

**Zeitschrift:** Actio : una rivista per la Svizzera italiana  
**Herausgeber:** Croce Rossa Svizzera  
**Band:** 97 (1988)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Salute e affari sociali

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## SALUTE E AFFARI SOCIALI

(Continuazione da pagina 9)

Si tratta di una persona che mi dà molta forza e che mi insegna a distinguere il bene dal male. In un gruppo di mutuo soccorso cerchiamo di incoraggiarci a vicenda e di scambiarci le esperienze. Come sieropositivo mi sono accorto di riuscire a vivere intensamente una relazione soltanto se io stesso sono capace di stare da solo e di capire me stesso.

La paura dell'ospedale durante il mio ricovero dovuto a una grave polmonite che mi aveva fatto perdere 13 chili ha scatenato in me una nuova crisi. Se voglio che il mio sistema immunitario resti intatto devo

mangiare sano. La macrobiotica, cibi sani, niente fumo, alcol e droga mi fanno conoscere una nuova dimensione della vita. Evito sentimenti come la paura, l'attività frenetica, lo stress. Credo nella reincarnazione e questo mi dà speranza e mi aiuta a superare le crisi. Non credo di poter guarire fisicamente, ma di poter guarire dentro, assumendomi le mie responsabilità. Seguo la strada dell'amore e non quella della distruzione.

La mia debolezza di sieropositivo è l'occasione per me di vivere con maggiore coscienza e vitalità. *B.*

### L'assistenza a un malato di Aids

#### Pianificazione in gruppo sin dall'inizio

Tre anni fa ho iniziato a collaborare come volontaria per l'Aiuto-Aids di Berna. In precedenza mi ero già occupata teoricamente di Aids. Attraverso il suo lavoro pratico di assistenza e di consulenza, l'Aiuto-Aids di Berna cerca di svolgere un'attività complementare a quella delle organizzazioni sociali esistenti.

Le esigenze di chi è malato di Aids variano e così varia pure l'evoluzione della malattia che non si sviluppa secondo uno schema preciso. Oltre al fatto di soffrire di una malattia inguaribile, un malato di Aids deve anche fare i conti con i pregiudizi che sorgono nei suoi confronti. Più che per ogni altra malattia, il paziente colpito dall'Aids ha bisogno di un'assistenza e di un'accompagnamento individuale e personalizzato.

Due anni fa ho ricevuto una lettera di una coppia di omosessuali. I due uomini mi avevano conosciuta in occasione di un incontro d'informazione dell'Aiuto-Aids di Berna e mi chiesero di andarli a trovare. P. era appena stato rilasciato dall'ospedale dove gli avevano diagnosticato l'Aids. Avevano bisogno di qualcuno per parlare, per avere un aiuto nelle faccende domestiche, insomma per riorganizzare la vita di fronte a questa nuova realtà. K. voleva avere la certezza che qualcuno stesse con il suo compa-

gno durante le sue assenze per ragioni di lavoro.

Abbiamo cominciato ad organizzarci. Dopo il lavoro passavo da lui. Andavo a fare la spesa, preparavo da mangiare e a volte facevo il bucato. Altri due collaboratori dell'Aiuto-Aids di Berna mi hanno dato una mano. Intanto P. e K. hanno cominciato a parlarne con i loro amici per ridurre pregiudizi, paure e incertezze. Tutti noi abbiamo imparato l'uno dall'altro a convivere con l'Aids.

All'inizio P. non stava tanto male, pur essendo indebolito e incapace di stare solo troppo a lungo. Ma la situazione era ancora sopportabile. In genere quel che più lo faceva soffrire era la sua sempre crescente debolezza a cui si aggiungevano nuove infezioni e febbre. Tutto ciò culminava in fasi depressive. Farsi la doccia diventava una fatica. Ogni giorno doveva mettersi la crema perché la pelle era disidratata e squamosa. Bisognava anche ricordargli di prendere le medicine per il trattamento delle infezioni che si presentavano a un ritmo sempre più accelerato. Con il tempo P. cominciò anche a soffrire di nausea e di problemi digestivi.

La situazione dei pazienti di Aids può cambiare da un giorno all'altro e quindi non esistono direttive precise per la loro assistenza. Hanno soprattutto bisogno delle nostre attenzio-

ni. L'importante è che il nostro lavoro venga pianificato in gruppo e ponga il paziente al centro e coinvolga anche gli amici, la famiglia, l'infermiera di salute pubblica e il medico. È inoltre determinante che, in quanto assistente, si riconoscano le proprie possibilità e i propri limiti, affinché l'attività

svolta non abbia ripercussioni negative. In qualità di assistente bisogna pure avere qualcuno con cui confidarsi apertamente e riconoscere le proprie paure e incertezze. Solo così è possibile instaurare un rapporto di fiducia e senza pregiudizi fra paziente e malato.

*Karla Gude*

### Il progetto Shanti a San Francisco

#### Esperienza che lascia il segno

##### Shanti significa pace interiore

Shanti è un'organizzazione di soccorso gratuito che opera a San Francisco e che offre i suoi servizi ai pazienti colpiti dall'Aids, nonché ai loro congiunti e conoscenti. Shanti è nata nel 1974 con l'obiettivo di occuparsi dei problemi psicosociali di chi è affetto da una malattia mortale. A partire dal 1982 il numero dei sieropositivi ha però assunto proporzioni epidemiche e l'organizzazione ha pertanto cominciato a dedicarsi prevalentemente all'assistenza dei malati di Aids. I collaboratori di Shanti assistono i malati a domicilio, nelle residenze dei malati stessi e all'ospedale.

Shanti ha messo a punto sei diversi programmi che da diversi anni si stanno tutti dimostrando molto validi.

1. *Assistenza psichica:* consulenza, assistenza ai sieropositivi, ai malati di Aids, nonché a parenti e amici.
2. *Aiuto pratico* nelle faccende domestiche e per la spesa.
3. *Programma d'informazione e di conferenze.* Si tratta di prestazioni offerte anche dai servizi di assistenza ai malati di Aids in Svizzera.
4. *Programmi per i gruppi e programmi di mutuo soccorso,* destinati ai malati di Aids, ai loro familiari, amici, partner e a coloro che hanno appena perso qualcuno.
5. *Programma per il tempo libero dei malati di Aids.*
6. *Programma per gli alloggi.* Alloggi con affitto a lungo termine a prezzi modici per malati di Aids con assistenza di un'équipe interdisciplinare che accompagna, assiste e consiglia i malati.

Da noi non possiamo semplicemente imitare il progetto at-

tuato a San Francisco, poiché negli Stati Uniti, contrariamente alla Svizzera, non esiste un sistema sanitario sociale. Nel 1984/85 Shanti ha avuto spese per un totale di 1,7 milioni di dollari. Le entrate provengono prevalentemente dalla città di San Francisco e da donazioni di cittadini. Il lavoro prestato è in gran parte volontario e il suo valore nel 1984/85 è stato calcolato a 0,83 milioni di dollari.

Negli Stati Uniti le persone che non hanno una cassa malati sono parecchie e per questo motivo vogliono essere rilasciate quanto prima dall'ospedale. Se non esistesse un sistema di adesione volontaria, i malati di Aids sarebbero totalmente abbandonati a sé stessi e praticamente non riceverebbero alcun aiuto. Shanti ha avuto origine da un gruppo di mutuo soccorso costituito da persone direttamente coinvolte e non assicurate.

Grazie all'avanzato sistema di assistenza sanitaria nel nostro paese, il malato non deve lasciare l'ospedale per motivi finanziari. Shanti in Svizzera si costituirebbe quindi non tanto per ragioni finanziarie, ma piuttosto per far fronte a problemi di tipo psicologico e interpersonale. Quel che sarebbe opportuno realizzare alle nostre latitudini lo si può riassumere nei seguenti punti:

● *Buona preparazione dei volontari.* Viene dato molto rilievo alla maturazione interiore e al fatto di saper vivere le proprie emozioni. In questo processo vanno affrontate la propria afflizione e la paura della morte, nonché il superamento di determinati tabù e pregiudizi legati all'omosessualità, alla tossicodipendenza, alla prostituzione e alla promiscuità. La qualità della formazione e della



supervisione (costante presenza di specialisti) attira molti volontari; Shanti non ha quindi difficoltà nel reclutare collaboratori, che anzi vengono accettati secondo un criterio molto severo.

● **Supervisione costante e qualificata** e sostegno di psicoterapeuti esperti allo scopo di accompagnare gli assistenti nel loro processo emozionale.

● **Collaborazione interdisciplinare** che coinvolge medici, psicoterapeuti, psichiatri, sacerdoti, assistenti sociali, specialisti in questioni di droga, infermieri, assistenti-Spitem, volontari, ecc.

### Momenti indimenticabili

Per un anno ho lavorato per il programma Shanti in qualità di consulente volontaria. Mi ero appena laureata con una tesi sulla terapia familiare e

pensavo di poter dare un mio importante contributo. Niente di tutto questo. Le mie idee, teorie e psicotecniche non mi hanno portata lontano. Ho dovuto subire un vero e proprio processo di trasformazione. Soltanto vivendo il mio turbamento e le mie più profonde incertezze esistenziali, la mia paura del contagio e della morte, la mia disperazione, impotenza e afflizione, sono riuscita ad avvicinarmi alle persone direttamente coinvolte dalla malattia.

Il 98% circa dei collaboratori di Shanti è costituito da uomini omosessuali. Per me questa è stata un'esperienza interessante. Le situazioni che ho vissuto sono state uno stimolo che mi ha dato l'opportunità di superare i miei pregiudizi e tabù nei confronti dell'omosessualità, del consumo di droga e

della promiscuità.

Insieme ad altre cento persone sono stata istruita in funzione della mia attività di consulente. Di queste cento persone molte erano malate di Aids oppure sieropositive, ma non sapevo quali fossero. Ho avuto reazioni di difesa e di paura. Non appena però mi sono sentita coinvolta e ho preso coscienza dei miei sentimenti di afflizione sono riuscita a superare la paura e mi sono sentita molto più vicina agli altri. Ho addirittura vissuto un affetto e una cordialità che per me sono stati indimenticabili.

D'altro canto è stato duro vedere come amici e parenti mi evitavano non appena venivano a sapere che mi occupavo di malati di Aids. Mi trattavano come se io stessa fossi malata di Aids e questo ha reso ancora più profonda la mia

comprensione verso i malati, con i quali riuscivo ad immedesimarmi.

Il mio primo cliente – per Shanti esistono soltanto clienti e non pazienti, per evitare una scala gerarchica fra assistenti e assistiti – è stato per me uno stimolo a tutti i livelli, poiché egli si trovava in ospedale in uno stadio già avanzato della malattia. Io mi occupavo di lui, della sua famiglia alternativa e di quella propria. Grazie alla perfetta supervisione e al sostegno offertomi da Shanti mi sono potuta pienamente dedicare al mio ruolo di consulente. Ho imparato moltissimo su me stessa, molto di più di quanto avessi imparato durante i miei studi di psicologia.

Nicole Züllig

### Telefoni utili e numeri di chiamata d'emergenza (giorno e notte): Ticino e Grigioni italiano

Guardia aerea svizzera di soccorso (REGA): 01 47 47 47 – Società svizzera per cani da catastrofe: 01 47 47 47 – Centro svizzero antitossici: 01 251 51 51 – Centrale annunci proiettili inesplosi: 033 28 30 57 – Soccorso stradale: 140 – Polizia: 117 – Pompieri: 118 – Telefono amico: 143 – Aiuto AIDS (SIDA) svizzero, sezione Ticino: 091 54 94 94 (Martedì 18–20.30).

### Agglomerato di Mendrisio-Chiasso (091)

Croce Rossa Svizzera sezione Mendrisiotto: 44 33 66 / 43 82 91 – Ospedali: Beata Vergine 46 42 42, Neuropsichiatrico cantonale 46 15 15, Maternità cantonale 46 41 41/2 – Croce Verde Mendrisio: 46 13 14 – Croce Verde Chiasso: 44 72 72 – Ambulatorio Presenza Sud Mendrisio: 46 69 26 / 46 69 20 – «Il Nucleo», consultorio Balerna: 46 69 12/13 – Centro aiuto tossicodipendenti: 23 46 46 – Società Svizzera di Salvataggio Mendrisiotto 46 13 14 – «Ora Serena»: 46 22 39 / 43 29 34 – Antenna Alice, Centro aiuto tossicodip.: 44 86 86.

### Agglomerato di Lugano e distretto (091)

Croce Rossa Svizzera sezione di Lugano: 54 21 39 / 54 23 94 / 51 67 54 – Centro di trasfusione del sangue CRS, Corso Elvezia 29: 23 74 67 – Centro di ergoterapia CRS: 23 66 67 – Ospedali: Civico 58 61 11, Italiano 51 31 21/2, Malcantonesse Castelrotto 73 14 41 – Cliniche: Sant'Anna Sorengo 55 01 61, Moncucco 58 11 11 – Croce Verde 22 91 91 – Ente autolettighe Agno: 59 33 33 – Clinica dentaria della Croce Verde: 23 15 45 – Centro aiuto tossicodipendenti: 23 46 46 – Servizio domiciliare: 51 57 31 – Consultorio familiare: 23 30 94 – SOS Madri in difficoltà: 56 44 10 – Società Svizzera di Salvataggio di Lugano: 51 91 21 / 23 23 71 – «Ora Serena»: 52 15 29 / 68 77 44 / 23 47 93 / 51 55 41.

### Agglomerato di Locarno e Valli (093)

Croce Rossa Svizzera sezione di Locarno: 31 60 35 – Centro di trasfusione del sangue CRS, Ospedale La Carità: 31 74 84 – Ospedali: La Carità 31 01 21, Distrettuale Cevio: 96 16 61 – Cliniche: Sant'Agnesse 33 01 01, Santa Chiara 31 02 52, Santa Croce 33 83 31 – Autolettighe: Locarno 31 83 83, Ascona 35 21 21 – Centro aiuto tossicodipendenti Antenna Icaro: 31 59 29 – Servizio domiciliare: 31 16 23 – Società Svizzera di Salvataggio Locarno: 31 40 29, Ascona 35 11 88, Brissago

32 02 83, Gambarogno 62 28 45 – «Ora Serena»: 31 19 87 / 31 62 86 / 31 60 35.

### Bellinzona-Riviera-Blenio (092)

Croce Rossa Svizzera sezione di Bellinzona: 27 50 10 – Centro di ergoterapia CRS: 26 39 06 – Ospedali: San Giovanni 25 03 33, Bleniese Acquarossa 78 13 15 – Croce Verde 25 22 22 – Autolettighe: Biasca 72 14 14, Olivone 70 17 77 – Società contro l'alcolismo: 26 12 69 – Alcolisti anonimi: 26 22 05 – Comunità familiare: 25 75 56 – Aiuto domiciliare: Bellinzona e Valli 25 32 29, Biasca 72 30 33 – «Ora Serena»: 27 59 03 / 72 15 56 / 76 12 39 / 78 13 12 – Servizio medico d'urgenza festivo: 25 22 23.

### Leventina (094)

Croce Rossa Svizzera sezione Leventina: 38 13 55 / 38 13 65 – Ospedale: Distrettuale Faido 38 17 32 – Autolettighe: Airolo 88 20 44, Faido 38 22 22, Bodio-Personico-Pollegio 74 12 33 – Aiuto domiciliare: 092 25 32 29 – «Ora Serena»: 38 19 35.

### Mesolcina e Calanca (092)

Croce Rossa Svizzera sezione di Bellinzona: 27 50 10 – Centro di ergoterapia Bellinzona: CRS Bellinzona: 26 39 06 – Clinica: San Rocco Grono: 82 17 22 – Autolettighe: Roveredo 82 13 06, Mesocco 94 12 31 – Assistenza sociale per la Mesolcina: 82 20 33 – Aiuto domiciliare: 82 13 13 / 82 22 06.

### Bregaglia (082)

Croce Rossa Svizzera sezione Grigioni: Coira 081 24 20 27 – Centro di ergoterapia CRS: Coira 081 27 37 25, Samedan 6 46 76 – Centro di trasfusione del sangue CRS: Coira, Ospedale cantonale 081 21 51 21 – Ospedale: Ospedale Asilo della Bregaglia 4 18 18 – Autolettighe: 4 18 18 – Aiuto domiciliare: 4 13 20.

### Poschiavo (082)

Croce Rossa Svizzera sezione Grigioni: Coira 081 24 20 27 – Centro di ergoterapia CRS: Coira 081 27 37 25, Samedan 6 46 76 – Centro di trasfusione del sangue CRS: Coira, Ospedale Cantonale 081 21 51 21 – Ospedale: San Sisto 5 05 81 – Autolettighe: 5 05 81 – Assistenza sociale del Bernina: 5 02 14.

## ACTIO

N° 5 Maggio 1988 97° anno

Redazione  
Rainmattstrasse 10, 3001 Berna  
CCP 30-877  
Telefono 031 667 111  
Telex 911 102

Redattrice responsabile edizioni tedesca e francese:  
Nelly Haldi

Coordinazione redazionale edizione italiana:  
Sylvia Nova

Traduzioni in lingua italiana:  
Cristina di Domenico  
Rebecca Rodin  
Cristina Terrier

Editore: Croce Rossa Svizzera

Amministrazione e tipografia  
Vogt-Schild SA  
Zuchwilerstrasse 21, 4501 Soletta  
Telefono 065 247 247  
Telex 934 646, Telefax 065 247 335

Annunci  
Vogt-Schild Servizio annunci  
Kanzleistrasse 80, casella postale 8026 Zurigo  
Telefono 01 242 68 68  
Telex 812 370, telefax 01 242 34 89  
Responsabile degli annunci:  
Kurt Glarner  
Telefono 054 41 19 69  
Cantoni di Vaud, Vallese e Ginevra:  
Presse Publicité SA  
5, avenue Krieg  
Casella postale 258  
CH-1211 Ginevra 17  
Telefono 022 35 73 40

Abbonamento annuale Fr. 32.–  
Estero Fr. 38.–  
Numero separato Fr. 4.–  
Appare otto volte all'anno  
quattro numeri doppi:  
febbraio/marzo, giugno/luglio, agosto/  
settembre e novembre/dicembre