



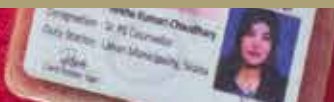
Le terribili storie dei bambini tormentano Rekha Yadav.

lume di speranza

La rivista della CBM Missioni cristiane per i ciechi nel mondo

cbm 

N. 4 • 2023



© CBM/Chelli

Care amiche, cari amici,

tra le tante giornate celebrative, due mi stanno a cuore: il 3 dicembre, Giornata internazionale delle persone con disabilità, e il 10 ottobre, Giornata mondiale della salute mentale. Il tema di quest'ultima, in particolare, è ancora tabù: si fa infatti ancora una gran fatica a parlare di depressione, disturbi d'ansia e psicosi.

Eppure, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) una persona su otto convive con un'affezione psichica. Ansia e depressione sono le più frequenti, e i casi continuano ad aumentare a livello globale.

Le disabilità psichiche sono invisibili – per chi ne soffre è quindi difficile far valere i propri diritti – e comportano spesso la stigmatizzazione della persona in questione. Nelle regioni povere mancano inoltre le conoscenze sulle possibilità di cura.

A causa della penuria di specialisti e di farmaci, le persone colpite e le loro famiglie sono abbandonate a sé stesse. In Nepal, i nostri partner di progetto stanno esplorando nuove soluzioni per rendere più accessibili la consulenza e i trattamenti.

Senza le nostre donatrici e i nostri donatori, tuttavia, ogni tentativo sarebbe vano. Grazie di cuore!



Eva Studer

Eva Studer
Coordinatrice di programma in
Nepal

Con lei i bambini si fidano



Rekha Yadav segue a scuola o nelle rispettive famiglie bambini e adolescenti con problemi psicosociali. Per molti di loro si tratta del primo vero aiuto. La trentaseienne, che ha studiato sviluppo rurale e sociologia, e seguito una formazione di un anno sulla salute psichica, ci parla del suo lavoro quotidiano presso il centro di salute mentale CMC sostenuto dalla CBM.

Ascoltare bene

Tramite il personale insegnante, contatto il bambino in questione e gli spiego accuratamente qual è l'intento della mia visita. Di solito, il bambino poco a poco si apre e racconta che cosa lo tormenta. Prendo atto della sua situazione e, se necessario, lo indirizzo a un ospedale, mentre ai genitori mostro poi come deve assumere eventuali farmaci.

Lavorare ai fianchi l'ignoranza e i pregiudizi

Molte persone credono ancora che chi ha disabilità psicosociali è posseduto da spiriti maligni e quindi si rivolgono ai guaritori tradizionali. Altri pensano che la salute mentale di una ragazza migliori con il matrimonio. Quando però spiego loro che cos'è in realtà una disabilità, accettano subito l'aiuto psicologico e psichiatrico. Sanno inoltre che possono chiamarmi in qualsiasi momento se trovano una persona malata.

Un sollievo per tutta la famiglia

Mi vengono in mente moltissimi esempi: una ragazza con problemi psichiatrici è stata accompagnata da uno sciamano all'altro e la famiglia ha perso così un sacco di denaro. Grazie alla segnalazione di un membro di uno dei nostri gruppi femminili, ho potuto consigliare la famiglia e la ragazza ha ricevuto l'aiuto medico necessario. Oggi si è ripresa e sta bene. Un'altra coppia ha speso a sua volta somme ingenti rivolgendosi a guaritori perché la figlia aveva attacchi epilettici e spesso perdeva i sensi. Ho fornito loro le informazioni del caso e fatto in modo che la ragazza ricevesse le cure necessarie. Grazie ai farmaci, la sua salute è migliorata progressivamente e i familiari hanno smesso di picchiarla per disperazione.

Segnali di allarme nei bambini

I bambini con un problema psicosociale lamentano sovente mal di testa o di stomaco. Alcuni non smettono di piangere e sono disorientati, altri non lasciano neppure per un istante la mamma, perdono ogni interesse nei loro giochi preferiti, si staccano dai compagni di scuola e si ritirano in sé stessi. Tendono a essere anche molto scorbutici. I genitori non riescono a dare una spiegazione a questo comportamento e purtroppo adottano punizioni corporali. Alcuni bambini non reggono lo stress della scuola e dei compiti, cercano scuse per restare a casa. I genitori non li capiscono, fanno confronti con i coetanei ed esercitano pressione sui loro figli, il che non fa che acuire lo stress.

Assecondare il bisogno di parlare

I bambini e gli insegnanti apprezzano molto poter imparare qualcosa sulla salute mentale. Io lascio loro lo spazio necessario per esprimersi liberamente. Quando i bambini raccontano gli eventi traumatici che hanno vissuto, mi viene la pelle d'oca. Mi rendo conto che non hanno nessuno con cui condividere queste tremende esperienze, o per lo meno nessuno che possa prestare loro aiuto. Non di rado mi pregano di parlare con le loro famiglie.

Grazie di cuore!

Il nostro programma in Nepal è pionieristico, solo la CBM e il suo partner CMC si occupano di bambini con problemi psicosociali. La collaborazione ottiene risultati notevoli. Grazie di cuore a tutte le donatrici e a tutti i donatori della CBM!



«Dicevano che ero posseduto»

La consulente Rekha Yadav parla con la quattordicenne Sunita sotto lo sguardo dei genitori della ragazza.

Affezioni psicosociali o neurologiche e povertà sono una miscela devastante per molte famiglie in Nepal. In collaborazione con il centro di salute mentale CMC, suo partner sul posto, la CBM favorisce il riconoscimento precoce e il trattamento psichiatrico-psicologico per bambini e adolescenti.

Risaie e campi di frumento mossi dal vento, un bue da tiro, capre, una modesta dimora: Amola e Laxman Yadav lavorano duro per mantenere la famiglia. La casetta è stata costruita grazie alle rimesse del figlio venticinquenne che lavora in Qatar. Tre figli su cinque sono morti prematuramente, mentre la quattordicenne Sunita è stata colpita da problemi psichici. «È molto difficile parlarne», rivela la madre cinquantenne. «La gente spettegola alle nostre spalle, tutti vogliono dirci che cosa fare – andate lì, andate là, fate questo, fate quello. Io parlo ormai solo con mio marito e quando sono sola prego, mi faccio forza così.»

Un operatore sanitario ha raccomandato loro di contattare Rekha Yadav, consulente per la salute mentale presso il Centre for Mental Health and Counselling Nepal (CMC), partner della CBM. «La signora Rekha è un grande aiuto», racconta Amola Yadav. «Ci ha fornito preziosi consigli e ha fatto in modo che nostra figlia ricevesse le cure del caso.» «Sunita sta molto meglio», aggiunge il padre. «Spero possa continuare ad assumere regolarmente i suoi farmaci, non è facile trovarli.»

«Ho pensato di togliermi la vita, in generale avevo in testa solo brutte cose», ricorda la diretta interessata. «Le compagne

di scuola mi chiamavano *Bhutni* (demone) e malignavano alle mie spalle. Grazie alla consulenza e ai farmaci mi sono rasserenata e posso concentrarmi di nuovo sull'apprendimento. E quando tornano i brutti pensieri posso chiamare in qualsiasi momento la signora Rekha. Con le compagne non ne parlo, ho paura che mi deridano o giudichino.»

Riconquistata la gioia di vivere, su consiglio della famiglia



Sunita ama cantare e scrivere canzoni. La catenina con la chitarra rappresenta questa sua passione.



Aiuti della CBM in Nepal

La metà dei bambini e degli adolescenti in Nepal vive in condizioni di povertà. Affezioni psicosociali, come ansia e depressione, sono frequenti e il tasso di suicidi è elevato. Le persone con disabilità vengono discriminate e vivono isolate, benché nel paese esistano diverse leggi volte a tutelarle. In molte regioni mancano strutture e servizi statali.



Progetti della CBM in Nepal

- Prevenzione dei suicidi
- Promovimento della salute mentale dell'infanzia
- Assistenza in seno alla comunità di persone con disabilità psicosociali
- Inclusione sociale delle persone con disabilità
- Inclusione delle ragazze e delle donne con disabilità
- Promovimento della partecipazione e del coinvolgimento
- Salute degli occhi e delle orecchie inclusiva

 cbmswiss.ch/paese-chiave-nepal

I familiari stretti vengono coinvolti nei colloqui. Qui, Rekha parla con Jyothi e la madre.

Sunita vuole diventare venditrice, ma desidera anche coltivare i suoi interessi, come il canto. «Adoro la musica, scrivo canzoni e poesie, e quando ci sono feste a scuola canto, ballo e presento.»

Spesso, le offerte per i minori guardano proprio alle scuole. La particolarità del progetto di cui ha beneficiato Sunita è che coinvolge anche i bambini che non seguono ancora le lezioni. Consulenti come Rekha Yadav rendono loro visita regolarmente, propongono colloqui terapeutici e aiutano a creare strutture quotidiane che contribuiscono a infondere stabilità alle giornate.

Gli stessi insegnanti imparano come comportarsi al cospetto di allievi con problemi psicosociali e come rendere le lezioni più a misura di bambino. Le formazioni sono aperte anche a operatori sanitari, infermieri e medici. Una figura fondamentale è proprio quella degli operatori sanitari dei villaggi: se sanno come raggiungere le famiglie povere o svantaggiate,



«Il nostro progetto per la salute mentale prevede il coinvolgimento attivo di bambini e adolescenti nelle scuole, per esempio mettendo in pratica le loro idee per la realizzazione di video od offerte per il tempo libero. Due anni fa hanno addirittura sviluppato un'applicazione con un diario, un blog di autoaiuto e la possibilità di contattare una persona di fiducia. Sono stati raggiunti anche i bambini svantaggiati che non vanno a scuola, il che rende unico questo progetto in Nepal.»

Eva Studer, coordinatrice di programma per la CBM Svizzera in Nepal



diminuisce il numero di bambini con disabilità abbandonati a sé stessi ed esclusi dalla società.

In Nepal, le affezioni psichiche sono fortemente stigmatizzate. È anche per questo motivo che il nostro fotografo ha ripreso le dirette e i diretti interessati in modo che non possano essere riconosciuti, e ne ha modificato il nome. Essendo un argomento tabù, mancano le necessarie conoscenze e malattie «invisibili» come quelle neurologiche spesso non vengono individuate né, di conseguenza, curate. Da qui lo spirito pionieristico del progetto nepalese, il quale punta ad aiutare le persone prima che si manifestino gravi affezioni. Se invece il decorso della malattia è già troppo avanzato, le famiglie vengono dirette alle cliniche.

Per le famiglie che vivono in condizioni di povertà, come quella di Sunita, farmaci e consulenza sono gratuiti. Dell'offerta hanno beneficiato anche Devi e Suraj Mahato, che hanno una cinquantina d'anni e per quasi venti hanno atteso un aiuto per il figlio Jyothi.

Il ragazzo è stato segnalato a Rekha Yadav dalla scuola locale,



«Ho frequentato i due corsi del CMC di cinque giorni ciascuno sulla salute mentale e ho imparato a individuare i problemi psicosociali, a riconoscerne i sintomi, a parlare con gli adolescenti colpiti e con i genitori, e a segnalare i casi a chi di dovere. Oggi a scuola parliamo apertamente di salute mentale. Abbiamo anche formato gruppi di allievi che organizzano attività durante la pausa, con effetti molto positivi sul benessere psichico.»

Jeebachh Mahato, docente di matematica e scienze naturali

Rekha Yadav spiega a una classe come occuparsi del proprio benessere psichico.

perché spesso mancava da lezione. «Ho parlato con la famiglia e portato Jyothi al CMC, dove gli è stata diagnosticata l'epilessia. Da circa sei mesi riceve farmaci.» Il trattamento ha consentito a Jyothi, ormai ventenne, di concludere la scuola media.

La strada è stata lunga e dolorosa per tutta la famiglia. «Perdevo spesso i sensi e non sapevo come mai», spiega Jyothi. «Stavo male, non avevo appetito, percepivo tutto come opprimente.» La gente diceva che era posseduto e anche i genitori non avevano altre spiegazioni. «A scuola i compagni mi prendevano in giro.» Neppure i guaritori tradizionali, ai quali il padre e la madre si sono rivolti dando fondo ai risparmi, sapevano fornire una risposta. «Abbiamo perso ogni speranza», rivela la mamma. «Eravamo attanagliati da una costante ansia per nostro figlio. I suoi attacchi erano impressionanti, non avevo mai visto nulla del genere. Però ora con i farmaci Jyothi sta molto meglio, non so proprio come esprimere la mia gratitudine.»

La svolta è indissolubilmente legata a Rekha Yadav. «Dopo ogni colloquio con lei, mi sentivo meglio», conferma Jyothi. «Mi ha anche accompagnato dal medico che mi ha dato il farmaco. Oggi è tornato l'appetito, posso lavorare e sostenere la mia famiglia. Ora voglio seguire una formazione di agricoltore.»

Ogni
donazione è
preziosa

«Sono persone che troppo spesso vengono ancora dimenticate.»

Simone Leuenberger è attiva dalla primavera 2023 nel Comitato della CBM Svizzera. Nell'intervista ci spiega che cosa la entusiasma della cooperazione allo sviluppo.

Come hai conosciuto la CBM?

Ogni tanto trovavamo i suoi appelli nella bucalettere. In qualità di collaboratrice di AGILE.CH, inoltre, ho ricevuto visite della CBM dal Madagascar e ho collaborato a progetti. In più, seguo l'organizzazione su Twitter.

Che cosa ti motiva?

In seno alla CBM posso unire il mio impegno come specialista di diritti delle persone con disabilità alla mia fede

Quali sfide vedi all'orizzonte per la CBM?

Si tende a donare sulla base di drammatici destini individuali, invece di sostenere più globalmente la rappresentanza degli interessi, in questo caso delle persone con disabilità. Con i suoi progetti, la CBM ha l'opportunità di dimostrare che una società inclusiva può essere creata solo attraverso un aiuto allo sviluppo duraturo.

Ti scontri con barriere nella tua attività professionale?

All'interno dell'istituto scolastico in cui insegno non ci sono barriere e in generale gli ostacoli sono facilmente superabili. All'esterno, per esempio

Che cosa unisce il tuo impegno presso AGILE.CH, in politica con il PEV e ora con la CBM?

Si tratta di fare politica per e con persone che troppo spesso vengono ancora dimenticate. Voglio far sentire la voce di queste persone, in particolare di quelle con disabilità, e per questo in autunno mi candido al Consiglio nazionale. La Svizzera non può più permettersi di rinunciare all'esperienza e alle competenze delle persone con disabilità. Anche nella cooperazione allo sviluppo devono essere coinvolte in tutti i progetti.

Che cosa ti rende particolarmente felice?

Sono felice quando riesco a motivare qualcuno a fare qualcosa che non credeva di essere in grado di fare. Abbiamo tutti dei limiti, ma mi piace incoraggiare le persone a far volare i loro pensieri oltre tali limiti, a metterli in discussione, a ripensarli.



© simoneleuenberger.ch

cristiana. Nel Levitico 19:14, Dio esorta gli Israeliti a rimuovere gli ostacoli per le persone con disabilità, un compito che non potrebbe essere più attuale.

Che cosa ti entusiasma di più dell'operato della CBM?

Le persone con disabilità devono essere messe nelle condizioni di prendere in mano le redini della loro vita ma, nei paesi senza sicurezza sociale, ciò può avvenire solo se si presta loro aiuto. In tale ottica, la CBM svolge un lavoro eccezionale.

durante un'escursione, mi risulta invece difficile svolgere il mio lavoro. Già è praticamente impossibile viaggiare sullo stesso vagone ferroviario della mia classe, apparentemente non sono previsti insegnanti in sedia a rotelle. Ma ho vissuto anche molte esperienze piacevoli: in occasione di una serata con i genitori, per esempio, una mamma mi ha detto di essere sorpresa che fossi in sedia a rotelle. Il figlio le aveva parlato molto di me, ma non aveva menzionato la disabilità. È proprio quello che mi auguro, che la disabilità non sia in primo piano, che sia una cosa come un'altra.

Federali 2023 – un'occasione da cogliere

Le elezioni federali che si terranno nel mese di ottobre 2023 sono di grande importanza per la CBM Svizzera.

Il Parlamento che uscirà dalle urne appropverà la nuova strategia di cooperazione internazionale 2025-2028 e, di conseguenza, deciderà in merito ai fondi da destinare ai progetti in questo campo. In poche parole, il Consiglio nazionale e il Consiglio degli Stati influenzano la politica della Svizzera a favore del miglioramento delle condizioni di vita delle persone con disabilità nelle regioni povere.

Vi invitiamo ad andare a votare. In diversi Cantoni, persone con disabilità sono candidate al Consiglio nazionale. Sarebbe importante elegerle per aumentare la rappresentanza in seno al Parlamento. Pro Infirmis ha allestito una lista delle candidate e dei candidati con disabilità: <https://www.proinfirmis.ch/it/politica/elezioni2023.html>.

Ci fa piacere in particolare segnalare Simone Leuenberger, neo-membro del nostro Comitato e candidata al Consiglio nazionale per il Canton Berna. In bocca al lupo!



«Da oltre vent'anni condivido un appartamento in un'azienda agricola. Nel tempo libero gioco a Powerchair Hockey, faccio escursioni nella natura in sedia a rotelle o giro con il camper. Insegno economia e diritto al liceo, sono attiva nel campo della rappresentanza degli interessi delle persone con disabilità e sono eletta nel Gran Consiglio bernese per il PEV.»

Simone Leuenberger è un nuovo membro del Comitato della CBM Svizzera

Visita dal Kenia

A inizio giugno, la CBM ha avuto il piacere di ospitare Lucy Nkatha, che in Kenia consiglia le persone con disabilità, insegna a gruppi di autoaiuto e sensibilizza le autorità.

«Un tempo organizzavamo gli incontri dei gruppi di autoaiuto di fronte agli edifici del governo regionale», racconta, «ma i funzionari ci ignoravano. Da quando cerchiamo un dialogo tra pari, illustriamo le situazioni problematiche e presentiamo proposte, ci ascoltano. Non a caso il governo si accinge per esempio a installare gabinetti senza barriere in ospedali e scuole.»

Per ottenere ciò che stava loro a cuore, le donne con disabilità hanno dovuto



costituire gruppi propri: «Nei gruppi misti, i temi femminili non vengono affrontati. Agli uomini non interessano l'igiene mestruale, i gabinetti sicuri e puliti o la lotta alla violenza sessuale, loro sono più concentrati sul rafforzamento economico e sull'ottenimento degli strumenti con i quali condurre una vita autodeterminata.»

Scoprite leggendo l'intervista i risultati ottenuti da Lucy Nkatha e dalle sue colleghe.

cbmswiss.ch/intervista-lucy-nkatha

Iniziative per la Giornata della vista

In occasione della Giornata della vista, **Radio Energy** visita il nostro bus informativo. Passate anche voi a trovarci!

Giovedì 12 ottobre
Ore 9–18
Bürkliplatz, 8001 Zurigo

La piattaforma artistica art24 batterà all'asta sei orologi di una serie limitata con quadranti di pregio. Il ricavato andrà a beneficio della CBM, in particolare ai suoi progetti in campo oftalmologico.

Le artiste e gli artisti coinvolti nel progetto sono Clarissa P. Valaëys, Maria Fernanda Schulz, Leotrim Zeqiraj (ZE1), Liang, Dottiekap e Viktoria Köstler.

Grazie di cuore a loro e ad art24 per l'impegno!

Giovedì 12 ottobre, ore 18
Treibhaus (fermata Weinbergli)
Spelteriniweg 4, 6005 Lucerna

www.art24.world

La betterview dona per i bambini

La betterview, azienda che si occupa di chirurgia laser oculare, desidera condividere il suo successo commerciale con le persone bisognose e ha così deciso di devolvere all'aiuto oculistico per l'infanzia malgascia 40 franchi per ogni trattamento effettuato.

Il co-fondatore Rouven Mayer e l'intero team della betterview sono entusiasti dell'idea: «Sin da bambino ho sempre fatto una gran fatica a vedere i più piccoli soffrire. Per noi è scontato donare qualcosa quando raggiungiamo o superiamo gli obiettivi finanziari, e con questo progetto della CBM in Madagascar possiamo aiutare in modo mirato». Grazie di cuore!

cbmswiss.ch/intervista-betterview

Concerto benefico di David Plüss

Il pianista e compositore David Plüss, da anni ambasciatore musicale della CBM, si esibirà a Zurigo in un concerto benefico.



Non perdetevi questo appuntamento!

Sabato 22 ottobre
Ore 17:00–18:15, segue aperitivo

Zentrum Im Gut
Burstwiesenstr. 48, 8055 Zurigo
Fermata Heuried

Ingresso con donazione libera

Donazione dalla casa scolastica

Questa quarta elementare di Schüpfheim (LU) ha donato 360 franchi dalla cassa scolastica in occasione della visita del nostro bus informativo con Dave Gooljar (a sinistra nella foto).

Questo contributo permetterà a bambini meno fortunati di sottoporsi all'operazione della cataratta e di ritrovare la vista. Grazie infinite!





«Spero che molte
altre persone beneficino
di questi aiuti!»

Richard Gabriel sarebbe ancora cieco se operatori del servizio in seno alla comunità non l'avessero trovato e accompagnato alla clinica oftalmologica.

«È stata durissima per me», ricorda Richard Gabriel. «Un anno fa ho perso la vista, di colpo non potevo più lavorare nei miei campi di mais e arachidi.»

Gli operatori del servizio in seno alla comunità lo hanno trovato e portato alla clinica oftalmologica Nkhoma sostenuta dalla CBM e situata in Malawi, a 65 chilometri di distanza. L'uomo ha dovuto essere guidato passo dopo passo perché non era in grado di orientarsi all'interno dell'istituto e parlava con un filo di voce. La titubanza iniziale ha lasciato spazio alla fiducia, grazie anche alle minuziose spiegazioni dell'uomo che lo ha accompagnato.

Dopo un pasto a base di semolino di

mais con verdure consumato nel più profondo silenzio e un breve sonnellino, Richard Gabriel e le altre persone in attesa dell'intervento sono stati condotti nell'anticamera della sala operatoria, da dove ogni venti minuti circa usciva un paziente con un bendaggio protettivo sull'occhio. Chi, come Richard Gabriel, era affetto da cataratta su entrambi gli occhi avrebbe poi operato il secondo l'indomani.

Il mattino successivo, a Richard Gabriel sono bastati pochi secondi dalla rimozione del bendaggio per rendersi conto della grande novità. «Ci sono due bianchi lì», ha detto, indicando il fotografo canadese e un collaboratore della CBM. All'uomo non pareva vero di vedere dopo essere stato cieco fino al giorno prima. Il successo dell'operazione è stato confermato dalla chirurga oculista, la dott.ssa Tamara Chirambo Nyaka che, scherzando, ha preannun-

ciato per l'anno seguente l'intervento al secondo occhio tra le proteste di un impaziente Richard Gabriel e le risate dei presenti.

La seconda operazione è naturalmente stata effettuata l'indomani e così in soli due giorni il settantaduenne Richard Gabriel ha ritrovato la vista da entrambi gli occhi. «Ringrazio chi ha donato per regalare la luce alle persone povere, spero che molti altri possano beneficiare di questi aiuti. Ora posso tornare al mio lavoro, ma prima voglio rendere omaggio al Signore nella chiesetta sulla collina qui vicino.»

**Donate
la luce!**

Riscontro

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

Seguiteci

twitter.com/cbmswiss
facebook.com/sbmswiss

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 Schlickerieder
Versione italiana Joël Rey – Traduzioni e redazioni

Grafica Marcel Hollenstein

Stampa Fairdruck AG, Sirmach; carta: 100% riciclata

