

# ESSE PIÙ

Per saperne di più

EssePiù | Bimestrale dell'ASA  
Associazione Solidarietà Aids

Anno XXVIII - Numero 04 - Settembre / Ottobre 2019  
ASA - Associazione Solidarietà AIDS Milano

Redazione: Via Arena 25 - 20123 Milano  
Tel. 02 58 10 70 84 - Fax 02 58 10 64 90

Mail: [essepiu@asamilano.org](mailto:essepiu@asamilano.org)  
Iscrizione al Registro della Stampa presso il Tribunale di Milano  
N°499 del 01.08.1996

Direttore Responsabile: Massimo Cernuschi.  
Redazione: Marinella Zetti, Donatello Zagato,  
Flavio Angiolini.  
Collaboratori: Gianluca Albarello.  
Progetto grafico: [pier2com@me.com](mailto:pier2com@me.com)

La responsabilità delle opinioni espresse in questo bollettino è dell'autore. Le opinioni qui pubblicate non contribuiscono necessariamente a una presa di posizione dell'ASA. La Posizione dell'ASA è espressa solo negli articoli firmati con il nome dell'associazione. Gli articoli qui pubblicati possono essere riprodotti parzialmente o integralmente a patto di citarne la fonte.



## STAI INVECCHIANDO? PARLIAMONE...



Ciao, siamo **Uby, Umberto e Flavio** tre volontari di Asa over 60, gay e sieropositivi. Abbiamo un sogno: **creare un gruppo in Asa** che funzioni come punto di riferimento per affrontare insieme le tematiche connesse ai processi di invecchiamento, con particolare attenzione al vissuto delle persone sieropositive.

Nell'ottica dell'obiettivo 90-90-90, ossia: diagnosi per il 90% delle infezioni da HIV, terapia per il 90% delle persone con diagnosi di HIV, abbattimento della carica virale nel 90% delle persone in trattamento con antiretrovirali, gli Stati membri dell'ONU(UNAIDS) hanno recentemente concordato un nuovo lungimirante "90" che riguarda la buona qualità di vita per il 90% delle persone che vivono con HIV.

A tal fine abbiamo bisogno di **collaboratori disposti ad impegnarsi per la creazione di una squadra di lavoro** che porti nel tempo alla realizzazione di questo innovativo progetto. Le finalità del gruppo sono: favorire occasioni di aggregazione, confronto, approfondimento, condivisione, anche attraverso attività quali incontri a tema e creazione di eventi ricreativi e culturali.

**Aderite in tanti!** Ogni collaboratore disposto a mettersi in gioco è il benvenuto.

Per i contatti scrivere a: [asaover60@gmail.com](mailto:asaover60@gmail.com)

## AIUTACI AD AIUTARE!

Dona il tuo 5xmille nella dichiarazione dei redditi utilizzando questo codice fiscale.

# X MILLE

## C.F. 97140700150



### CALENDARIO

08 gennaio	09 luglio
12 febbraio	
12 marzo	10 settembre
09 aprile	08 ottobre
14 maggio	12 novembre
11 giugno	10 dicembre

La serata informativa a cadenza mensile completamente dedicata a chi ha scoperto da poco di essere sieropositivo e vuole saperne di più (sul virus, sulle terapie, sulla vita di tutti i giorni) e a chi, magari sieropositivo da più tempo, ha voglia di ricevere informazioni da qualcuno che non sia un infettivologo o uno psicologo, ma piuttosto una persona che ha affrontato lo stesso percorso.

**Volontari dell'associazione saranno a disposizione per rispondere a domande su dubbi e timori.**

Una volta al mese, il martedì alle 20.30 in sede ASA Onlus, Via Arena 25 Milano (M2 Sant'Agostino / P.ta Genova)

# Con l'HIV non si scherza.

## L'#HIVriguarda tutti

È partita ad agosto la nuova campagna del Ministero della Salute sulla sensibilizzazione e prevenzione dell'HIV.

**Stefano Fresi, Francesco Montanari** e la youtuber **Sofia Viscardi** sono i nuovi convinti testimonial insieme a **Dario Vergassola**, ideatore della campagna.

nel contrarre il virus, ma ci sono comportamenti rischiosi per ogni individuo perché non corretti.

Tutti sono potenzialmente a rischio e a sottolinearlo è l'hashtag di campagna **#L'HIVriguardatutti**. L'invito è quello di proteggere se stessi e gli altri:

web (sui social) sono iniziati in televisione (RAI e emittenti Mediaset) con un primo flight a fine luglio, poi in autunno la campagna proseguirà su altri mezzi.

Ma noi non ci fermiamo, infatti, stiamo già pensando al Primo Dicembre. E non solo.



L'iniziativa è il frutto della collaborazione con le associazioni - anche ASA ha partecipato - e gli esperti della comunità scientifica riuniti nel Comitato tecnico sanitario, la campagna di quest'anno aggiunge al tema della prevenzione quello dello stigma. I dati ci dimostrano che non ci sono categorie di persone più a rischio di altre

usare il preservativo e fare il test dell'HIV.

A supporto della campagna, gli esperti del Telefono verde "AIDS e infezioni sessualmente trasmesse 800861061" sono disponibili per informazioni e un counseling personalizzato.

I tre nuovi spot e la pillola

Anche quest'anno riusciremo a stupirvi con tante idee ed effetti speciali.

Siete curiosi?  
Venite a trovarci in sede.  
Vi aspettiamo.

Marinella e tutti  
i volontari di AS

Speciale  
#1

# Salute

## Lombardia capofila nella lotta all'HIV

A Milano dal 5 al 7 giugno si è tenuta l'undicesima edizione di ICAR- Italian Conference on AIDS and Antiviral Research. In primo piano l'affermazione U=U "Undetectable=Untransmittable, ossia Non rilevabile=Non trasmissibile" e le conclusioni dello studio Partner.

Il capoluogo lombardo ha accolto all'Università Statale oltre 1200 partecipanti dall'Italia e dall'estero, tra specialisti e clinici, ricercatori di base, infermieri, operatori nel sociale, volontari delle associazioni, pazienti, tutto il mondo della "community" e stampa alla conferenza italiana su AIDS e ricerca antivirale. E la Regione Lombardia si è confermata capofila nella lotta all'AIDS con i check-point di Milano e Bergamo.

Le nuove terapie per contrastare l'AIDS stanno mutando drasticamente le caratteristiche del contagio. Chi fa un uso corretto e regolare delle cure antiretrovirali

necessarie, infatti, ha un rischio di trasmettere l'infezione da HIV pari a zero. Ciò non implica che si possa abbassare la guardia, anche perché queste terapie non proteggono da altre malattie sessualmente trasmissibili; tuttavia diventa possibile superare lo stigma e affrontare con paradigmi nuovi il tema della prevenzione dell'infezione e dello stop dell'epidemia.

Con la formula "U=U,

**Undetectable=Untransmittable, ossia Non rilevabile=Non trasmissibile**", si vuole

sintetizzare un'importante evidenza scientifica frutto di una ricerca da poco pubblicata su Lancet, lo studio Partner, durato 8 anni, che vede tra gli autori il professor **Andrea Antinori** che ha spiegato: «Questo studio ha dimostrato che su un totale di oltre 76mila rapporti senza preservativo tra coppie omosessuali sierodiscordanti, ossia con un partner HIV positivo ma con viremia non rilevabile perché controllata da farmaci antiretrovirali e con un partner sieronegativo, la trasmissione dell'infezione è risultata pari a zero, pur senza assumere PrEP».

Lo studio Partner peraltro non è l'unica ricerca che dimostra questo concetto: «Possiamo pertanto affermare che chi è HIV positivo, ma prende regolarmente la terapia e ha una viremia stabilmente soppressa può avere rapporti sessuali non protetti, sia eterosessuali che omosessuali, con partner sieronegativo, senza avere alcun rischio di infettarlo. Questa notizia è direi rivoluzionaria perché le persone sieropositive in cura non sono più fonte di contagio e possono affrontare più serenamente la comunicazione della loro sieropositività con il proprio partner sessuale». Ha sottolineato la professoressa **Antonella D'Arminio Monforte**, uno dei quattro Presidenti del Congresso di Milano ICAR 2019.

Il tema U=U costituisce una novità rilevante tanto sotto il profilo epidemiologico quanto

sotto quello sociale, poiché stravolge l'impostazione di molte campagne di sensibilizzazione e prevenzione. In termini di sanità pubblica è la dimostrazione più evidente che la **TasP (Treatment as Prevention)** funziona e che l'estensione della terapia a tutte le persone con HIV è uno strumento ottimale nel controllo dell'epidemia. Non solo: dato che "non rilevabile è non trasmissibile", la paura, lo stigma, le discriminazioni, l'emarginazione possono essere finalmente archiviati come cose del passato. Nonostante la portata rivoluzionaria di questo studio, le precauzioni, prima tra tutte l'uso del profilattico rimangono uno strumento imprescindibile per ridurre il rischio di trasmissione di HIV e di altre malattie sessualmente trasmissibili con un partner che non si conosce.



Il vero problema dunque non sono i soggetti con infezione da HIV in terapia (oltre 100mila in Italia), bensì il cosiddetto "sommerso", ossia coloro che sono infetti dal virus ma non ne sono consapevoli. Un numero di soggetti che nel nostro paese si stima che ammonti a circa **15mila persone**: costoro, oltre a essere un problema per se stessi, in quanto non diagnosticati e non in trattamento progrediscono verso la malattia, e sono un problema per la società, in quanto potenziale fonte inconsapevole di trasmissione.

Il 1° dicembre 2018 il Sindaco di Milano Giuseppe Sala ha firmato la 'Paris

Declaration', con cui la municipalità di Milano, prima città in Italia, si è impegnata a ridurre al massimo, fino a zero, i nuovi casi di infezione da HIV nel 2030, puntando a diventare una **Fast Track City**. Ciò vuol dire intraprendere un'azione decisa, in quanto negli ultimi anni le nuove diagnosi di infezione da HIV sono rimaste costanti. Nel 2018, sono state **430 le nuove diagnosi di infezione da HIV nella sola città di Milano**, più di una nuova diagnosi al giorno. I nuovi soggetti affetti da HIV sono per l'88% maschi, 42% non italiani, il 66% dei maschi ha acquisito l'infezione per rapporti con maschi. Inoltre, diverse diagnosi arrivano dopo molto tempo che il soggetto ha contratto il virus, tanto che in circa nel 10% dei casi l'HIV è già progredito in AIDS. Inoltre, sempre nel 2018 sempre nella città di Milano sono state segnalate 446 diagnosi di sifilide, 409 di gonorrea e 220 di clamidia, tutte patologie che sicuramente sono più diffuse e la cui diagnosi non viene sempre riportata.

Particolarmente importanti risultano quindi le azioni che il Comune vorrà intraprendere per ridurre i casi di nuove infezioni specie nelle popolazioni a rischio: uomini che fanno sesso con uomini, migranti, detenuti, homeless. In questo contesto si inserisce anche la recente **apertura del check point milanese** lo scorso 4 febbraio, frutto della collaborazione di tutte le associazioni che operano a Milano (**Anlaids, ASA, CIG-Arcygay Lila, NPS Italia**) che ha lo scopo di fornire gratuitamente screening per HIV e malattie sessualmente trasmesse (HCV, sifilide, Gonorrea, clamidia) e counselling per la PrEP. Pochi mesi dopo Milano, si è aggiunta Bergamo, rendendo la Lombardia capofila in questa sfida.

Speciale  
#2

# Salute

## Epatite C: nuove strategie per far emergere il “sommerso”

L'Assessore al Welfare della Regione Lombardia Giulio Gallera, lo ha ribadito chiaramente: «Eliminare l'Epatite C è una priorità assoluta, e la Regione Lombardia farà tutto quanto nei suoi mezzi per favorire con tutti gli specialisti infettivologi di SIMIT e epatologi di AISF le azioni di screening per far emergere le migliaia di pazienti nel territorio affetti dal virus e condurli nei centri prescrittori al percorso di terapia che in poche settimane permette di eliminare la malattia e tornare alla vita».

In Lombardia si stima che al 2014 siano state seguite presso i centri ospedalieri della regione circa 40mila persone con infezione da HCV. A marzo 2019 risultavano trattati, o in trattamento, più di 35mila pazienti. «Abbiamo portato avanti un lavoro di monitoraggio nei luoghi più a rischio, come le carceri: abbiamo fatto lo screening del 95% della popolazione carceraria lombarda ha

sottolineato Giulio Gallera- Nei prossimi mesi dovremo raggiungere i cittadini che non hanno sintomi e ci impegneremo attraverso il coinvolgimento dei principali stakeholder, come i medici di medicina generale e il network delle farmacie, strumenti fondamentali per veicolare il messaggio. Le campagne di informazione sono determinanti per favorire prevenzione, screening e consapevolezza dei cittadini».

Nuove strategie per eliminare il virus dell'Epatite C sono state presentate al convegno “Epatite C: stato dell'arte e modelli per l'emersione del sommerso”.

L'iniziativa, patrocinata da Regione Lombardia e da SIMIT Società italiana di Malattie Infettive e Tropicali, organizzata con il contributo non condizionato di Gilead, si è tenuta a Milano lo scorso luglio.

L'impostazione proposta si basa su una microeliminazione mediante screening di particolari gruppi a più alta prevalenza, le cosiddette key population. Anzitutto, gli screening presso i SerD e nelle carceri devono arrivare al 100%, al fine di analizzare in modo massiccio la popolazione tossicodipendente e quella carceraria, tra le più esposte al contagio del virus. Va inoltre ricordato che in Italia vivono oltre 5 milioni di immigrati, più o meno interessati in percentuale dall'epatite C, a seconda del Paese di provenienza. Nei primi trattamenti le persone con HCV immigrate non sono state numerose. Per avere un paese libero da HCV bisogna far emergere il sommerso e favorire l'accesso alle cure anche in queste popolazioni. Vanno infine indirizzati verso i centri di trattamento i pazienti già diagnosticati, ma non ancora trattati, che sarebbero ancora non pochi.

Grande attenzione deve essere riservata anche alla prima generazione esposta al virus, contagiata soprattutto prima dell'introduzione di materiale monouso,



nell'era della sterilizzazione precaria di siringhe.

«Abbiamo delle indicazioni che ci portano ad avere la possibilità di utilizzare dei modelli ha spiegato il **Prof. Massimo Galli**, Presidente SIMIT. - Un modello valido ad esempio è quello proposto dall'Istituto Superiore di Sanità, che consiste nell'effettuare uno screening definito per classi di età: prima rivolto alle persone nate tra il 1968 e il 1988, poi un altro screening di coloro che sono nati dal '48 al '67. Esistono anche altre possibilità: in Lombardia, ad esempio, se si procedesse nei prossimi 5 anni alla chiamata attiva di due classi (coorti) di nascita all'anno nella fascia degli attuali 55-65enni, si dovrebbero poter individuare oltre 12mila persone non consapevoli di essere portatrici HCV, sopportando un costo complessivo da parte della Regione che, comprendendo il costo del trattamento, risulterebbe molto inferiore ai costi diretti e indiretti da sopportare nel caso in cui la malattia, non riconosciuta, continuasse a progredire nelle persone colpite. È tempo di agire, scegliendo come».

«In collaborazione con l'Università di Tor Vergata abbiamo realizzato valutazioni sulle nuove strategie di screening che riguardano non solo l'efficacia, ma anche la sostenibilità

ha aggiunto **Loreta Kondili** che presso l'ISS coordina lo studio PITER. È emerso che sia le strategie universali che quelle per le coorti di nascita, utilizzate per testare le popolazioni con la prevalenza più alta, permettono un guadagno in termini di salute nel lungo periodo che va oltre i costi economici. Questo studio ha poi evidenziato che la strategia più sostenibile è basata su uno screening graduato, per coorti di età».

L'emersione del sommerso è un punto chiave per il prossimo futuro nella lotta all'epatite. Dopo aver trattato circa 185mila persone fino alla fine di giugno 2019, vi è il rischio di arrestare questo processo virtuoso se non si



identificano quelle persone portatrici del virus ancora inconsapevoli di essere infette. Secondo il prof Galli: «È importante farsi carico di questa ricerca e dell'implementazione di queste nuove terapie, non solo per la salute individuale, ma anche per avviare un ragionamento basato sul concetto di terapia come forma di prevenzione: più virus eliminiamo nelle persone che lo portano, meno il virus circola nel Paese. L'obiettivo è dunque considerare il problema anche sul piano della sanità pubblica».

«L'ipotesi della proroga del fondo presso AIFA per i farmaci innovativi consentirebbe di mantenere un sicuro finanziamento per un ulteriore periodo di trattamento dell'epatite C e sarebbe un supporto fondamentale per pervenire all'obiettivo definito dall'OMS dell'eliminazione del virus HCV entro il 2030. È importante che però tutte le regioni investano sulla emersione del sommerso come finora è successo solo in 3 o 4 casi». Ha concluso il prof. Galli.

# Febbre: non solo un romanzo, un percorso di vita

Vi proponiamo il testo dell'intervento di **Alessandra Bianchi, psicologa e psicoterapeuta**, alla **presentazione del libro Febbre di Jonathan Bazzi** che si è tenuta in **ASA venerdì 14 giugno**.

Un bellissimo libro, di cui ho apprezzato dalle prime pagine trama e ritmo.

Mi ha colpito immediatamente la tua descrizione di Rozzano, molto "tridimensionale", hai l'impressione di essere lì, ho l'impressione di vedere quelle case, quelle persone che negli anni molti mi hanno raccontato, ma con te sono diventate più chiare.

E poi la tua storia di vita, la scoperta della diagnosi, la tua storia d'amore, sempre sullo sfondo ma sempre presente in tutto il libro, come fil rouge affettivo e fondamentale.

Mi hanno colpito diversi passi, e vista la sede mi viene da soffermarmi principalmente sulla scoperta sierconversione.

Nel tuo approccio al sesso, descrivi molto bene quel sentimento ambivalente del "avevo **talmente tanta paura dell'HIV che non ho mai fatto un test**". Che poi è l'atteggiamento esasperato (ed esasperante!) che troviamo in alcune delle persone che si rivolgono a noi tramite sportello telefonico: non è solo il "non mi ritengo a rischio" di cui parliamo spesso ma anche il "cerco conferme nelle mancanza di prove oggettive che mi facciano pensare che...".

Molto chiara (e immagino estremamente utile per chi si trova in una situazione analoga) la descrizione degli step pratici dell'inizio della retention in care: dalla restituzione del test all'inizio della presa in carico e scelta del

medico (e la fondamentale costruzione dell'alleanza con lui) e all'inizio dell'assunzione delle terapie.

Viene descritto molto bene il sentimento verso cui ti porta, inevitabilmente, anche oggi nel 2019 (e ovviamente anche nel 2016) la diagnosi di HIV: compaiono **fantasmi di morte**.

Questo succede non solo in chi dell'HIV non sapeva niente, ma anche in chi dell'HIV sa e tanto. Si deve prendere atto di avere in corpo un virus con cui convivere "per tutta la vita", espressione di certo non semplice... ma questo è solo il secondo step... prima si deve capire **che col virus si vivrà**.

Tu descrivi molto bene la sensazione di tempo **finito, di avere una data di scadenza**,

**TEST RAPIDO HIV**  
**SICURO ANONIMO GRATUITO**  
**CON ESITO IN 20 MINUTI**



Ti aspettiamo  
**ogni 2° martedì del mese dalle**  
**h12.30/18.00**

presso la nostra sede in via Arena 25, MI  
(M2 S. Agostino / P.ta Genova)



---

alla scoperta della diagnosi. Ed è questo che fa annoverare l'HIV, anche al netto delle nuove terapie, (come ogni malattia o evento che altera precedenti equilibri) come evento traumatico!

La realtà dei fatti è che in realtà il tempo è finito per tutti. La data di scadenza è qualcosa di universale, HIV o meno: solo che (per fortuna!) non ci pensiamo se non quando qualche evento ce lo fa ricordare. E fare i conti con il limite non è semplice, soprattutto in una società come la nostra, così improntata al **no limits** da ogni punto di vista, per spazio, tempo, emozioni: è qualcosa che davvero tendiamo a mettere da parte e che eventi come l'HIV mettono in evidenza. Bellissima e molto intensa è poi la descrizione della ricerca di una diagnosi ulteriore, una volta assodato che la diagnosi di HIV non sarebbe stata la causa della fine della vita in quel momento. Da terapeuta trovo dolorosissimo e affascinante come, all'incredulità (inconscia) di essere sopravvissuto a un evento così impegnativo come la sierconversione, la **mente** che cerca sempre risposte, in unione con il **corpo** che cerca di darle, possa portare a catena un deragliamento di pensiero, una **somatizzazione**, virando alla ricerca di **sintomi** di altre malattie "più compromettenti" nell'immediato, che portino a un iter velocemente infausto.

Non mi è capitato spesso di osservarlo, ma mi rendo conto che possa essere un meccanismo complesso e possibilissimo e quasi lineare: i trovo di fronte alla comunicazione di una situazione che di per sé evoca morte. Mi spiegano che vivrò. Io in effetti vivo. Credere però davvero nel fatto che VIVO è proprio un atto di fiducia immenso... che mica è semplice fare!  
E quindi da una parte il mio corpo reagisce non facendocela, come si addice a un corpo "**malato**" come gli esami dicono... dall'altra

la mia mente continua a cercare segni, segnali, che è come credo: c'è qualcosa d'altro sotto, non è solo l'HIV!

Perché in effetti oggi l'HIV è qualcosa di gestibile, controllabile, con cui si può convivere e avere delle ottime relazioni (da quando poi si è arrivati a U=U i passi avanti sono stati immensi) ma certo, prima di questo ne è stata fatta di strada, nella medicina e nelle lotte per combattere lo stigma... e **ogni nuova persona che si interfaccia con la diagnosi è come se ripercorresse tutta questa strada!**

Inoltre, anche se sono molte di più le riflessioni che questo libro ha portato, mi soffermo sulla particolare **comunicazione** della diagnosi, fatta tramite l'articolo diventato virale.

Il tema: **a chi lo dico? Come lo dico?** E' uno di quelli più delicati all'inizio dell'infezione, e in generale che emerge in questo contesto, domanda che assilla i primi colloqui psicologici e soprattutto tra i pari.

Diversissima è la scelta che ognuno porta avanti.

Arditissima la scelta che hai portato avanti tu, nell'ottica di mantenere la totale padronanza della comunicazione: non una divulgazione che si insinua alle spalle di, ma una dichiarazione a gran voce.

Un modo estremo di prendere in mano il controllo, in un momento in cui probabilmente la sensazione di impotenza è estremamente forte. Impotenza in questo momento correlata all'accettazione del limite, non più rappresentato dalla morte "scongiurata" ma dal dover accettare la convivenza con il virus, ospite discreto oramai, ammaestrabile, ma comunque non voluto.

*Alessandra Bianchi*

# DIPENDENZA DA CHEMSEX? NASCE IN ASA UN GRUPPO PSICOTERAPEUTICO



**ASA organizza un gruppo psicoterapeutico a sostegno delle persone con problemi di dipendenza da chemsex.**

Il gruppo si terrà tutti i mercoledì dalle 19:30 alle 21:00 a partire dal 14 febbraio 2019, nella sede di ASA, in via Arena 25 e verrà coordinato da una psicoterapeuta specializzata in problemi di chemsex.

Il gruppo è pensato per persone che vogliono risolvere un problema di dipendenza. Per partecipare è necessario un colloquio preliminare.

Per informazioni  
chiama lo 02 58107084.



I chemsex, ovvero quelle particolari sostanze che aumentano il piacere sessuale, sono sempre più diffuse anche in Italia. Non tutti ne conoscono la capacità di creare dipendenza e di essere molto pericolose in caso di mix con altre sostanze. ASA, pur astenendosi dal giudizio, da tempo fa opera di informazioni per aiutare gli utilizzatori a ridurre il danno.

Da febbraio è attivo un gruppo psicoterapeutico che si riunisce il mercoledì. Per informazioni chiamare in associazione 0258107084.

Vi proponiamo un'intervista a una persona, che chiameremo Thomas per garantire il completo anonimato, che ha usato chems e ha deciso di raccontare a EssePiù come ci è entrato e come è uscito dalla dipendenza da queste sostanze.



**D: Quando è perché hai iniziato a usare i Chems?**

**R:** Ho usato varie sostanze dal 2012 al 2016 durante incontri di sesso, spinto dalla curiosità di nuove sensazioni e dai racconti di chi già li usava.

**D: Quali sostanze hai usato e con quale frequenza?**

**R:** Coca basata, Tina, Mefredone, con una frequenza minima mensile.

**D: Quando hai iniziato a capire che si stava trasformando in una dipendenza?**

**R:** Nel momento che l'effetto prorompente iniziale è scemato per l'abitudine.

**D: Come sei riuscito ad uscirne: con l'aiuto di uno psicologo, un medico, o...?**

**R:** Da solo, quando mi sono reso conto che il sesso si esauriva a quello e non avevo altro da queste sostanze. L'inizio di una relazione importante mi ha definitivamente allontanato dal loro utilizzo.

**D: Quali sono stati i momenti più difficili durante l'uso delle sostanze e per uscirne?**

**R:** A secondo delle chems utilizzate, i momenti peggiori sono il giorno dopo e i tre giorni successivi al loro utilizzo. Si sta veramente molto male.

Nei momenti più difficili della disintossicazione, a me ha molto aiutato il rivivere le terribili sensazioni provate nei giorni successivi al loro utilizzo.

**D: Quanto hai impiegato ad uscirne?**

**R:** Quasi un anno per uscirne completamente, incrementando i mesi di astinenza gradualmente.

**D: Hai avuto ricadute?**

**R:** Una volta deciso di smettere non ho avuto ricadute; ma è stata dura, molto dura e solo la convinzione che dovevo uscirne assolutamente mi ha consentito di smettere definitivamente.

**D: Come hai gestito il lavoro nel periodo in cui usavi i chems?**

**R:** Con difficoltà, normalmente sono sempre però riuscito a prendere un congedo almeno il giorno successivo alla loro assunzione.

**D: Infine, cosa consiglieresti a chi utilizza i chem?**

**R:** La prima volta ti lascia incredulo di provare una sensazione così forte. Il fatto poi di fare sesso con spesso sconosciuti nella tua stessa condizione, è poi un ulteriore salto adrenalinico nel buio. Sulla lunga, ragionandoci sopra, io mi sono però reso conto che ormai concepivo il sesso solo in questa variante.

L'unico consiglio che mi sentirei di dare è di avere un approccio ragionato al chemsex, per quanto possibile, con tutte le precauzioni caso per caso.

# LIBRE GGIA NDO

DI MARINELLA ZETTI

Inizio con una superchicca dedicata a chi ama Edward Hopper e la poesia: **“Edward Hopper. La poesia del silenzio”**, Rizzoli. Il volume curato da **Gail Levin**, unisce per la prima volta i capolavori del pittore americano commentati, ma sarebbe meglio dire evocati, da composizioni liriche, celebrando l’incontro di due forme d’arte – la pittura e la poesia – e rendendo omaggio all’artista che meglio di ogni altro ha illustrato la poetica recondita dell’America del XX secolo. E così, accanto alla foto del quadro, troviamo le composizioni di John Hollander, Joyce Carol Oates, John Updike, Samuel Yellen, Marianne Boruch, Simon Cutts ed altri. Nell’introduzione Gail Levin aiuta il lettore a conoscere un po’ meglio il famoso pittore americano tracciandone una breve biografia.

**“Da quando Ines è andata a vivere in città”**, edizioni Zonacontemporanea, è la raccolta di racconti di **Dario Accolla**, noto anche per il suo blog **ElfoBruno**. Siciliano ma vive a Roma da molti anni,

Dario Accolla è insegnante e attivista per i diritti Lgbt. Collabora con Linkiesta, Il Fatto Quotidiano e ha co-fondato di GayPost e ha già pubblicato numerosi saggi: **“Il gender: la stesura definitiva”**, **“Omofobia, bullismo e linguaggio giovanile”**, **“I gay stanno tutti a sinistra. Omosessualità, politica e società”** e **“Mario Mieli trent’anni dopo”** per l’anniversario della fondazione dell’omonimo circolo romano. I sette brani della raccolta scorrono come una playlist con una traccia fantasma finale.

La pedofilia è al centro del thriller **“Una ferita aperta”** di **Salvo Fuggiano**, Les Flâneurs Edizioni. L’autore da 14 anni ha una libreria indipendente a Massafra e lavora come docente di lingua inglese e spagnola. I libri sono la sua passione e scrivere è diventato il suo hobby. Il romanzo è il primo di una trilogia e prende spunto da fatti realmente accaduti a Gravina, il regista Dario Piano vorrebbe trarne una serie per la TV. Due trame parallele alternano la vicenda di Salvatore con quelle del libro che sta scrivendo. Una storia di delitti e colpe, morti atroci e bambini privati della loro spensieratezza, dove gli **“orchi”** esistono davvero e sono decisamente peggiori di quelli delle fiabe. E tutto si snoda durante la preparazione della festa di San Giovanni quando, secondo le leggende, il mondo naturale e quello soprannaturale si compenetrano e le cose

impossibili diventano possibili.

Infine, a chi ama le storie di vampiri, consiglio **“Dracul”** di **Dacre Stocker** e **J.D. Barker**, editrice Nord. L’autore narra cosa accade a Bram Stoker prima di scrivere Dracula. Il storia si dipana in tempi diversi: quando Bram è un bambino molto malato e quando è diventato un adulto sanissimo. Chi ha guarito Bram? Il medico di famiglia o la tata Ellen? Per rispondere a questa semplice domanda i protagonisti - i due fratelli Bram e Thornley e la sorella Matilda Stocker- affronteranno mille avventure. La trama, come immaginate, è piuttosto complessa, ma molto scorrevole. Decisamente interessanti anche le note degli autori, dove narrano alcune chicche sulla vita di Bram Stoker e sul manoscritto originale di Dracula.

I libri suggeriti li trovate in libreria o sui siti di vendita online. Se abitate a Milano, vi consiglio di **passare in ASA in via Arena 25** dalle 10 alle 18 dal lunedì al venerdì- dove vi aspettano tantissimi libri, fumetti, Cd e Dvd a prezzi molto bassi, praticamente quasi regalati. Buona lettura.



Andrea 41anni, 183x80kg, fisico sportivo e definito, dicono bel ragazzo, abito tra BG e MI, ottima posizione, mi piace il fitness e amo viaggiare come posso, da 5 anni in questo mondo, single da 2 anni dopo una relazione di 7, mi piacerebbe conoscere una ragazza inizialmente per amicizia... poi si vedrà. email: moroni265@gmail.com

Ciao, sono Alessandro ho 55 anni sierio+ sto bene viremia negativa. Abito in provincia di Lodi, nel basso lodigiano. Cerco una donna che come me ha lo stesso problema sono alto 1.80 peso 80 kg, mi piace viaggiare, cinema, ballo e uscire a cena. Per contattarmi WhatsApp o SMS al 3400067695.

Io sono Luigi, 44 anni e cerco una donna. Abito a Milano. 334 3307862.

53enne, asintomatico, fisico snello, atletico di Brescia. Desidero conoscere una donna per amicizia finalizzata a una relazione. No avventure. Tel. 3405730912

Ciao, ho 53 anni, in ottima salute. Sono un uomo dolce che cerca una donna per amicizia o altro più o meno coetanea per passare il tempo libero insieme e per condividere il problema. Amo la natura, andare in moto e gite fuori porta. Abito a Desio. A presto. Tel 348 7274912 email vittorio.busignani@yahoo.it

Ciao, Mi chiamo Andrea e vivo a Modena, sierio+, ho 56 anni ben portati, sportivo amante dei viaggi. Vorrei conoscere una donna per amicizia ed

eventualmente una relazione importante.  
scrivimi : dg\_andre@hotmail.com

Buongiorno, sono una donna di 64 anni e vivo in provincia di Monza-Brianza. Amo andare a ballare il liscio, ascoltare la musica, stare in compagnia, chiacchierare e divertirmi. Sono sensibile e elegante. Cerco persone con cui trascorrere momenti piacevoli, amiche, amici e sarei felice di coltivare una nuova relazione sentimentale con un uomo serio che condivida i miei interessi.  
Un sorriso, Carmela 349 7509711

Ciao, cerco una ragazza con età compresa tra i 25-40 anni, disponibile ad instaurare qualsiasi tipo di relazione ovvero amicizia, affettuosa oppure semplicemente condivisone del problema, non mi interessa il contenitore ma il contenuto ovvero il cuore. sono di Milano. La mia mail è freedom7@hotmail.it

Ciao sono Gio, ho 56 di bell' aspetto, cerco un compagno più o meno coetaneo in zona Milano. Io HIV. L'importante che sia a modo, soprattutto semplice e attivo. Poi conoscendosi ci si capisce meglio. Il mio numero di telefono è 347 5003010. a presto.

Mi chiamo Turi, ho 35 anni. Mi piace il cinema, la musica e l'arte in generale. Adoro far passeggiate in montagna. Cerco ragazza sieropositiva per una relazione. Sono passionale e premuroso. Tel. 320 8443038

Ciao, sono un ragazzo di 46 anni, molto giovanile, mi piace viaggiare in moto. Mi piacerebbe conoscere una ragazza carina, seria senza figli e single per una amicizia iniziale, finalizzata a una vera storia d' amore. Io sono alto 171, peso 77kg, moro, occhi neri, vivo solo in un bellissimo paese al mare. La mia email é roby870.m@libero.it

Ciao, mi chiamo Giuseppe e sono nato nel 1955. Sieropositivo da 10 a viremia zero e in buona "salute". Sono omosessuale cattolico di bella presenza (dicono). Sono a Milano da poco tempo e vorrei anche solo conoscere qualche persona con cui organizzare un cinema, un apericena... un amico senza impegno reciproco per iniziare a uscire assieme e rompere la monotonia. Mia email pinio1955\_2016@libero.it

Sono un 57enne amico S+ e sto cercando una donna per amicizia ed eventuali sviluppi. Se ti interessa puoi

trovarmi al 346-0868854 dopo le 17.

Mauro, 47 anni, provincia di Milano, HIV da 12, cerco compagna per una relazione seria.

Carino, simpatico, sempre allegro, altro 1.75 per 64 kg. Tel. 345 4676166.

53enne varesino HIV dal 88, e viremia azzerata da anni cerca complice per amicizia e passione cinema, storia e altro oltre a politica.

scrivere a bennyvarese@gmail.com e con foto anche whatsapp 392 1943729

Fabrizio, 48 anni. Abito a Milano da 11 anni dove lavoro come magazziniere. Ho gli occhi verdi, sono simpatico e senza grilli per la testa. Non ho la patente e sono amante dei cani. Cerco una compagna Hiv+

possibilmente che stia bene  
Telefono 349 4557144

Ciao, sono hiv+ 54 anni gay cerco un amico, che forse potrebbe diventare un compagno di vita libero hiv+ ma anche no, con cui parlare liberamente senza problemi. Astenersi, avventurieri, bugiardi e perditempo. Chiedo troppo? artorius\_7@live.com

Mi chiamo Marisa, ho 56 anni e sono di Piacenza. Non ho figli. Cerco Compagno per relazione seria, coetaneo o maggiore di età. Amo la lettura, il cinema e i viaggi. Tel. 320 2789533

Ciao, mi chiamo Davide, 44 anni, cerco un'amica per amicizia, per uscire e parlare. Abito a Milano. Sono tranquillo. Tel. 327 3180872.

Ciao, sono Germano di Milano 50 anni cerco una compagna per colorare insieme le nostre giornate. Tel 349 00 28 651

Ciao un ragazzo di 42 anni s+. Mi piacerebbe conoscere una donna x eventuale amicizia poi chissà. Il mio cell3403089406

Ciao mi chiamo Fabio, ho 37 anni e sono di Milano. Sono un ragazzo intelligente e di bell'aspetto. Mi piacerebbe conoscere una ragazza solare per amicizia/relazione. Ciao cellulare 392 2584839

Ciao sono Angelo, cerco una donna x conoscenza ed eventuale relazione. x contatto 340309406

Ciao, donna 51 anni , siero+ da 31 e sto bene , vorrei provare questa strada per incontrare un uomo che mi interessi. Vivo a Piacenza. Scrivimi a Stardust@alice.it

Mi chiamo Brums, amo la musica, sono molto sensibile e dicono di me persona piacevole !! cerco amici e amiche hiv + come me per qualche serata in compagnia o divertimento!!!! contattami mi fara' piacere ciao 333 74 32 362 brums dalle 18.00/21.00 lavoro durante il giorno.ciao

Mi chiamo Rocco, ho 56 anni, sieropositivo, omosessuale, cerco amici nella stessa situazione. Abito in provincia di Verbania. Telefono: 340 6292186

Ciao sono una ragazza di 46 anni abito provincia di milano mi piacerebbe conoscere ragazzi e ragazze per condividere il problema sono amante della natura e degli animali e mi piace viaggiare a presto tel.389 4421741

Mi chiamo Maurizio, ho 55 anni, abito vicino Milano, sono sieropositivo in terapia con carica virale azzerata. Vorrei conoscere una donna sieropositiva per amicizia o eventuale relazione. Sono alto e abbastanza longilineo (183 cm \* 78 kg.), ho un lavoro stabile due gatti e una gran voglia di vivere. Se ti va di contattarmi per conoscersi meglio, questo e' il mio indirizzo mail daftercrew2003@virgilio.it. ciao e spero a presto.

Ciao, mi chiamo Gianluca ho 40 anni. Mi farebbe piacere conoscere una donna simpatica, allegra e seria. Il mio numero è 331 3134618.

Ciao, Sono Gianni 45enne di Milano, gay, sto cercando un uomo per amicizia ed eventuale relazione. Se ti interessa contattami. Mia e-mail: gianni69\_mi@yahoo.it o per facile contatto mio cell. 349 5542403.



Anche tu puoi pubblicare una Scrittura su ESSEPIÙ.

Mandaci una e-mail con oggetto scritte a: [essepium@asamilano.org](mailto:essepium@asamilano.org)

Le più interessanti saranno pubblicate nei prossimi numeri. **SCRIVETE NUMEROSI!**





Maurizio, 48 anni di Arese dolce e sensibile cerco ragazza per eventuale amicizia o chissà Tel: 349 2280400

Ciao, ho 56 anni. Africano, alto 1.75 m. Carino e simpatico. Cerco donna seria per relazione duratura. Zona Milano e dintorni. Pierre, tel. 346 3667316

Ciao, sono Giuseppe di Milano 48 anni sono tranquillo e simpatico, non cerco una relazione ma un'amica con cui vedersi ogni tanto per un caffè, una passeggiata, un cinema. Il mio cell. è: 366 3816464

Ciao sono Angelo mi piacerebbe conoscere una donna della provincia di Milano x contatto 3403089406

Mi chiamo Rino, ho 55 anni e conoscerei ragazza per amicizia eventuale unione. Sono dolce e romanticone ... Su ragazze vi aspetto in molte. ciao000 chiamami 3421872272

Ciao mi chiamo PaoloAlberto 53 anni siero + da molti anni con viremia negativa da +di 15 anni con figli grandi cerco una lei che voglia ripartire amo viaggiare, divertirmi e tanta passione per bella relazione. Sono provincia di Milano. milanomillecolori@libero.it

Ciao sono gay, ho 61 anni, abito nella provincia di Monza. Sto cercando un uomo per amicizia ed eventuale relazione. Se ti interessa contattami a questo numero 3476974149

Ciao mi chiamo Raffaele ho 57 anni non li dimostro, sono un tipo normale con pregi e difetti HIV+ asintomatico. Vorrei conoscere un uomo con i miei stessi requisiti in Milano o provincia per amicizia e altro 3299716468

Sono Sonia hiv da 32 anni sto bene vivo a Firenze vedova ..piena di interessi culturali ed amo viaggiare ho 55 anni... vorrei tanto incontrare un uomo per una nuova amicizia uscire ridere..vivere son.betti@alice.it

Ciao, sono una donna di 53 anni e vivo a Como. Amo viaggiare, leggere, andare al cinema, passeggiare nella natura. Conduco una vita stabile e tranquilla e amo i gatti (ne ho due). Mi piacerebbe incontrare nuove persone con cui condividere i miei interessi. Se ti va di contattarmi questo è il mio indirizzo mail sunseart66@gmail.com

**Per pubblicare un annuncio, inviare il testo all'indirizzo email: [essepui@asamilano.org](mailto:essepui@asamilano.org)**

**La presenza degli annunci è subordinata allo spazio disponibile e all'arrivo di nuovi annunci.**

**BASAR**  
MERCATINO SOLIDALE

14 settembre  
NON SOLO  
VENDEMMIA!  
TI ASPETTIAMO  
AL bASAR

Sabato 14 settembre 2019 // 10.00 alle 18.00  
Via Arena 25 - Milano (vicino alla m2 S. Agostino/Porta Genova)

**I prossimi appuntamenti 2019:**  
12 Ottobre / 09 Novembre  
14 Dicembre

Il **bASAR** è il mercatino allestito ogni mese presso la sede di ASA allo scopo di finanziare i progetti e le attività dell'associazione. Puoi trovarci di tutto: abbigliamento, scarpe, oggetti per la casa, piccoli pezzi di arredamento, accessori, curiosità, libri e cd, nuovo, usato e vintage, e puoi aggiudicarteli con una piccola donazione.

Il **bASAR** è ormai un appuntamento fisso per molti milanesi e ti sorprenderai per la varietà degli articoli.

Sostienici regalando ciò che non ti serve o ciò che non indossi più; verremo noi a ritirare la tua donazione.

**Chiama allo 02/58107084  
oppure invia una mail a  
asa@asamilano.org**

**ASA**  
Associazione Solidarietà AIDS - Onlus

**LE NOSTRE  
ATTIVITÀ**

**Centralino informativo HIV/AIDS :** 02/58107084, con il coordinamento di ISS / Ministero della Salute (progetto Re.Te.AIDS), lunedì - venerdì , ore 10-18.

**ASAMobile:** Servizio di accompagnamento rivolto a persone sieropositive che devono recarsi in ospedale per visite o cure in day hospital.

**Counselling:** Vis-à-vis e consulenza psicologica per persone sieropositive, parenti e partner.

**Gruppo The Names Project:** Crowdfunding per il Progetto Digitalizzazione Coperte dei Nomi per renderle sempre disponibili e accessibili a tutti.

**International AIDS Candlelight Memorial:** fiaccolata commemorativa in memoria delle vittime dell'AIDS, ogni anno a Maggio.

**Gruppo scuole:** Interventi di informazione e prevenzione nelle scuole.

**HIV/IST info-Point :** Test HIV e diffusione di materiale informativo e preservativi nei luoghi di aggregazione, eventi e locali.

**Sponsorizzazione:** Convegni e manifestazioni pubbliche: concerti, spettacoli, dibattiti, mostre.

**Gruppo carcere:** Iniziative di informazione e prevenzione nel carcere di San Vittore.

**Essepiù:** Bimestrale di informazione e riflessione rivolto a persone sieropositive e a chiunque voglia saperne di più.

**bASAR Mercatino Solidale:** Mercatino di beneficenza per la raccolta di fondi a sostegno di ASA e i progetti - Ogni secondo sabato del mese dalle 10 alle 18.

**Asta E-bay:** Vendita di abbigliamento e oggetto a sostegno di ASA e i progetti, nell'area aste di beneficenza.

**HIV a quattr'occhi:** serata informativa a cadenza mensile dedicata soprattutto a chi ha scoperto da poco di essere sieropositivo, per dialogare e ricevere informazioni da qualcuno che non sia un infettivologo o uno psicologo.

**Test HIV Rapido:** Ogni mese, il martedì, dalle 12.30 alle 18. gratuito, senza appuntamento e esito in 20 minuti.

Per informazioni: [essepiu@asamilano.org](mailto:essepiu@asamilano.org)