

«Attivamente a casa» con la Meridiana di Monza

In questi giorni segnati dall'emergenza sanitaria, tante famiglie sono chiamate a farsi carico dei propri cari anziani incontrando non poche fatiche e difficoltà. La cooperativa sociale La Meridiana, nata a Monza dal desiderio di alcuni giovani della parrocchia di San Biagio di aiutare gli anziani del vicinato, ha realizzato per loro il progetto «Attivamente a casa». In questi quarant'anni di attività tante sono state le esperienze di prossimità agli anziani attraverso i centri diurni, le residenze e gli alloggi per gli anziani, la presa in carico di persone affette da Sla e in stato vegetativo. Tutta la competenza acquisita, tutta la professionalità degli esperti, tutta la passione dei professionisti è ora messa a disposizione della comunità, di tutte quelle famiglie che ogni giorno vivono in casa la sfida del prendersi cura di una persona anziana. Questo progetto sta diventando giorno dopo giorno luogo di incontro di

esperti che, da varie parti d'Italia, danno un contributo di idee e pensiero. Attraverso il canale Youtube e tutti i social della Cooperativa è possibile reperire il materiale fruibile da quanti ne hanno bisogno o che desiderano scoprire come la Cooperativa stessa sceglie di prendersi cura dei suoi ospiti. Vanno in onda servizi informativi, testimonianze, consigli, suggerimenti su come affrontare questa fase dettata dalle restrizioni imposte dal diffondersi del virus. Ogni lunedì, mercoledì, venerdì, alle ore 13, vengono pubblicati in Rete i consigli del fisioterapista, dello psicologo, del terapeuta occupazionale e dell'educatore professionale. Le video pillole si potranno trovare alle pagine Facebook (<https://www.facebook.com/cooplameridiana/>), Instagram ([cooplameridiana](https://www.instagram.com/cooplameridiana/)), canale Youtube (*Meridiana TV*). Inoltre i video saranno «linkati» sul sito web (www.sportellomeridiana.it) e su quello

di Meridiana (www.cooplameridiana.it). Non solo. Sarà dato ampio spazio alle riflessioni, alle testimonianze, ai messaggi che gli ospiti delle strutture e dei centri di La Meridiana hanno scritto o che scriveranno sia ai loro familiari sia a sostegno di tutti coloro che sono impegnati nella cura delle persone. «Vista la situazione - scrivono gli anziani della Rsa San Pietro - voi penserete che noi siamo qui consolati, tristi e sconfortati. In realtà le cose sono proprio l'opposto: il nostro morale è alto, malgrado tutto. Tra di noi si è instaurato un clima di solidarietà e maggior confidenza. Abbiamo l'opportunità di occupare il tempo con varie attività. I Tg e i quotidiani ci tengono aggiornati sulla diffusione del virus e sulle difficoltà che tutti voi state incontrando. Se volete starci vicino oltre che attraverso le video chiamate potete farlo anche scrivendo. Ci sembrerà un po' come tornare ai vecchi tempi quando le lettere arrivavano al

fronte ed era una gioia e un sollievo riceverle. Perché comunque questa è una battaglia per tutti e da fare tutti insieme! Un abbraccio». La Meridiana integra oggi due cooperative sociali («La Meridiana» e «La Meridiana Due»), 92 soci, 144 volontari, oltre 350 fra dipendenti e professionisti e una gamma completa di servizi rivolti agli anziani. In questi anni di attività ha costruito servizi e proposto modelli per aiutare e sostenere tre generazioni di anziani. Lo stile di Meridiana prevede: centralità della persona; innovazione; collaborazione con gli istituti di ricerca scientifica; dialogo con le istituzioni pubbliche, private e con associazioni del territorio. Con questo spirito Meridiana ha realizzato e gestisce Rsa, Rsd, progetti innovativi come «alloggi protetti», centri di lungodegenza per persone affette da patologie neurovegetative. Per approfondimenti e informazioni: www.sportellomeridiana.it.



I messaggi degli operatori sanitari

Non solo il medicinale, ma anche una parola rassicurante. Attivo un servizio di consegna agli anziani in collaborazione

con la Croce rossa. Il lavoro svolto in questi giorni spiegato dalla presidente di Federfarma Lombardia, Annarosa Racca

«Solidarietà dalle farmacie, primo presidio sul territorio»

DI YLENIA SPINELLI

Dopo settimane di emergenza sanitaria e preoccupazione per un virus ancora in parte sconosciuto e contagioso, «questo è il momento della generosità». Ne è convinta Annarosa Racca, presidente di Federfarma Lombardia, federazione che rappresenta le farmacie private convenzionate con il sistema sanitario. La dottoressa lo sperimenta ogni giorno dietro il banco della sua farmacia a Milano, in zona Lambrate. Come tutti i suoi colleghi è sempre stata in prima linea, vicino alle genti che soffre, cercando di dare non solo il medicinale più appropriato, ma anche una parola rassicurante. È l'altra faccia del coronavirus, quella della solidarietà e della generosità, vista tra i medici e gli infermieri degli ospedali, tra i volontari e anche tra i farmacisti, recentemente ricordati nella preghiera da papa Francesco. **Dottoressa, come le farmacie hanno gestito l'emergenza Covid-19?**



Qui sopra, la dottoressa Annarosa Racca, alla guida della federazione che rappresenta le farmacie private convenzionate lombarde. Ha una farmacia a Milano in zona Lambrate

«Credo che ogni farmacia sia stata un punto di riferimento per la popolazione. Abbiamo dimostrato di essere il primo presidio del sistema sanitario nazionale. Spesso, per la paura di infettarsi al pronto soccorso o con gli ospedali congestionati, noi farmacisti siamo stati i primi a venire incontro ai problemi della gente, a gestire ansiosità e preoccupazione al primo colpo di tosse o raffreddore, che non era più vissuto normalmente. Tutti i farmacisti sono stati al loro posto, sin dal primo momento; ci siamo dati da fare per aiutare e far arrivare i farmaci ai colleghi del Lodigiano e delle zone più colpite, che hanno fatto anche turni supplementari. **Concretamente, come siete venuti incontro alla gente?** «Con tanti medici di base malati e per evitare le attese nelle sale d'aspetto degli ambulatori, abbiamo stampato le ricette in farmacia; abbiamo prorogato la validità di esenzioni e piani terapeutici, per esempio ai celiaci.

Inoltre abbiamo incentivato la consegna a domicilio per gli over 65, per le persone non autosufficienti e per chi è in quarantena. A Milano, da circa un mese, abbiamo istituito un nostro servizio di "Pronto farmaco". Chiamando lo 02.3883350 rispondono la Croce rossa che suggerisce all'utente la farmacia più vicina per concordare i farmaci necessari. Un volontario della Croce rossa passa a ritirare i soldi per la spesa e consegna poi i farmaci porta a porta. Per questa iniziativa abbiamo avuto riconoscimenti strepitosi, pensi che nei primi dieci giorni abbiamo effettuato oltre 5 mila consegne».

Oltre ai farmaci, cosa chiede la gente? «Il nostro ruolo in questo momento è ancora più importante, perché è subentrata la tristezza. Tante persone vengono a raccontarci di parenti deceduti o malati, a volte basta ascoltarli e consigliare la Vitamina C o la Valeriana per farli stare meglio. Altre



volte dobbiamo cercare di fare chiarezza di fronte alle fake news trovate in Internet o sui social. D'altra parte il nostro non è un lavoro, è una vocazione. Io l'ho imparato da mio padre medico, che ci ha lasciati tanti anni fa per un cancro, ma fino all'ultimo è andato a visitare i suoi pazienti. C'è bisogno di pregare, perché i farmacisti ci hanno allungato la vita di sette anni, ma poi il mondo si è trovato impreparato davanti a un virus. La vera grande medicina è riconoscere i valori e l'importanza della famiglia, dello stare insieme, anche dopo il forzato "io resto a casa". Speriamo che questa brutta esperienza abbia cambiato un po' la nostra società, ci abbia reso meno egoisti. Qualche segnale già si vede: ci sono tanti ragazzi che vengono in farmacia a prendere le medicine per i nonni o per i vicini di casa». **Con l'aumento dei prezzi delle mascherine, però, alcuni farmacisti si sono rivelati degli approfittatori...**

«Bisogna chiarire: prima della pandemia in farmacia non avevamo mascherine, se non dei veli, semplici filtri per chi usava vernici, per esempio. Poi hanno iniziato a dire che servivano a tutti e la richiesta è aumentata vertiginosamente, ma le mascherine all'inizio venivano per di più dalla Cina ed erano poche quelle disponibili. Da qui i prezzi anomali, ma credo che nessuno si sia mai approfittato. Quando la Guardia di finanza è andata a controllare c'era il ricarico di sempre. Certo, il prezzo fisso in Italia per il farmaco è una garanzia. Adesso c'è la proposta di abbassare l'Iva sulle mascherine dal 22% al 4% e sarebbe una buona cosa, si parla addirittura di toglierla. Questa polemica ha oscurato il bene fatto da molti farmacisti, che hanno regalato tante mascherine alla Protezione civile. Inoltre, grazie a Banco farmaceutico e alla collaborazione delle aziende farmaceutiche abbiamo donato medicine agli o-

spedali». **Si è parlato dei tamponi a pagamento al San Raffaele di Milano, perché le farmacie non possono vendere i test a prezzi calmierati?** «Ad oggi non si possono fare test in farmacia o a casa, perché ci vogliono laboratori specializzati; noi farmacisti siamo comunque disponibili a distribuire test sierologici per stabilire la positività o meno al virus. Farà parte della Fase 2». **Pensando al futuro, è sbagliato fare scorta di ossigeno, saturimetri o altri presidi?** «L'ossigeno gassoso ha una durata e ha bisogno di ricetta medica. Il saturimetro da dito, per misurare l'ossigenazione del sangue, è invece un utile apparecchio da tenere in casa. Ma la cosa più importante, pensando al futuro, è la prevenzione: più siamo sani, meno saremo colpiti dai virus. E poi avere maggiore igiene, lavarsi spesso le mani e rispettare le distanze».

Cernusco, disponibili 50 giovani

Anche gli adolescenti e i giovani di Cernusco sul Naviglio stanno dando il proprio contributo a favore delle persone più deboli (come ad esempio gli anziani), che più di altre stanno patendo questa emergenza sanitaria dovuta al coronavirus. Unendo le proprie forze con quelle di altre persone di buona volontà, si sono messi a disposizione per fare la spesa a favore di quanti sono impossibilitati ad uscire di casa per acquistare i generi alimentari, che poi vengono recapitati a domicilio dai volontari della Caritas ambrosiana e della Protezione civile.

In un video pubblicato su www.chiesadimilano.it/pgfom, nella pagina web «Scintille nella notte. Buone notizie in giorni di deserto», è possibile ascoltare la testimonianza di Laura, studentessa universitaria di 20 anni, e di Jacopo, 17enne, che si fanno portavoce dei circa 50 adolescenti e giovani (tra loro anche gli scout) che hanno risposto all'appello loro rivolto dall'Unità di pastorale giovanile di Cernusco sul Naviglio. Dal lunedì al sabato, mettendo a disposizione qualche ora del loro tempo libero per questa iniziativa, hanno fatto e stanno facendo diventare questa situazione occasione propizia per dare concretezza alle seguenti parole di Gesù: «In verità io vi dico: tutto quello che avete fatto a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me» (Mt 25,40).

«Anche in questo tempo di emergenza sanitaria, che sembra sospeso, il nostro compito è continuare a generare scintille, contagiarci di buone notizie e di buon esempio, perché ogni situazione diventi occasione» si legge nella pagina web a cura del Servizio per i giovani e l'università e che pubblica diverse testimonianze ed esperienze reali di vita quotidiana, di lavoro, di momenti di vita comune che, stimolati dalla situazione attuale, ci fanno e potranno farci sperare, sorridere, credere, rafforzare il nostro spirito.



Volontari della Fondazione Arché a Milano

«Arché con te», i volontari aiutano a far la spesa

Dare una mano e non abbandonare nessuno: sono le parole chiave del servizio «Arché con te» offerto a Milano da Fondazione Arché, che si impegna a portare, attraverso i volontari, la spesa di alimenti e farmaci alle persone più in difficoltà nei giorni dell'emergenza sanitaria del Covid-19. «Arché con te» è indirizzato sia alle persone già seguite dai progetti della Fondazione sia a tutte quelle, in particolare over 65, con problemi di salute, disabili, nuclei monogenitoriali, con difficoltà nel fare acquisti da sole o con particolari fragilità personali, che ne fanno richiesta contattando il centralino di Arché al numero 371.4182462 oppure alla e-mail archeconte@arche.it. La consegna è assicurata in 24/48 ore dalla ricezione dell'ordine. Inoltre a Milano ha preso avvio anche i progetti «AAA Arché

aiuta adesso» e «SmartTogether», varati appositamente per garantire sostegno alle persone in difficoltà in questa fase e realizzato con il sostegno di Fondazione di Comunità Milano onlus, grazie alle donazioni al fondo #MilanoAiuta. Per rispondere alle sfide innescate dalla diffusione dell'epidemia, Fondazione Arché ha rimodulato anche alcuni dei servizi già messi in campo e ha messo a disposizione degli ospedali e dei Servizi sociali della Città metropolitana alcuni appartamenti della recentemente inaugurata Corte di Quarto. «È stupefacente osservare il fiorire delle iniziative di solidarietà anche in questo tempo così difficile», commenta il presidente di Arché, padre Giuseppe Bettoni, aggiungendo che «è quello stesso movimento dal basso che dai giorni della Liberazione ha innescato un processo inarrestabile

e mai concluso di liberazione dall'egotismo, dall'indifferenza e dalla paura». Fondata nel 1991 da padre Bettoni, Fondazione Arché Onlus si prende cura di bambini e famiglie vulnerabili nella costruzione dell'autonomia sociale, abitativa e lavorativa offrendo servizi di supporto e cura. Lo fa a Milano attraverso Casa Carla e Casa Adriana a Quarto Oggiaro, dove ospita mamme e bambini con problematiche legate a maltrattamenti, immigrazione, disagio sociale e fragilità personale, e attraverso i suoi appartamenti che offrono alloggio temporaneo a nuclei familiari in difficoltà. Arché porta avanti anche numerosi progetti di sostegno ai minori in ospedale e ai minori immigrati a Milano, Roma e San Benedetto del Tronto, e può contare su una vivace rete di volontari.

Su Skype lo sportello di ascolto per le coppie

A seguito dell'emergenza coronavirus, nell'impossibilità di avere incontri «in presenza», Spazio Coppia, lo «sportello» di ascolto del Centro giovani coppie San Fedele di Milano, prosegue comunque attraverso la piattaforma Skype. Gli interessati possono rivolgersi direttamente alle *counselor* a uno dei seguenti indirizzi e-mail: donata.traldi@gmail.com oppure fumagalliroberta@yahoo.it. Spazio Coppia fornisce la possibilità di alcuni incontri con una *counselor* per facilitare il dialogo, esplorare insieme le difficoltà, chiarire la natura del disagio all'interno della coppia. Si tratta di un primo approccio, che può evolvere con l'eventuale indirizzamento verso percorsi adeguati. I responsabili precisano che il servizio non fornisce alcuna consulenza o indicazione medica rispetto all'infezione da Covid-19.