

SOS: 25 anni di assistenza pubblica

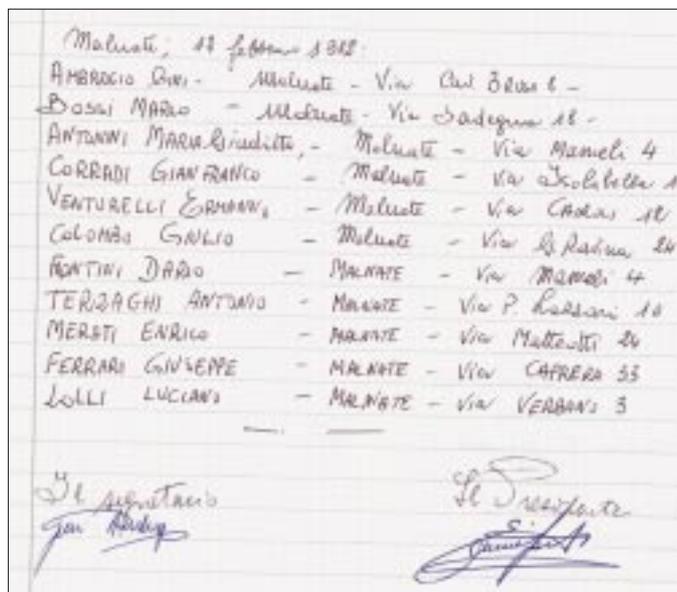
“Per iniziativa di un gruppo di associazioni, verrà istituito un servizio volontario di pronto soccorso con autoambulanza?”.

Titolava così un articolo apparso su *La Prealpina*, presumibilmente tra la fine del 1981 e l’inizio del 1982 (purtroppo il ritaglio conservato in SOS non riporta la data di pubblicazione). Sì, perché erano quelli i tempi in cui un gruppo di associazioni e di uomini e donne di Malnate ipotizzava di costituire una pubblica assistenza che garantisse tempi brevi di intervento in caso di urgenze sanitarie a Malnate. Da questa loro idea lungimirante, scaturita nell’assemblea costitutiva del 28 gennaio 1982, è nata la nostra associazione con il nome ufficiale di “SOS Malnate Associazione Volontaria”, che nel 2007 festeggerà quindi i venticinque anni di fondazione.

Una festa per tutti: per le decine e decine di persone che abbiamo servito in tutti questi anni, per i più di mille volontari che da allora sono passati per l’associazione, per l’intera popolazione di Malnate che è sempre stata vicina alle nostre iniziative.

La crescita di SOS in questi anni è un segno importante che l’idea di allora è viva più che mai e lo spirito altruistico che ne è alla base è continuamente rinforzato da quanti si impegnano in associazione. Il significato dell’iniziativa di venticinque anni fa dei nostri concittadini è emblematica e da sprone ancora oggi per le nuove

generazioni: la coscienza civica è stata per loro lo stimolo per prendere atto della necessità di organizzarsi autonomamente, senza aspettare l’azione pubblica, ma sentendosi cittadini corresponsabili della salute pubblica e del dovere di dare risposte concrete e immediate ai bisogni espressi dalla cittadinanza. Questo stimolo alla cittadinanza attiva, abbinato al volto umano della carità cristiana, senza il quale l’azione rischia di essere un guscio vuoto, è ancora oggi scritto nel nostro Statuto ed è quanto cerchiamo di realizzare quotidianamente. Quanto di quello spirito altruistico è ancora presente in associazione? Attestati di stima arrivano continuamente a SOS da parte di chi, per diversi motivi e diverse necessità, usufruisce dei nostri servizi (che da quel 1982 sono cresciuti e soprattutto differenziati, per venire incontro alle esigenze sempre nuove espresse dalla popolazione), che sottolineano spesso la grande sensibilità e umanità dei volontari della nostra associazione. Abbiamo ritenuto di chiedere anche a questi ultimi cosa ne pensassero, andando ad approfondi-



re il perché svolgono la loro attività di volontariato in SOS e non in un’altra associazione. Di questo aspetto, viene dato conto nelle pagine interne di questo giornalino in un approfondimento a seguito dell’indagine conoscitiva che nei mesi scorsi ha coinvolto gli uomini e le donne che dedicano il loro tempo agli altri attraverso SOS.

Abbiamo in cantiere diverse idee per festeggiare il traguardo dei 25 anni, che speriamo di realizzare contando sull’apporto dei tanti amici che SOS si è fatta fra i malnatesi (e non solo) in questi anni. Questo è un traguardo che percepiamo con grande felicità e soddisfazione: quel punto di domanda nel titolo dell’articolo del ’81-’82, citato all’inizio, non esiste più; ora è diventato un grande punto esclamativo, che vuole sottolineare la presenza attiva, solidale e dinamica di SOS Malnate a venticinque anni di distanza.

MASSIMILIANO PAVANELLO
 Presidente SOS Malnate



Foto in alto: la prima pagina del libro soci di SOS Malnate, con i nomi dei fondatori, firmata dal primo Presidente Enrico Merati e dal primo Segretario Ambrogio Gini.

Foto a sinistra: “Aiutateci ad aiutarvi” e “Raccolta fondi e volontari”, i primi messaggi lanciati dalla neonata SOS per permetterne l’avvio. La ricerca di fondi e volontari non si esaurisce mai, anche nel 2007!



Il clima associativo di SOS

a cura di Alessandra Bosaia e Alberto Bruna

Un'indagine condotta su 110 volontari di SOS ha permesso di fotografare il clima associativo e di individuare le motivazioni dei nostri volontari.

SOS Malnate ha sempre posto al centro della sua attenzione la persona intesa sia come utente dei propri servizi, sia come collaboratore: volontario o dipendente. La strategia dell'associazione contempla quindi obiettivi di soddisfazione sia dell'utente dei servizi erogati che dei collaboratori. Sul piano degli utenti è stata messa a punto, nel quadro della certificazione di Qualità, una metodologia per la rilevazione del grado di soddisfazione che ha permesso di mettere in evidenza sia i punti di forza, sia le aree di miglioramento dei nostri servizi. Ad esempio dall'analisi dei dati di tale rilevazione è emerso che era opportuno intervenire per ridurre i tempi di attesa dei prelievi ematici. Si è provveduto ad intervenire aumentando i giorni di apertura dell'ambulatorio da 4 a 6 settimanali a partire da Gennaio 2006 riducendo così l'affollamento giornaliero e quindi i tempi di attesa. Con lo stesso spirito e con le stesse finalità è stata messa a punto una metodologia per la rilevazione del clima associativo, ossia di come le persone che operano in SOS Malnate percepiscono e giudicano il contesto lavorativo. L'indagine estesa sia ai volontari che ai dipendenti si è basata sulla compilazione da parte dei collaboratori di SOS di un questionario anonimo finalizzato alla raccolta dei pareri e suggerimenti sul clima associativo ed all'individuazione delle motivazioni al volontariato. I risultati di tale indagine possono essere così riassunti:

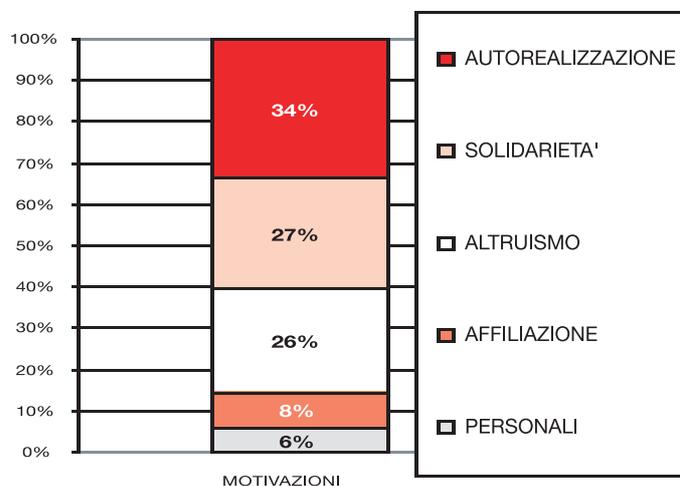
- CLIMA ASSOCIATIVO GLOBALMENTE MOLTO BUONO
- PUNTI DI FORZA: INTERESSE AL LAVORO, AMBIENTE DI LAVORO, IDENTIFICAZIONE CON SOS MALNATE
- PUNTI DA MIGLIORARE: COMUNICAZIONI INTERNE

È in corso di elaborazione un piano di interventi finalizzato non solo a migliorare le comunicazioni interne ma anche l'organizzazione del lavoro sulla base dei suggerimenti espressi dai partecipanti all'indagine.

Chi sono i volontari di SOS

Cosa spinge una persona a fare volontariato? E soprattutto perché alcune persone scelgono di fare volontariato in Sos Malnate? Alla base di una azione volontaria c'è sempre una motivazione. Ogni volontario arriva in un gruppo con il proprio bagaglio motivazionale, che va in ogni caso accolto e rispettato; contemporaneamente però egli è posto di fronte al bagaglio motivazionale del gruppo (inteso come altre persone) e della realtà associativa (che come tale è storicamente inserita nella realtà locale). Diverse possono essere le motivazioni che spingono a fare volontariato. Esistono delle motivazioni personali, che possono essere legate e vissuti di sofferenza personale o di persone effettivamente vicine. Ci sono poi le motivazioni che appartengono al mondo sociale come il motivo di affiliazione che induce le persone a riunirsi ed è spesso intrecciato con altri motivi, dando vita alle associazioni tra loro, e appaga così il bisogno di appartenenza, bisogno imperioso che influenza profondamente le azioni sociali dell'uomo, portandolo a proporsi obiettivi elevati come avviene nel volontariato. Si aggiungono poi il motivo di altruismo, più o meno consapevole orientato sia verso se stesso che verso gli altri, opera sia per il proprio progresso personale, sia per aiutare gli altri e il motivo di solidarietà che implica una dimensione di conoscenza, di volontà, di intelligenza, non inerte ma pratica motivata. Infine, un'altra motivazione è l'autorealizzazione che corrisponde al bisogno di realizzarsi mediante attività che appaiano il proprio Io. L'attenzione alle esigenze di coloro che sono in difficoltà è influenzata da fattori di natura personale, dalla interpretazione della situazione, dalle esperienze passate, dalla consapevolezza relativa alle proprie capacità di aderire alla richiesta di aiuto. Per un volontario è importante capire che prima di prestare aiuto si deve divenire coscienti dei bisogni e dei desideri dell'altro. Per conoscere quelle che sono le motivazioni vere che spingono più di 200 volontari a partecipare quotidianamente e attivamente alle attività che Sos Malnate offre alla popolazione, nei mesi di Maggio e Giugno, i volontari stessi hanno partecipato ad un'indagine condotta dal Dott. Bruna e dalla Dott.ssa Bosaia. Ai volontari è stato chiesto di esprimere le proprie motivazioni, le quali sono state poi raggruppate e sintetizzate nella tabella seguente:

TIPOLOGIA DI MOTIVAZIONI



È evidente che le motivazioni più forti sono, da un lato il bisogno di aiutare gli altri offrendo nello stesso tempo un servizio fondamentale alla comunità e dall'altro l'enorme valore di crescita personale che l'esperienza di volontariato può offrire alla persona.

Quando il peso

può diventare un problema

Il 26 ottobre scorso ha avuto luogo presso la nostra sede il secondo incontro aperto alla popolazione con la psicologa di SOS sul tema dell'obesità.

L'obesità costituisce ormai anche nel nostro Paese un'autentica emergenza sanitaria: in Italia circa il 35% della popolazione presenta una forma di sovrappeso e circa il 10% di obesità.

L'obesità oltre a problemi estetici e di vita di relazione è soprattutto un importante problema medico. È infatti correlata ad una maggiore incidenza di malattie come diabete, ipertensione, arteriosclerosi, patologia cardiovascolare, tumori, malattie degenerative ossee; in sostanza quindi diminuisce sensibilmente la qualità e la durata di vita dei soggetti colpiti in maniera strettamente dipendente dalla sua gravità.

L'obesità è un problema che riguarda in modo massiccio l'universo femminile. Dati Istat infatti affermano che ogni cento italiani 9,1 sono obesi ed il rapporto tra donna e uomo è di tre a uno. L'obesità è tra le più frequenti cause di infertilità; inoltre le donne obese vanno più frequentemente incontro ad irregolarità mestruali e patologia dell'evoluzione, si ammalano più spesso di tumore, in particolare utero e mammella, ed hanno maggiore incidenza di malattie cardiovascolari.

Per sapere se si è obesi bisogna conoscere il proprio indice di massa corporea (Imc) o Body Mass Index (BMI), che si ottiene dividendo il peso corporeo (espresso in Kg) per il quadrato dell'altezza (espressa in metri): come limite superiore di normalità è stato fissato un valore di Bmi di 24,9, mentre sono state definite obesità di I, II e III grado quei valori di Bmi compresi rispettivamente tra 25 e 29,9, fra 30 e 39,9 e maggiori di 40. Va sottolineato che il messaggio da trasmettere è di puntare ad un obiettivo realisticamente perseguibile: si deve mirare non al raggiungimento del cosiddetto peso

ideale, ma di quello "ragionevole" intendendo con tale termine, il peso mantenuto senza sforzo dopo i 21 anni e che permette buone condizioni di salute fisica, psichica e sociale.

L'obesità è una malattia complessa dovuta a fattori genetici, ambientali ed individuali con conseguente alterazione del bilancio energetico ed accumulo eccessivo di tessuto adiposo nell'organismo.

Sul piano psicologico le caratteristiche più peculiari e comuni di questo disturbo sono una bassa autostima che spesso spinge a sovrastimare l'apparenza corporea, considerando il raggiungimento di una migliore forma fisica la chiave del successo e della realizzazione personale. Inoltre, la poca stima di sé contribuisce a far affrontare in maniera eccessivamente negativa le eventuali "sconfitte" o "cadute alimentari". L'imporre a se stessi una dieta troppo rigida stigmatizzando eventuali trasgressioni, non solo è un atteggiamento che favorisce l'accadimento di queste ultime, ma soprattutto rende facile l'insorgenza dei sensi di colpa a causa della non adempienza alle proprie prescrizioni. I sensi di colpa, dunque, innescano un circolo vizioso grazie al quale il soggetto alterna momenti di restrizione alimentare con altri di perdita di controllo, modalità alimentare che altro non porta che allo sviluppo di pensieri e comportamenti perpepetuanti l'obesità. A lungo termine, l'incapacità di adempiere ad una rigida prescrizione alimentare unita allo sperimen-

tare numerosi fallimenti, può favorire l'insorgenza di sintomi depressivi che, in alcuni casi, possono risultare così significativi da interferire con le attività affettive, sociali e lavorative. Inoltre, l'utilizzo del cibo come "antidepressivo" non fa altro che peggiorare in maniera inesorabile la situazione. Infine spesso nelle persone obese è presente un pensiero dicotomico: è il modo di pensare contraddistinto dalla caratteristica di catalogare le cose in maniera estrema, cioè bianche o nere, belle o buone; questo atteggiamento risulta molto pericoloso in quanto rafforza il senso di fallimento di fronte anche ad una piccola "caduta" alimentare, favorendo l'insorgenza dei sensi di colpa e il successivo perpetuarsi dei sintomi depressivi.

La terapia dell'obesità non si può limitare alla frettolosa prescrizione di una dieta e ad un generico e poco convinto invito all'esercizio muscolare.

L'obesità si può vincere solo con un forte cambiamento dello stile di vita; un cambiamento che parte dall'alimentazione e procede parallelamente attraverso una buona e regolare attività fisica non trascurando taluni aspetti della vita quotidiana che hanno anch'essi la loro importanza: preferiamo i mezzi pubblici, camminiamo, evitiamo gli ascensori, pratichiamo uno sport, trascorriamo il nostro tempo libero all'aperto.

Alessandra Bosaia



6^a Festa delle castagne

14 e 15 ottobre 2006



Grazie a tutti i cittadini che hanno partecipato, agli amici volontari di Pinzolo e chi a vario titolo ha contribuito all'organizzazione e al successo della manifestazione.

Benvenuta "Alfa"!

SOS Malnate ha voluto costruire insieme alle aziende del territorio un progetto per il miglioramento e il potenziamento del servizio trasporto anziani e disabili. Il nuovo furgone acquistato ci permetterà di trasportare fino a 9 persone ed è predisposto anche per il trasporto di due carrozzine. Il progetto ha permesso inoltre ad alcune aziende del territorio di promuoversi in un modo diverso, legando il proprio nome al mondo del volontariato.

Ringraziamo Reale Mutua Agenzia di Varese, Ottica Benzoni di Malnate, Ghielmetti Ceramiche di Bizzarone (Co), Archimedia Agenzia Immobiliare di Malnate, Nuova Trebicar Concessionaria Bmw-Mini di Varese e l'AVIS di Malnate per aver creduto subito nel progetto. Con le pubblicità delle aziende esposte sulle fiancate siamo riusciti a coprire il 75% del costo del pulmino. **Ricordiamo alle aziende o esercizi commerciali interessati che ci sono ancora degli spazi disponibili** (per informazioni chiedere di Marco Sarti al numero 0332-428555).



In breve... In breve... In breve...

■ Grazie ad un contributo della Provincia di Varese, Assessorato alla Protezione Civile, è stata acquistata una nuova tenda Ferrino modello Montana 39 Fr. La tenda delle dimensioni di 780 cm x 510 cm e con una altezza di 265 cm permette la creazione di due comodi spazi interni: una zona dormitorio e una zona ambulatorio/ufficio. Può ospitare fino a 12 brande. La dotazione del nostro gruppo di protezione civile si arricchisce di un importante strumento in caso di emergenze.



■ **POSSIAMO CONTARE SU NUOVE PEDINE!** Ci scusiamo con gli interessati e con i lettori per alcuni errori nei nominativi apparsi sullo scorso numero e che riportiamo correttamente nell'elenco che segue. **Benvenuti a quanti cominciano ora il loro volontariato in SOS...** Ermanno Venturelli, Valentina Ceresoli, Sara Facetti, Simona Gennari, Claudio Mazzarella, Mauro Carcano, Claudio Carrara, Monica Martinelli...

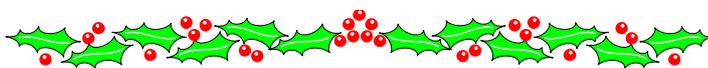
■ **E un ringraziamento a quanti hanno collaborato con noi...** Salvatore Albarano, Chiara Cirila, Luca Bernasconi, Maurizio Lista, Beatrice Merlo, Luigi Baratelli, Antonio Bernieri di Lucca, Maria Colombo, Marilena Ferrario, Enrico Merati, Sonia Pozzi, Giovanni Valente, Adele Marie Zogbo.

■ **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

■ **IN COLLABORAZIONE** con la Farmacia Comunale di Malnate e l'AVIS abbiamo organizzato il giorno 17 settembre 2006 la misurazione gratuita del colesterolo totale e glicemia. Un buon afflusso di cittadini ha dimostrato la validità dell'iniziativa e l'interesse della popolazione.

■ **IL 2 GENNAIO 2007** inizierà il tesseramento 2007 a SOS Malnate SMS – Società di Mutuo Soccorso. Verrà inoltrato via posta a tutti i tesserati il bollettino postale per il versamento della quota annuale di rinnovo (vi preghiamo di non usare il bollettino allegato al giornalino per il pagamento della tessera). Per le nuove adesioni, invece, è necessario presentarsi presso gli uffici di Via I Maggio 10 dal 2 gennaio.

■ **IL 5 PER MILLE A SOS:** abbiamo avuto notizia di numerosi cittadini di Malnate (e non solo) che hanno firmato la loro dichiarazione dei redditi per destinare la quota di 5 per mille alla nostra associazione. Ringraziamo tutti quanti e speriamo di poter contare sul loro appoggio anche per gli anni prossimi e ci auguriamo che il 5 per mille sia mantenuto dallo Stato (al momento della stampa, la legge finanziaria non è ancora stata approvata dal Parlamento e non si sa se questa norma verrà mantenuta). Segnaliamo a tutti quanti che ad oggi non possiamo ancora sapere l'importo complessivo del 5 per mille di cui SOS è destinataria: non ci sono date certe né sulla comunicazione ufficiale della cifra né su quando verrà accreditata, le notizie che abbiamo potuto reperire sugli organi di stampa parlano del secondo semestre 2007. Vi informeremo tempestivamente sui risultati.



Il Presidente, i volontari e tutto il personale di SOS augurano un Buon Natale e un Felice Anno Nuovo.



S.O.S. Malnate
con il patrocinio del
Comune di Malnate



L'ARTE
per la solidarietà

MOSTRA D'ARTE A FAVORE DI SOS MALNATE
DAL 7 AL 10 DICEMBRE 2006
PRESSO LA CHIESA DI SAN MATTEO A MALNATE

GLI ORARI DELLA MOSTRA:	ESPONGONO:
Giovedì 7 dicembre 2006 ore 21.00 INAGURAZIONE - Nel corso della serata a commento delle opere esposte saranno eseguiti brani musicali della violinista NIJIA DEL GRECO	Mariangela Bai, Giuliano Belmonte, Maddalena
Venerdì 8 dicembre 2006 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 e dalle ore 14.00 alle ore 20.00	Biancardi, Giovanni Borghi, Agostina Canzara,
Sabato 9 dicembre 2006 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 e dalle ore 14.00 alle ore 20.00	Dorato Cervellino, Lilliana Ferrini, Carlo Giò,
Domenica 10 dicembre 2006 dalle ore 10.00 alle ore 13.00 e dalle ore 14.00 alle ore 20.00	Antonella Ielli, Isidoro Miretti, Giulio Palanara,
	Clara Toffaletti Merastasi, Stefano Volpe.