

ESSE PIÙ

Per saperne di più

EssePiù | Bimestrale dell'ASA
Associazione Solidarietà Aids

Anno XXVII - Numero 04 - Settembre / Ottobre 2018
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
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

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.

settembre
ottobre



Questo spazio pubblicitario è libero. Potresti esserci tu.
Scrivici una e-mail: essepiu@asamilano.org

Razzismo e sieropositività

ASA-Associazione Solidarietà Aids era presente al presidio **“Europa senza muri”** che si è tenuto martedì 28 agosto a Milano, in Piazza San Babila e aderirà sempre a manifestazioni contro il razzismo.

Perché? Cosa c'entra la sieropositività con il razzismo, potrebbe chiedere qualcuno.

Le risposte sono molteplici. In primo luogo ASA si è sempre battuta per i diritti civili e umani e di conseguenza non può far finta di niente di fronte ai respingimenti di persone che scappano da guerre e alla escalation di violenza a sfondo razziale che sta dilagando in Italia.

A luglio e ad agosto vi sono

state **numerose aggressioni e ferimenti di persone di colore** con una sola colpa: la pelle nera. A queste si aggiungono quelle perpetrate **nei confronti di persone LGBT**.

ASA è stata fondata da persone omosessuali e noi sappiamo bene cosa significa essere considerati “diversi” e quanto abbiamo pagato e paghiamo per questa diversità: essere allontanati da alberghi o ristoranti, avere difficoltà a trovare una casa in affitto o, addirittura, essere rifiutati dai genitori.

ASA si occupa di HIV e AIDS e negli anni abbiamo **combattuto lo stigma e il pregiudizio** che circonda questa malattia. Genitori che abbandonano i figli, persone che non parlano della loro sieropositività a colleghi e

amici per paura di perdere il lavoro e gli affetti.

E allora, per favore, non meravigliatevi se noi siamo e saremo sempre in prima linea con la nostra solidarietà alle persone vittime di razzismo e a ribadire che noi siamo **contro tutte le discriminazioni e violenze**.

In questi giorni è particolarmente importante, come lo è stato partecipare al Pride a giugno, dimostrare il nostro orgoglio di persone libere dalla malattia del razzismo che è più grave e pericolosa dell'HIV.

I Sentinelli di Milano stanno organizzando un'altra manifestazione a Milano e noi ci saremo: **domenica 30 settembre** in piazza Duomo dalle 15 alle 17.

Marinella

EssePiù cambia pelle

Dopo tanti anni EssePiù cambia pelle.

Il motivo è duplice:

dimensioni e risparmio.

Ci siamo resi conto che molte persone, ai tavoli ma anche in sede, non prendevano EssePiù per le sue dimensioni di difficile gestione. Il nuovo formato più piccolo consente di riporlo nella tasca ed è più facile da gestire.

Il nuovo EssePiù ci consentirà anche un

notevole risparmio sui costi di stampa, una scelta quasi obbligata non avendo più la sponsorizzazione che sosteneva proprio questi costi.

E poi è sicuramente più bello e accattivante e di questo dobbiamo ringraziare Marco Alcamo che ha studiato il progetto grafico e che ne cura l'impaginazione, in totale volontariato. Questo è il motivo del ritardo nella pubblicazione.

Ovviamente attendiamo commenti e suggerimenti.

La redazione di EssePiù

Castelli di Carte in ASA

Il romanzo di Fabio Marelli tratta un argomento ancora molto attuale: il coming out, ovvero la dichiarazione della propria omosessualità. Lo presenteremo venerdì 19 ottobre alle 18e30 in associazione con una tavola rotonda su coming out di omosessualità e sieropositività.

Fabio Marelli dall'età di 16 anni è uno speaker radiofonico, oggi lavora a Discoradio. Molti lo conoscono perché ha presentato Milano Pride 2018 e per i suoi video-meteo comici su YouTube. Radio, TV, social network: la sua passione è comunicare, ma non chiedetegli cosa farà da grande. Il libro "Castelli di carte", edito da Do it human, è la sua opera prima con la quale affronta un tema difficile: **il coming out.**

Fare coming out non è facile e in questo periodo è ancora più difficile, considerato il clima di caccia alle streghe che si sta diffondendo in Italia.

Fabio Marelli deve aver pensato a quanti ragazzi si riconosceranno nelle difficoltà del protagonista. E anche a quante donne si rispecchieranno in Luisa e quanti genitori si interrogheranno sulle reazioni descritte in Castelli di Carte.

Ho apprezzato molto il romanzo di Fabio Marelli, per questo **lo presenteremo in ASA-Associazione Solidarietà Aids venerdì 19 ottobre alle 18e30 con una tavola Rotonda "Omosessualità e sieropositività: due coming out difficili"** a cui parteciperanno: l'autore **Fabio Marelli**, Massimo Cernuschi presidente ASA, Michele Manfredini volontario ASA e le psicologhe di ASA **Alessandra Bianchi e Giorgia Fracca**. Moderatore **Marinella Zetti**.

Per incuriosirvi e sollecitare la vostra partecipazione, vi propongo la sinossi del libro.

"Fabio è un ragazzo caparbio che impegna le proprie energie nella costruzione del suo mondo ideale. Si nasconde da ciò che non vuole vedere e si mostra per come vuole apparire. Si confronta



sempre con Lisa, collega e migliore amica, che desidera da lui qualcosa di più, qualcosa che Fabio cerca in Alessandro e poi in altri. Bugie e omesse verità obbligano Fabio a vivere molteplici vite a seconda della persona che si trova di fronte, fino al punto di rottura che lo costringe a seguire l'unica strada possibile: la sua. "Castelli di carte" potrebbe riassumersi in tre aggettivi: ironico, empatico e autentico. L'autore affonda la propria indagine nel suo passato, distruggendo quelle costruzioni sociali e caratteriali che nascondevano sapientemente un bambino non ancora cresciuto e per certi versi ferito. Un libro a più livelli, che sfoglia delicatamente ogni strato della mente di un essere umano. Ogni pagina è scritta per essere d'ispirazione per chi ha rischiato o rischia di ritrovarsi prigioniero di se stesso e dei suoi castelli di carte. Tra sessualità, lavoro, famiglia e amicizie, Fabio si mette in gioco raccontando il suo viaggio verso la conquista dell'onestà emotiva".

E naturalmente vi aspettiamo in ASA – via Arena 25 – venerdì 19 ottobre alle 18e30.

Marinella

Digitalizzazione Coperte dei Nomi

Un nuovo progetto che renderà le “Coperte dei Nomi” sempre disponibili e visibili.

Dopo aver bussato a tante porte e aver ricevuto risposte negative o “ci penserò”.... Abbiamo deciso di fare da soli. La Digitalizzazione delle “Coperte dei Nomi” si farà perché le Coperte sono troppo importanti per ASA e perché rappresentano un **veicolo unico per fare prevenzione**. Ovviamente stiamo **coinvolgendo alcuni personaggi** per rendere il nostro progetto più appetibile e per questo non vi possiamo ancora svelare il mistero.

Ma lo faremo, in grande stile con un evento che sarà super...

Avete presente Il CandleLight al teatro Parenti?

Ancora più incisivo.

E per il momento non vi diciamo altro. Ma voi continuate a leggere il sito di ASA e a seguirci sui social e avrete le anteprime.

Marinella & Federico



Aperitivo in ASA

Giovedì 4 ottobre dalle ore 19:00 vi aspettiamo nella sede di via Arena 25.

Sarà l'occasione per ritrovarci al ritorno dalle vacanze, stare insieme e raccogliere nuove idee per la realizzazione dei prossimi eventi che ci vedranno in campo fino a dicembre. Quest'anno vorremmo rendere più preziose e nuove le nostre iniziative per raggiungere sempre più persone e anche, perché no, divertirvi. Per questo motivo pensiamo che le vostre idee siano fondamentali e speriamo tanto possiate esserci. **Il giovedì l'ingresso nell' area C è gratuito già a partire dalle 18.30.** Salvate quindi questa data in agenda e fateci sapere se ci sarete!

Per le comunicazioni e adesioni: asa@asamilano.org

Un fortissimo abbraccio, a presto
Gli amici di ASA Onlus

Test rapidi in ambiti non convenzionali. Perché? E come?

Con questo numero comincia una rubrica dedicata ad una attività che è tra i fiori all'occhiello di ASA: i test HIV rapidi nei locali.

Gli strumenti a disposizione per rallentare e, in un futuro speriamo non troppo distante, fermare la diffusione dell'HIV sono per fortuna molti. ASA è da sempre in campo per utilizzare tutti gli strumenti disponibili, in base alle evidenze scientifiche più recenti. I diversi strumenti sono solitamente più adatti ad alcune categorie di persone, ma ce n'è uno che è utile davvero per tutti: il test HIV.

Fare regolarmente il test HIV permette, in caso di infezione non ancora diagnosticata, di diagnosticare l'infezione e cominciare la terapia antiretrovirale il prima possibile. Questo porta a due importanti risultati positivi: la salute della persona sarà complessivamente migliore nel medio-lungo termine e in tempi relativamente brevi la persona non potrà più trasmettere l'HIV. Infatti, con le terapie più recenti la carica virale può diventare non rilevabile in appena tre mesi dall'inizio della terapia e una volta raggiunta questa condizione la quantità di HIV in circolo non è più sufficiente a trasmettere l'infezione ad un'altra persona, in qualsiasi situazione. Cominciare tempestivamente la terapia antiretrovirale e monitorarne costantemente l'efficacia è il metodo più efficace che ci sia per prevenire la diffusione dell'HIV, definito come TasP (Treatment as Prevention, Terapia come Prevenzione). Però la TasP può funzionare solo se le persone che hanno avuto rapporti a rischio fanno regolarmente il test per l'HIV. L'implementazione di questi due strumenti, insieme anche alla PrEP, in particolare è all'origine del calo rapido e senza precedenti delle nuove diagnosi di HIV nel Regno Unito e in particolare a Londra. Gli

ultimi dati diffusi a settembre 2018 hanno mostrato un calo delle nuove diagnosi del 28% dal 2015 al 2017, mentre guardando solo la popolazione MSM (maschi che fanno sesso con maschi) nello stesso periodo il calo è stato del 44% a Londra e del 28% nel resto del Paese. Questo risultato è stato raggiunto a fronte di un numero maggiore di test effettuati, specialmente in ambiti non convenzionali, al di fuori dei centri clinici, e di azioni mirate per le popolazioni più a rischio.



Di qui l'impegno di ASA, a partire dal 2012, a offrire la possibilità di fare il test nella propria sede. In questo modo è possibile fare il test in un ambiente più amichevole e accogliente di un centro clinico, ma con lo stesso livello di sicurezza e affidabilità e la garanzia dell'anonimato. Quindi dal 2016 i volontari di ASA hanno cominciato a offrire questa possibilità anche ai frequentatori di alcuni locali. Poiché la popolazione MSM è colpita dall'HIV in modo molto disproporzionato rispetto alla popolazione generale è necessario offrire un servizio specifico per questa popolazione. In quest'ottica ASA ha deciso di offrire il test proprio in quei circoli privati al cui interno sia possibile fare sesso, portando quindi questo servizio direttamente dove è più

utile. Nelle saune, nei cruising, sex club e in tutti quei locali dotati di dark room è infatti molto probabile che avvenga un alto numero di rapporti a rischio.

Che tipo di test offre ASA?

Il test HIV offerto nei locali, così come in sede, è un test rapido di quarta generazione. Come tutti i test HIV di quarta generazione rileva la presenza di anticorpi specifici per l'HIV e dell'antigene p24 (una proteina che compone l'involucro esterno del virus).

Tuttavia, questo è "solo" un test di screening, un test che risulti reattivo non può portare ad una diagnosi di sieropositività, ma deve essere confermato da un test diverso, da effettuare in un centro clinico. Il periodo finestra per questo test è relativamente breve, il test risulta reattivo nella maggior parte dei casi tra i 15 e i 22 giorni dopo una effettiva esposizione all'HIV ed è sempre reattivo dopo 45 giorni. Così come per il risultato reattivo un test che risulti non reattivo comincia ad essere affidabile dopo 15 giorni dall'ultimo rapporto a rischio ed è sicuramente affidabile dopo 45 giorni. Il test viene effettuato su un piccolo campione di sangue (poche gocce) ottenuto tramite prelievo capillare su un polpastrello. Infine, è rapido perché dà il risultato in 20 minuti.

Il test è sempre effettuato da un medico specialista, quindi è garantito lo stesso standard di accuratezza, sicurezza e professionalità rispetto ad un centro clinico. Inoltre, in caso di risultato reattivo, lo specialista indirizzerà la persona (se lo vuole) presso il proprio ambulatorio per gli ulteriori accertamenti necessari. In questo modo la persona, una volta nel centro clinico, non avrà a che fare con un medico del tutto estraneo e l'inizio della terapia potrà avvenire in tempi più brevi. Inoltre, durante i test nei locali è sempre presente un gruppo di volontari adeguatamente formati che forniscono informazioni sul test, accolgono e accompagnano le persone attraverso tutte le fasi del test. I volontari sono anche a disposizione per rispondere a tutti i dubbi e le domande relative alla

salute sessuale.

Gli appuntamenti coi test nei locali sono anche un'occasione per raccogliere delle informazioni anonime su abitudini e preferenze degli utenti, in modo da poter migliorare e rendere più mirate le nostre attività. Queste informazioni vengono raccolte attraverso un questionario che i nostri volontari chiedono di compilare prima di fare il test. Il questionario offre anche molti spunti per un dialogo con le persone riguardo a tipologie di rischio, metodi di prevenzione e riduzione del danno (tra cui anche la PrEP), sia per le infezioni sessualmente trasmissibili sia per il chemsex.

Nei prossimi numeri vi racconteremo la storia di questa attività, i risultati che sono stati raggiunti e quello che abbiamo imparato grazie ad essa.

Pietro Vinti

X MILLE

5

**AIUTACI AD
AIUTARE!**

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

C.F. 97140700150

“
Sic
tutto
un
e
”

Il cosiddetto
giorno
“sfortunato”.

Eppure nella mia vita il venerdì 17 è sempre stato un giorno fortunato: quando frequentavo l'università, gli esami sostenuti venerdì 17 sono stati quelli dei 30 e lode. Da lì la convinzione che quella data avrebbe sempre portato nella mia vita qualcosa di buono.

Sono una donna di 50 anni ma la storia che vi voglio raccontare mi vede protagonista a 47 anni.

Stavo vivendo la mia vita bellissima. Mi ero da poco trasferita a convivere con il mio compagno, l'uomo della mia vita, l'unico che ho amato e amo e con il quale avevo deciso di condividere tutto. Eravamo felici.

Dopo appena 4 anni di convivenza, il mio compagno allora 49enne iniziò a non stare bene. Malessere, stanchezza cronica, mal di schiena e di testa, confusione mentale, tutti sintomi che il medico di base attribuì alla stanchezza per troppo lavoro. Per sicurezza gli fece fare gli esami del sangue, un banalissimo emocromo, che evidenziò un netto calo di globuli bianchi. Ma il medico liquidò il tutto con la diagnosi più assurda che un medico possa fare: stress.

I sintomi peggioravano e i globuli bianchi scendevano; ma per il medico di base non c'era niente di cui preoccuparsi.

Fino a quando questo malessere diventò un problema serio perché, guidando l'auto, il

mio compagno si ritrovò in tangenziale a sbandare a destra rischiando di finire contro il guard rail.

Andammo da un neurologo. Lui si accorse immediatamente che c'era qualcosa che non funzionava correttamente nel suo cervello e lo invitò a recarsi in pronto soccorso per una tac urgente.

Diagnosi: ischemia. I medici però non ne erano convinti. Lo ricoverarono e da quel giorno ha inizio questa storia.

Vari esami di approfondimento mentre i sintomi peggioravano: formicolii nella parte destra del corpo che gli impedivano di camminare correttamente e iniziavano ad impedire l'uso della mano destra.

Risonanza magnetica. Diagnosi: tumore al cervello. Una doccia fredda. Venne trasferito in un altro ospedale per eseguire una biopsia al cervello.

Il giorno del ricovero gli fecero firmare il consenso per il test HIV, test che lui non aveva mai fatto.

Eravamo frastornati, confusi, non capivamo cosa stesse succedendo.

Questo test, proprio per la peculiarità di questa infezione, coinvolse emotivamente non solo il mio compagno ma anche me. Ma mi sentivo tranquilla: avevo fatto l'ultimo test 5 anni prima perché il mio medico di base, in occasione di uno screening generale sulla mia salute, aveva voluto escludere tutta una serie di patologie. Infatti il test era risultato negativo come tutti gli altri relativi ad eventuali infezioni MST e non solo.

Allora mi sorprese il fatto che io, da brava ragazza quale sono sempre stata, fossi stata sottoposta ai test per MST soprattutto perché nella mia ignoranza pensavo che l'HIV fosse un'infezione che riguardava solo alcune categorie di persone. Ma il mio medico di base è sempre stato molto scrupoloso, e quando ritirai il test negativo subito pensai che avesse esagerato a supporre che io potessi aver contratto quel maledetto virus.

Dopo 3 giorni dal prelievo fatto al mio compagno, che nel frattempo stava

peggiorando a vista d'occhio nonostante le alti dosi di cortisone in vena alle quali era stato sottoposto per la diagnosi di tumore al cervello, arrivò la doccia ghiacciata.

Quel giorno, quando arrivai all'ospedale, i medici avevano prelevato il mio compagno dalla sua stanza per comunicazioni importanti. Quando rientrò, con una faccia sfigurata dal terrore e dall'incredulità mi disse: mi hanno detto che ho l'AIDS conclamato!

Immediatamente pensai a me stessa. Corsi subito dai medici e agitatissima chiesi spiegazioni. Mi dissero che il mio compagno era risultato positivo al test con viremia altissima e pochissimi CD4 e che molto probabilmente la patologia che lo stava assalendo non era affatto un tumore al cervello ma un virus al cervello, una infezione opportunistica causata dal fatto che l'HIV aveva distrutto il suo sistema immunitario. Mi fecero subito l'impegnativa per andare a fare il test e il giorno dopo ero lì a fare questo maledettissimo esame del sangue.

Era mercoledì. Il referto me lo avrebbero consegnato il lunedì successivo.

Il venerdì trasferirono il mio compagno al reparto di malattie infettive, in condizioni gravi.

Evidentemente tutto quel cortisone stava definitivamente disintegrando quel poco di sistema immunitario che gli era rimasto.

Arrivammo in questo nuovo mondo da stranieri. Non sapevamo niente. Di questa maledetta malattia eravamo fermi all'alone viola degli anni '80 quando morivano tutti. Eravamo terrorizzati.

La prima persona che incontrai lì, il primo medico con il quale riuscii a parlare fu la più brava infettivologa del mondo. La vidi, scoppiai a piangere e lei mi abbracciò, mi rassicurò dicendomi che eravamo nel posto giusto. Chiese di me. Le dissi che avevo fatto il test due giorni prima e che i risultati li avrei avuti il lunedì.

Dopo circa un'ora dal nostro ingresso in questo nuovo mondo la dottoressa mi chiamò nel suo studio e mi disse che aveva già il risultato del mio test: positivo.

Scoppiai a piangere.

Prima domanda: ma io vivrò?

Risposta: sì.

Era venerdì 17 aprile. La mia teoria sul venerdì 17 giorno fortunato si era smontata in un attimo. Mi sentivo la persona più sfortunata del mondo. Non capivo niente, mi bastavano le poche parole del medico per andare avanti.

Non mi preoccupai più per me stessa. Il mio unico pensiero era rivolto al mio compagno che stava morendo.

Le sue condizioni peggioravano sempre di più. Nel giro di una settimana era paralizzato nella parte destra del corpo, allettato, con il pannolone, non era più in grado di parlare. Davanti ai miei occhi un incubo.

Ci spiegaron subito tante cose: che l'HIV era gestibile rispetto a tanti anni prima, che ora esistevano farmaci in grado di controllare l'infezione, di tenere a bada il virus.

Il mio compagno assunse il primo cocktail di farmaci immediatamente e nel suo caso, così grave, dovevamo solo aspettare, sperare, pregare che questi farmaci riuscissero a salvargli la vita.

E così fu. Non morì. Recuperò i suoi pochi CD4 lentamente ma la viremia scese e si azzerò in un paio di mesi.

Ovviamente le lesioni al suo cervello rimasero e la qualità della sua vita non è più quella di prima ma questa è un'altra storia. L'infettivologa mi chiamò per parlare di me. Nel frattempo mi avevano fatto fare un sacco di cose: ulteriori esami del sangue, esenzione o2o, passaggio in cura.

Partivo da una situazione abbastanza buona: 350 CD4 e 11000 di viremia il che faceva pensare a un'infezione non recente ma nemmeno così antica.

Mi visitò. Avevo alcuni linfonodi gonfi e niente di più.

Mi prescrisse la terapia: 2 pastiglie al giorno tutti i giorni alla stessa ora per sempre.

Quel per sempre era la cosa che mi angosciava di più, ma non avevo alternative.

Iniziai ad assumere i miei salvavita.

Terrorizzata dagli effetti collaterali, terrorizzata punto.

Presi quella pastiglia arancione insieme ad una piccola giallina pensando che avrei vomitato, sarei stata malissimo.

Ma niente di tutto questo. Era come se non avessi preso niente.

Andai avanti un mese in attesa del primo controllo.

Primi esami: viremia negativa e 450 CD4.

Entusiasmo! Mi sentivo rinata.

Da lì andò tutto bene, benissimo!

Ora ho 1300 CD4 e la viremia è sempre rimasta negativa. Tutti gli altri esami sono a posto.

L'infettivologa più brava del mondo, che nel frattempo è diventata una mia amica, mi ha recentemente semplificato la terapia, quindi prendo meno principi attivi e il mio fisico è contento.

Ma il nuovo mondo nel quale ero precipitata era tutto da scoprire.

Vennero i problemi psicologici, perché questo maledetto virus ti colpisce la mente e l'anima anche quando fisicamente va tutto bene.

Mi consigliarono uno psicologo, che mi aiuta ancora oggi a capire tante cose di me, perché questo maledetto virus ti disintegra la terra sotto i piedi.

Ma io amo la vita e devo necessariamente amare la mia vita anche in questo nuovo mondo nel quale sto imparando a vivere.

Ho conosciuto persone meravigliose delle quali non posso più fare a meno.

Frequento l'ASA ed è bellissimo ogni volta che entro nella loro sede.

Leggo, studio, mi interesso al problema HIV perché ho capito che l'ignoranza su questo argomento è la base dello stigma che la riveste.

Purtroppo in Italia ancora oggi esiste un pregiudizio radicato su questo virus e una totale ignoranza che è la base delle discriminazioni che subiamo. Per questo tanti di noi sono costretti a non dire nulla del proprio stato, per questo non saprete mai il mio nome.

La terapia ci rende non contagiosi ma nessuno lo sa. Così non possiamo svelare il nostro stato a nessuno perché la società ci

vede come untori e persone dalle quali stare alla larga.

Per questo motivo mi impegno a spiegare soprattutto ai giovani che l'HIV è un virus che non colpisce solo alcune categorie di persone deplorable, ma può venire in contatto con chiunque abbia comportamenti a rischio cioè rapporti sessuali non protetti; ma non c'è da vergognarsi perché tutti facciamo sesso, proprio tutti.

E l'unico modo per salvarsi la pelle è fare il test. Non c'è altro da fare. Avere paura di fare il test per il terrore del risultato è il comportamento più a rischio e molto probabilmente è ciò che ha portato il mio compagno a non farlo mai e ritrovarsi con quell'infezione mortale che è sparita, ma che gli ha lasciato segni permanenti.

In questo momento esatto sono in Sardegna davanti ad un mare azzurrissimo e ad un cielo dal respiro ampio.

Mi sto godendo un vero spettacolo della natura, un'esplosione di vita.

Alle 15 prenderò le mie due pastigliette e finisce lì il pensiero al mio HIV.

Poi esami del sangue ogni 8 mesi e un'infettivologa che è ormai una mamma.

E il pensiero va a quel maledetto venerdì 17, il giorno più fortunato della mia vita! Molto più fortunato di tutti quei venerdì 17 che mi facevano prendere 30 e lode all'università. Già perché quel venerdì 17 mi ha salvato la vita.

Il test HIV anche se positivo non è sfortuna non è una condanna a morte.

Ci sono i farmaci. Ci sono medici preparatissimi, non si contagia più nessuno e si vive esattamente quasi come se niente fosse.

La sofferenza è solo psicologica ed è tutta racchiusa nella nostra mente quando non si riesce a pensare che in fondo siamo persone che non hanno fatto niente di male.

Non c'è niente di cui vergognarsi.

Vivo in questo nuovo mondo sempre meno

da straniera e ogni giorno ringrazio il cielo che mi ha dato la possibilità di non morire e di riuscire ad andare avanti molto ma molto meglio di prima. Con una consapevolezza del valore della vita che nessuno dovrebbe mai dare per scontato.

Anonima

“
Scrittura
”

Da ora anche Tu puoi pubblicare una Scrittura su ESSEPIÙ.

Mandaci una e-mail con oggetto scrittura a:
essepiu@asamilano.org

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

**LIBRE
GGIA
NDO**

DI MARINELLA ZETTI

Secondo la classifica di Amazon, per il sesto anno consecutivo, Milano è la città in cui si legge di più, così la smetteranno di dire che i milanesi pensano solo al lavoro... Per loro e per tutti gli amanti dei libri, ecco i miei consigli, come al solito molto personali.

In questo periodo credo sia molto appropriato leggere **“Incontrarsi”** un’antologia di racconti realizzata nel 2012 dal “Caffè Letterario” della casa Internazionale delle Donne di Roma con il sostegno e il patrocinio della Provincia di Roma, edito da Ediesse. Con una prefazione di Cecilia D’Elia e l’introduzione delle componenti della giuria, il

libro non propone solo i 10 racconti delle vincitrici, ma tutti i 34 testi pervenuti, per il loro valore intrinseco. Sono infatti una preziosa testimonianza di quanto può essere lungo il cammino che ci porta alla reciproca conoscenza. E di quanto può essere ricco. E alcuni sono veramente molto belli.

“Roma insolita e segreta” di **Ginevra Lovatelli, Adriano Morabito e Marco Gradozzi** (edizioni Jonglez) è una guida molto speciale di Roma, edita da dedicata a chi desidera scoprire il volto nascosto della città. Sfogliando le sue pagine, potete visitare palazzi chiusi al pubblico, ammirate opere d'arte straordinarie senza essere circondati da turisti, assistere a un concerto in un magnifico oratorio segreto o alla liquefazione del sangue di San Pantaleone, sorprendervi davanti a una rara meridiana catottrica o stupirvi per un'insolita anamorfose; scoprire il quadro motorizzato di Rubens e i segreti del Vaticano, ritrovare un capolavoro perduto del

Bernini, fermarvi davanti all'immagine del Sacro Volto di Cristo che, impressa su una medaglia, nel 1968 arrivò sulla Luna, infine organizzare una cena romantica in un palazzo privato... Lontano dalla folla e dai consueti cliché, Roma conserva tesori nascosti che rivela solo ad abitanti e turisti pronti a uscire dai sentieri battuti.

Con **“Mio caro serial killer”** di **Alicia Giménez-Bartlett** (edizioni Sellerio) torna in campo Petra Delicado. L'ispettrice di Barcellona è un po' giù, sente che gli anni le sono piombati addosso tutti insieme e un nuovo, un delitto «mostruoso e miserabile», caso la scuote. Una signora sola, mai sposata, con un piccolo lavoro e una piccola vita, è stata trovata accoltellata. L'assassino si è accanito su di lei e ha poggiato sul corpo martoriato un messaggio di passione. Questa volta per sciogliere l'intricata matassa di colpevoli che sembrano vittime e vittime che appaiono colpevoli, Petra e Fermín devono affidarsi a un'indagine logica, quasi da

detective deduttivi non da piedipiatti; e soprattutto la dura ma empatica poliziotta deve affrontare il lato peggiore dell'uomo.

“Azalea Rossa” di **Anchee Min** è stato edito da Guanda nel 1994. Narra storie vere, ha cambiato i nomi per proteggere le persone. Negli anni della Rivoluzione culturale la giovane protagonista, educata sin da piccola secondo i dettami del Partito, entra in una fattoria "modello" denominata "Fuoco rosso". Dopo le prime illusioni l'esperienza si rivela devastante: la fattoria è in realtà un carcere. Unica possibile rivale risulta l'amore, clandestino perché proibito, e proibito perché in contrasto con il principio di totale dedizione alla comunità. Le pagine dedicate alle esperienze erotiche, anche con altre donne, della protagonista sono tra le più intense del libro. Il libro è un'intensa vicenda femminile, la storia di una ricerca d'amore e di libertà.

E per finire “Fratello inverno” di **Fabio Baldassarri e Giulia Mancina**. Quando si avvicina la rigida stagione invernale approdiamo a uno stato di percezione del declino, è come se tutto si sopisse eppure... Eppure le stagioni in arrivo sono essenziali per il giusto equilibrio tanto quanto la primavera e l'estate. Per affrontarle correttamente basta depurare il nostro corpo e nutrirlo senza gli

eccessi di alimenti grassi. Per farlo nel modo giusto, un piccolo vademecum che vi insegnerà a curarvi da raucedini e tosse, ma vi aiuterà anche a distinguere tra oli essenziali e oli vegetali, tra infusi e decotti. Perché i crociati portavano sempre addosso un rametto di timo? Lo sapevate che non si debbono mai raccogliere le piante medicinali con tempo piovoso o comunque umido o in presenza di nebbia? Non avete che da leggere lo splendido libro dell'erborista romano Fabio Baldassarri per scoprire molte altre utili cose sul magico mondo delle erbe...

Il saggio è disponibile solo in versione digitale.

I libri suggeriti li trovate in libreria o sui siti di vendita online. Se abitate a Milano, vi consiglio di **passare in ASA** dove vi aspettano tantissimi libri, Cd e Dvd a prezzi molto bassi, praticamente quasi regalati.

Buona lettura.



15 settembre 2018
BACK TO OFFICE
NUOVI ARRIVI AL bASAr



Sabato 15 settembre 2018 // 10.00 alle 18.00
Via Arena 25 - Milano (vicino alla m2 S. Agostino/Porta Genova)

I prossimi appuntamenti:
13 ottobre / 10 novembre
/ 15 dicembre (3° sabato)

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

TEST RAPIDO HIV SICURO ANONIMO GRATUITO CON ESITO IN 20 MINUTI

Ti aspettiamo
ogni 2° martedì del mese dalle h 12.30/18.00
presso la nostra sede in via Arena 25, MI
(M2 S. Agostino / P.ta Genova)





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

Il mio desiderio; personale. Mettere in carreggiata la mia anima, ritrovare l'amore. Una persona, del tutto determinata, a costruire una convivenza. Per stare insieme, pienamente, nella semplicità di quelle emozioni e le quali d'altro canto ho vissuto di recente, nell'affidabilità dell'energia, che donano le palpitazioni del cuore. Vorrei convivere con il mio amore nella mia casa, dove ora mi trovo solo. 181 X 72 kg. I miei occhi, azzurri, di un bel taglio. E per fortuna, o cos'altro, dagli altri sento dire, un aspetto assai giovanile. Ed anche, gradevole. Incontrerei ragazzi, insospettabili, e maschili. Proprio, come me. Un'età, che sia coinvolta dal tempo, ad un livello che scorre, e non oltrepassa questi miei attuali. Cioè, 46 anni. Vivo a Milano. Se ti senti, pienamente, casomai, in vista, di un caffè. Poi, chi lo sa. Astenersi: i cosiddetti bugiardi e/o gli amanti dei paradisi artificiali, in genere. Le erbe: ecc, ecc... Ed innanzitutto se non amate la fedeltà. - Scrivimi: dolenetys@gmail.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 condivisione 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

miglio. 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 pinor1955_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, cercao 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

-

Donna di 56 anni, di Piacenza, cerca coetaneo o persona piu' anziana, per relazione seria. amo la lettura, il cinema ed i viaggi. Marisa.
tel: 320 2789533.

-

Carino, simpatico, non libero 66 anni di Milano, sieropositivo da 7 anni cerca amica per passare pomeriggi rilassanti senza problemi , fatti di

coccole carezze, baci, solo ed esclusivamente per piacere, solo di giorno, dal lunedì al venerdì. Rispondo a tutte. Cell 320 7773727 . mail giegigi46@gmail.com. chiamate o scrivete ,non resterete deluse. Ciao Pier

-

Ciao, sono una donna di 51anni, cerco una persona 50/55 anni, non mi interessa tanto l'aspetto esteriore, preferisco un uomo intelligente, dolce e maturo. Grazie. ciao. no msm . Tel 342 0043317.

-

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

-

Pino, 66 anni giovanile carino simpatico non libero, sieropositivo da 10 anni con carica virale negativa ma ancora deciso a vivere la vita, cerca amica non importa età e condizione familiare per passare piacevoli pomeriggi fatti di carezze, coccole ecc ecc senza complicazioni o menate ,solo per pomeriggi di piacere mio Cell 366 4743488 o inviare messaggio con coordinate per sentirci al telefono in libertà, prova, non ti pentirai , ciao ciao Pino

-

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, sono una donna di 51 anni, sieropositiva da 31 anni e sto bene. Vivo in Emilia e sarei curiosa di scoprire se esiste un uomo che mi ispiti tra tanti sieropositivi. Mail : moonage_d@yahoo.it

-

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, ho 50 anni sierio+ in terapia negativa sono in salute vorrei conoscere una donna con il mio stesso problema x condividere amicizia eventuali relazioni sono una persona seria mi piace viaggiare divertirmi vorrei che lo fossi pure lei età 35/45 anni. brescia bergamo cremona milano in lombardia chiamare al 338 812115

-

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

-

49enne, single, desidera conoscere ragazza single a scopo amicizia ed eventuale relazione in zona Monza Brianza, no avventure no perditempo, sono graditi anche SMS cell.3385279427.grazie, cordiali saluti.

-

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

-

44enne, ragazzo simpatico, bergamo, cerca compagno alla pari, zona milano bergamo brescia, per amicizia eventuale relazione, amo musica, cinema, viaggi. Sono attualmente in terapia con buono stato di salute. Dopo tanti annunci invano spero nella volta buona. mayboy71@virgilio.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

-

Sono un uomo di 49 anni sierio+ in salute in terapia con viremia negativa. Cerco una donna che come me ha lo stesso problema, che ama la vita, viaggiare andare al cinema, andare a cena fuori, che sia dolce affettuosa e sincera, età da 35 a 45, zona Brescia Bergamo Cremona, italiana .Non tossici ne disastriati scopo amicizia eventuale relazione. chiamare al 334 1465122 grazie

-

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 dafterew2003@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.

-

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

Per pubblicare un annuncio, inviare il testo all'indirizzo email: essepium@asamilano.org
La presenza degli annunci è subordinata allo spazio disponibile e all'arrivo di nuovi annunci.



Serata informativa dedicata a chi ha scoperto da poco di essere sieropositivo

CALENDARIO

09 gennaio	10 luglio
13 febbraio	
13 marzo	11 settembre
10 aprile	09 ottobre
08 maggio	13 novembre
12 giugno	11 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)



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 sieropositivo che devono recarsi in ospedale per visite o cure in day hospital.

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

Gruppo The Names Project: Centro raccolta coperte dei nomi, le coperte decorate da amici e parenti di persone vittime dell'AIDS, e coordinamento per l'esposizione delle coperte durante la celebrazione del primo di dicembre, giornata mondiale per la lotta contro l'AIDS.

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-Pont : Test HIV e diffusione di materiale informativo e preservati nei luoghi di aggregazione, aventi e locali.

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

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

Essepium: Bimestrale di informazione e riflessione rivolto a persone sieropositivo 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.