

Relazione missione in Kosovo ottobre 2015 Capitolo 1: il viaggio e i partecipanti



La missione umanitaria in Kosovo si è svolta dal 14 al 21 ottobre 2015, il viaggio è stato effettuato in aereo.



Alla missione hanno partecipato cinque volontari. Umberto si è occupato della logistica e dell'organizzazione generale, mentre Marinella ha sviluppato i Progetti sociali e sanitari, occupandosi anche delle cene dei volontari.



Danilo ha curato l'intera spedizione degli aiuti umanitari e di persona ha provveduto alla loro consegna. Silvana ha effettuato le visite nelle famiglie e si è resa disponibile a supporto di ogni attività.



Paolo è stato come sempre una valida spalla per tutti, sempre disponibile e generoso. E' stata una missione impegnativa e i buoni risultati sono arrivati anche grazie al supporto dei tanti amici e volontari kosovari, i quali ci

hanno affiancato in tutte le attività. Il caro amico Arten ha voluto perfino salutarci alla partenza in aeroporto.

Capitolo 2: la preparazione del camion



Come sempre la preparazione del camion richiede molto tempo e l'impegno di tanti volontari. Per una serie di fattori questa volta tutte le attività si sono concentrate e l'intera operazione è avvenuta in soli quaranta giorni.



Tante le cose da fare, per realizzarle sono serviti sei interi fine settimana, alcune serate e numerosi pomeriggi.



Abbiamo raccolto i materiali necessari che i donatori hanno reso disponibili, arredi, abiti, generi alimentari, giochi, pannolini e tanto altro ancora. Per farlo abbiamo viaggiato e faticato molto, ma alla fine il risultato è stato buono.



Ogni materiale è stato controllato, imballato e destinato alle persone bisognose che ne avevano fatto richiesta. Particolarmente impegnativo è stato il confezionamento dei pacchi destinati alle famiglie kosovare più povere. Due i

tipi di contenuti, il “Pacco Aiuti” con cibo e materiali igienico sanitari, e il “Pacco Famiglia” con abiti e scarpe.



I 150 “Pacchi Famiglia” sono stati confezionati da Silvana con i volontari di Giussago, mentre i 500 “Pacchi Aiuti” sono stati realizzati in un solo giorno presso il magazzino di Brugherio grazie al lavoro di 20 volontari.



Dopo tanta preparazione è giunto il giorno di caricare il camion, domenica 11 ottobre di prima mattina eravamo pronti. Anche questa volta ci hanno affiancato nella faticosa operazione tanti giovani, li ringraziamo di cuore.



Molto velocemente pacchi e arredi hanno preso la via del camion, l'entusiasmo dei nostri ragazzi è contagioso, con la loro allegria anche noi volontari più maturi sentiamo meno la fatica.



Volumi e pesi sono notevoli è quindi indispensabile utilizzare al meglio ogni spazio del camion, questo obbliga ad un lavoro minuzioso e procura una certa ansia per il timore che non vi stia tutto sul camion. Sono ormai quindici

anni che carichiamo camion, quindi l'esperienza non manca, ma è meglio non prendere nulla sottogamba.



La parte più difficile del carico è quella finale, gli spazi si restringono e pare non possa più entrare nulla nel camion.



L'ultima fase del carico procura tensione in tutti i volontari, stanchezza e preoccupazione si fanno sentire.



Infine con calma e pazienza il camion si riempie completamente e lo sguardo di tutti corre al magazzino interamente vuoto. Ancora una volta siamo riusciti nel nostro intento, organizzare un carico di aiuti umanitari per le famiglie kosovare in maggiore difficoltà. Ogni pacco è destinato, non vi è nulla di caricato che non sia già attribuito.



Dopo 5 ore di intenso e faticoso lavoro il camion è riempito e pronto per partire, lo ritroveremo a Mitrovica tra qualche giorno, quando anche noi saremo giunti in Kosovo. Prima che parta possiamo gioiosi per una foto di gruppo.

Capitolo 3: sdoganamento camion



La preparazione del camion vissuta attraverso il nostro racconto talvolta potrebbe apparire semplice e facile. Ma non è proprio così! Questa volta oltre alle normali difficoltà, si è aggiunto un fastidioso controllo alla dogana di Pristina.



Nulla da eccepire, i doganieri kosovari hanno fatto il loro dovere, però avrebbero anche potuto evitare di smontarci il camion. Asvi gode di esenzione delle tasse doganali e quindi capiamo sia giusto controllare ancora meglio il carico, ma la lunga storia di aiuti alla popolazione e la nostra credibilità meriterebbero maggior considerazione.



Il risultato di controllare il carico è stato quello di causarci un ritardo di 24 ore sulla tabella di marcia, e cosa ancora peggiore l'apertura di molti pacchi e numerosi danni agli arredi, la situazione si è risolta al nostro arrivo in dogana.



Giunti al terminal doganale di Pristina la situazione ci è parsa subito grave, il camion era oggetto di scarico da parte

di numerosi facchini sotto l'attento controllo dei vertici doganali. La questione si è risolta grazie al nostro intervento che ha dissipato alcuni dubbi rispetto ai materiali, ma soprattutto grazie all'intervento della nostra ambasciata che ha garantito per noi. Siamo molto infastiditi da questo comportamento, comprendiamo la necessità di controllare le merci in entrata e di verificare la bontà del nostro operato, ma prima di "attaccare" un camion di aiuti umanitari in quella maniera bisognava pensarci molto su. Chiarita la questione e ottenuto il via libera, l'allegria compagnia si è sciolta lasciando sulla banchina a ricaricare noi e i facchini.



Il controllo minuzioso dei camion viene fatto a campione, ci hanno spiegato che ogni tot verifiche si accende una luce e a quel punto il carico viene ispezionato palmo a palmo, ma la luce con il nostro camion non si era accesa, quindi ci pare di poter dire che evidentemente abbiamo suscitato dei sospetti. Il risultato è stato che ci hanno contestato degli abiti nuovi, alcuni supporti sanitari quali sacche colostomia e strisce reattive per il controllo del diabete e dei giocattoli usati perché privi del marchio CE., il tutto corredato dal rimprovero per non aver esposto in fattura le singole voci ma utilizzando delle macro diciture. Umberto e Danilo hanno dato tutte le spiegazioni del caso e hanno poi vigilato sul ricaricamento dei materiali, il tutto in un clima di serenità ma con un forte disappunto da parte nostra. Non contestiamo assolutamente nulla, però invece di smontarci il camion avrebbero potuto mandare alla nostra sede un loro funzionario a presidiare lo scarico, sarebbe stato meno faticoso per tutti.



Ringraziamo tutti quanti si sono spesi per ridurre al minimo il disagio. Ringraziamo molto meno chi ha creato un finto problema che in realtà ha danneggiato solo noi volontari italiani che operiamo gratuitamente, lasciando lavoro e famiglie, utilizzando i nostri giorni di ferie, per aiutare i figli, gli anziani e le persone più deboli del loro Paese.

Capitolo 4: lo scarico del camion



Superato il problema doganale non vi sono stati più inconvenienti, venerdì 16 ottobre di buon mattino il camion è giunto alla nostra sede di Mitrovica, ad attenderlo oltre a noi italiani vi erano tanti volontari kosovari.



Dopo una breve manovra per posizionare al meglio il camion, lo scarico è incominciato immediatamente. La presenza di volontari locali superava ampiamente la nostra ma ci siamo dislocati in modo di scaricare al meglio.



Umberto sul camion smistava le merci, Marinella garantiva il collegamento con Danilo e Paolo all'interno del magazzino, un metodo semplice ma efficace che ha ottimizzato la fatica di tutti.



La presenza dei volontari kosovari si è fatta determinante, grazie a loro lo scarico si svolge molto più velocemente e soddisfa uno dei prerequisiti della nostra opera; il coinvolgimento e la partecipazione delle associazioni locali.



Tutti concorrono allo scarico del camion e onestamente non rileviamo furbizie, anzi qualcuno va anche frenato. Le merci continuano ad affluire e dietro le indicazioni di Paolo e Danilo vengono riposte correttamente.



La generosità è evidente, qualcuno persino esagera, Marinella si stacca da bordo camion e porta in magazzino un voluminoso scatolone. Il signore con le mani in tasca è l'autista del camion, il suo lavoro è guidare, però.....



Marinella continua la sua battaglia con le scatole, dovrebbe solo controllare ma di star ferma non se ne parla. Ognuno ha le proprie abitudini, chi scarica troppo e chi ama curiosare con le mani in tasca.



Abbiamo già detto della generosità dei volontari, ma alcuni abbiamo proprio faticato a tenerli calmi.



Belle facce sorridenti nonostante la fatica, o facce preoccupate come quella di Paolo per il sempre minor spazio. Dopo circa tre ore di lavoro il camion è stato svuotato, tutto è andato bene e la soddisfazione è stata grande.





Come da tradizione dopo lo scarico offriamo un piccolo buffet, la cosa è molto gradita e la partecipazione massiccia. E' in questa occasione che rivolgiamo alcune parole di sentito ringraziamento ai volontari locali.



Mentre in magazzino si festeggia, fuori restano ancora cose da fare, la firma dei documenti e la chiusura del camion.



Il camion che riparte dopo lo scarico è per noi una piccola cerimonia, corona con successo un periodo di lavoro molto intenso, chiude una fase della missione e ne apre una nuova, quella della distribuzione degli aiuti. Con grande soddisfazione accompagniamo con lo sguardo il camion fino in fondo alla via e ci felicitiamo tra di noi.

Capitolo 5: gli aiuti



La consegna degli aiuti è il coronamento di un lungo periodo di lavoro, è quindi sì faticosa ma molto gratificante. Dopo i tanti mesi dedicati alla preparazione del carico, è giunto finalmente il momento di consegnare ciò che potrà

dare conforto a tante persone e migliorarne la qualità della vita, questo ci permette di superare ogni ostacolo.



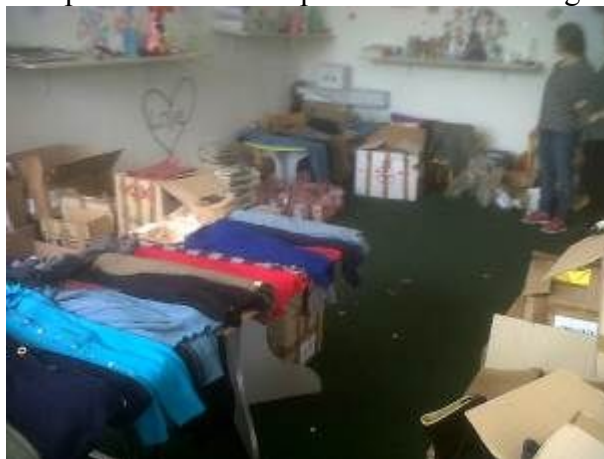
Il metodo è consolidato, si riempie il pulmino con gli aiuti e si parte alla volta dei beneficiari. I volontari condividono la fatica, i ruoli assegnati in Asvi sono puramente formali, si fa quel che serve, cioè tutti fanno tutto.



Di norma si privilegiano le consegne alle associazioni locali affinché possano incominciare subito la distribuzione. Pacchi, materiali e arredi vengono consegnati nelle loro sedi e le quantità donate sono sempre molto importanti.



Finito lo scarico le merci vengono controllate e verificate, infine i responsabili firmano per l'avvenuta consegna.



Una delle condizioni più importanti da noi poste è che le donazioni vengano smistate e consegnate al più presto. Per questo le sedi delle associazioni nei giorni seguenti alla consegna si trasformano in una sorta di mercatini benefici. Le persone bisognose visionano gli abiti per reperire quelli della giusta misura e tutte possono riceverne.



La regola del pronto utilizzo vale anche per materiali e arredi, dopo tanta fatica e impegno è per noi intollerabile che gli aiuti possano restare inutilizzati nei magazzini delle associazioni o nelle cantine delle famiglie. La verifica che tutto venga distribuito correttamente e utilizzato immediatamente è un nostro impegno costante.



Prima di destinare qualcosa lo si deve verificare, sin dall'Italia tutti i materiali vengono controllati e solo se ritenuti idonei diventano aiuti umanitari. Doniamo materiali usati ma devono essere funzionanti e ben tenuti.



Molto faticosa è la consegna alle famiglie, un attività capillare che impegna molto, ma davvero molto coinvolgente.



Il nostro impegno diretto nelle famiglie avviene in quei casi in cui i le stesse soffrano semplicemente di povertà e quindi non possano far parte di nessuna associazione che li tuteli. Spesso si tratta di nuclei famigliari molto grandi oppure di anziani soli, l'unico aiuto concesso loro è l'iscrizione nei registri comunali dei casi sociali.



Il nostro arrivo nelle famiglie è sempre accolto con gioia, ogni componente sa che ci sarà qualcosa per ognuno. Il capo famiglia per qualche giorno non avrà il problema di procurare il cibo, la mamma quello di come vestire i bambini. Già i bambini, ma anche per loro c'è un pacchetto: giochi, quaderni e qualche dolcetto.



La nostra è una piccola associazione ma i numeri sono grandi. Siamo giunti in Kosovo con il trentesimo camion, 15.000 kg. d'aiuti umanitari, tutti materiali indispensabili per molte persone. 600 pacchi alimentari, 150 pacchi di abiti e scarpe, 200 pacchi di pannoloni e pannolini, supporti sanitari e arredi, tanti arredi. Se messi tutti insieme, i mobili donati avrebbero arredato almeno 16 stanze, noi però li abbiamo distribuiti capillarmente risolvendo una parte di problema a tante famiglie, per questo stiamo già lavorando per il prossimo carico d'aiuti umanitari.

Capitolo 6: Progetto sostegno famiglie



Il Progetto sostegno famiglie si sviluppa necessariamente attraverso l'incontro con i responsabili delle associazioni locali con cui collaboriamo e questo avviene nel corso di ogni missione. Gli incontri si svolgono presso la nostra o la loro sede, ma anche nei bar perché le variabili sono tante, mancanza di corrente, di riscaldamento o difficoltà varie.



Dopo i colloqui ci rechiamo nelle famiglie per verificare gli esiti del nostro aiuto o per valutare nuove esigenze. Con il responsabile di Asvi Nord visitiamo una famiglia a cui abbiamo finanziato la ristrutturazione del bagno.



Marinella incontra i responsabili dell'Associazione Syndrom Down, una collaborazione molto importante e utile.



Tutti siamo impegnati negli incontri, Danilo con la responsabile di Qmfg e Marinella con quella di Handikos.



Gli incontri avvengono sempre con l'ausilio di un interprete, ma dall'associazione ciechi è necessaria la presenza di un assistente che sappia muoversi in quell'ambiente fornendo supporto e documenti al responsabile.



La sede dell'associazione Fisniku è molto lontana da Mitrovica, inoltre i suoi volontari durante la settimana lavorano tutti, per questo decidiamo d'incontrarci a metà strada la domenica mattina in un bar di Pristina.



Sempre a Pristina incontriamo il responsabile di Handikap e consegniamo gli aiuti, visto che è domenica e tutti dobbiamo correre un po' meno, accettiamo l'invito a svolgere la riunione in un bar davanti ad una tazza di caffè.



L'incontro con l'assessore ai servizi sociali del comune di Mitrovica è d'obbligo, poi questa volta, per ragioni politiche, c'è anche il cambio dell'assessore. Il dott. Beqiri è stato rimosso e ora vi è il dott. Nimani. Sono davvero tanti e impegnativi gli incontri con i responsabili delle organizzazioni locali, ma queste collaborazioni ci permettono di aiutare e sostenere migliaia di persone; donne, bambini o anziani che da soli non riusciremmo a raggiungere.

Capitolo 7: Progetti sanitari



I progetti sanitari richiedono anche in Kosovo grandi sforzi organizzativi. Non ci occupiamo solamente di portare in Italia i bimbi incurabili, il nostro contributo alla popolazione passa anche alla donazione di farmaci e sussidi sanitari.



Notevole l'impegno per ottenere i visti d'ingresso in Italia, per questo ci rechiamo alla nostra ambasciata di Pristina. L'assistenza è offerta in maniera continuativa a oltre 50 persone; diabetici, stomizzati, epilettici e cardiopatici. Le

donazioni riguardano sempre persone indigenti e trattano farmaci e supporti non reperibili in Kosovo.



Seguiamo tutte le pratiche necessarie affinché i bimbi giungano nei tempi stabiliti negli ospedali italiani.



Non curiamo solo la burocrazia, ci rechiamo di persona a casa dei piccoli pazienti per farci conoscere dai genitori. Rinor sarà presto ricoverato al Niguarda di Milano e con la nostra visita abbiamo rasserenato l'intera famiglia.



Un'altra delle attività che svolgiamo è quella di mettere al servizio di altre organizzazioni italiane le nostre potenzialità. Eccoci quindi a casa di una bimba, operata mesi orsono in Italia da un'associazione di Verona, per controllare che tutto vada bene. Con questo spirito collaboriamo con tante organizzazioni italiane interagendo al fine di ottimizzare le magre risorse con benefici reciproci. In quest'ottica effettueremo lo screening sanitario bambini che si svolgerà a Mitrovica il 12 e 13 dicembre prossimi, oltre a visitare i pazienti seguiti da noi, gli specialisti italiani visiteranno tutti i bimbi segnalati da altre associazioni. Un volontariato davvero salvavita per tanti bimbi.

Capitolo 8: progetti scolastici



Per noi è importante sostenere tutte le attività utili a garantire la frequenza scolastica e il miglioramento delle strutture. Ovviamente riteniamo che l'istruzione sia un diritto irrinunciabile, quindi ci impegniamo donando alle scuole supporti e attrezzature e agli studenti in difficoltà economiche materiale didattico. Inoltre da nove anni eroghiamo borse di studio universitarie triennali che hanno supportato 15 studenti di cui 10 già laureati.



Prima di questa missione abbiamo ricevuto molte richieste di materiali scolastici per le classi elementari e medie, ma in Italia ne abbiamo reperito pochissimo, per cui abbiamo deciso di acquistarlo in Kosovo spendendo 421,00 euro.



Rispetto all'Italia i costi sono irrisori per cui abbiamo potuto acquistare centinaia di quaderni, matite, pennarelli, ecc.



Unendo i materiali portati dall'Italia e quelli acquistati abbiamo confezionato oltre 100 kit scolastici. Il tutto è stato subito donato ai bimbi delle famiglie maggiormente in difficoltà. Una cosa davvero utile e ben fatta!

Capitolo 9: la sede e la vita sociale



La nostra sede in Kosovo è parte integrante del Progetto, ci consente di sviluppare tutte le attività e accoglie i Volontari che partecipano alle missioni. Si costituisce di due piani, a quello terreno vi sono magazzino, ambulatorio e ufficio, mentre a quello superiore vi sono gli ambienti utili all'accoglienza e soggiorno dei volontari. Come vedremo nel prossimo capitolo, proprio in questo viaggio abbiamo iniziato il trasloco che ci farà spostare nella casa adiacente rinunciando ai locali del primo piano, ovviamente il magazzino sarà sempre lo stesso.



Dopo la lunga giornata di volontariato ci attende sempre un'ottima cena, però prima bisogna prepararla.



La stanchezza è dimenticata grazie all'ottima lasagna preparata da Marinella e alla squisita crostata fatta da Silvana.



Silvana, che di lavoro fa la fisioterapista, ogni sera offre ai volontari dei massaggi energetici ma molto salutari.



La serata trascorre tra chiacchiere e battute, gli argomenti si intrecciano, ci si racconta la giornata trascorsa e si programma quella dell'indomani, ma il clima è disteso. Nel traslocare è saltato fuori un mazzo di carte, non c'è stata

più pace, ogni sera ci abbiamo giocato. Serate simpatiche all'insegna del poker, i volontari si sono trasformati in giocatori accaniti per poter vincere le palette del caffè utilizzate come fiches, infine qualcuno ne ha perse più di 50.



Se le serate sono trascorse nella sede al primo piano, molte delle giornate le abbiamo passate al lavoro in magazzino.



Abbiamo preparato pacchi e materiali da donare, abbiamo anche incontrato persone e lavorato al computer.



Nonostante l'arrivo del camion con gli aiuti provenienti dall'Italia, in pochi giorni il magazzino è tornato quasi vuoto grazie all'incessante opera di consegna dei materiali alle persone maggiormente in difficoltà. I locali sono però rimasti vuoti per poche ore, avendo dato il via al trasloco si sono riempiti dei mobili della nostra sede.



Abbiamo riposto tutto con cura in magazzino, dando così la possibilità alla famiglia che subentrerà nella nostra sede, di fare tutti i lavori necessari e di effettuare il trasloco mentre non ci siamo, in questo modo la loro casa sarà liberata e disponibile per quando torneremo in dicembre permettendoci a nostra volta di sistemarci e concludere lo scambio.

Capitolo 10: la nuova sede



Nel 2009 ricevemmo una donazione economica mirata per la costruzione di un luogo idoneo ad accogliere i volontari partecipanti alle missioni. Fino a quel momento ci eravamo organizzati al piano terra del magazzino in una situazione molto precaria e disagiata. Individuammo la possibilità di costruire sopra il magazzino stesso, la cosa fu proposta ai proprietari che accettarono. L'accordo stipulato prevede che in cambio dei costi per realizzare l'edificio potessimo usufruirne gratuitamente per 10 anni, trascorsi i quali la casa sarebbe stata consegnata alla famiglia.



Il nucleo familiare proprietario della nostra sede si compone di 7 persone, uno dei figli ha una grave disabilità e vivono in una casa fatiscente. Per questo già da tre anni avevamo loro proposto lo scambio di case, coscienti che nelle nostre brevi permanenze ci potessimo adattare nei loro locali consentendo loro una vita più dignitosa.



L'offerta è stata accettata a luglio e in questo viaggio abbiamo liberato la vecchia sede per permettergli di fare il trasloco e di sistemare un minimo i locali dove ci adatteremo noi, locali che le foto mostrano ancora poco ospitali.



Ora che gli abbiamo ceduto la nostra sede confidiamo che mantengano gli impegni sistemando i locali a noi ceduti.



Dato che siamo buoni ma non stupidi, abbiamo fatto presente ai proprietari che se i lavori non saranno eseguiti, vi provvederemo noi, ma i costi saranno recuperati con un più lungo tempo di permanenza gratuita nei loro locali. E' con la certezza che tutto andrà bene e sorretti da tanto ottimismo che abbiamo quindi iniziato il trasloco.



Dedicando solo alcune ore al giorno siamo riusciti a svuotare interamente la sede, un lavoro immaginato faticoso e pesante ma che alla prova dei fatti si è persino rivelato divertente, questo anche grazie alla nostra consueta fantasia.



Prima d'iniziare il trasloco tutti noi pensavamo a come evitare una faticata enorme che per altro non si sommasse a quella del carico e scarico del camion. Tutti guardavamo le finestre cercando la soluzione, ma è osservando il pulmino posteggiato sotto casa che abbiamo capito che potevamo traslocare facilmente e con tutte le comodità.



Il metodo è stato ottimizzato e il lavoro è andato via liscio persino in maniera divertente.



Marinella e Paolo attraverso le finestre passavano i mobili a Umberto che dal tetto del furgone li accompagnava verso terra dove a riceverli c'erano Danilo e Silvana i quali li riponevano in magazzino.



Questo metodo ci ha evitato di fare innumerevoli volte le scale, solo la stufa legna non è transitata dalla finestra.



Ogni giorno abbiamo portato giù in magazzino arredi e accessori, ovviamente lasciando per ultimo letti, sedie e tavolo. I mobili, ben riposti in magazzino, sono ora pronti per essere portati nella nuova sede.



La mattina della partenza per rientrare in Italia la vecchia sede è completamente vuota, resta solo la cucina richiestaci e quindi donata ai nuovi inquilini. Quei locali vuoti ci mettono tristezza, in fondo qui è stata quasi casa nostra per sei anni, ma la consapevolezza di aver migliorato la vita ad un'intera famiglia ci rallegra e rasserena.

Capitolo 11: Il nostro Kosovo



Concludiamo il blog con alcune foto che rappresentano per noi momenti particolari o curiosi della missione. Prosegue la costruzione della rete autostradale, ma la popolazione non riesce ancora ad abituarsi e non rinuncia ad allestire banchetti o altre attività lungo le corsie di emergenza.



Allo stadio di Mitrovica si segnala il divieto di introdurre pistole e coltelli, ma non a tutti gli ingressi, che vorrà dire?



Al trattore con cavallo al traino si contrappone l'auto a forma di topo che pubblicizza una ditta di derattizzazione.



Alla dolce campagna kosovara si contrappone il mostro inquinante della centrale elettrica di Obelq.



Nella capitale Pristina avanzano le grandi opere edilizie, la città sta cambiando molto e pare più vivibile.



I due grandi alberghi conferiscono alla capitale una sorta di vocazione alla ricezione di uomini d'affari e turisti.



Mitrovica nonostante le buone enunciazioni resta divisa dal suo stesso ponte, ciò che dovrebbe unire in realtà divide.



Il rovistare nella spazzatura è attività molto frequente in Kosovo, vi si dedicano interi gruppi famigliari. Dalla finestra della nostra sede notiamo l'uomo con la bicicletta stracarica di sacchetti di rifiuti. Dopo un attenta selezione preleva ciò che gli interessa e riparte verso altri cumuli d'immondizia.



Poco dopo sopraggiunge il camion della spazzatura, evidentemente l'uomo della bicicletta gioca d'anticipo.



Recuperare i rifiuti consente a tante famiglie di racimolare qualche soldo ma è un attività faticosa, umiliante e sicuramente implica problemi di salute. Non è difficile imbattersi in queste persone, ma la gente sembra avervi fatto l'abitudine, pare non vederle, quasi fossero parte di una routine quotidiana. A noi però trasmettono tanta tristezza.