

Anno XXIII - n. 83 - Giugno 2024 - Periodico Quadrimestrale - Spedizione Poste Italiane S.P.A. - c/c 16386245

83



# Amici di Gabry

P R O G E T T O D I

V I T A



A close-up photograph of a branch with numerous pink cherry blossoms. The flowers are in various stages of bloom, with some showing yellow stamens. The background is a clear, bright blue sky. The text is overlaid on the lower half of the image.

***“Se vuoi un anno di prosperità,  
fai crescere il grano***

***Se vuoi dieci anni di prosperità,  
fai crescere gli alberi***

***Se vuoi cent’anni di prosperità,  
fai crescere le persone.”***



Copertina  
**"Pop Art Oncologica"**  
 Ritratto realizzato da:  
**Nicole Milan Milan**  
 Classe 3<sup>a</sup> F  
 Istituto d' Istruzione  
 Superiore Statale  
 Liceo Artistico  
 "S. Weil" Treviglio

#### COMITATO SCIENTIFICO

Cremonesi Marco  
 Ceruti Emanuela  
 Petrelli Fausto  
 Karen Borgonovo

#### COMITATO DI REDAZIONE

Ceruti Emanuela  
 Mara Ghilardi  
 Petrelli Fausto  
 Karen Borgonovo

#### DIRETTORE RESPONSABILE

Cremonesi Marco

#### VICEDIRETTORE

Frigerio Enrico

#### SEGRETERIA

Rossi Lodovico  
 Tel.e Fax 0363-305153  
 info@amicidigabry.it

#### PROGETTO GRAFICO

Studio Origgi  
 Via Mac Mahon, 78 - 20155 MILANO

#### REALIZZAZIONE GRAFICA

Venturini Fiorenzo - Treviglio

#### STAMPA

Algigraf srl  
 Via del lavoro, 2 - 24060 Brusaporto (Bg)

#### EDITORE

Associazione "Amici di Gabry" ONLUS  
 Via Matteotti, 125 - 24045 Fara G. d'Adda (Bg)

#### N. AUTORIZZAZIONE 34

Del 06 Luglio 2001  
 Tribunale di Bergamo



<b>EDITORIALE</b>	<b>3</b>
"L'unione fa la forza"	
Marco Cremonesi	
<b>SPAZIO SCIENTIFICO</b>	<b>4</b>
"L'età non è un nemico, è solo un compagno di viaggio"	
Dott. Lorenzo Dottorini	
<b>SPAZIO ASSOCIAZIONE</b>	<b>6</b>
"Vi presentiamo la dottoressa Loredana Burgoa"	
<b>SPAZIO TECNICO</b>	<b>8</b>
"Prevenire è vivere!"	
La prevenzione oncologica attraverso un corretto stile di vita"	
Dott.ssa Mara Ghilardi	
<b>SPAZIO TERRITORIO</b>	<b>10</b>
"Illuminismo Lombardo Trevigliese"	
Luigi Minuti	
<b>SPAZIO PSICOLOGICO</b>	<b>12</b>
"Il paziente oncologico anziano e l'intervento psicologico"	
Dott.ssa Emanuela Ceruti	
<b>SPAZIO CULTURA</b>	<b>14</b>
"Lassù sui monti della misteriosa valle"	
Giuseppe Bracchi	
<b>SPAZIO BENESSERE</b>	<b>16</b>
"Il lutto, la perdita e il distacco"	
Dott.ssa Giusi De Agostini	



PRODUZIONE E VENDITA DIRETTA DI  
IDROPITTURE E SMALTI PER EDILIZIA



VIA ISTRIA 1 (PIP 2) - 24047 TREVIGLIO (BG)

[www.muracril.com](http://www.muracril.com)



## L'unine fa la forza

In questo numero e nei prossimi numeri parleremo di tumori in età avanzata, ma la nostra attività non sarà finalizzata solo al paziente anziano.

Per tutto il 2024 collaboreremo con altre 8 associazioni al progetto "Insieme si può. Insieme funziona" anche noi convinti che ci si debba rivolgere a giovani e ragazzi. Pensiamo infatti che abbia ragione il Prof. Silvio Garattini, Presidente dell'Istituto Farmacologico Mario Negri, quando dice che la cultura della salute dovrebbe essere insegnata nelle scuole. Anzi, a suo parere dovrebbe rientrare nei programmi di studio ministeriali.

Il motivo è chiaro.

Sin da giovani dobbiamo imparare a condurre una vita sana attraverso comportamenti sani e orientati al benessere. Sono quei comportamenti che ci permettono di avere cura della nostra salute quando la salute ancora c'è e non quando è già insorta la malattia.

Ed è con la cura della salute che si fa prevenzione. Si tratta, in fondo, di vivere nel modo migliore per restare in salute. Questo ci permetterebbe quindi di invecchiare anche in salute.

Prevenzione e diagnosi precoce, sono le armi più potenti di cui disponiamo per combattere le malattie e proteggere la salute. Il 60% delle malattie croniche potrebbe essere prevenuto. Parliamo di patologie molto diffuse come il diabete, ipertensione o l'ipercolesterolemia. Si potrebbe prevenire addirittura il 50% delle malattie tumorali.

Il problema è saperlo.

Sapere che queste armi esistono, come funzionano e come si possono usare. Siamo quindi ancora di fronte ad una questione di cultura, la cultura della salute. Quella cultura che è opportuno incontrare sin da piccoli e approfondire negli anni della giovinezza per trovarsi pronti ad applicarne gli insegnamenti nell'età adulta.

Ed è proprio per questo obiettivo che nel progetto **Insieme si può. Insieme funziona – 2024**: la nostra associazione organizza due incontri convegno con il coinvolgimento dei ragazzi di due istituti del nostro territorio. Il primo a maggio sui danni da fumo a Caravaggio e il secondo a dicembre a Treviglio sul papilloma virus. L'attenzione è rivolta ai giovani, ma certo, con loro, anche a genitori, insegnanti e mondo adulto.

# EDITORIALE

ASSOCIAZIONE  
AMICI DI GABRY  
Tel. e Fax 0363 305153  
info@amicidigabry.it  
www.amicidigabry.it

CHI INCONTRATE?  
Donne disponibili all'ascolto  
Medico  
Specialisti del settore:  
Oncologo, Senologo,  
Esperti di Medicina Alternativa  
Psicologo

DOVE SIAMO:  
"Associazione Amici di Gabry"  
V.le Oriano, 20  
24047 Treviglio (BG)  
Martedì e Venerdì  
dalle ore 9,30 alle 11,30  
Tel. 0363 305153

DH Oncologico  
ASST - Bg Ovest  
Ospedale di Treviglio  
Lunedì, Mercoledì e Giovedì  
dalle ore 9,30 alle 11,30  
Tel. 0363 424739

Centro formazione e ascolto  
"Clotilde Finardi" via Fermo Stella, 13  
Caravaggio (BG)

COLLABORAZIONE  
Se diventi socio/a sostenitore,  
anche con un piccolo contributo,  
potenzierai il progetto che coinvolge  
ognuno di noi.

ASSOCIAZIONE "AMICI DI GABRY"  
ONLUS  
Sede legale:  
Via Matteotti 125  
24045 Fara d'Adda  
P.I.: 02645050168  
Cod. IBAN:  
IT 92 D 08899 53643 000000210230  
Credito Cooperativo di Treviglio

c/c postale 16386245

**Marco Cremonesi**  
Vicepresidente  
dell'Associazione  
Amici di Gabry



# “L'Età non è un Nemico, è solo un Compagno di Viaggio”



**O**ggi non vi parlerò dell'oncologia geriatrica descrivendovi dati sull'invecchiamento della popolazione, numeri, statistiche, complicati articoli scientifici o altro, oggi proveremo ad immaginarci una storia che potrebbe capitare a chiunque di noi:

Immaginate un vostro caro di età avanzata, per esempio un vostro nonno, la vostra nonna preferita, un genitore avanti con l'età o qualun-

que altro parente a cui venga diagnosticata una malattia oncologica, magari in stadio molto avanzato.

Il medico curante vi dice che è troppo avanti con l'età per le terapie e gli resta poco da vivere, un secondo medico che consultate vi dice che a quell'età non si può fare niente e gli resta poco da vivere, magari anche un terzo medico da cui andate speranzosi vi dice che terapie a quell'età non sono neanche da prendere in considerazione e anche lui vi conferma che al vostro caro resta poco da vivere. Molto probabilmente qualcuno di loro vi ha detto queste cose senza nemmeno aver visto in faccia il vostro caro o sapere nient'altro di lui a parte l'età e la diagnosi. Purtroppo spesso le cose vanno così davvero, il nostro caro non farà nessuna terapia e la malattia presto lo porterà via. E altrettanto spesso, purtroppo, la decisione è stata presa solo in base all'età.

Immaginiamo un'alternativa:

il nostro caro viene sottoposto a una Valutazione Geriatrica Multidimensionale oncologica completa. Questa valutazione comprende non solo l'esame della malattia oncologica stessa e le possibili cure, ma anche la valutazione delle risorse fisiche, cognitive, funzionali e psicosociali del nostro caro, che viene



sottoposto ad una serie di test fisici, mnemonici, cognitivi e psicologici con cui si riesce ad oggettivare le sue reali possibilità terapeutiche senza lasciare la decisione alla discrezione del medico che lo esamina. Attraverso questa valutazione, potremmo scoprire che il nostro caro ha più riserve e capacità di quanto non sembri a prima vista; forse potrebbe essere un candidato sorprendentemente adatto per una terapia di solito riservata a pazienti più giovani; forse le sue condizioni fisiche e cognitive gli permetteranno di affrontare dei trattamenti con una buona probabilità di successo; forse il nostro caro potrebbe avere un sostegno familiare e sociale così forte che potrebbe affrontare la terapia con determinazione; o ancora forse scopriremo che la cosa migliore da fare per il nostro caro è proprio NON fare nessuna terapia, potrebbe essere anche questa la conclusione.

Almeno gli abbiamo dato una possibilità.

Almeno l'abbiamo valutato davvero a 360°.

Almeno siamo sicuri che la decisione di fare o non fare una terapia è stata presa sulla base di criteri oggettivi, oggettivabili e quantificabili e non sulla discrezione o sul "senso clinico" del medico che l'ha valutato.

Non sareste più felici se un vostro caro venisse valutato in questo modo?

Ecco qual'è la vera forza dell'Oncologia Geriatrica.

Questa disciplina non si limita a guardare l'età anagrafica del paziente, ma considera l'età biologica, la qualità della vita, le preferenze del paziente, i potenziali benefici e rischi della terapia, il contesto sociale e psicologico del paziente, insomma lo considera

nella sua interezza. Non deve adattarsi il paziente alla terapia, è la terapia che deve essere adatta per quello specifico paziente.

Lo spirito dell'ambulatorio di Oncogeriatrica di Treviglio è esattamente questo.

Nell'ultimo anno abbiamo valutato più di 150 pazienti che avessero superato i 65 anni e avessero in programma di iniziare un percorso terapeutico, dandogli chances terapeutiche che altrove erano state escluse o ancora non facendo terapie che avrebbero inutilmente messo in pericolo la persona stessa.

Ricordiamoci sempre che dietro ogni età c'è una storia, e dietro ogni storia c'è una persona che merita il meglio. L'oncologia geriatrica ci insegna che l'età non è mai il vero nemico, ma piuttosto un compagno di viaggio che può condurci verso scelte di cura più rispettose e personalizzate.

**Dott.**  
**Lorenzo Dottorini**  
Oncologo  
Oncologia Medica  
ASST - Bg Ovest  
Treviglio



SPAZIO ASSOCIAZIONE

# “Vi presentiamo la Dottoressa Loredana Burgoa”



Loredana Burgoa, nata a San Giovanni Bianco (BG) il 6/7/1972, si laurea in Medicina e Chirurgia all'Università degli Studi di Milano, Polo Ospedaliero San Raffaele, nel 1998.

Durante la specializzazione in Chirurgia Generale, conseguita nel 2005, frequenta per un anno lo IEO (Istituto Europeo di Oncologia fondato da Umberto Veronesi) e si appassiona alla senologia. Decide pertanto di approfondire la sua specializzazione conseguendo nel 2006 il Master di II livello in Senologia dell'Università degli studi di Milano tenuto proprio allo IEO.

Dal 2005 al 2010 lavora nel reparto di Senologia dello IEO e dal 2011 al 2023 presso la ASST Ospedale Papa Giovanni XXIII nell'Unità Operativa Complessa di Senologia (Chirurgia 2).

Dal dicembre 2023 diventa Responsabile f.f. della Struttura semplice Dipartimentale Breast Unit dell'Ospedale di Treviglio ASST Bergamo Ovest, coordinando l'attività chirurgica ed ambulatoriale senologica presso l'ospedale di Treviglio e negli ambulatori di Romano di Lombardia e di Dalmine.

Il suo lavoro ha come priorità il porre al centro la persona, accompagnandola in ogni fase del percorso di cura, dal delicato momento di comunicazione della diagnosi, per continuare con un approccio di cura personalizzato, condiviso dal panel multidisciplinare, sulla base delle linee guida più aggiornate e con l'obiettivo di garantire qualità di cura di pari livello di quella offerta dai centri di senologia più avanzati e rinomati.

In questa ottica attiva la casella di posta elettronica [breastunit@asst-bgovest.it](mailto:breastunit@asst-bgovest.it) atta a rendere più semplice la comunicazione con i medici del reparto e pianifica future iniziative per sensibilizzare il territorio sull'importanza della prevenzione e sull'efficacia delle cure.



INSIEME SI PUÒ. INSIEME FUNZIONA.

Buttare la vita in fumo.  
**Si comincia presto.**

**Venerdì 31 maggio 2024 - ore 18**

Auditorium Banca di Credito Cooperativo di Caravaggio - Vicolo San Carlo

**INVITO**  
associazione  
  
**amici di gabry**  
**XXI° GREEN DAY**  
**9 Giugno 2024**  
**Parco del Roccolo Treviglio**  
Ore 9.00 Inizio preparativi - Ore 11.00 S. Messa - Ore 12.00 Pranzo  
e poi tanta allegria insieme, con giochi, canti e balli, karaoke e lotteria  
**Prenotatevi! 0363 305153**  
**www.amicidigabry.it ...dal 1998 con Voi**

... pronte le scarpe e lo zaino?  
...riempita la borraccia?  
... per partecipare serve solo l'entusiasmo!  
gli Amici di Gabry organizzano il  
**7 luglio 2024 a**  
**Fuipiano - fraz Arnosto (Valle Imagna BG)**

**Pronti? ... Via!**



# “Prevenire è Vivere! La prevenzione oncologica attraverso un corretto stile di vita”



**I**l giorno 26 marzo si è tenuto in ospedale un interessante convegno dal titolo “La prevenzione oncologica nel mondo rosa” fortemente voluto dalla fondazione Onda (Osservatorio nazionale sulla salute della Donna) e dal programma WHP del nostro ospedale che si occupa di promuovere salute nei luoghi di lavoro.

Mi è stato affidato il compito di parlare dell'importanza degli stili di vita nella prevenzione oncologica e devo dire che ne sono stata contenta in quanto ho potuto “aprire le danze” dando FINALMENTE buone notizie, ossia dicendo che ben il 50% dei principali tipi di tumore può essere prevenuto.

In che modo? Mangiando sano, muovendosi di più, stando attenti al peso,

non fumando, non esponendosi troppo al sole, vaccinandosi.

Edward Stanley diceva che “quelli che pensano di non avere tempo per gli esercizi fisici, dovranno avere presto o tardi tempo per le malattie”.

E' importante quindi che noi sanitari ci facciamo promotori di messaggi rivolti alla popolazione che consentano di fare un cambio di prospettiva: nostro compito è infatti agire sul soggetto sano prima che insorga la malattia prevenendone l'insorgenza.

Sicuramente la correlazione tra tumori e nutrizione è un tema di interesse sempre più crescente negli ultimi anni: pensate che le prime scoperte risalgono al 1960 quando si vide che vi era un legame tra alcuni cancerogeni chimici presenti nei cibi industriali (di seguito vietati) e insorgenza di tumori. Si è passati poi a studiare la correlazione tra cibi conservati “sotto sale” e tumore allo stomaco e tra fumo di sigaretta ed alcool e tumori (1975). Si è scoperto poi negli anni 90 l'importanza di dieta ricche di verdura e frutta fresca sino ad arrivare ai dati dello studio EPIC (2004) che ha confermato l'efficacia preventiva della dieta mediterranea a livello oncologico tanto che la stessa viene considerata patrimonio UNESCO. Nel 2014 infine si è dimostrato come l'obesità sia un fattore di rischio per molti tumori: in particolare si è visto che è la circonferenza addominale più che l'adiposità diffusa a costituire un fattore di rischio.

Partendo da questi presupposti nel 2014 l'Agenzia internazionale per la Ricerca sul Cancro ha presentato la Quarta Edizione del Codice Europeo contro il cancro: 12 raccomandazioni mirate all'adozione di stili di vita sani da mettere quotidianamente in atto.

Pensate che il fattore di rischio più solidamente associato al cancro è il sovrappeso tanto da essere coniato un nuovo termine, l'adiponcosi ossia la formazione del tumore dovuta all'adipe in eccesso. Sapete perché i tumori colpiscono sempre di più in giovani?

Perché tra essi è aumentata l'obesità.

Ma sapete a chi dobbiamo porre ancora più attenzione? Ai nostri bambini!

Perché ricordiamoci che “un bambino obeso potrebbe essere un adulto infelice!”. Allora stimoliamo i ragazzi ad assumere quotidianamente frutta e verdura e ad evitare le bevande zuccherine.

Vi siete mai chiesti quanto zucchero c'è in una lattina di the freddo? 1 quantità pari fino a 3 cucchiaini da minestra di zucchero. E in una bibita gassata? Sino a 4 cucchiaini di zucchero.

Limitiamo inoltre il consumo di alcol: è consentita 1 unità alcolica al giorno per la donna e 2 per gli uomini che tradotto in pratica equivale a 1 bicchiere di vino oppure di birra o un aperitivo o 1 superalcolico.

Facciamo il pieno di cibi ricchi di antiossidanti che contrastano i famigerati radicali liberi causa di tumori, infarto, diabete.

Pensiamo a una tavolazza piena di colori a ciascuno dei quali corrisponde un beneficio e riempiamo le nostre tavole!

Ecco qualche indicazione: la quercitina si trova nei vegetali di colore bianco (cipolla, finocchio, pera), il licopene e le antiocianine si trovano nei vegetali di colore rosso (pomodoro e barbabietola), la clorofilla e i carotenoidi si trovano nei vegetali di colore verde (lattuga, zucchine, asparagi, carciofo, cetriolo, spinaci, kiwi), il betacarotene si trova nei vegetali di colore giallo e arancio (carote, limoni, peperoni gialli, zucca, arance, ananas), le antiocianine nei vegetali di colore blu e viola (melanzane e mirtilli).

Basterebbe idealmente avvicinarci il più possibile all'alimentazione che seguivano i nostri nonni negli anni '50 soprattutto nell'Italia meridionale e insulare e seguire la cosiddetta “dieta mediterranea” che in relazione al suo valore è stata definita patrimonio dell'Unesco.

In tale dieta ruolo di spicco viene coperto dall'Olio Extravergine d'oliva che da alimento è passato a “farmaco” in relazione alla scoperta delle svariate pro-

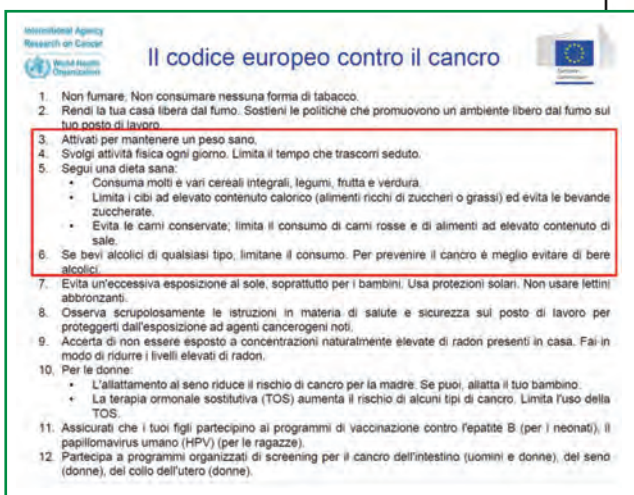
prietà benefiche che apporta sia a livello di sistema immunitario, come prevenzione dell'arterosclerosi, come azione lassativa, per una buona contrazione della colecisti e corretta funzionalità del pancreas.

Attenzione però ai FALSI MITI e le FAKE NEWS che potete leggere sui giornali e Social: possiamo infatti affermare che non esiste una dieta anticancro e soprattutto non esiste una dieta che possa sostituire le terapie contro il cancro (la chemioterapia, la radioterapia, l'immunoterapia) bensì seguire una dieta equilibrata può avere una azione sinergica al resto delle cure.

Quindi NON affidatevi alle diete miracolose, al bicarbonato, al digiuno, etc etc.

Attenzione anche agli INTEGRATORI che non hanno dimostrazioni scientifiche di avere un ruolo nella prevenzione oncologica: le linee guida internazionali ci dicono là dove è possibile di introdurre i nutrienti attraverso la dieta e non attraverso una pillola!

Per concludere quindi seguite le raccomandazioni qui raffigurate e se avete dubbi ricordatevi di chiedere sempre al vostro Medico di Fiducia che speriamo sia oltre che il vostro medico di famiglia anche il vostro oncologo!



**Mara Ghilardi**  
Specialista  
in Oncologia Medica  
ASST - Bg Ovest  
Treviglio



SPAZIO TERRITORIO

# “Illuminismo Lombardo Trevigliese”



**T**utti sanno che il '700 è stato il secolo d'oro lombardo, con il Ducato di Milano e Mantova proiettato in testa alle statistiche economiche dei variegati stati austriaci, ed europei del tempo, grazie alle illuminate riforme giuridiche ed economiche teresiane ed alle portentose idee dei grandi

filosofi del tempo, da essi ispirate. Meno noto l'intreccio dei rapporti di questi grandi: **Pietro Verri, Giuseppe e Carlo Imbonati e Cesare Beccaria** maturati geograficamente tra Milano e Treviglio.

◀ **Milano, cortile di Brera, monumento a Pietro Antonio Verri**

*(Foto Luigi Minuti)*

**PIETRO ANTONIO VERRI (Milano 1728- Milano 1797)** Economista, filosofo, letterato e uomo politico. Di nobile famiglia, dopo aver frequentato a Milano la scuola Barnabita di Sant'Alessandro) e a Roma il Collegio Nazareno concluse gli studi a Parma al collegio dei Nobili. Anche per dissapori col padre, Gabriele (giureconsulto conservatore e presidente del Senato milanese), si arruolò nel 1759 nel reggimento 'Clerici' per prendere parte alla Guerra dei Sette Anni, sulla quale lasciò un interessante diario in forma di lettere, ma già nel 1760 era di ritorno a Milano e subito si dedicò tutto agli studi filosofici, economici e letterari e in aperta polemica con il conservatorismo della vecchia aristocrazia, fu il promotore della battagliera **Società dei Pugni** e del periodico **Il Caffè**, pubblicato dal 1764 al 1766. Fu dal 1764 al 1780 funzionario del Governo imperiale austriaco, a cui suggerì una riforma amministrativa e finan-

ziaria dello stato milanese; Nel 1772 divenne vicepresidente del Supremo consiglio camerale e nel 1783 consigliere intimo di Stato. In economia fu assertore della libertà economica e dei commerci; sua opera più importante la **Storia dei Milano** (terminata da P. Custodi: 1783-1799).

A Treviglio Pietro Antonio Verri possedeva la tenuta delle Cascine Battaglie di cui migliorò le condizioni con la realizzazione, all'angolo nord ovest, del mulino e del maglio; essendo sposato con una Melzi, immaginava forse la congiunzione dei poderi da Badalasco fino a Treviglio, cosa che venne realizzata dai suoi eredi (la contessa Fulvia Verri, sposa del principe Carlo Reitano di Pietrasanta) allorché, insieme a Pietro Rozzone, vendettero Cerreto e Battaglie ai figli di Giovanni Battista Piazzoni la cui proprietà trevigliese superò le 8000 pertiche, lasciate in eredità dalla nipote contessa Woina Piazzoni a fine '800 agli Orfanotrofi di Bergamo e pervenuta fino al presente sotto la denominazione di **Fondazione Istituti di Bergamo**.

Legame ancora più stretto con Treviglio ebbe la citata figlia di Pietro Verri, la principessa **Fulvia Verri** che, mutati gli equilibri politici nel fatidico 1848 seguì in esilio a Torino l'abate trevigliese **Francesco Camerone** prodigandosi nell'assistenza agli esuli lombardi in quella città. Pochi anni prima aveva condiviso, sempre con il Camerone, l'epocale impresa della realizzazione della Ferrovia Milano-Treviglio, ovvero dell'Imperial Regia Strada Ferrata Ferdinanda, inaugurata alla vigilia della sfortunata prima guerra dell'Indipendenza nazionale.

#### PREVENZIONE AI GIOVANI

La nostra Associazione ogni anno è attiva nelle scuole con incontri sempre seguiti con molto interesse grazie all'impegno del Dott. Marco Cremonesi

Nell'ambito dei servizi sanitari e assistenziali per la tutela dei diritti del cittadino, presso il centro servizi dell'Ospedale di Treviglio-Caravaggio apre il nuovo sportello del TRIBUNALE DEL MALATO dell'ASST BG-Ovest e riceve ogni lunedì dalle 14.30 alle 16.30

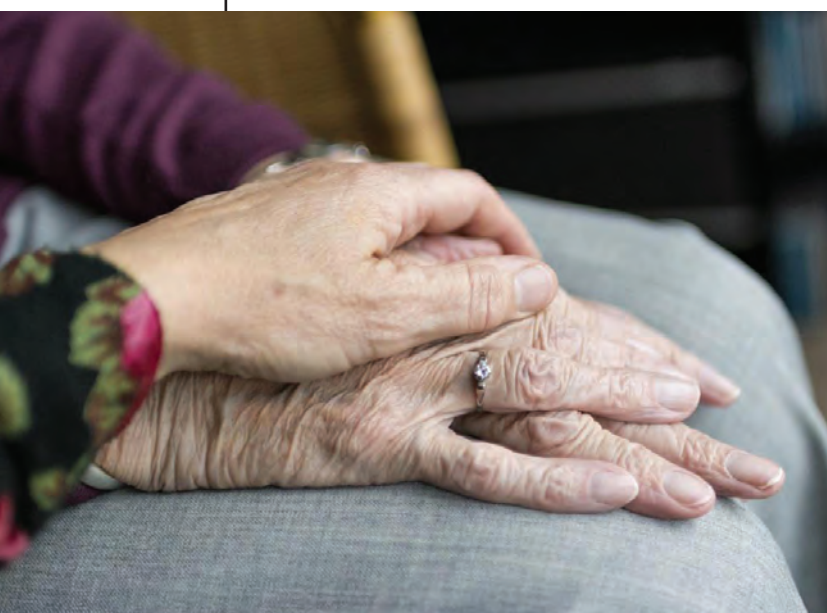
Si è riunita la Consulta del Volontariato dell'ASST BG-Ovest La nostra Associazione con altre 14 associazioni, è parte attiva nel Socio-Sanitario locale

Da Febbraio è attivo il nuovo SPORTELLO DONNA presso l'ospedale di ROMANO ogni lunedì dalle 14 alle 17 e giovedì dalle 9 alle 12

**Luigi Minuti**  
Storico e amante della nostra "bassa"



# “Il paziente oncologico anziano e l'intervento psicologico”



**L**a nostra è una società che invecchia e lo farà sempre di più in futuro, per tale motivo, non può permettersi di trascurare dal punto di vista medico e sociale gli anziani o limitarsi a trattarli come dei “vecchi adulti”. L’età è sicuramente un fattore di rischio per l’insorgenza di patologie, e tra le altre, le neoplasie. È necessario dunque indirizzarsi verso un’ottica di lavoro che ponga attenzioni particolari alle caratteristiche e ai bisogni delle persone in là con gli anni, per garantire loro una buona qualità di vita.

Una diagnosi di tumore spesso si accompagna a pensieri di morte.

Quando la diagnosi avviene nell’ultima fase della vita la paura della morte può prendere il sopravvento accompagnandosi a depressione, apatia e rinuncia alle relazioni sociali, timore del dolore vissuto come ingiusto e totalmente gratuito. Può essere forte, inoltre, la paura di perdere l’autonomia così come l’impatto della rottura di una routine, caratteristica dell’anziano maggiormente abitudinario e poco incline al cambiamento.

Il ruolo della psicologia all’interno di un approccio multidimensionale rivolto al paziente oncologico anziano dovrebbe essere quello di riportare al centro dell’atto di cura la persona, con la sua storia non solo clinica e medica, ma psicologica, relazionale e sociale, agevolando il lavoro interprofessionale dei diversi attori della cura.

È opportuno rilevare che un’adeguata comunicazione clinica contribuisce ad un migliore adattamento alla malattia, ad una maggiore aderenza ai trattamenti e ad una migliore percezione della propria qualità di vita. È stato infatti verificato che un’efficace comunicazione contribuisce a migliorare la risposta emotiva del paziente alla diagnosi di cancro, riduce la sintomatologia ansioso-depressiva, favorisce una relazione costruttiva con il personale curante e quindi una migliore aderenza al piano dei

trattamenti.

Gli anziani sono soggetti a maggior rischio di depressione, i pazienti oncologici anziani devono confrontarsi non solo con la perdita di un precedente stato di buona salute, ma spesso anche con cambiamenti importanti della loro vita in parte ascrivibili all'età, in parte alla malattia oncologica. A differenza dei pazienti depressi più giovani, i pazienti anziani spesso non riconoscono i sentimenti/sintomi depressivi come tali, al limite lamentano una perdita di interesse per la maggior parte delle attività, difficoltà cognitive (scarsa memoria o difficoltà di concentrazione) ed una serie di sintomi somatici che tendono tuttavia a ricondurre alla vecchiaia. Per i pazienti della popolazione anziana è dunque raccomandabile un approccio altamente individualizzato, in grado di considerare la complessità clinica della loro persona con l'obiettivo di tenere in considerazione tutti gli aspetti psicopatologici che li possono riguardare.

La psicologia dell'invecchiamento vede nel benessere mentale la chiave del benessere globale della persona: in una fase di grandi cambiamenti spesso determinati dalla sperimentazione di numerose perdite tra le quali quella dell'autonomia funzionale è importante supportare l'autostima e la gestione delle emozioni, si rende quindi necessario favorire nel paziente un percorso di adattamento e accettazione della nuova condizione. L'intervento psicologico sui pazienti che sono impegnati in trattamenti terapeutici ha la finalità di fornire un supporto per gestire al meglio il percorso di cura, contenere ed affrontare le problematiche connesse a tale percorso, facilitare l'elaborazione delle perdite facendo emergere le potenzialità residue per ristrutturare il progetto di vita del paziente.

Di estrema rilevanza nella cura dell'anziano è il ruolo ricoperto dai fami-

liari, essi rappresentano la principale fonte delle informazioni sul paziente e sono gli elementi che si fanno carico dell'assistenza al domicilio. L'équipe curante ha il compito di aiutare la famiglia alla comprensione ed accettazione della nuova situazione che coinvolge il paziente, in un'ottica educativa e preventiva. Allo psicologo è richiesto di intervenire in quelle situazioni specifiche in cui la famiglia crolla, o potrebbe crollare, sotto il peso dei cambiamenti determinati dalla malattia del paziente. La malattia di un familiare anziano che passa dall'essere "accidente" ad "accudito", scombussola spesso gli equilibri della famiglia ed è quindi necessario che l'intervento psicologico non si limiti alla cura dell'anziano ma di tutto il sistema familiare in cui è inserito, aiutando a trovare un equilibrio più adeguato e più funzionale.

**Sostieni "Amici di Gabry"**  
**Dona il tuo 5 per mille**  
**indica il nostro codice fiscale:**  
**02645050168**

(La destinazione del 5 per mille non interferisce con quella dell'8 per mille per le opere sociali dello Stato e delle Chiese.)

**Per ogni informazione,**  
**seguici anche online:**  
**[www.amicidigabry.it](http://www.amicidigabry.it)**

**Dott.ssa**  
**Emanuela Ceruti**  
Psicooncologa  
dell'Unità Operativa  
di Oncologia  
ASST - Bg Ovest  
Treviglio



# “Lassù sui monti della misteriosa valle”



L'occhio indiscreto ravana a ritroso negli anni inseguendo il forte richiamo del buon tempo antico. E cade su un piccolo paese di montagna dove abita Martino, uno dei personaggi del racconto che prende forma e vita sul finire degli anni Quaranta.

Martino è un ragazzotto bello, intelligente, forte come un toro. Le ore delle lunghe giornate Martino le occupa buona parte nella sua falegnameria, le altre le divide tra la sua piccola stalla e la parrocchia a capo della quale c'è don Arrigo. Il prete e la perpetua, la sorella Elvira, hanno in cuore Martino come fosse un loro nipote.

Martino risiede con i vecchi genitori in fondo al paese, in contrada Arnosto. I suoi fratelli, maggiori di lui, hanno tentato fortuna emigrando chi in Francia chi in Svizzera. Erano anni di magrizie, ma alla porta della casa dei genitori di Martino, i Locatelli, fame e miseria non avevano mai bussato alla loro porta. E fin qui non vi è nulla di straordinario. Il bello, meglio il brutto, viene con il passar inesorabile delle stagioni.

I ricordi s'impuntano su Battista, da tutti in alta Valle Imagna conosciuto come Barbatista, uomo saggio, ma a dirla tutta, personaggio alquanto strano, e lo si evince da come s'acconcia. Il valligiano porta i capelli come la coda della sua mula raccolti con lo spago che utilizza per tenere unita la paglia; un anello d'oro del Giappone che ciondola aggrappato al lobo sinistro alla maniera d'uno sgangherato lampadario; la barba rossiccia e ispida, buona a "sgurare" le pignatte; l'inesorabile cappello sul quale spiccavano una stella alpina e una piuma di gallo cedrone.

Non ha mai preso moglie Barbatista. In verità in tempi lontani il montanaro s'era inuzzolito di una bella fanciulla che però, per volere dei genitori, dovette emigrare in Francia a fare la serva in casa di un signorotto. La giovinetta, prima di valicare le Alpi, aveva promesso a Battista che un giorno avrebbe fatto ritorno al paesello e lo avrebbe portato sull'altare davanti a don Arrigo. Barbatista, poverodivolo, la sta aspettando ancora adesso, quella fufignetta dai modi garbati, ma disonesto quanto basta. Almeno una lettera per dire che non sarebbe tornata. Invece, niente di niente.

Di donne, Barbatista, non volle più sentir parlare. Le ore vuote della giornata le spendeva a raccontare storie ai ragazzi. Nelle rigide sere d'inverno, poi, i giovani del paese si radunavano nella sua stalla. Che, a onor del vero, era più ordinata della sua casa. Le mura erano riscaldate da due malmostose mule, da un bizzarro e incazzoso asino e da una docile brunoalpina. Il montanaro iniziava a raccontare storie. La più gettonata era quella della strega Spadona. Barbatista iniziava con la "pastogia" e in un amen i giovani che circondavano l'uomo a ragghiera si raccoglievano sempre di più, incollandosi l'uno all'altro. Una sera Martino s'era trovato con il

naso conficcato nella chioma di Sandrina, la bella del paese. Il montanaro ispirò a pieni polmoni il profumo dei capelli castani della giovinetta. Chissà per quanto tempo quel profumo di nonsisadichè ha alloggiato nelle nari di Martino: nelle lunghe notti d'inverno, poi, i nodi della fantasia si scioglievano e andavano a ripercorrere i sentieri tracciati da Cupido.

Torniamo alle storie di Barbatista. "C'era una volta - così attaccava il vecchio montanaro - tanto tempo fa, una strega, la strega Spadona, donna cattiva e brutta, che rapiva i bambini e tagliava loro i capelli e le dita dei piedi". I giovani con la bocca spalancata, ascoltavano quell'uomo che li catturava con voce passionale. "La strega - proseguiva Barbatista - morì alle sette di un tiepido mattino di settembre e in quel punto dove esalò l'ultimo respiro fu udito uno scoppio terrificante. La gente accorse e, abbattuta la porta, trovarono la donna a terra: il volto nero come il carbone e i denti inchiodati. Le aprirono la bocca e ne uscì una serpe lunga mezzo braccio". Vi lasciamo immaginare, cari lettori, i volti dei ragazzotti che stavano ascoltando il montanaro. Infine, Barbatista, puntava l'indice sul primo giovane che gli ciondolava attorno e, accentuando la voce, esplodeva a squarciagola: "morderà proprio te". Apriti cielo. A questo punto, c'era un fuggi fuggi generale.

Quando si dice il destino. Trascorsero pochi anni e Martino, in un caldo pomeriggio di luglio, mentre s'apprestava a percorrere il tortuoso sentiero che portava sull'altipiano dei Tre Faggi a raccogliere il fieno, venne morso da una vipera. Quella carogna, lunga mezzo braccio, s'era asserpolata, al calduccio, sotto i fili d'erba secca.

L'uomo, in preda a terrore, corse a valle come un pazzo furioso. Fece appena in tempo a raggiungere la parrocchia prima di accasciarsi sull'acciottolato. Elvira e don Arrigo lo raccolsero e, con l'aiuto del Padreterno, lo portarono in canonica. Lo adagiaron con cura amorevole nel letto del parroco e mandarono a chiamare il dottore, Venanzio, da tutti chiamato Cibalgina. Ci vollero un paio d'ore prima che Cibalgina arrivasse in alta valle a bordo di una sgangherata Topolino, non prima d'aver inumidito il gorgozzule con una paio di vermout. "Tenetelo sveglio, non fatelo addormentare altrimenti è la fine per questo povero cristiano", sentenziò il dottore. Per tenerlo sveglio, infatti, i valligiani a turno tirarono le grossi funi delle campane per due giorni e due notti; mentre le donne menavano il volto di Martino a suon di pappine. Alla fine del secondo giorno Martino con il viso tumefatto ma vivo chiese un po' d'acqua.

Elvira, donna saggia e dotata del "segno", capì che gli occhi di Martino non erano più quelli di prima. Non ci volle molto a intuire che Martino era diventato un'altra persona. Dapprima iniziò a non frequentare più la chiesa, poi si ritirò in una casupola a ridosso della grande montagna, proprio in quella casa dove dimorò, dicevano i valligiani, la strega Spadona. Martino intraprese una vita da solitario, una sorta di anacoreta e non volle più sentire parla-

re della sua gente.

Era autunno inoltrato quando in paese si recò un esorcista, fra Annibale, chiamato appositamente da don Arrigo: le avevano tentate tutte gli abitanti della valle per portare quell'uomo sulla retta via, ma tutto fu inutile. "Vedi, là abita Martino ed è proprio là che dobbiamo arrivare, quindi armati di santa pazienza".

Il generale inverno la sera precedente aveva fatto la sua prima apparizione lanciando una manciata di coriandoli sulla grande montagna brizzolandole la cresta. Quel pomeriggio inoltrato, il comignolo della casupola di Martino sprigionava piccole nubi di fumo biancastro che andavano a scarabocchiare, quasi a infastidire un poco, l'azzurro del cielo. L'antidemone, al riparo da un grande faggio, reggeva un crocefisso di legno alto più di un metro. "Esci da quella casa Martino – iniziò il frate – che il Signore ti vuole accogliere fra le sue braccia. Lascia la casa del demonio e ritorna fra la tua gente. C'è Elvira che ti vuole parlare, falle questo regalo adesso che ci approssimiamo al Santo Natale. Anche don Arrigo sarebbe contento di poterti riabbracciare come ai bei tempi".

Martino, infastidito dalla voce stridula del frate, uscì dalla sua casa con fare di sfida. L'uomo, mani sui fianchi, scaraventò su quel povero frate una serqua d'improperi che fecero diventare la faccia di fra Annibale, solitamente rubescente, color minestrina di dado. Don Arrigo invitò l'amico a riprovarci, a non demordere. Ma quando l'antidemone vide Martino con il forcone che gli balenava davanti scappò come una furia sollevandosi la sottana per paura d'inciampare e di andare là come un salame.

La vigilia di Natale don Arrigo iniziò di buonora a confessare i suoi fedeli. Con i giovani e con le donne il parroco fece in fretta a mondar loro le anime che, a dirla tutta, erano cosucce da poco conto. Poi c'erano le vecchiette che raccontavano gli stessi peccati da ormai chissà quanti anni.

E' arrivata quasi l'ora di cena, mancano ancora pochi fedeli per concludere la confessione: sono rimasti quelli tosti, quelli che i Dieci Comandamenti vanno loro stretti. Infatti questi miscredenti mettono piede in chiesa solo la Vigilia di Natale, se tutto va bene, e per don Arrigo incomincia una sorta di via crucis. Da quei forellini della grata il povero prete di montagna sente quello che le sue orecchie non vorrebbero udire: il viso del povero prete prende a gocciolare come i ghiaccioli della fontana che si squagliano coi raggi tiepidi del sole.

Per ultimo quella sera si presentò Piero, conosciuto da tutti come Sacrificio. Soprannome, meglio scurmagna, guadagnata senza faticare sul campo. Una domenica pomeriggio Piero si presentò tutto trafelato dalla catechista, la pia Antonietta. La donna gli chiese il perché del ritardo e Piero cercò di giustificarsi tirando in ballo la rava e la fava. Antonietta, per castigare il giovane, gli fece qualche domanda. Una rimase scolpita sui muri della sala di catechismo: "Dimmi un po' Piero, chi ruba in chiesa che peccato commette?". Il giovane tira su con il naso e poi straton la patta dei pantaloni per aggiustarseli. Antonietta, vedendo Piero un po' impacciato, gli sussurra: "Commette un sa..., commette un sa...", e Piero guardandole le labbra appena sporcate di rosa, risponde pari pari: "Commette un sa..., commette un sa..." e non si schioda. La povera Antonietta alzando gli occhi al cielo in cerca di aiuto dal Buon Dio, riprende: "Commette un sacri..., commette un sacri..."; Piero senza pensarci due volte sbotta: "Commette un sacrificio". Non è caduta l'aula di catechismo perché sorretta da robuste travi. E da quel giorno Piero divenne Sacrificio, alla faccia del sacrilegio.

Ebbene Piero, meglio Sacrificio, dopo aver srotolato il variegato calendario dei peccati, a un certo momento rimane ammutolito. Don Arrigo lo invita a

far presto, di non tirarla troppo per le lunghe che è già l'ora di cena. "Signor prevosto quello che ho da raccontare – dice con voce esile – è un peccato troppo grosso. Sa, vede, dunque, insomma, sono stato io a rubare l'anadrotto alla sua perpetua. Non ho potuto resistere alla tentazione. Proprio quel mattino, mio cugino Pino il bracconiere, mi aveva regalato due verze. Ho pensato bene di accompagnarle con quel coso che penzolava dalla finestra della sua canonica. Bello, grasso, giallo come il miele".

Il prete triplicò le rughe sulla fronte. Gli verrebbe voglia di prendere quel disgraziato a cazzotti, ma volge lo sguardo al cielo e invita il buon Dio a tenerlo calmo. E così è andata. Solo che un caldo atroce gli percorre il corpo, il parroco di montagna s'infila il dito nel collarino come a liberarsi da un cappio che lo sta soffocando. Don Arrigo a fatica riesce a mormorare: "Io te absolvo in nome del pater...". Sacrificio, tira un sospiro profondo e poi: "Quante Avemarie devo dire" dice a don Arrigo. E il parroco con la proverbiale pazienza che gli è stata data in... dote risponde: "Una brancata".

La sera, a cena, mentre la perpetua scodella la minestra, bella lunga, incomincia a stuzzicare il prete: "E' venuto Martino a confessarsi?". Il parroco gli prende un nodo in gola, fa cenno di no con il capo. "Sono vent'anni ormai che non mette piede in chiesa. Chissà che cosa gli è successo a quell'uomo. Eppure l'altra sera mi è venuto in sogno. L'ho visto arrivare alla messa di mezzanotte, avvolto nel suo tabarro nero. E ha voluto che gli facessi la comunione" dice il parroco, un poco sconsolato.

Elvira, però, ha una cosa sullo stomaco, dalla quale deve liberarsene. E lo fa dopo aver girato un po' per il lungo e un po' per il largo: "Don Arrigo, per caso, qualcuno ti ha confessato di aver rubato la mia anatra? Lo so che non me lo puoi dire, però fammi almeno un cenno col capo". Il prete fa il verso dell'anatra (muta). Niente di niente riesce la perpetua a scucire di bocca al fratello che ha già la mente rivolta alla predica di mezzanotte.

Le ombre della sera avvolgono la valle, mentre la neve comincia a sfarfallare copiosa. I dodici rintocchi delle campane annunciano ai fedeli che è l'ora di andare alla messa di mezzanotte. Nel freddo della chiesa don Arrigo, attorniato da un nugolo di chierichetti, inizia a celebrare la funzione religiosa. Che dura un'ora buona. Terminata la messa, i fedeli escono alla spicciolata dalla chiesa. A precedere tutti è Pino, il bracconiere, che con grandi falcate s'appresta a percorrere il sentiero che lo porterà a casa. Ma, fatti pochi passi, Pino s'imbatte in un mucchio di neve dalla quale sporge un cappello e un lembo di tabarro. L'uomo, non sa quante ne ha in tasca, volge lo sguardo ai parrocchiani e grida loro: "Andate subito a chiamare don Arrigo, fate presto. Qui c'è un uomo sotto la neve". I fedeli accorsero e si fecero tutti intorno a quel mucchio di neve. Arrivò anche don Arrigo che si mise in ginocchio e, tolta un poco di neve, prese la sagoma di quell'uomo e la girò verso di lui. Davanti agli occhi di don Arrigo il viso di Martino, una smorfia di sorriso sulla labbra e tra le mani giunte un crocefisso. Il povero parroco di montagna rivolse gli occhi al cielo e tra lo sfarfallio di neve gridò: "Grazie Signore".

**Giuseppe Bracchi**  
Giornalista amico  
dell'Associazione  
Amici di Gabry



# “Il lutto, la perdita e il distacco”



Il lutto è il sentimento, lo stato d'animo che si vive in seguito ad una grande perdita, in genere viene associato alla morte di una persona cara. Ma il lutto interessa anche altri tipi di perdite nelle quali sia stato presente un investimento affettivo o un legame significativo. Ogni perdita e distacco definito da qualcuno o da qualcosa che ha rivestito un ruolo importante nella nostra vita, può causare un vissuto emotivo di lutto come reazione naturale e fisiologica. Infatti il “sentire” questi sentimenti dopo questa esperienza emotiva così dolorosa è necessario al fine di elaborare la perdita e per adattarsi alla morte della persona cara.

Vengono identificate delle fasi del lutto:

- . Fase di shock/rifiuto, il nostro organismo prova a difenderci dal troppo dolore negando la sofferenza che l'ha generata, non riusciamo ad accettare quanto accaduto.
- . Fase della rabbia, sentimento molto comune, può essere rivolta a noi stessi (senso di colpa), alla persona che ci ha lasciato o con chi riteniamo colpevole della perdita subita o con la vita stessa.
- . Fase della depressione, i sentimenti dominanti sono tristezza, nostalgia, senso di vuoto, apatia, disperazione, colpa, angoscia, paura per il futuro.
- . Fase dell'accettazione, questa non corrisponde ad un ritorno alla normalità precedente alla perdita, con il tempo però ci si adatta ad una nuova realtà. È grazie a questa fase che cerchiamo di trovare la forza di reagire di riprendere in mano la nostra vita. I ricordi del defunto aiutano a sentire un legame con la persona cara anche in sua assenza.

L'elaborazione del lutto può essere un percorso lungo e doloroso ma essenziale per affrontare la perdita e tornare a vivere. Il tempo del lutto varia a seconda del tipo di relazione con il defunto ma anche alle proprie caratteristiche personali e al supporto ambientale che riceve. È importante riconoscere quando il lutto diventa complicato, quando cioè i sentimenti dolorosi tendono a cronicizzare e ad influenzare la vita della persona in ambito sociale, lavorativo e familiare.

È quindi importante e necessario aiutare le persone che si ritrovano in una fase di lutto a vivere e ad affrontare le emozioni che provano, per quanto esse siano dolorose, al fine di poter superare al meglio questa fase esistenziale difficile. Spesso un lutto non elaborato sta alla base di disturbi psicologici e si accompagna alla sensazione di “sopravvivere” senza riuscire più a provare piacere anche a distanza di molto tempo.

Presso la sede degli Amici di Gabry a Caravaggio è possibile richiedere un aiuto professionale per la gestione del lutto e un supporto in questa fase così delicata della vita.

*“L'amore in presenza deve diventare l'amore in assenza”*

Libri consigliati:

- Mapelli. Il dolore che trasforma. Attraversare l'esperienza della perdita e del lutto.
- G. Toti. Bambini in lutto, 30 consigli per aiutarli a ritrovare il sorriso.

**Dott.ssa  
Giusi DeAgostini**  
Psicologa  
della nostra  
associazione



# < Amici di Gabry > 25 anni compiuti con Voi



Dal 1998 amicizia e servizi di assistenza, consulenza, formazione e informazione.  
Per sostenerci e ricevere la nostra rivista a casa tua: c/c postale 16386245  
Per partecipare attivamente alle nostre iniziative: tel. 0363 305153

Per ogni informazione: [www.amicidigabry.it](http://www.amicidigabry.it)



AMICI DI GABRY - ONLUS  
Sede Associativa V.le Oriano, 20 • 24047 Treviglio (BG) - Tel. e Fax: 0363 305153  
Centro Formazione e Ascolto "Clotilde Finardi" - Via Fermo Stella, 17 - Caravaggio (BG) Tel. 0363 1742676  
info@amicidigabry.it - www.amicidigabry.it  
Reg. Prov. Ass. 28/96 - Fg. 7 - Sez. D - P.I./C.F. 02645050168

### **L'ASSOCIAZIONE OFFRE I SEGUENTI SERVIZI**

#### **• SPORTELLLO INFORMATIVO**

È un servizio rivolto a chi, per la prima volta, entra in contatto con l'Associazione, ha come obiettivo quello di accogliere i bisogni della persona e di aiutarla a conoscere la realtà del nostro lavoro attraverso la presentazione dei servizi che offriamo.

#### **• SPORTELLLO DI CONSULENZA PSICOLOGICA**

È uno spazio di ascolto e di elaborazione dei vissuti legati alla malattia al quale potersi rivolgere per una consulenza o individuale o familiare, presso la nostra sede di Caravaggio

#### **• SPORTELLLO DI CONSULENZA ONCOLOGICA**

Il servizio è a disposizione esclusivamente per i soci dell'Associazione per problematiche inerenti alla malattia.

Per appuntamento telefonare negli orari di apertura alla sede associativa in Viale Oriano a Treviglio

#### **• SERVIZIO DI TRASPORTO**

È un servizio che offriamo in collaborazione con l'U.O. di Oncologia per il trasporto dei pazienti oncologici per le terapie e radioterapie.

*Promuoviamo incontri formativi rivolti alla popolazione e/o a piccoli gruppi su tematiche legate alla malattia tumorale.*

#### **Più forza ad Amici di Gabry**

**< Più forza all'Oncologia > < Più servizi ai malati >**

**IL TUO SOSTEGNO È IMPORTANTE**

#### **DONA IL TUO 5 PER MILLE**

Apponi una firma nell'apposito riquadro del tuo modello fiscale (CUD/730/Unico) e il 5 per mille della tua imposta sul reddito verrà destinato ad "Amici di Gabry".

Per sceglierlo dovrai indicare il codice fiscale dell'associazione.

**02645050168**

La destinazione del 5 per mille non interferisce con quella dell'8 per mille per le opere sociali dello Stato e delle Chiese.

#### **"Più DONI MENO VERSI".**

Se sostieni "Amici di Gabry" con una donazione, puoi godere di benefici fiscali. Conserva la ricevuta postale o bancaria per la prossima dichiarazione dei redditi.

#### **ASSOCIATI**

**15,00 € per i soci ordinari,**

**150,00 € per i soci sostenitori**

Per effettuare un versamento scegli una di queste modalità:

- C/c postale n°16386245 intestato ad "Associazione Amici di Gabry"  
Via Matteotti 125 - 24045 Fara Gera d'Adda.
- Bonifico bancario sul c/c 210230/31 - CREDITO COOPERATIVO DI TREVIGLIO  
Cod. IBAN IT92D0889953643000000210230

#### **SE HAI BISOGNO DI ULTERIORI CHIARIMENTI**

CHIAMA IN SEDE AL NUMERO 0363 305153

ONLUS - Sede Legale: via Matteotti, 125 - Fara Gera d'Adda (BG)

Sede Associativa: viale Oriano, 20 - Treviglio (BG)