

Padova, 23 marzo 2021

Prot. n. 123/PG-2021

DC/aa

Spett.
Ordine Provinciale
Professioni Infermieristiche

Egregi Presidente e Vicepresidente,

è con grande stima e ammirazione di Voi tutti infermieri e operatori sanitari che scrivo questa lettera. A Voi, che con il vostro impegno siete in prima linea nella lotta contro la pandemia di Covid-19 da oltre un anno.

Il vostro lavoro, mai come in questo periodo, ha rivestito un ruolo fondamentale, svolto in condizioni e ritmi difficili ed estenuanti. Vi siete presi cura della salute dei pazienti sia dal punto di vista clinico che umano, spesso mettendo in secondo piano i vostri bisogni e le vostre necessità. È partendo da questa riflessione che noi, Medici con l'Africa Cuamm, abbiamo immaginato e realizzato uno strumento che possa esservi utile ad affrontare questo periodo difficile in cui il tempo da dedicare a sé stessi e al proprio benessere è sempre più ridotto.

"**FIT4CARE**" nasce dall'esperienza di settant'anni sul campo in Africa nella gestione di crisi e epidemie, con la convinzione che prima di tutto viene il **benessere psicofisico** dell'operatore sanitario, indispensabile per prendersi cura del prossimo e sostenere le condizioni lavorative di fatica fisica e psicologica.

“FIT4CARE” è un **pacchetto di formazione** digitale **gratuito** dedicato a voi, composto da brevi sessioni video che trattano temi di Preparazione Fisica, Stretching, Nutrizione, Psicologia e Respirazione. L’obiettivo è quello di potervi fornire degli strumenti semplici per migliorare lo stato di salute e prevenire il raggiungimento di situazioni di stress e malessere.

È il nostro modo per dirvi GRAZIE, farVi sentire la nostra vicinanza e il nostro sostegno per tutto quello che fate ogni giorno con impegno e dedizione.

Vi abbiamo definito come dei veri e propri eroi, ma non dobbiamo dimenticarci che siete prima di tutto persone con il desiderio, la voglia e la motivazione di stare in salute e fare bene il vostro lavoro. La nostra speranza è che questo programma formativo possa aiutarvi a sentirvi meno soli nella lotta contro la pandemia e ci auguriamo che possiate farlo conoscere a quanti più colleghi e operatori sanitari possibili così che sia per tanti un’occasione di formazione e preparazione.

Vi ringraziamo ancora per il vostro lavoro ci auguriamo che la nostra proposta possa incontrare il vostro interesse.

Nella fiducia che la morsa della pandemia si allenti presto per tutti, in primis per voi, con stima inviamo i nostri più cordiali saluti.



Il Direttore
(Carraro Dott. Dante)