

# Quando il peso

## diventa un problema

Due incontri aperti alla cittadinanza con la psicologa di SOS, dott.ssa Alessandra Bosaia, per conoscere anoressia, bulimia e obesità. Riportiamo la relazione della serata dedicata ad anoressia e bulimia dello scorso 29 giugno ed invitiamo tutta la cittadinanza a partecipare alla serata del 26 ottobre dedicata all'obesità.

Quante cose sono cambiate nel corso dei millenni: dal cibo come salvezza dalla fame si è passati alla paura del cibo, o specularmene al cibo come ossessione. La magrezza è oggi uno status symbol costantemente esaltato da mode e campagne pubblicitarie, cinema e tv. L'aggettivo anoressica è diventato, nell'uso comune e quotidiano, semplicemente un sinonimo di magrezza eccessiva. Eppure, l'anoressia e la sua

“sorella” la bulimia, sono gravi disagi psicologici che trovano nel fisico l'espressione di un malessere di vivere profondo. Ed è un malessere che non colpisce soltanto persone di un determinato stato sociale né di

...l'anoressia e la sua “sorella” la bulimia, sono gravi disagi psicologici...

una ben distinta fascia d'età. Il 5 % degli adolescenti italiani ha un rapporto conflittuale col cibo. Più colpite sono le giovani donne con numeri da vera e propria emergenza sociale. Secondo i dati del Ministero della Salute, l'insorgenza di nuovi casi di anoressia si è al momento stabilizzata, mentre è in crescita l'incidenza della bulimia nervosa. Purtroppo però si sta abbassando l'età delle donne che ne soffrono: questi gravi disturbi alimentari infatti non riguardano più soltanto la fascia d'età compresa fra i 15 e i 30 anni, ma cominciano a diffondersi fra le bambine. Sebbene l'anoressia sia la forma più conosciuta di questo disagio, la bulimia, in realtà, ha più conseguenze sull'organismo in generale. I primi se-

gni che tradiscono l'anoressia sono, innanzitutto, un dimagrimento eccessivo, ben al di sotto del normale ed un'immediata amenorrea. La bulimia, invece, è molto più subdola. Le alternanze tra abbuffate e vomito indotto o assunzione di lassativi si equilibrano in modo che non ci siano reali aspetti esteriori a segnare l'insorgenza della malattia. Inoltre, la persona bulimica agisce di nascosto, quindi il suo problema non è facilmente ravvisabile. L'anoressica solitamente rifiuta di mangiare ed inventa una serie infinita di scuse per evitare di alimentarsi; se proprio non può fare a meno di sedersi a tavola, prende pochissimo cibo per poi lasciarlo comunque nel piatto, oppure lo nasconde nel tovagliolo per gettarlo in seguito. Man mano che la malattia progredisce, la persona si estranea sempre più, evitando accuratamente uscite in pubblico. La bulimia, invece, si è detto, non ha sintomi esteriori, ma la persona bulimica si vergogna delle eventuali abbuffate che manifesta in pubblico e del fatto che si debba nascondere per andare a vomitare in seguito, quindi anch'essa tenderà ad isolarsi dal mondo. Le crisi di bulimia possono durare anche un paio d'ore; la bulimica si fermerà soltanto quando avrà mangiato fino a scoppiare. Uscire da soli da questi meccanismi è impossibile, l'aiuto di uno specialista è indispensabile per comprendere le cause del problema. La corretta conoscenza di questi disturbi è sicuramente il primo modo per frenarne la diffusione.

ALESSANDRA BOSAI

# In breve... In breve... In breve...



**DAL MESE DI LUGLIO 2006** anche sulle ambulanze di SOS MALNATE è operativo un defibrillatore modello LIFE PAK 12 (nella foto sopra).

Negli scorsi mesi sono stati formati i volontari e il personale di SOS nell'ambito del progetto di “Defibrillazione Precoce Semiautomatica e di invio dei dati elettrocardiografici” del servizio 118 di Varese. I defibrillatori semiautomatici sono uno strumento tecnologicamente avanzato in caso di primo intervento, per salvare vite umane, che rischiano di essere stroncate in caso di arresto cardiocircolatorio. Una condizione di successo è la velocità con la quale viene utilizzato lo stesso (entro 10 minuti dall'evento si hanno buone possibilità di sopravvivenza). Col nuovo defibrillatore le nostre ambulanze si arricchiscono di un importante strumento al servizio di tutta la popolazione.

**ANCHE L'EDIZIONE DI QUEST'ANNO** della **Serata di Gala** dello scorso 31 marzo ha riscosso il consueto entusiasmo da parte dei partecipanti. Realizzata nella suggestiva cornice della Cascina Diodona con la collaborazione di Franco Francescotto e degli sponsor Macecchini, Alby, Felmoka, Onta-



rio Viaggi e Banca Popolare di Bergamo ha visto l'esibizione dell'artista Angela Airol-di. La Serata di GALA di quest'anno ha raccolto fondi per l'ampliamento dell'ambulatorio di SOS “R. Croci”. Inaugurato del 2000 grazie alla generosità di una famiglia di Malnate, è ormai un punto di riferimento per i servizi sanitari del nostro paese. Per venire incontro alle esigenze del numero crescente di utenti Sos Malnate sta procedendo a ristrutturare i locali soprastanti l'attuale ambulatorio per ricavare tre nuovi studi medici. Gli introiti della Serata di Gala 2006, la vendita di biglietti della lotteria organizzata ad hoc, il contributo della Cooperativa edile Costruttori Diretti, le donazioni sul conto corrente postale e in particolare la donazione di una famiglia di Malnate permetteranno di reperire parte di questi fondi (siamo quasi a quota 30.000 euro). I lavori dovrebbero concludersi entro il 2006.

**QUEST'ANNO POSSIAMO CONTARE SU NUOVE PEDINE! Benvenuti a quanti cominciano ora il loro volontariato in SOS...** Alberto Bruna, Stefania Macchi, Aldo Mazzola, Ermanno Venture, Anna Vigato, Melania Bianchi, Valentina Cresoli, Sara FAcetti, Beatrice Merlo, Gabriele Rizzato, Simona gennai, Benito Petteuzzo, Lorenzo Arrighi, Amanuela Belbusti, Elisabetta Borri, Flavio Brusa, Alessandro Carcano, Francesco Francolino, Emiliano Girardi, Carlo Marco Limido, Maurizio Lista, Claudio Mozzarella, Roberto Mazzoccoli, Anna Mongera, Francesca Nigro, Roberto Pagin, Dario Romanelli... **E un ringraziamento a quanti hanno collaborato con**

**noi...**Paola Pescatori, Salvatore Alberano, Elisa Falasco, Claudia Placidi, Dora Vetere, Maria Luisa Buzzoni, Leone Milko, Valeria Maffioli, Gianpaolo Capozucchi.

**NEWSLETTER DI SOS:** iscriviti alla newsletter di SOS per essere sempre informato sulle notizie provenienti dalla nostra associazione. È sufficiente mandare una email di richiesta a [info@sosmalnate.it](mailto:info@sosmalnate.it)

**NON SOLO EMERGENZA.** Rircordiamo a tutta la cittadinanza che esistono tanti modi per collaborare attivamente con la nostra associazione. Oltre al corso per diventare soccorritori è possibile diventare volontari di SOS anche in altri settori: centralino, accompagnamento disabili, trasporti campioni ematici, amministrazione, segreteria, teleassistenza, ... È possibile fissare un colloquio con il Responsabile del Corpo Volontari Gianfranco Ossola telefonando in sede (al numero 0332-428555) per conoscere tutte le nostre attività per le quali serve il tuo contributo oppure puoi chiedere in orari di ufficio di Marco Sarti.

SOS MALNATE persegue esclusivamente le finalità di solidarietà sociale previste dal D.Lgs. 460/97 (c.d. “Decreto Onlus”) ed è quindi idonea a ricevere erogazioni liberali deducibili dalla dichiarazione dei redditi. Si possono far pervenire le offerte in denaro, tramite: **ccp n° 13117213** oppure **ccb n° 0459 c/o San Paolo - Imi fil. Malnate cin G - codice ABI 01025 - CAB 50410** intestati a SOS Malnate Onlus. Le offerte inviate a SOS MALNATE per finalità specifiche vengono riservate esclusivamente a tali finalità, puntualmente rendicontate al donatore. Quelle che pervengono senza l'indicazione di specifiche finalità vengono destinate a rispondere ai bisogni di gestione ordinaria dell'Associazione. Sulla causale del versamento si può indicare la dicitura “erogazione liberale a favore di Onlus da parte di...” e la ricevuta del versamento va conservata ed allegata alla dichiarazione dei redditi per usufruire della deduzione fiscale. SOS MALNATE aderisce alla “Carta della Donazione” e si impegna a fornire complete ed esaurienti informazioni sulle finalità, i tempi e le modalità delle iniziative da sostenere e sui risultati ottenuti attraverso la donazione.



# S.O.S. MALNATE

DIRETTORE RESPONSABILE: Massimiliano Pavanello - Sede Associazione S.O.S. Malnate Onlus Via 1° Maggio - Tel. 0332 428555 - [www.sosmalnate.it](http://www.sosmalnate.it)  
Periodico gratuito - Stampa Tecnografica Varese srl - Sped. Abb. Postale secondo art. n. 2, comma 20/C - Legge 622/96 - Filiale di Varese  
Invio 2/2006 stampato su carta riciclata **N°41 - SETTEMBRE 2006**

## Il Campo Scuola

### Come i volontari di SOS Malnate affinano le loro capacità operative

C'è stato lo spazio anche per una lezione sulla psicologia dell'emergenza e una sul protocollo per la ricerca delle persone disperse all'interno della tre giorni di formazione intensiva organizzata dalla nostra associazione il 7-8-9 luglio scorso, a cui hanno partecipato i volontari di SOS Malnate.

Il Campo Scuola, patrocinato dal Comune di Malnate e dalla Provincia di Varese, riservato ai volontari del soccorso di SOS, è stato vissuto da un nutrito gruppo proveniente anche da altre pubbliche assistenze della zona come un momento di apprendimento per mettere a fuoco e svuotare protocolli di intervento che per la loro complessità richiedono una formazione specifica: è il caso della gestione delle cosiddette Maxi-emergenze, al centro delle lezioni teoriche e delle esercitazioni pratiche organizzati durante la tre giorni di quest'anno, ormai giunta alla sua terza edizione.

Il Campo è cominciato venerdì sera con l'allestimento a cura del gruppo protezione civile di SOS, con l'aiuto degli altri gruppi facenti parte della nascente Colonna mobile provinciale di Protezione Civile: tende per il riposo notturno dei partecipanti, cucina da campo, centro radio, ecc... Ai vari gruppi di protezione civile, infatti, è stato demandato il supporto logistico agli equipaggi sanitari.

Gli equipaggi sanitari sono entrati nel vivo delle attività a partire dal sabato mattina, quando nell'aula magna della Scuola media sono cominciate le lezioni teoriche a cura del dottor Andrea Del Bosco, responsabile sanitario del Comitato provinciale ANPAS varesino e medico della centrale operativa 118 di Varese, che ha curato le attività formative sanitarie del Campo. Durante tutta la giornata di sabato si sono quindi alternate le lezioni teoriche sulle Maxi-emergenze (i compiti degli equipaggi, l'arrivo degli auto-

mezzi, la definizione del posto medico avanzato,...) alle simulazioni pratiche. Queste si sono svolte in parte al Campo sportivo di via Gasparotto (che è servito anche da base del Campo), in parte nel parcheggio delle scuole e in parte sulla pista ciclopedonale di S.Salvatore. L'evento clou, per così dire, è stata la simulazione di Maxi-emergenza che si

è tenuta la domenica mattina al parcheggio delle scuole: cinque equipaggi in ambulanza, ignari della scena che si sarebbero trovati davanti, aiutati dalle automediche del 118 hanno simulato un vero e proprio intervento di soccorso a più di 20 cavie. Per rendere più verosimile l'intervento le cavie sono state truccate da un gruppo di esperti truccatori provenienti dal Comitato Anpas di Bergamo, simulando ferite, fratture, lacerazioni.



Un'esperienza bella e utile. Bella perché ha permesso ai soccorritori di vivere un'esperienza di gruppo molto importante, utile perché i corsi intensivi e gli approfondimenti hanno permesso ai nostri equipaggi di acquisire nozioni molto importanti in caso di vero e proprio allertamento per le Maxi-emergenze (si pensi solo alla vicinanza con l'aeroporto di Malpensa).

L'innovazione di quest'anno è stata la grande interattività e scambio di esperienze con la protezione civile che rappresenta un fronte avanzato di gruppi che la Provincia di Varese sta organizzando all'interno della Colonna mobile provinciale. Durante la tre giorni SOS ha avuto modo di collaborare con loro e di partecipare ad alcune riunioni organizzative, l'esperienza è stata a tal punto positiva e la voglia di collaborare altrettanto, che SOS è entrata ora a far parte di questo gruppo stabile facente capo alla Colonna mobile provinciale: un ulteriore e decisivo passo in avanti di SOS, ma anche un impegno serio dei nostri volontari per portare all'interno della Colonna l'esperienza maturata in ambito sanitario. Infatti, proprio la componente sanitaria era uno degli aspetti mancanti all'interno della Colonna: con il contributo di SOS tale aspetto sarà integrato.



SERATA A TEMA

**PARLIAMO DI OBESITA':**  
QUANDO IL PESO PUO' DIVENTARE  
UN PROBLEMA



**GIOVEDI' 26 OTTOBRE**  
PRESSO AULA DIDATTICA  
SOS MALNATE ORE 21.00

RELATORE: DOTT.SSA ALESSANDRA BOSAI

Centro di formazione volontariato ANPAS Lombardia - sez. Prov. Varesina



**Perché stare a guardare?**

**Corso di Primo Soccorso**  
aperto alla Cittadinanza

**Lunedì 9 ottobre 2006 - Ore 21**  
Presso aula Didattica  
Sede SOS Malnate - Via I Maggio, 10

[www.sosmalnate.it](http://www.sosmalnate.it)  
Per ulteriori informazioni telefonare al n. 0332 428555



## salva altre vite



Un altro concerto per ricordare Federica e, attraverso il suo ricordo, salvare altre vite. Si è tenuto il 21 aprile prossimo presso la chiesa parrocchiale di Casbeno l'appuntamento musicale con il baritono Leo Nucci e l'Ensembles Les Soirées Musicales. Un evento con il quale si è bissato il successo ottenuto due anni fa quando la voce del baritono, apprezzatissimo in tutti i teatri del mondo, risuonò in segno di riconoscenza per tutti coloro che avevano dato un contributo alla prima raccolta fondi organizzata in nome della ragazza. Allora fu donata all'associazione Sos Malnate un'ambulanza. Ora l'obiettivo è stato quello di ringraziare tutti gli amici che "Per ricordare Federica" ancora una volta hanno dimostrato generosità e sensibilità permettendo l'acquisto di un defibrillatore e di materiale sanitario per mantenere efficiente l'ambulanza dell'Associazione S.O.S. Malnate donando oltre 17.000 euro.

A dar vita all'iniziativa ancora una volta sono stati i genitori e i parenti di Federica, che da quel tragico giorno di quasi tre anni fa hanno tratto una grandissima forza e determinazione nel vo-

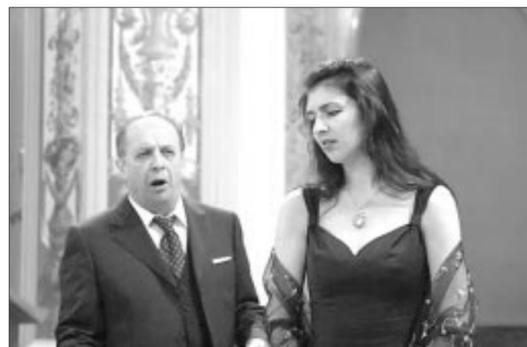
ler mantenere il ricordo della ragazza, dedicando tempo ed energie per trasformare il loro dolore in un grande atto d'amore e di dono agli altri. «Non sono sola – dice la mamma di Federica – ma sono sostenuta da mio marito e dai miei parenti più stretti in quest'opera che vuole aiutare a salvare delle vite». E di vite l'ambulanza Beta ne ha salvate tante: il mezzo, che sulla fiancata porta il nome della ragazza, fu da noi acquistato nel 2003. «In quello stesso periodo – ricorda la signora Colli – seppi che l'associazione aveva subito un grave danno ad uno dei suoi mezzi coinvolto in un incidente: mi venne spontaneo aiutarli». In quell'occasione l'appello vide la mobilitazione di molti: dai privati cittadini alle associazioni, ma anche gruppi sportivi, banche, parrocchie, scuole e aziende. L'ambulanza Beta, in servizio dal 2003 per i soccorsi e le urgenze del 118 ha già percorso oltre 40mila chilometri, trasportando gli equipaggi in 85 occasioni nel 2003, 1172 nel 2004 e ancor di più nel 2005. «Ma l'ambulanza – spiega il presidente di SOS Malnate, Massimiliano Pavanello – ha bisogno di manutenzione e, soprattutto, urge dotarla di un defibrillatore che permetta un soccorso più efficace e tempestivo nei soccorsi più delicati». A spiegare l'importanza della dotazione è la stessa mamma di Federica: «Fu proprio grazie all'uso di uno di questi strumenti che mia figlia poté giungere in ospedale ancora viva e si poté procedere alla donazione degli

organi». Federica fu investita da un'auto nei pressi del cimitero di Casbeno l'8 maggio di tre anni fa, quando aveva 17 anni e frequentava il liceo Classico Carroli. Da quel giorno nessuno tra amici e parenti ha dimenticato il suo sorriso e anche il concerto del 21 aprile ha portato con sé il ricordo della giovane: i brani eseguiti sono stati tratti da opere di Verdi, Rossini, Leoncavallo e Mascagni che lei amava ascoltare. Il concerto, un avvenimento speciale per la presenza del grande Leo Nucci, diretto dal maestro Stefano Seghedoni e con la direzione musicale di Paolo Marcarini e la partecipazione del soprano Barbara Grazzini che ha alle sue spalle un'intensa attività concertistica in Italia e all'estero.

Cogliamo l'occasione per ringraziare nuovamente la Famiglia Colli e tutte le persone che hanno donato in ricordo di Federica e che hanno permesso di raccogliere alla data odierna oltre 17.000 euro necessari sia per l'acquisto del nuovo defibrillatore sia per il mantenimento dell'efficienza dell'ambulanza acquistata con le donazioni pervenute nel 2003.



Alcuni momenti del Concerto "Per ricordare Federica"



**Il Presidente e i volontari di SOS hanno il piacere di invitarVi alla Festa Sociale per il 24° anno di fondazione, che avrà luogo il 17 settembre 2006.**

**Ore 8.30 Ritrovo presso l'Associazione  
Ore 9.30 Corteo delle Associazioni per le strade cittadine  
Ore 10.00 Santa Messa presso la Chiesa Parrocchiale  
Ore 11.00 Benedizione nuovo automezzo  
Ore 12.00 Aperitivo offerto dall'Associazione**

**Tutti sono invitati a partecipare per festeggiare con noi questo importante traguardo!**

## "Un Mondo Insieme"

Con questa edizione del corso si intende perseguire l'obiettivo di fornire una formazione a Volontari non ancora in servizio così come a persone già esperte con lo scopo di approfondire gli aspetti cruciali della relazione d'aiuto, creando occasioni di riflessione e approfondimento cosicché il ruolo, già determinante, diventi qualificato e capace di gestire le diverse situazioni.

## Donata una nuova ambulanza

Il 2 APRILE 2006 ha avuto luogo la cerimonia di consegna e benedizione della nuova ambulanza donata dalla prof.ssa Liliana Clerici di Malnate in ricordo del marito e del nipote. L'interessamento della prof.ssa Clerici alle nostre attività ha colpito tutti i volontari del-



**un mondo insieme**

**La relazione d'aiuto**

EDIZIONE 2006

4 ottobre 2006, ore 20.30 I valori e le motivazioni del volontario	11 ottobre 2006, ore 20.30 L'ascolto, emozioni e vissuti	18 ottobre 2006, ore 20.30 L'empatia: un modo di rapportarsi con l'altro
25 ottobre 2006, ore 20.30 Gli ostacoli della comunicazione	8 novembre 2006, ore 20.30 La risposta ad una richiesta d'aiuto	15 novembre 2006, ore 20.30 Conclusioni

Il corso si svolge presso la sede de "La Finestra" in via G. Di Vittorio, 7 a Malnate.

Iscrizioni e segreteria organizzativa c/o La Finestra tel. 0332.428604 - fax 0332.424672 ass-coplafinestra@libero.it

la nostra associazione e ci serve da stimolo e incoraggiamento per il nostro lavoro quotidiano. Il generoso contributo ci permetterà di continuare nella nostra attività sapendo di poter contare sempre sulla stima dei nostri concittadini.



Alcuni momenti della cerimonia di inaugurazione

## Paralimpici Invernali



Un volontario di SOS, Luca Croci, ha prestato servizio alla IX edizione dei giochi Paralimpici invernali di Torino.

Poco prima della mia partenza per la città Olimpica, cercavo di immaginarmi cosa avrei potuto trovare...

Al mio arrivo nella stazione di Porta Nuova si percepiva già un'aria di festa, un qualcosa diverso dal solito. Tutto si muoveva freneticamente... Vedevo volontari, riconoscibili dalla loro sgargiante divisa, dare informazioni, assistere i passeggeri nella salita al treno per raggiungere i differenti siti di gara: Torino, Pinerolo, Pragelato e Sestriere.

Ma la vera emozione è stata la realtà del villaggio paralimpico, dove la convivenza con atleti provenienti da differenti paesi del mondo con culture, idiomi ed abitudini diverse mi ha permesso di comprendere il reale significato della parola solidarietà ed amore per lo sport.

L'impegno profuso, unito alla grande soddisfazione nel potere partecipare alle gare, ha annullato tutti i limiti per queste persone che pur soffrendo di gravi menomazioni sono state grandi

protagonisti dell'evento coinvolgendo un pubblico numeroso ed entusiasta. Sono riuscito a percepire il vero spirito paralimpico senza la presenza di alcuna superstar, ma con la totale volontà di partecipare ad un evento che permetta di esprimere in termini sportivi, ma soprattutto umani la volontà di essere vincenti contro le avversità della vita.

Sicuramente è stata un'esperienza positiva, che mi ha consentito di stare a stretto contatto con una realtà la quale mi ha indotto a delle profonde riflessioni ed ad una grande gioia nel vedere la soddisfazione e la meravigliosa serenità di questi atleti al termine delle gare.

Ritengo che la Paraolimpiadi siano realmente una manifestazione interculturale capace di aggregare una moltitudine di persone davanti al significato reale dell'evento sportivo che in queste occasioni raggiunge il massimo valore.

LUCA CROCI

