

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

Dalla generazione sandwich: “La mia dichiarazione di guerra alla fatica: non lascio che la vita mi viva”

Ilaria Notari · Wednesday, March 18th, 2026

«Faccio in modo che la vita non mi viva, ma che sia io a vivere lei». In questa frase, che suona come una “dichiarazione di guerra” alla stanchezza e al destino, c’è tutto il mondo di una donna di 55 anni, operatrice sanitaria che da trentacinque anni vive l’ospedale come una trincea di bellezza e necessità.

La sua è una tra le **oltre 350 testimonianze raccolte dall’indagine di VareseNews sulla “Generazione Sandwich”**. Ma qui gli strati della cura sono ovunque, in una rete familiare segnata da fragilità che sembrano non dare tregua. C’è un padre ottantenne con un tumore e il morbo di Paget, descritto come un “simpatico accumulatore seriale” che vive da solo; c’è una madre in Rsa da anni, sulla carrozzina da quando ne aveva quaranta, oggi colpita da un decadimento cognitivo serio. E poi ci sono i suoceri, ultranovantenni a Milano, a cui spedire le “schiscette” e prestare assistenza a distanza.

Il peso di una famiglia fragile

La cura, per lei, non si ferma ai genitori. Si estende ai fratelli, in un gioco di specchi dove ognuno combatte la propria battaglia. La sorella, debilitata da due tumori e con due figli che soffrono di problemi fisici e mentali, è assorbita totalmente da un carico che la rende “disabile” nei fatti, anche se non per lo Stato. Il fratello, dopo un fallimento commerciale, cerca di rimettersi in piedi tra faticosi viaggi nel traffico e la gestione di una bimba piccola. In questo scenario, lei è il perno: «Incastrare tutto è un rebus. C’è una carenza cronica di servizi e una burocrazia che non ti aiuta: quando mia figlia era piccola e mia madre già malata, l’asilo nido comunale non ci prese. Se non vai nel privato, oggi, quasi puoi morire».

L’economia della cura: “Pane e sputo”

C’è poi il capitolo economico, brutale nella sua chiarezza. Con uno stipendio da 1.500 euro al mese e una retta della Rsa che ne costa 2.500, il sistema welfare ha già presentato il conto: il padre ha dovuto vendere la casa di proprietà per continuare a pagare l’assistenza della moglie. «Senza il mio lavoro a tempo pieno – ammette la donna – mangeremmo pane e sputo». Una necessità economica che però non spegne la passione per il suo impiego in ospedale: «Mi rende ricca per la bellezza di conoscere persone che mi testimoniano la loro vita».

La parità è una promessa mancata

Con un livello di solitudine percepita pari a 8 su 10, la denuncia si fa politica: «La parità è ancora una promessa. Una donna deve fare tutto – la casa, i genitori, i figli, il lavoro – e solo dopo può dedicarsi alle sue passioni. Di me non si occupa nessuno». Nonostante le sveglie alle sei e le riunioni serali come consigliere comunale e volontaria in Proloco, lei continua a correre tra un centro educativo per la figlia maggiorenne e l'assistenza ai randagi.

Il rifugio dello spirito: il tamburo e le stelle

Ma dove si rigenera una “roccia” che rischia di sbriciolarsi? La risposta è in una dimensione spirituale profonda. C'è il supporto di un prete amico che la include nelle sue preghiere, ma c'è soprattutto il ritorno a una fede personale (“il mio vecchio amico Gesù”) e alla natura. La sera, nel suo cortile, osserva gli animali del bosco e le stelle. «Qui arriva la pace. Mi rigenero ascoltando la musica o strapazzando il mio tamburo sciamanico. In quei momenti riesco a non essere la persona che risolve i problemi degli altri. Resto in ascolto della Creazione e finalmente respiro».

Il racconto continua

Frammenti di vita che confermano che il “carico di cura” non è solo un numero, ma un impatto diretto sulla salute, sul lavoro e sulle prospettive di vita di chi assiste. **Vuoi raccontarci anche tu la tua storia?** Bastano tre minuti: le vostre risposte ci permetteranno di costruire una mappa del carico di cura nel Varesotto. **[QUI PER LASCIARE LA TUA TESTIMONIANZA](#)**

L'EVENTO A MATERIA

La stagione delle “schiacciate”. Racconti e riflessioni sui cinquant'anni delle donne

Un incontro con **Laura Turuani**, psicoterapeuta nel centro Minotauro, per presentare il suo libro ***Le schiacciate. Vivere i cinquant'anni a testa alta tra lavoro, figli adolescenti e genitori anziani***. Edizioni Solferino. Un racconto lucido e partecipe delle donne intorno ai cinquant'anni, strette tra lavoro, figli adolescenti e genitori anziani. Storie vere che parlano di stanchezza, perdita e iper-responsabilità. Ma anche di consapevolezza, solidarietà femminile e nuove possibilità di equilibrio.

A questo tema è dedicato l'incontro con Laura Turuani, in programma il **prossimo 26 marzo alle 21:00 a Materia di Castronno**. **[Prenota qui il tuo posto](#)**.

This entry was posted on Wednesday, March 18th, 2026 at 7:00 am and is filed under [Lombardia](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.