminare in acqua vengono sollecitati anche i muscoli addominali." Sono esercizi che fanno particolarmente bene alle donne operate al seno, ma in generale a tutti coloro che ad esempio svolgono attività sedentarie e hanno poche occasioni per muoversi. In parte vengono anche utilizzati degli attrezzi per eseguire gli esercizi come manubri, tavolette da nuoto e quei tubi colorati sui quali i bambini amano tanto cavalcare in acqua.

La maggioranza delle donne fanno parte già da anni del gruppo. Di tanto in tanto ne arriva una nuova. Maria è lì dall'inizio. "La ginnastica in acqua fa ormai parte di me", dice. "Prima della malattia non ho mai praticato sport con regolarità." Adesso non può più rinunciare al benessere che prova dopo uno sforzo fisico. Inoltre quest'ora di ginnastica in acqua è un momento solo per sé, senza il pensiero del lavoro e della famiglia con i

suoi tre figli. Un'occasione per prendersi cura del suo corpo e della sua mente. Un appuntamento imperdibile: ogni venerdì dalle 17.40 alle 18.40.

Maja è di San Genesio e fa parte del gruppo da sei anni. Prima ha tentato di fare degli esercizi di ginnastica da sola in acqua, ma si sente meglio a farlo in un gruppo e guidata da un'insegnante che sa il fatto suo. È una donna attiva in generale: camminate, ciclismo, ginnastica. "Il movimento è tutto per me", dice, "è meglio di qualsiasi massaggio." È capace di eseguire degli esercizi anche mentre si lava i denti e in più allena costantemente i suoi due emisferi del cervello, prendendo lo spazzolino

prima con la destra e poi con la sinistra e fa la stessa cosa anche scrivendo. L'ex cuoca adesso si mette ai fornelli solo a casa sua, ma sfrutta anche questo momento per fare dell'esercizio fisico mettendosi su una tavoletta e facendo esercizi di equilibrio.

Monica Fattor varia sempre il suo programma, in modo che le partecipanti non si annoino mai. Se una delle signore – negli otto anni di corso ha avuto solo un uomo tra gli iscritti – ha un particolare disturbo, allora adatta gli esercizi per venire incontro.

Il tempo comunque passa in fretta, affermano Maria, Maja, Waltraud e Manuela uscendo dall'acqua. Questo venerdì oltretutto hanno lavorato in modo particolarmente intenso visto che avevano l'insegnante solo per loro.

Monica Fattor mostra come si fa



Il fotografo è poi tornato un altro venerdì per fotografare anche l'attività con tutti il gruppo al completo. ●

Care lettrici, cari lettori,



Dott.ssa Nicole Dominique Steiner
Direttrice

Viviamo in un paese fortunato. Il mio lavoro per la Chance mi porta in tutte le valli, in tanti ospedali e tanti reparti, entro in contatto con tanti medici, infermieri e assistenti tecnici ospedalieri e posso sempre constatare con quanta dedizione e quanto impegno lavorino e quanto alto sia lo standard del servizio sanitario in Alto Adige. Ogni paziente può essere certo di trovarsi in buone mani.

Ma c'è di più: l'Assistenza Tumori Alto Adige e i suoi volontari sono a fianco dei pazienti ma come l'ATAA ci sono anche tante altre associazioni pronte a sostenere chi si trova in situazione di emergenza, a dare sostegno al suo nucleo familiare, e ancor più ad aiutare chi si trova completamente da solo.

La nuova rubrica del patronato Inca della CGIL/AGB è stata introdotta più di un anno

fa e ogni volta la direttrice Anny Obergasser trova nuove tematiche per mettere i nostri soci in condizione di far valere i propri diritti. Ci sono poi organizzazioni come il Tribunale del Malato, che presentiamo in questa edizione della Chance, che aiutano il cittadino nel caso in cui anche qui, malgrado tutte le competenze di cui dispone il nostro territorio, qualcosa vada storto. Nessuno è solo in Alto Adige!

E poi c'è l'aiuto non-istituzionalizzato in forma di eventi di beneficenza. Associazioni che devolvono gli introiti di eventi non solo, ma molto spesso all'Assistenza Tumori. Persone singole, negozi, imprese, gruppi di amici, club sportivi, classi scolastiche... Dall'Alto Adige, ma anche dall'estero.

Fa bene rendersene conto. Trovo molto importante raccontarlo, presentare le persone che stanno dietro a questi progetti. È

più facile accettare un aiuto se ha il volto di qualcuno. È più facile ringraziare se si sa chi. E vogliamo ringraziare tutte queste mani e tutti questi cuori generosi, anche se nessuno lo fa per questo, quanto piuttosto per un'intima "necessità" di aprirsi agli altri. In fondo non ci vuole poi così tanto per aiutare qualcuno, a volte basta una parola, una stretta di mano, un abbraccio, una passeggiata insieme...

In questo senso vi auguro un buon fine e un buon inizio anno sotto la stella della solidarietà, della pace e della fortuna.

vostra
Nicole Dominique Steiner

Il 5 PER MILLE all'ATAA

Codice Fiscale 94004360213 dell'Assistenza Tumori Alto Adige - Come fare?

Nella dichiarazione di quest'anno per i redditi è possibile destinare il 5 per mille dell'Irpef all'Assistenza Tumori Alto Adige. Al momento della presentazione della dichiarazione dei redditi, sul modello UNICO, 730 e CU, basta apporre la propria firma.

Cosa fare?

Inserisca nel modello Unico 730 oppure CU il codice fiscale dell'Assistenza Tumori Alto Adige e firmi nell'apposito spazio.

Codice Fiscale dell'Assistenza Tumori Alto Adige:
94004360213

In caso di compilazione della dichiarazione dei redditi da persona esterna, questa Vi chiederà l'assegnazione del 5 per mille.

La destinazione sul CU:

Se non si presenta una dichiarazione dei redditi (730 o UNICO), si può comunque indicare la destinazione del 5 per mille e del 8 per mille su una copia del CU che si riceve dal datore di lavoro o dall'INPS e su cui sono riportate apposite caselle. Queste caselle devono essere riempite con la firma ed il codice fiscale dell'Assistenza Tumori Alto Adige. Successivamente si deve firmare nuovamen-

te in calce, inserire il CU in una busta e depositare gratuitamente la copia presso un ufficio postale o in banca. La busta deve recare l'indicazione "Scelta per la destinazione del 5 per mille dell'IRPEF", scrivendo nome, cognome, e codice fiscale del contribuente. Grazie!

Questa è una possibile scelta in più e non esclude l'8 per mille allo Stato e alle confessioni religiose e non comporta esborsi aggiuntivi.

Vi ringraziamo di cuore!

5 per mille
all'Assistenza Tumori Alto Adige
Codice Fiscale: 94004360213
Vi ringraziamo!

Votazione per il nuovo consiglio

Da 5 a 9 persone per circondario - Voto per corrispondenza



Per permettere la partecipazione al voto anche ai soci che per diversi motivi non possono partecipare all'assemblea dei circondari, il Consiglio Direttivo Centrale ha deciso di riproporre il voto per corrispondenza.

dell'anno prossimo e durante la quale si effettuerà la votazione, la lista dei candidati assieme ad una busta affrancata. In questo modo chi è impossibilitato a partecipare può inviare il proprio voto all'ufficio della propria sezione o del circondario.

All'inizio del 2018 in tutti i circondari e in tutte le sezioni verranno votati i nuovi Consiglieri dell'Assistenza Tumori Alto Adige. Saranno tra cinque e sette, a volte anche nove, le persone chiamate a rappresentare i soci del loro circondario, per un totale, a livello provinciale, di 55 - 60 persone.

Ad ogni socio verrà dunque inviato assieme all'invito all'assemblea del circondario o della sezione, che si terrà tra febbraio e marzo

Durante la prima riunione costitutiva a livello di sezione o circondario, i nuovi consiglieri decideranno poi in autonomia chi coprirà quale incarico, ovvero chi farà il presidente, il cassiere, il segretario ecc. All'assemblea generale provinciale del 21 aprile 2018 a Bolzano sarà presentato quindi il nuovo Consiglio Direttivo Centrale che nel corso della sua prima riunione a livello provinciale voterà a sua volta tra i componenti il/ la nuovo/a presidente provinciale. ●

In Memoriam

Irma Dapunt, fondatrice della sezione Alta Pusteria è morta il 9 novembre



Irma Dapunt De Benedetti, fondatrice e per tanti anni presidente della sezione Alta Pusteria, è morta il 9 novembre all'età di 88 anni.

Dopo essersi ammalata di tumore nel 1981, nel 1982 ha fondato la sezione Alta Pusteria dell'Assistenza Tumori, decidendo di dedicarsi ai malati in segno di gratitudine per la sua guarigione.

Irma Dapunt è nata il 18 dicembre 1939 a Pedraces in Val Badia, nel 1943 la sua famiglia si è trasferita a Dobbiaco. È riuscita a creare la sezione Alta Pusteria dal nulla grazie all'aiuto di tanti volontari. Irma Dapunt è stata l'ideatrice della vendita dei fiori a Ferragosto e grazie a lei è stata

ripresa la tradizione del rosario all'indomani dei funerali.

Nel 2002 all'età di 74 anni, Irma Dapunt ha lasciato la direzione della sezione, continuando però il suo impegno da volontaria. Nello stesso anno è stata insignita dal Consiglio Provinciale dell'Alto Adige per i suoi meriti nel volontariato. Il 15 agosto del 2003 ha ricevuto la Medaglia all'Onore del Tirolo.

Una piccola donna dal cuore grande!

Grazie infinite, Irma!



Care lettrici, cari lettori...



Dr. Nicole Dominique Steiner
Direttrice

Gent. Dott.ssa Steiner, ,

da diverso tempo leggo "La Chance" e voglio ringraziare lei e i suoi collaboratori per quello che fate per l'Assistenza Tumori in Alto Adige. Avete tutta la mia stima per il vostro lavoro ed impegno.

Nell'ultima edizione ho letto la Sua rubrica "Commento" in cui ha parlato dei vaccini. Nella sua esposizione personale dell'argomento, vorrei fare qualche considerazione: alcune delle informazioni che Lei dà sono, se non opinabili, quanto meno incomplete...il suo articolo è completamente a favore dei vaccini, dando per scontato che ciò sia ovvio. Questa ovvietà non è per tutti, e ci sono motivate ragioni!

Anche la "solidarietà" che menziona, non è in realtà, corretta. Se non ci si vaccina di tetano o epatite B, la solidarietà non centra. Il tetano non si trasmette e l'epatite B si trasmette solo per via parentale e venerea. Dunque la vaccinazione è solo una scelta di autoprotezione.

La poliomielite è scomparsa dall'Europa da quasi 40 anni, si trasmette per via oro-fecale, cioè dobbiamo ingerire del cibo contaminato dal virus. Cosa che con le tubazioni acque potabili e fognature, e gli standard di pulizia del nostro cibo, è praticamente impossibile anche nel caso in cui il virus dovesse tornare.

Inoltre, come ben saprà, il 5% degli individui vaccinati è un not/low-responder, cioè non risponde alla vaccinazione e prende/passa la malattia se contrae il virus o batterio. 5% vuol dire almeno 1 alunno per classe!

Il vaccino anti pneumococcico contiene solo alcuni sierotipi di pneumococchi e risulta scarsamente immunogeno...siamo sicuri che vaccinandoci eviteremo contagi ad altre persone? Stessa cosa per il vaccino anti papilloma virus.

Informazioni e dati non sono una invenzione dei "complottilisti anti-vaccini", bensì sono scritti nel più importante testo di infettivologia pediatrica mondiale, il "Red Book" della American Academy of Pediatrics, regolarmente aggiornato. C'è anche da considerare il fattore "copertura di gregge" che garantirebbe che non si verificano epidemie. In paesi con copertura vaccinale altissima (fino all'99-100%) si sono invece verificate importanti epidemie ad es. di morbillo (California e Mongolia). La copertura per il morbillo non è garantita neppure con due dosi di vaccino.

Uno studio giapponese del 2015 su 100.000 persone seguite per 20 anni, ha dimostrato che contrarre il virus naturale del morbillo e della parotite da bambini, diminuisce del 15% il rischio di incorrere da adulti nell'infarto

Alcuni vaccini vengono realizzati con virus vivi attenuati, questo comporta (come è anche scritto sui bugiardini stessi) che il soggetto vaccinato sia poi contagioso fino a 6 settimane... in questo caso l'obiettivo di solidarietà viene del tutto a mancare...almeno all'inizio. Anzi si diventa, a causa del vaccino, proprio il pericolo che si vuole evitare.

Anche il fatto che certe malattie siano state debellate o quasi grazie ai vaccini è in

buona parte da sfatare: se si guardano infatti le tabelle ufficiali sull'andamento della mortalità e della morbilità di molte si nota che l'introduzione del vaccino non ha influenzato minimamente questo andamento già da tempo ampiamente decrescente.

Per quanto riguarda il vaccino antiinfluenzale poi sono varie le fonti, approfondite e ben documentate, che affermano quanto questo vaccino sia assolutamente inutile anche solo per il fatto che non ci sono le tempistiche per realizzare un vaccino contro il virus attuale, dell'influenza che gira di anno in anno, né per effettuare gli adeguati esami e controlli sulla sua effettiva efficacia.

Detto questo non voglio né negare l'importanza dei vaccini (purché non pericolosi/dannosi per l'organismo stesso) né demonizzarli a priori.

Il tema "reazioni avverse" è un tema che mai viene trattato correttamente, dando sempre per scontato che i vaccini facciano "solo del bene". Ma ci sono più di 8.000 danneggiati in Italia, dove abbiamo una legge per risarcire i danni da vaccino.

Auspicherei un profondo interesse, informazione a tal riguardo e consapevolezza da parte di tutti.

Ringrazio per l'attenzione e porgo cordiali saluti in attesa della prossima edizione de "La Chance"

Michela Miori

Gentile signora Miori,

La ringrazio per il suo intervento in merito al mio commento sulla spinosa questione dei vaccini. Tengo sottolineare che si trattava comunque di un'opinione personale che non impegna minimamente l'ATAA. Il mio obiettivo era quello di affermare un senso di responsabilità sociale collettivo che supera quindi la sfera delle scelte individuali. Non essendo però un medico non

posso e non voglio entrare nello specifico per quanto riguarda gli aspetti strettamente medico tecnici, nella consapevolezza che uno dei problemi del dibattito sui vaccini è proprio che in troppi parlano e spesso a sproposito senza avere la benché minima competenza. Dunque ho girato la sua cortese lettera alla Dott.ssa Bassot, responsabile del servizio igiene pubblica,

perché le possa rispondere in modo certamente qualificato. Con questa ritengo estinta la discussione perché la Chance non è la sede adatta per svilupparla.

*Cordialmente
Nicole Dominique Steiner*



**Risposta della Dott.ssa Anna Maria Bassot,
direttrice funzione facente del Servizio Igiene e Sanità Pubblica:**

Il tetano non è una malattia che si trasmette da persona a persona; il bacillo del tetano si trova invece ovunque; la sua straordinaria sopravvivenza è dovuta al fatto che questo batterio produce delle spore, che resistono sia ai comuni disinfettanti sia al calore. Il batterio produce una tossina molto potente, la tossina tetanica che provoca contrazioni muscolari molto dolorose. In Italia si verificano circa 60 casi di tetano all'anno per lo più in anziani con una media di 21 morti per anno. Si tratta quindi di una malattia gravissima che i bambini possono contrarre attraverso piccole ferite che si contaminano ad esempio con il terriccio (al parco a scuola); sono ferite spesso misconosciute, che non permettono un tempestivo intervento terapeutico se non nelle fasi avanzate della malattia quando la mortalità è molto alta. La vaccinazione antitetanica è la miglior forma di prevenzione contro questa malattia.

L'epatite B è una malattia che si trasmette da persona a persona tramite un virus che ha come principale bersaglio il fegato. L'infezione avviene attraverso il contatto di ferite aperte con materiale biologico di persone infette. Trattamenti cosmetici, terapie odontoiatriche e rapporti sessuali non protetti, rappresentano attualmente le cause più frequenti di infezione. La malattia cronicizza in circa il 10% casi, nei quali dà frequentemente luogo a gravi complicanze prima fra tutte la cirrosi epatica che richiede un trapianto di fegato. Esiste inoltre una ben nota correlazione tra infezione da virus dell'epatite B e tumore del fegato. In Italia l'epatite B causa circa 1500 morti l'anno (fonte ISS). L'incidenza di infezioni si è notevolmente ridotta dall'introduzione della vaccinazione nel 1991 e con essa chiaramente il rischio di contagio. Il semplice rispetto delle norme igieniche non è sufficiente a controllarne la diffusione.

La poliomielite è una malattia virale trasmessa attraverso il circuito oro-fecale (acqua potabile contaminata da feci di persone infette). L'uomo infatti costituisce il serbatoio di tale malattia (cioè accumula e diffonde il virus). Quindi anche l'ingestione di cibi contaminati per contatto da persone infette che ad esempio non si sono lavate le mani può essere sufficiente per contrarre l'infezione. La poliomielite è ancora endemica in paesi come Pakistan, Nigeria, Afghanistan con alcuni casi segnalati anche

in India. A causa della globalizzazione e dei flussi migratori il rischio di infezione rimane significativo. Si tratta di una malattia spesso gravissima e dagli esiti invalidanti (paralisi degli arti) e talvolta mortale.

La California è sempre stata uno stato dove il libero pensiero veniva garantito assieme a scelte di vita alternative e non era previsto l'obbligo vaccinale pertanto il tasso di vaccinazione contro il morbillo (adeguato fino agli anni 2000), era sceso a percentuali comprese fra il 50% e l'80%. A seguito di un'epidemia di morbillo che ha colpito in questi ultimi anni in particolare gli stati dell'Illinois, Arizona, anche in California è stato introdotto l'obbligo vaccinale.

Il vaccino antipneumococcico tredicivalente, agisce contro i ceppi che circolano maggiormente. Ha una ottima immunogenicità e garantisce una efficiente memoria immunologica tanto è vero che ne basta una sola dose per essere immunizzati per tutta la vita.

La presenza di soggetti che teoricamente non rispondono alla vaccinazione rimane notevolmente inferiore rispetto a quelli che sviluppano una adeguata risposta immunitaria. Con una copertura vaccinale adeguata della popolazione gli stessi soggetti che per varie patologie non possono essere vaccinati o appunto i "non responder" saranno protetti grazie al fatto che la circolazione del virus viene notevolmente limitata se non bloccata del tutto.

Prima di essere autorizzato un vaccino come nel caso dei farmaci segue un lungo percorso di studi clinici atti a dimostrarne l'efficacia e la sicurezza. Gli effetti, l'efficacia e la sicurezza dei vaccini vengono continuamente valutati da molteplici studi di esperti su campioni numerosi di popolazione.

Nella stragrande maggioranza dei casi il rapporto tra rischi e benefici derivanti dalla somministrazione dei vaccini è sempre nettamente a favore dei secondi. Esistono ovviamente delle controindicazioni che vengono valutate dai medici vaccinatori caso per caso nel corso dei colloqui vaccinali.

Nei bambini, che hanno un sistema immunitario non ancora maturo, la vaccinazione anti pneumococcica tredicivalente in realtà



Dott.ssa Anna Maria Bassot

richiede tre dosi per essere sicuri di ottenere una protezione duratura mentre nell'adulto è sufficiente una sola dose. Lo pneumococco nei bambini è causa di gravi forme di meningite mentre nell'anziano e nei malati cronici può provocare gravi polmoniti.

Per quanto riguarda la possibilità di trasmissione di virus vivi attenuati in seguito a vaccinazione, vorrei precisare che in base agli studi fin'ora condotti, il rischio di contagio è escluso per il vaccino contro morbillo parotite rosolia. Per quanto riguarda la vaccinazione contro il virus della varicella-zoster detto rischio è trascurabile e l'eventuale contagio può avvenire solo se il vaccinato sviluppa un rash cutaneo. Pertanto le misure preventive (evitare contatti stretti e coprire le lesioni) dovrebbero essere osservate da soggetti vaccinati contro il virus della varicella e varicella zoster, che hanno sviluppato un'eruzione post vaccinale ed in contatto con persone a rischio (gravide o soggetti immunocompromessi). Tutto ciò per le conseguenze gravi che potrebbe rappresentare il contagio, benché raro di suddetti soggetti a rischio.

Il vaccino antinfluenzale viene consigliato in persone a rischio come anziani e/o soggetti affetti da malattie croniche (diabete, cardiopatie etc.) i quali sono frequentemente soggetti a gravi complicanze nel caso in cui contraggano l'influenza.

Non esiste ad oggi alcuna prova scientifica che correli qualsiasi tipo di vaccinazione ad un maggior rischio di eventi cardiovascolari.

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

BOLZANO - SALTO - SCILIAR

Torneowatten

Il 3 giugno Luis Robatscher con l'aiuto degli Schützen di Gries ha organizzato un torneo di watten a Bolzano che come sempre ha attirato tante persone.

Il ricavo della manifestazione testimonia quanto piace alla gente il gioco del watten: 2.950 Euro!



Meditazione

Uno sguardo sui giorni lasciati dietro a noi:
quanti eran pieni di gioia e quanti pieni di dolore?
Quante cose ho provato a fare?
In quante cose ci sono riuscita?
Non sono stata certo io a programmare la mia vita!
C'era così tanto che non potevo prevedere!
Il mio destino mi è stato messo nella culla,
tanto di bello e tanto di buono che ancora oggi mi nutre!
Una vita insomma riuscita e piena,
accompagnata da amici, compagni e soprattutto dalla famiglia.
Tante gioie, tanti successi, tanti momenti di ilarità,
sì, è vero, vale la pena svegliarsi tutte le mattine!

Eppure ci sono anche dei momenti che preferisco non ricordare,
anche se mi hanno fatto maturare.
Momenti in cui dentro di me sono cresciuta e anche fiorita.
La mia rivolta però, il mio protestare con te – perdonamelo!

La mia vita già programmata, il mio destino.
Come tutto poi prende il suo percorso,
gira, vira e prosegue
e non sempre si riesce a captarne il senso.

Tanti desideri rimasti incompiuti,
però in ogni momento mi sono sentita avvolta da un amore,
e perciò continuo ancora a pregare e a ringraziare
per caricarmi di speranza per il futuro.

Ringraziare voglio per il nostro essere nel mondo, per la nostra vita,
perché esserci tutti ancora qui e assieme non è del tutto ovvio.
Per cui aiutaci buon Dio nei momenti in cui non sappiamo
come proseguire sul cammino della nostra vita,
perché senza te ogni desiderare e cercare invano è!

Karin Egger Rassler Thalerhof Unterinn/ Ritten

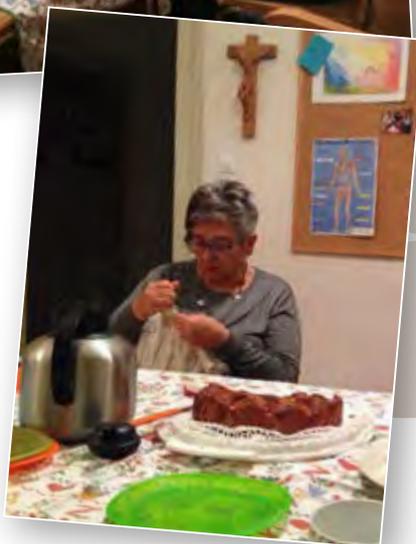
Scritto e letto da Karin Egger Rassler alla gita provinciale



Café Lettura

Leggere un libro insieme,
come una volta: uno legge
e gli altri ascoltano.

E poi si cambia. Ascoltare,
lasciare entrare le
parole e magari anche
commentare insieme e
sentire che impressione
hanno avuto gli altri. Il
tutto in un'atmosfera
di relax, davanti ad
una tazza di tisana e
perché no, con i ferri
in mano.



▼ Törggelen a Montagna ▶

Non potevano mancare la fisarmonica e anche qualche ballo al tradizionale törggelen dei soci a Gleno-Montagna nell'osteria contadina Planitzer, lo scorso 21 ottobre.

Dopo un ottimo pranzo e i krapfen con le castagne, i soci si sono divertiti con la musica e giocando a carte.



▼ Canti e balli ▶

Non solo canti ma anche balli sono stati al centro della serata che la corale giovanile di Fié allo Sciliar ha organizzato sotto la guida di Normen Rungger e di sua moglie a favore dell'Assistenza Tumori.

Ringraziamo per la donazione di 1.900 Euro.



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

VALLE ISARCO



► Gita estiva ► a Madonna di Senales

◄ Sabato 15 luglio il circondario ha effettuato la gita estiva a Madonna di Senales con pranzo presso l'Hotel Adlernest.



L'ufficio di Bressanone
sarà chiuso

dal 23 dicembre 2017 al 5 gennaio 2018.

*Auguriamo a tutti
Buone Feste e
un Felice
anno Nuovo 2018!*

Potete iscrivervi ai corsi
dall'8 gennaio in poi

Gita provinciale ►
Il gruppo del circondario Valle Isarco alla gita provinciale sul Renon.





◀ "Alpenflair" e beneficenza ▶

Nel corso del festival "Alpenflair" sono state raccolte delle offerte per l'Assistenza Tumori in un modo singolare.

▼ I visitatori hanno potuto posare per una foto accanto ad una modella dipinta dalla bodypainterin germanica Melanie Subastic. L'incasso è stato di € 433,28. ▼



▼ Castagnata

Sabato 14 ottobre, ha avuto luogo la tradizionale castagnata sociale del nostro circondario in quel di San Costantino, nei pressi del laghetto di Fiè.

▶ A fine pranzo è stata organizzata una piccola lotteria. ▶



L'iscrizione all'associazione
per il 2018
è rinnovabile
a partire da gennaio.



◀ Ginnastica in acqua - Vipiteno ▼

Le socie di Vipiteno durante la ginnastica in acqua al Balneum di Vipiteno.

E poi relax con un buon caffè.



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

VAL PUSTERIA

SEZIONE ALTA PUSTERIA



◀ Un fiore per la vita ▶

Come tutti gli anni a Ferragosto tanti volontari hanno partecipato all'azione "Un fiore per la vita", offrendo in cambio di una donazione mazzolini benedetti di fiori e erbe davanti alle chiese.

◀ La presidente Ida Schacher ha offerto due mazzolini al Presidente della Repubblica, Sergio Mattarella che è rimasto molto toccato da questo gesto.



◀ Festa delle malghe

Il sole splendente e il cielo blu scuro hanno attirato tante persone alla festa delle malghe a Prato alla Drava già di buon mattino per partecipare alla messa.

La festa è proseguita per tutta la bellissima giornata.

▶ Conferenza sulla salute delle donne

La sala era piena fino all'ultima sedia, il tema molto interessante e il referente, il primario di Ginecologia dell'ospedale di Brunico, Dott. Martin Steinkasserer, molto chiaro e avvincente. Si è parlato della salute delle donne in tutte le età, dalla pubertà alla menopausa con particolare riguardo al tema delle prevenzioni.



◀ „Oberdorfa“ festa del vicinato

Una festa del buon vicinato e un'occasione per raccogliere fondi per l'Assistenza Tumori: la festa degli „Oberdorfa“ di Dobbiaco. Grazie di cuore!



▼ Tiro alla "Scheibe"

Da tanti anni Helga Petrik dipinge una "Scheibe", in occasione della corsa di beneficenza. Un appuntamento a cui ogni anno segue poi un tradizionale tiro al bersaglio con banchetto nella bellissima Val di Landro.

Ringraziamo Helga e tutti i partecipanti!



▲ 10° "Bäder- und Rehatour" dell'Associazione Tumori del Baden-Württemberg

Il 7 settembre sono partiti da Valdaora per la penultima tappa del loro tour da Stoccarda a Venezia. Loro sono i partecipanti al 10° Bäder- und Rehatour dell'Associazione Tumori del Baden-Württemberg. Ad aspettarli a Dobbiaco la presidente provinciale Ida Schacher per accompagnarli per un pezzetto e per uno scambio di idee.

Festa di Natale

Il 13 dicembre
alle ore 14
ci riuniamo
nell'aula magna
della scuola media di Dobbiaco
per scambiarci gli auguri di Natale.



▲ Ringraziare

Un socio ci ha sorpreso con un particolare animale domestico...

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

VAL PUSTERIA

SEZIONE BASSA PUSTERIA

Gita ▶

Non solo bella ma anche molto istruttiva. Parliamo della gita ad Anterivo il giorno del solstizio d'estate. Otto Werth ci ha accompagnato e spiegato le particolarità del Comune, mentre Rita Amort ci ha presentato sul campo il lupino anterivono che poi abbiamo potuto degustare in tutte le sue varianti. Una giornata davvero particolare.



▼ Mortadella

Ogni estate aspetta i passanti affamati nel centro di Brunico: è lei, la mega-mortadella.



Ferie

L'ufficio del circondario a Brunico rimane chiuso dal 23/12/2017 al 6/01/2018.



▶ Gita provinciale ▶

Bellissima giornata in ottima compagnia!



Reha -Tour

I partecipanti del 10° "Bäder- und RehaTour" dell'Associazione Tumori del Baden-Württemberg sono stati accolti a Valdaora con un bel buffet.



Castagnata

Tutti gli anni appuntamento fisso in autunno: Il nostro törggelen al Lanerhof a Mantana in compagnia dei "3 lustigen Millina".



Tirtln per tutti

Un tirtln tira l'altro e così ci vogliono tante mani per sfamare tutti.

Ringraziamo i giovani della parrocchia di Falzes per il loro impegno e a Anna Mittich per aver organizzato tutto.



Assegno

I cacciatori di Perca hanno donato all'Assistenza Tumori un'assegno dell'ammontare di 1.250 €.

Ringraziamo il responsabile della riserva di caccia Paul Steiner e tutti i cacciatori per il loro sostegno.

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

MERANO - BURGRAVIATO



◀ **Ginnastica leggera**
I partecipanti al corso di ginnastica leggera.

▼ **Castagnata a Velloi** ▼

Il 10 novembre i soci si sono incontrati per la tradizionale castagnata al ristorante Oberlechner a Velloi.

Come sempre un momento piacevole, un modo per stare in compagnia, accompagnato da musica e buon umore.



▶ **Concerto di beneficenza nel duomo**
Il "Süddeutsche Ärztechor & Ärzteorchester" ha iniziato la sua piccola tournée italiana con un concerto nella chiesa San Nicolò di Merano.

Sotto la direzione di Marius Popp è stata eseguita la Messa in si minore di Johann Sebastian Bach.

L'intero ricavato va a favore del circondario Merano Burgraviato.



OLTRADIGE - BASSA ATEINA

▼ Soggiorno a Favogna ►

Il gruppo, ormai collaudato, ha atteso un anno per poter tornare a Favogna, sicuro di trovare come sempre dei pasti eccellenti, una bella compagnia e tempo per fare relax, ognuno a modo proprio: riposandosi, giocando a carte, passeggiando e facendo due chiacchiere presso la canonica di Favogna di Sotto.



▼ Gita alla malga Laner ▼

Anche quest'anno abbiamo scelto la "Laner-Alm" per la nostra gita estiva.

Dopo la S. Messa, celebrata dal Decano di Egna, Josef Haas, come vuole la tradizione si è pranzato a base di luganega, polenta e formaggio.

Il pomeriggio è stato allietato dai giovani "Mataner Grophupfer" con canti e "Schuhplattler". Ogni partecipante ha passato poi il pomeriggio al meglio: cantando, ballando o giocando a carte.

Ringraziamo Heidi e Robert per la loro gentilezza.



Folgt >

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

> OLTRADIGE - BASSA ATESSINA

▼ Castagnata ▶

Appuntamento autunnale tradizionale al Bürgerhaus di Termeno: la castagnata preparata da Mariale e Margareth con il loro staff di volontari, cuoche, cameriere, "Köschtlnbrater" e musicisti che fanno divertire tutti.

Grazie di cuore a tutti – continuate così!!



AGENDA

Vogliamo ricordarvi che tutte le manifestazioni del circondario sono inserite nell'AGENDA.

Per poter partecipare bisogna prenotarsi

presso l'ufficio del circondario
al n. 0471 820466
un mese prima dell'evento.



▲ Gita provinciale a Renon ▼

Il numeroso gruppo proveniente dalla Bassa Atesina-Oltradige ha goduto dell'ospitalità del circondario di Bolzano e Salto Sciliar e ringrazia gli organizzatori per la bella giornata in compagnia. ▼



▲ "Fit for Business" ▼

Per la 17° volta Il primo venerdì di settembre il centro di Egna si è animato di atleti.

Quest'anno il tema era: "Due amici – un solo traguardo". Volontari dell'Assistenza Tumori hanno offerto ottimi dolci fatti in casa da altri volontari della zona, in cambio di un piccolo contributo.

Ringraziamo Alfred Monsorno e Norbert Bertignoll per averci dato l'opportunità di partecipare.



Chiusura fine anno

L'ufficio di Egna
sarà chiuso
dal 27 dicembre 2017
al 01 gennaio 2018.

*Buone Feste
e Buon Anno Nuovo.*

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

VAL VENOSTA



▼ Marmo e albicocca ►

L'albicocca è al centro del festival culturale "Marmo e albicocca" che si tiene ogni anno a Lasa.

L'Assistenza Tumori è stata come sempre presente con uno stand informativo e ha distribuito vasetti con marmellata di albicocche.



▼ Gita provinciale ►

Bellissima, e anche molto interessante dal punto di vista culturale, la gita a Longomoso, sul Renon.

Una giornata all'insegna del bel tempo, delle belle cose da scoprire e della buona compagnia.



▼ Castagnata ►

La castagnata è un uso molto antico in Alto Adige. I soci della Val Venosta si sono riuniti a Castelbello per gustare castagne e altri piatti tradizionali. Una serata molto allegra.

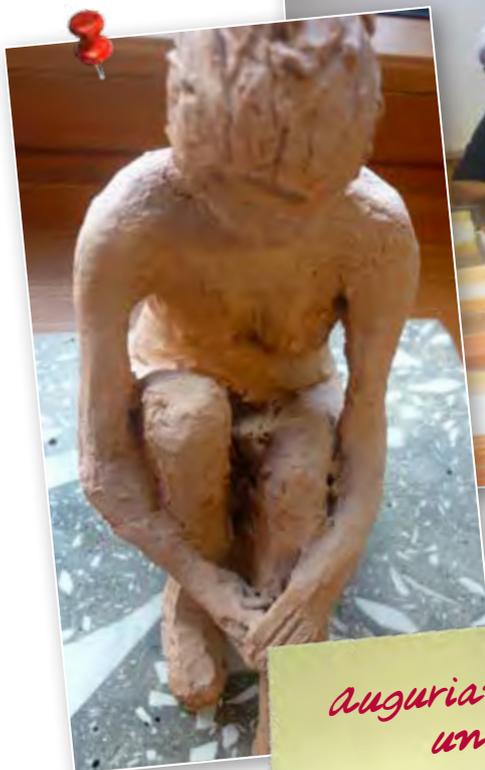


▼ Creatività ▼

Modellare l'argilla non aiuta soltanto a sviluppare la propria creatività ma promuove anche un modo di approcciarsi in modo sensibile e fiducioso agli altri.

► Ginnastica in acqua ►

Fa bene a corpo e anima e aiuta a coltivare nuove amicizie



*Auguriamo a tutti
un 2018
benedetto e
pieno di pace!*



Arrosto di lenticchie con patate al forno

Una ricetta per festività invernali e giornate particolari.



Foto: Dott. Michael Kob



Dott. Michael Kob
Dietologo

Ricetta vegana, vegetariana e senza lattosio, colesterolo e soia e anche privo di glutine se si sostituisce la farina, il pane e il pan grattugiato con sostanze adatte.

Lenticchie sono ricche di proteine, di ferro e di fibre.

La gelatina di semi di lino è un ottimo sostituto di uova e una fonte di grassi omega 3.

INGREDIENTI per 4 persone:

Arrosto di lenticchie:

250 g	lenticchie secche
2	carote
1	cipolla media
500 ml	brodo di verdura diluito
2 cucchiai	concentrato di pomodoro
5-6	fette di pane da toast o comunque morbido
50 g	farina o pan grattugiato
1 cucchiaio	sale
2 cucchiai	olio d'oliva

Gelatina di semi di lino:

2 cucchiai	semi di lino macinati fresco
4-5 cucchiai	d'acqua

Patate al forno:

8	patate medie (800-1000g)
2 cucchiai	d'olio d'oliva
	rosmarino, sale, pepe, aglio macinato

TEMPO:

- Cottura lenticchie tra 30 e 60 min.;
- sbollentare le patate per 3 – 6 min.;
- preparazione dell'impasto e delle patate 15 min.;
- tempo di riposo delle lenticchie 10 min.;
- infornare per circa 40 min.

PREPARAZIONE:

1. Lavare e spazzolare bene le patate, tagliare per lungo in quarti.
2. Sbollentare nel forno microonde (6 min. a 750 W) o in acqua bollente (3 min.)
3. Asciugare e raffreddare. Mescolare con l'olio d'oliva e i condimenti.
4. Sciacquare le lenticchie con acqua fredda. Sbucciare le carote (lasciandole intere), sbucciare e tagliare in quattro le cipolle.
5. Bollire assieme alle lenticchie e le carote nel brodo a fuoco basso per 30 – 60 min. (dipende dal tipo di lenticchie).
6. Scolare e lasciar raffreddare, tenere a parte le carote.
7. Per la **gelatina di semi lino** macinare i semi, mescolare con acqua e lasciar riposare qualche minuto.
8. Frullare metà delle lenticchie e le cipolle, mescolare bene con il pan da toast tagliato a dadini.
9. Aggiungere la gelatina di semi di lino, il concentrato di pomodoro e il sale.
10. Aggiungere l'altra metà delle lenticchie e pian piano la farina o il pan grattugiato fino ad avere una consistenza abbastanza densa. Lasciar riposare per 10 min.
11. Coprire una teglia con carta da forno.
12. Deporre metà della massa di lenticchie, posizionare le due carote a metà e coprire con la restante metà.
13. Formare con mani bagnate un arrosto.
14. Spennellare la superficie con olio d'oliva. Disporre le patate attorno all'arrosto.
15. Infornare nel forno riscaldato a 185 C° (ventilato), eventualmente accendere il grill per gli ultimi 5 min.
16. Tagliare l'arrosto a fette e servire assieme alle patate.

Molto buono anche scaldato il giorno dopo.

Buon appetito!

LENTICCHIE

Lenticchie sono più digeribili di altri leguminosi come piselli o fagioli.

Per il loro alto contenuto di proteine, 25% - 30% della massa secca, sono un prezioso ingrediente per digiuni o per un'alimentazione vegetariana o vegana.

Sono le più piccole delle leguminosi e necessitano meno tempo di ammollo.

Secondo la tradizione, le lenticchie simboleggiano la prosperità e il denaro, in quanto hanno una forma che ricorda quella delle monete. Per tale motivo in Italia si mangiano piatti a base di lenticchie la notte di San Silvestro.

Nella cultura ebraica invece le lenticchie, insieme alle uova, fanno parte delle cerimonie tradizionali del lutto perché la loro forma rotonda simboleggia il ciclo di vita dalla nascita alla morte.



Quando la gente si dimenticò di Dio...



C'era una volta una piccola città, uguale in tutto a qualsiasi altra città. Con una differenza: che la gente si dimenticava di tutto. I bambini si dimenticavano dei compiti. Il capostazione si dimenticava dei treni. Un padre si era dimenticato persino di togliersi le scarpe prima di coricarsi a letto.

E un giorno la gente si dimenticò anche di Dio. Le porte della chiesa rimanevano chiuse. Le campane non suonavano più. Nessuna pregava.

“Perché non siete venuti a scuola ieri?”, chiese allora il maestro un lunedì. E i bambini si misero a ridere e risposero: “Ieri era domenica e domenica siamo liberi!” “E perché siete liberi la domenica?” chiese il maestro e i bambini non sapevano cosa rispondere. Perché avevano dimenticato Dio e quindi ignoravano il senso del riposo domenicale.

Poi arrivò il Natale. “Perché la musica è così dolce?” chiesero i bambini e “perché ci sono delle candele sull'albero?” Siccome nessuno si ricordava di Dio, nessuno sapeva che il Natale è anche una festa delle melodie e delle candele. La gente così, la sera di Natale, alzava il volume, metteva stelle filanti colorate sull'albero e organizzava party carnevaleschi nelle strade.

“Togliete quell' immagine”, gridò ad un certo punto il sindaco. “Chi ha messo un manifesto con l'immagine di un bambino stremato dalla fame nelle strade? Imbruttisce tutta la città. Toglietelo!” “Ma certo, subito”, rispose il messo municipale. Anche lui si era dimenticato di Dio e non ricordava che il manifesto richiamava tutti alla solidarietà rispetto alla piaga della fame nel mondo, invitando a condividere con chi ha meno di noi. In men che non si dica i manifesti vennero sostituiti con immagini di cioccolato.

Intanto due amici si misero a litigare urlando fino a perder la voce. “Adesso sono senza un amico, tutto solo”, pensò uno dei due all'indomani. Anche lui si era dimenticato di Dio e non sapeva che dopo una lite ci si può riconciliare.

La cittadina divenne sempre più grigia e monotona. La gente invece continuava a litigare e urlare. “È come se avessimo dimenticato qualcosa”, dicevano spesso.

Un giorno arrivò un vento molto forte, spazzava i tetti delle case sibilando e arrivò anche al campanile. Era così forte che di colpo la piccola campana iniziò a muoversi. Tutto ad un tratto la gente si fermò e guardò in direzione del suono. Poi uno esclamò: “Adesso so cosa abbiamo dimenticato! Ci siamo dimenticati di Dio!”

(dalla raccolta „Friedensweg Kaltern“)

ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE | SEDE CENTRALE

Via Tre Santi, 1 | 39100 Bolzano
Tel. +39 0471 28 33 48 | Fax +39 0471 28 82 82
info@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰				

BOLZANO SALTO-SCILIAR

Via Tre Santi, 1 | 39100 Bolzano
Tel. +39 0471 28 37 19 | Fax +39 0471 28 82 82
bozen-salten-schlern@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 14 ³⁰ - 15 ³⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 14 ³⁰ - 15 ³⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -

Ambulatorio I & II

Via Tre Santi, 1 | 39100 Bolzano
Tel. +39 0471 28 37 19

Ambulatorio Fiè

Piazza della Chiesa, 4 | 39050 Fiè allo Sciliar
Tel. +39 0471 28 37 19

OLTRADIGE - BASSA ATESEINA

Largo Cesare Battisti, 6 | 39044 Egna
Tel. +39 0471 82 04 66 | Fax +39 0471 82 04 66
ueberetsch-unterland@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 14 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -

Ambulatorio Laives

Centro Anziani, Passaggio zona scolastica, 4 | 39055 Laives
Tel. +39 0471 82 04 66

Ambulatorio Egna

Largo Cesare Battisti, 6 | 39044 Egna
Tel. +39 0471 82 04 66

Ambulatorio Caldaro

Distretto sanitario Caldaro 2° piano, Piazza Rottenburg, 1 | 39052 Caldaro
Tel. +39 0471 82 04 66

MERANO - BURGRAVIATO

Via delle Corse, 27 | 39012 Merano
Tel. +39 0473 44 57 57 | Fax +39 0473 44 57 57
meran-burggrafenam@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 14 ³⁰ - 16 ³⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 14 ³⁰ - 16 ³⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ -	09 ⁰⁰ - 12 ³⁰ -

Ambulatorio Merano

Via Roma, 3 | 39012 Merano
Tel. +39 0473 49 67 35

Ambulatorio Lana

Distretto Socio Sanitario Lana, Via Andreas Hofer, 2 | 39011 Lana
Tel. +39 0473 55 83 72

VAL VENOSTA

Via Ospedale 13 | 39028 Silandro
Tel. +39 0473 62 17 21 | Fax +39 0473 42 02 57
vinschgau@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰

Ambulatorio

Via Principale 134 | 39028 Silandro
Tel. +39 0473 73 66 25

VAL PUSTERIA

Sezione Bassa Pusteria

Piazza Cappuccini, 9 | 39031 Brunico
Tel. +39 0474 55 13 27
unterpustertal@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	-

Ambulatorio Brunico

Villa Elsa, Via Andreas Hofer, 25 | 39031 Brunico
Tel. +39 0474 55 03 20

Ambulatorio Campo Tures

Via Hugo von Taufers, 19 | 39032 Campo Tures
Tel. +39 0474 55 03 20

Ambulatorio Pedraces

Pedraces, 57 | 39036 Frazione di Badia
Tel. +39 0474 55 03 20

Sezione Alta Pusteria

Via Gustav Mahler, 3 | 39034 Dobbiaco
Tel. +39 0474 97 28 00 | Fax +39 0474 97 28 00
oberpustertal@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰ -	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰ -	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ 16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	- -

Ambulatorio

Via Gustav Mahler, 3 | 39034 Dobbiaco
Tel. +39 0474 97 28 00

VALLE ISARCO - ALTA VALLE ISARCO - VAL GARDENA

Via Roma, 7 | 39042 Bressanone
Tel. +39 0472 81 24 30 | Fax +39 0472 81 24 39
eisacktal@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰			

Ambulatorio Bressanone

Via Roma, 7 | 39042 Bressanone
Tel. +39 0472 81 24 30

Ambulatorio Vipiteno

Ospedale 1° piano interrato, Via Santa Margherita 24 | 39049 Vipiteno
Tel. +39 0472 77 43 46

Ambulatorio Rio di Pusteria

Distretto sanitario Rio di Pusteria, Via Mathias-Perger, 1 | 39037 Rio di Pusteria
Tel. 0472 81 32 92



ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE

