© Warren Saré/CBM/Fairpicture

Saïdou, 37 anni, del Burkina Faso, non ha più attacchi d'ansia

lume di speranza

La rivista della CBM Missioni cristiane per i ciechi nel mondo

N. 4 • 2022

Care amiche, cari amici,

«Se l'avessi saputo prima, avrei fatto diversamente». Chissà quante volte anche voi avete pronunciato queste parole. Capita spesso di sentirle anche dalle famiglie che, in occasione di colloqui o incontri nei villaggi, ricevono informazioni dai nostri partner di progetto sulle malattie psichiche e i possibili trattamenti.

Sono rimasto colpito da quanto ha dichiarato il padre dell'oggi ventunenne Mariam Sawadogo, dal Burkina Faso: «Per evitare drammi, la incatenavo». Chissà che cosa deve essere passato per la testa di entrambi. Per anni, il padre disperato ha cercato aiuto invano prosciugando i suoi risparmi. Le cose sono migliorate quando Mariam è stata accolta nel centro dell'associazione SAULER (Sauvons le reste), partner della CBM.

Adama Ouédraogo, fondatore e direttore del centro, è stato il primo nel paese a occuparsi di persone con malattie psichiche rinchiuse o emarginate. Ammiro molto la sua perseveranza, la sua capacità di affrontare le novità e la sua empatia.

La SAULER è nata grazie agli sforzi di Adama Ouédraogo e di tre persone con affinità di vedute. La CBM Svizzera ha cominciato a sostenerla quattro anni dopo la sua costituzione e da lì a poco è stato costruito il centro, anche grazie al contributo di donatrici e donatori come voi. Il vostro fedele aiuto consente a molte persone di trovarvi ora apprezzamento e supporto. Grazie di cuore.

Hansjörg Baltensperger
Direttore CBM Svizzera

«Il nostro centro è una famiglia»

Nel 2010, Adama Ouédraogo si è imbattuto in una donna senzatetto con problemi psichici. Occupandosene, ha scoperto la sua vocazione e con altre tre persone ha fondato l'associazione SAULER (vedi riquadro a pag. 3). Dal 2016, Adama gestisce un centro per persone con disabilità psicosociali. La CBM Svizzera sostiene il suo progetto dal 2014. Adama Ouédraogo ci parla dell'opera.

« Il nostro centro è prima di tutto una famiglia. Condividiamo con gli ospiti la quotidianità in modo che acquisiscano le regole di comportamento e i ritmi giornalieri per reintegrarsi gradualmente nella società. L'obiettivo è fornire loro gli strumenti per tornare a contribuire alla vita della loro famiglia e del loro villaggio.

Solitamente, le persone con malattie psichiche restano nel centro due-sei mesi, a volte fino a due anni. È difficile risalire alle loro famiglie, alcune si trovano nei paesi confinanti. Convincerle a riaccogliere un loro caro può rivelarsi altrettanto complesso. In alternativa, troviamo qualcuno che li ospiti o per lo meno un alloggio. In ogni caso, offriamo sempre corsi e aiuti iniziali per una vita indipendente.

Dopo il ritorno in famiglia sono possibili ricadute, soprattutto se a queste persone vengono negati riconoscimento e rispetto. La SAULER le aiuta a mantenere la rotta e, parallelamente, lotta contro pregiudizi, stigmatizzazione e discriminazioni con campagne di informazione e sensibilizzazione.

Cerchiamo inoltre di motivare le autorità e gli attori non istituzionali, per esempio a migliorare il perseguimento penale dei casi di violenza sessuale e a provvedere a più personale sanitario con una formazione psicologico-psichiatrica al di fuori delle grandi città. Nelle regioni discoste continua a non esserci alcun sostegno per le persone con malattie psichiche.

Il nostro team comprende uno psicologo, un'infermiera, un contabile e dieci volontari. Nel 2021, la SAULER ha sostenuto 123 persone nel centro e a domicilio. A metà 2022, si è aggiunta una sessantina di donne e bambini sfollati che soffrono di disturbo da stress post-traumatico dopo gli attacchi terroristici ai loro villaggi.

Non mancano le difficoltà: a causa delle misure antipandemiche e della minaccia terroristica, non possiamo più recarci nei villaggi e mettere in scena le nostre pièce teatrali informative, i farmaci psichiatrici non sono sovvenzionati e i prezzi dei generi alimentari sono aumentati sensibilmente. Le famiglie non possono più permettersi di acquistare i farmaci necessari. Siamo pertanto ancor più grati alla CBM Svizzera per il suo preziosissimo sostegno! »

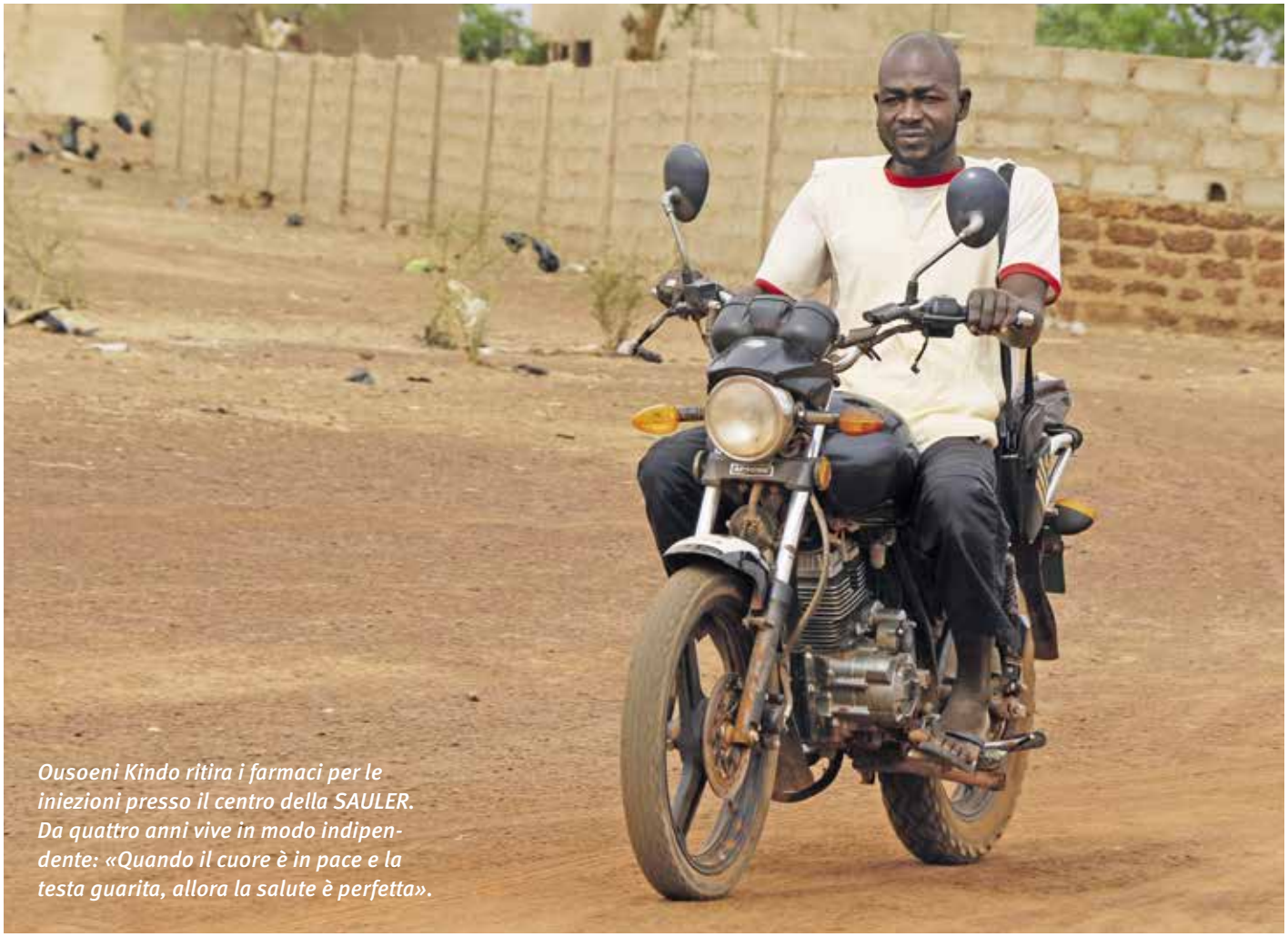
Adama Ouédraogo, fondatore e direttore della SAULER a Ouahigouya, Burkina Faso

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Direzione dello sviluppo e della cooperazione DSC

La Direzione dello sviluppo e della cooperazione (DSC) del Dipartimento federale degli affari esteri (DFAE) sostiene con un contributo finanziario i progetti e i programmi della CBM Svizzera dal 2021 al 2022. L'impegno delle donatrici e dei donatori della CBM Svizzera costituisce la base per il contributo della DSC, che lo incrementa.

Reinserimento nella società



Ousoeni Kindo ritira i farmaci per le iniezioni presso il centro della SAULER. Da quattro anni vive in modo indipendente: «Quando il cuore è in pace e la testa guarita, allora la salute è perfetta».

La SAULER, acronimo di «Sauvons le Reste» (salviamo il resto), è partner della CBM nel nord del Burkina Faso. Fondata nel 2010 da Adama Ouédraogo, l'associazione si occupa di persone con malattie psichiche. Dal 2016, gestisce un centro di terapia e integrazione a Ouahigouya, la cui costruzione è stata resa possibile dalle donatrici e dai donatori in Svizzera.

«La questione della salute psichica non è solo medica, si tratta di un lavoro multidisciplinare che ruota attorno al paziente», spiega Ousséini Badini, responsabile dell'ufficio nazionale della CBM in Burkina Faso. «Le persone senzatetto che incontriamo non ricevono alcun aiuto. La SAULER diventa così come una famiglia, le toglie dalla strada, coordina le cure con i servizi sanitari, e collabora con i servizi sociali e amministrativi per erogare le prestazioni necessarie.»

«È una bella cosa che il centro accolga persone rifiutate dalla loro stessa famiglia», dichiara Ousoeni Kindo, 43 anni. «Che Dio infonda forza alle collaboratrici e ai collaboratori affinché possano prendersi cura di chi soffre di malattie psichiche.» Lui stesso è arrivato al centro a inizio 2018 dopo tre anni in catene: lavorava nelle miniere d'oro e, come molti, si drogava per sopportare le condizioni di lavoro disumane, un consumo all'origine della sua malattia mentale. Quando la sorella è venuta a sapere della SAULER attraverso una campagna informativa, Ousoeni è stato liberato e curato.

Oggi, ha raggiunto una certa stabilità. «Per poter acquistare i farmaci aiuto mio fratello ad allevare bestiame e lavoro stagionalmente in una miniera d'oro, coltivo ortaggi e mi impegno nella riforestazione nel mio villaggio. Pianto baobab, giuggioli e tamarindi. Quando il cuore è in pace e la testa guarita, allora la salute è perfetta.»

Da quando nella squadra è arrivato uno psicologo, la SAULER

La SAULER (Sauvons le reste)

Il progetto aiuta in primis le persone affette da malattie psichiche, e svolge campagne di informazione e sensibilizzazione nelle comunità.

- Individuazione e dialogo
- Accoglienza nel centro: igiene, pulizia o sostituzione vestiti, visita medica all'ammissione
- Valutazione psicologico-psichiatrica
- Stabilizzazione dello stato mentale attraverso colloqui terapeutici, ausilii farmacologici e condivisione della vita quotidiana
- Assicurazione del sostentamento, se possibile reinserimento in famiglia

☛ cbmswiss.ch/salute-psichica-burkina-faso

Il Burkina Faso in breve

Superficie
274 200 km²

Abitanti
22 mio.

PIL pro capite
918 USD (CH 93 457 USD)

Popolazione al di sotto della soglia di povertà
Circa 41% (CH 9%)

Il 70 per cento lavora nel settore informale e nell'agricoltura. Manca un sistema di protezione sociale. Molti lavorano all'estero in condizioni di sfruttamento.

Speranza di vita
63 anni (CH 83 anni)

Densità di medici
9 per 100 000 abitanti (CH 430)

Indice di sviluppo umano
182° posto su 189 paesi

Mortalità tra i lattanti (0-12 mesi)
40,42 su 1000 bimbi (CH 3,64)

Salute
Nelle zone rurali, una famiglia su quattro non dispone di acqua potabile, una su tre di gabinetti adeguati. Malattie diarroiche, malaria, febbre dengue, meningite batterica, bilharziosi e rabbia sono diffuse.

Persone con disabilità
Il Burkina Faso ha ratificato la Convenzione dell'ONU sui diritti delle persone con disabilità nel 2009 (la Svizzera nel 2014), ma accessibilità e inclusione sono spesso implementate solo parzialmente.

Gli aiuti della CBM in Burkina Faso
La CBM Svizzera è presente in Burkina Faso dal 2009. Oggi, promuove la salute psichica e degli occhi, lo sviluppo inclusivo e resiliente delle comunità, e gli aiuti umanitari necessari a causa della carestia e della sicurezza precaria nel nord del paese.

© Warren Saré/CBM/Fairpicture

Primaël Zohérégré, psicologo del centro, si accerta che, oltre al trattamento farmacologico, le persone colpite possano anche beneficiare di una psicoterapia.

offre anche consulenza psicoterapeutica. «Collaboriamo con gli psichiatri dell'ospedale regionale di Ouahigouya. Loro si occupano dell'aspetto farmacologico, noi cerchiamo di individuare il problema psicologico e di fornire gli strumenti per trovare gradualmente la soluzione.»

In Burkina Faso non ci sono praticamente aiuti per le persone con malattie psichiche. Molte sono vittime di maltrattamenti o addirittura di abusi, come la ventunenne Mariam Sawadogo, ammalatasi da adolescente. «Mariam inseguiva la gente per picchiarla. Per evitare drammi, la incatenavo. Ho cercato aiuto invano prosciugando i miei risparmi. Mariam è stata violentata da un guaritore tra-

© Warren Saré/CBM/Fairpicture

Odette Souli, 41 anni, è volontaria: «Il centro è utile alla società. Siccome non posso aiutare donando soldi o altro, do una mano in cucina».

Mariam ha ricevuto dal centro due pecore e un montone quale aiuto iniziale per condurre una vita indipendente.

©Warren Saré/CBM/Fairpicture

dizionale, è rimasta incinta e ha dato alla luce un bimbo, che in seguito ho mandato a scuola», racconta il padre. Per fortuna, lo zio di Mariam è venuto a sapere del centro della SAULER, dove le condizioni della ragazza si sono stabilizzate. «Dopo la dimissione, un giovane l'ha chiesta in sposa. È stata una sorpresa!» Per Mariam è iniziata una nuova vita: «Non potevo andare avanti così. Dopo due anni al centro, sono guarita, sto bene e sono felice. Mi sono sposata, porto il nostro bebè sulla schiena e mi occupo delle pecore che ho ricevuto dal centro. Grazie di tutto».

Dal 2020, il centro accoglie anche donne e bambini che hanno vissuto violenze indicibili, tra cui Aminata Belem, che con la famiglia viveva di agricoltura e allevamento a Tibo, a nord-ovest di Ouagadougou. «I terroristi hanno ucciso i nostri mariti e fratelli, siamo scappate con i bambini», racconta la trentenne. Dopo che l'auto ha avuto un guasto, hanno proseguito a piedi per tutta la notte.

Benché non fosse la meta designata, a Ouahigouya hanno incontrato per caso il direttore della SAULER. «Adama Ouédraogo ci ha trovato una sistemazione, potevamo andare al centro per prendere acqua e cibo. Abbiamo ricevuto ascolto e consulenza psicologica, non potremo mai esprimere abbastanza la nostra gratitudine.»

Anche Azèta Sawadogo, 37 anni, è finalmente felice. Era tornata seriamente malata dalla vicina Costa d'Avorio, dove si era trasferita dopo il matrimonio. «Ora però sto molto meglio e anche l'allevamento di pecore va bene.» Pure Zalissa, la madre di Azèta, è riconoscente: «Non ci sono abbastanza parole per ringraziarvi».

La vostra donazione cambia vite.

«Mi dà grande soddisfazione quando grazie al progetto una persona che ha vissuto per anni per strada senza alcun sostegno, ridicolizzata e derisa, ritrova la sua famiglia, ne può fondare una propria e mantenersi.»

Ousséini Badini, responsabile dell'ufficio nazionale della CBM in Burkina Faso

Aiuti d'emergenza contro la siccità e la fame in Africa

Milioni di persone in Africa soffrono la fame. Manuel Rothe, responsabile della CBM Svizzera per gli aiuti umanitari, spiega come vengono organizzati gli interventi.

Che cosa ti ha maggiormente colpito nel quadro della tua visita in Madagascar?
L'entroterra nel sud del paese è brullo e poco sviluppato. Da quattro anni è insolitamente secco. Già a inizio 2022, la scarsità dei raccolti faceva temere una carestia. Ho incontrato famiglie che avevano ormai esaurito scorte e risparmi, e non avevano cibo a sufficienza. I bambini sono denutriti e da quando è stato sospeso il servizio mensa non vanno più a scuola. Non c'è alcun aiuto sociale da parte dello Stato. Le poche organizzazioni umanitarie presenti fanno del loro meglio, ma mancano fondi. Sono rimasto molto colpito dalle condizioni di vita precarie, è inammissibile che al giorno d'oggi così tante persone debbano soffrire la fame!

Chi è particolarmente a rischio?
Le donne, soprattutto se incinte e allattanti, gli anziani e le persone con disabilità, che spesso dispongono di meno entrate e risparmi per superare le crisi, ma al contempo hanno esigenze specifiche, per esempio a livello di salute e mobilità, che generano spese supplementari. I nostri aiuti d'emergenza forniscono loro un sostegno mirato.

Perché proprio le persone con disabilità?
Sono spesso discriminate, emarginate e limitate da ostacoli e barriere. Mancano ausilii come stampelle e sedie a rotelle, il che rende più difficile lavorare, fare la spesa o recarsi all'ospedale. Non vengono inoltre sostenute dalle famiglie durante le crisi più gravi, quando tutto scarseggia, e sono spesso escluse dai programmi di aiuti. Vengono dimenticate perché senza documenti o non registrate ufficialmente, oppure perché i punti di distribuzione di cibo o denaro sono difficilmente accessibili.

Come mai?
Chi si sposta con le stampelle o in sedia a rotelle, per esempio, ha grosse difficoltà a percorrere strade sterrate o salire scale. Per i non udenti è invece un problema quando gli aiuti vengono annunciati e spiegati solo oralmente. La CBM Svizzera dispone di istruzioni dettagliate che le collaboratrici e i collaboratori sul posto possono scaricare sul cellulare. Servono a pianificare e ad attuare i programmi affinché siano accessibili a persone con varie disabilità. Collaboriamo inoltre strettamente con organizzazioni di persone con disabilità che accompagnano i nostri progetti e mettono a disposizione le loro conoscenze.

Numero di persone che soffrono la fame in rialzo

Fino al 2016, la sicurezza alimentare mondiale pareva in lento miglioramento, ma dall'inizio della pandemia il numero di persone che soffrono di fame acuta è in netto aumento e, secondo stime dell'Integrated Food Security Phase Classification, nel 2022 ha raggiunto i 182 milioni. In totale, 828 milioni di persone nel mondo vivono in condizioni di inedia.

Le cause sono da ricercare nei cambiamenti climatici, nella pandemia con le conseguenti interruzioni delle catene di fornitura e nella guerra in Ucraina, che ha provocato una notevole riduzione delle esportazioni russe e ucraine di cereali, concime e carburante, e quindi un forte aumento dei prezzi dei generi alimentari, nonché una diminuzione dei raccolti.

Fonte: Programma Alimentare Mondiale (2022)

Come sono organizzati gli aiuti d'emergenza della CBM?
Prima di tutto, distribuiamo aiuti diretti in contanti o cibo e creiamo basi vitali durevoli. Secondo il caso, forniamo anche assistenza medica, mezzi ausiliari, riabilitazione e consulenza psicosociale, e in parallelo offriamo consulenza alle organizzazioni umanitarie. Nel 2021, per esempio, la CBM globale ha avviato un partenariato con l'Organizzazione internazionale per le migrazioni (OIM), che prevede consulenze su questioni legate all'inclusione, la formazione di esperte dell'OIM in versamenti di denaro e un progetto congiunto in Sud Sudan per rendere questa pratica inclusiva.

È meglio fornire aiuti in denaro contante o cibo?
Aiuti in contanti, in quanto le famiglie hanno necessità diverse. Un sostegno finanziario diretto consente di soddisfare le esigenze più urgenti, per esempio di acquistare sementi durante una carestia o di pagare le cure mediche. Questo tipo di aiuto favorisce inoltre i commercianti e i produttori locali, anch'essi colpiti dalla crisi. Dove invece non ci sono mercati o mancano beni di prima necessità, i versamenti di denaro non servono a nulla. Monitoriamo inoltre sempre l'effetto sui prezzi e sull'offerta. Se quest'ultima non soddisfa la domanda, organizziamo la distribuzione di generi alimentari.

Quanto sono inclusivi gli aiuti d'emergenza della CBM?
Affinché i nostri aiuti siano privi di ostacoli e inclusivi, collaboriamo con le organizzazioni locali di persone con disabilità. Ne sosteniamo anche lo sviluppo e uniamo le forze per fare in modo che i diritti delle persone con disabilità siano rispettati in ogni ambito della società.

Come aiuta la CBM a prevenire le carestie?
Promuoviamo la creazione di basi vitali durevoli, l'adozione di metodi agricoli resistenti, un migliore accesso ai mercati e una gestione accorta delle risorse naturali, elementi fondamentali per prevenire l'insicurezza alimentare.

☛ cbmswiss.ch /carestia-africa

Manuel Rothe, responsabile della CBM Svizzera per gli aiuti umanitari

Buoni motivi per redigere un testamento

Quando non ci sarò più, come molte altre persone desidero che il mio lascito sia impiegato secondo le mie volontà. Per questa ragione, è necessario redigere un testamento. Anch'io l'ho fatto, ed è stata un'esperienza positiva.

In ragione di circostanze particolari, ho redatto il mio primo testamento insolitamente presto, a soli 29 anni. All'inizio non è stato semplice mettere nero su bianco le mie ultime volontà e già mentre le scrivevo mi sono reso conto che molte cose sarebbero potute cambiare anche solo nei dieci anni successivi, rendendo così necessario un adeguamento.

Conoscevo i requisiti formali (introduzione, informazioni personali, testo manoscritto, data e firma), la parte più semplice, ma ho dovuto riflettere molto su domande come: che cosa rimane dopo la mia morte? Chi vorrebbe ricevere i miei oggetti e i miei ricordi speciali? Che fare per lasciare solo i costi di smaltimento agli eredi? A chi lascio il mio denaro? Chi devo proteggere e considerare in particolare? Chi mi è caro?

Mi sono reso conto che per redigere un buon testamento ed essere in pace con le proprie decisioni potrebbero volerci alcune settimane di riflessione.

Chiunque abbia più di cinquant'anni dovrebbe aver redatto un testamento. I testamenti dell'ultima ora lasciano spazio a possibilità di interpretazione e spesso tengono conto solo delle persone presenti in quel momento, come infermieri e medici, il che può causare grandi sofferenze a chi resta. È nell'interesse di tutti prendersi il tempo necessario per scrivere le ultime volontà, magari già oggi, in modo da essere sicuri che siano rispettate.

Sono sempre molto felice quando la CBM viene considerata in un testamento. I lasciti sono importantissimi per il nostro lavoro, rappresentano il 10-30 per cento delle donazioni. Spesso scopro anche qualcosa della vita della testatrice o del testatore, il che - oltre a colpirmi e a commuovermi - mi riempie di gratitudine.

☛ cbmswiss.ch/legato

Hansjörg Baltensperger, Direttore CBM Svizzera

L'impegno di una classe del Liechtenstein per la CBM

Grazie al lavoro di sensibilizzazione della CBM, una classe elementare di Schaan ha scoperto come i bambini con disabilità vivono nelle regioni povere. Nel nostro bus informativo, le alunne e gli alunni si sono messi nei panni di una persona affetta da cataratta.

La classe ha poi deciso di organizzare una raccolta fondi a favore dei coetanei svantaggiati rivolgendosi a parenti e colleghi di lavoro dei genitori. Un bambino si è addirittura recato con la sua scatolina per le offerte nel caffè gestito dai nonni.

«È fantastico quello che le mie allieve e i miei allievi sono riusciti a realizzare», dichiara felice la maestra, che ha lei stessa una nipote con disabilità. La classe ha versato alla CBM ben 820 franchi, ai quali la scuola ha aggiunto 500 franchi. Grazie di cuore per il grande impegno e per la solidarietà!

Un luminoso avvento per gli aiuti della CBM

La signora Knopf di Augst inizia già in estate a realizzare composizioni e regalini natalizi, che venderà per la terza volta durante il periodo dell'Avvento. Con il ricavato, nel 2020 e nel 2021 ha reso possibile l'equivalente di una quarantina di operazioni agli occhi. Insieme ai suoi clienti, ha letteralmente donato la luce. Grazie di cuore!

Se state pianificando un'iniziativa che potremmo segnalare nella nostra rivista o avete bisogno di materiale e di polizze di versamento per un evento, potete contattarci all'indirizzo info@cbmswiss.ch o allo 044 275 21 87.

«Poi hanno pulito l'occhio»

Kishni Danuwar, 67 anni, vive nel Nepal sudorientale insieme alla nuora e alla nipote. Un campo e alcune capre sono l'unica fonte di sostentamento della famiglia, che ha bisogno di ogni aiuto disponibile per ottenere un raccolto appena sufficiente.

Un giorno, la vita di Kishni è stata stravolta: «Stavo lavorando nella risaia quando ho sentito qualcosa nell'occhio. Nelle settimane successive, la vista si è progressivamente annebbiata. Vedevo sempre meno, fino a quando non ho più potuto lavorare».

Da quel momento, la nuora si è dovuta occupare da sola del campo, mentre a soli sette anni la piccola Aayusha aiutava la nonna durante la giornata e si occupava delle capre.

Kishni ha cercato aiuto invano due volte nell'ospedale locale, senza nemmeno scoprire di che cosa soffrisse. Durante la bassa stagione, si è fatta accompagnare da un vicino e da Aayusha alla clinica oftalmologica di Biratnagar sostenuta dalla Federazione della CBM, a circa cinquanta chilometri da casa, dove le hanno diagnosticato la cataratta ed è stata immediatamente operata all'occhio destro, quello più grave, il che le ha permesso di tornare a occuparsi del campo e della casa.

Aayusha è felice che la nonna ci vede di nuovo.

Qualche settimana dopo, però, la vista le si è annebbiata di nuovo e Kishni ha dovuto ridurre ancora il lavoro. Come spesso accade, la donna aveva sviluppato una cataratta secondaria: la parte posteriore della capsula dove è stato inserito il cristallino artificiale si cicatrizza e opacizza. Basta praticare un minuscolo foro con il laser proprio in quel punto per consentire ai raggi di luce di passare in modo che sulla retina si formi un'immagine chiara.

Il problema è stato risolto cinque mesi dopo in occasione dell'intervento sull'occhio sinistro. «Mi hanno fatto un'iniezione e poi hanno pulito l'occhio. Ora ci vedo perfettamente», racconta raggiante Kishni Danuwar. «Presto potrò tornare a lavorare, ne sono felice, grazie di cuore!»

Riscontro
Se avete domande o suggerimenti in merito a un articolo pubblicato in questo numero, contattateci:
info@cbmswiss.ch

Seguiteci
twitter.com/CbmSchweiz
facebook.com/CbmSchweiz

Editore
CBM Svizzera
Schützenstr. 7
8800 Thalwil
Tel.: 044 275 21 87
E-mail: info@cbmswiss.ch
www.cbmswiss.ch

Conto donazioni
CH41 0900 0000 8030 3030 1

La rivista *lume di speranza* esce 6 volte l'anno, l'abbonamento annuale costa 5 franchi.

Redazione Franzisca Frania, Hildburg Heth-Börner, Stefan Leu, Michael Schlickenrieder
Versione italiana Joël Rey – Traduzioni e redazioni

Grafica Marcel Hollenstein

Stampa Fairdruck AG, Sirnach; carta: 100% riciclata