



Un amico di nome Effy

Un amico di nome Effy

Ringraziamenti

Scritto da Adi Zelichov

Illustrato da Tamar Moskowitz

Consulenza medica: Prof. Shai Padeh

Consulenza linguistica: Talia Hasson

Adattamento in italiano in rima: SYNESIS

La redazione di questo libriccino è stata supervisionata da Noa Sher, esperta in riabilitazione psicologica.

Un servizio pubblico sponsorizzato da Novartis© Tutti i diritti sono riservati



design and production



Content Management





È un piacere conoscerti, mi chiamo Giovanni.
Sono un ometto di soli sei anni.
So leggere e scrivere, gioco a pallone
e faccio volar l'aquilone.

In generale, sono un gran bravo bambino.
Mi piaccion i dolci, la primavera e giocare in giardino.
Odio la matematica e i compiti di italiano,
ma amo la mamma che mi prende per mano.







Non tutti lo sanno, sono un po' speciale,
ho un amico segreto che ogni tanto mi fa male.
Il suo nome è FMF, come lo chiama la gente,
papà dice che a volte il mio amico può esser divertente.

Io ed Effy, così l'ho chiamato, ci conosciamo da tempo.
A volte Effy mi fa sentir scontento.
Mi fa venir la febbre, male ai muscoli e alla pancia.
E se da scuola mi sono assentato,
questo mi rende un poco arrabbiato!

Quando il mio amico Effy compare,
il mio corpo fa infiammare.

Quando sono impreparato, eccitato o spaventato,
questo è il momento in cui casco malato.







Da come ricordo, lui c'è sempre stato.
A volte è calmo e rilassante,
altre volte fa il birbante.
Qualche volta è noioso e irritante,
ma di solito sta quieto e non fa niente.

So che io ed Effy conviviamo
e che vivere in armonia possiamo.
Le medicine lo fanno calmare,
allora non faccio storie quando le devo pigliare.

A volte devo esser coraggioso,
che, a dire il vero, non è (più di tanto...) doloroso.
A volte, come un guerriero, riesco anche ad urlare:
"Non c'è niente per cui debba frignare!".







Quando la situazione è calma, prima che di nuovo cambi,
mi dedico alle cose che fanno tutti i bimbi:
come sport, lettura e giochi,
non ho la febbre e nulla che mi infuochi.

Si calma la pancia
e così il mio cuore
e torno a scuola di buon umore!

Non andare a scuola a volte mi piace,
altre volte invece mi imbarazza e mi dispiace.
Può esser fastidioso e allora io mi abbatto,
e questo è un motivo che mi fa diventar matto.

Quando la mamma dice: "è ora della medicina"
papà mi dà un piccolo buffetto sulla testolina.
Mia sorella mi porta un bicchier d'acqua sul vassoio
e io in fretta la pastiglia in un solo sorso ingoio.







In meno di un secondo io Superman divento,
e mostro a mio fratello quanto io sia un gran portento!
Prendo la mia medicina ed Effy tengo a bada,
così restiamo amici senza che la mia vita invada.



A volte, prima di una festa o di una vacanza al mare,
mi preoccupo che la pancia cominci a farmi male.
Ho paura che il dolore cominci ad arrivare
e che il male e la tristezza possano aumentare.









Allora mi ricordo di quanto speciale sono,
e che con la medicina Effy se ne sta tranquillo e buono.
Tutti si possono ammalare e sentirsi poco bene,
ma con la mia medicina so che questo non avviene.





Se Effy poi ritorna, a volte questo avviene,
io non me ne preoccupo, perché la mia famiglia mi vuole tanto bene.
È proprio una gran peste, mi ripeto,
ma non per tutti il tempo è sempre lieto.

Io sono un eroe e piuttosto coraggioso
(è quello che la mia famiglia mi ripete in modo affettuoso).
So che le cose poi si sistemano,
come mamma e papà mi insegnano.



Cari genitori,

questo libriccino è pensato per aiutare voi e il vostro bambino, o la vostra bambina affetto/a da FMF (Febbre Mediterranea Familiare).

Come genitori di un bambino che soffre di una malattia cronica, è possibile che vi troviate di fronte a varie domande sulla gestione della malattia, come ad esempio: “Perché è importante seguire le istruzioni del medico, anche se causano disagio? Mio figlio, o mia figlia, deve condividere questa esperienza con i suoi amici? Che cosa fare in caso di disagio emotivo?”

Per la prima volta suggerisco di leggere questo libriccino a vostro figlio da soli, in privato in un ambiente tranquillo e sereno. Stategli vicino, tenetelo vicino a voi anche in grembo. Leggendo il libriccino insieme potete intraprendere una conversazione sui suoi pensieri e percezioni sulla malattia.

Attraverso la lettura, vostro figlio può identificarsi con il protagonista del libriccino e non sentirsi solo nell'affrontare la malattia. La lettura consente inoltre a vostro figlio di distinguersi dagli altri e di guadagnare fiducia, per via della sua situazione unica. In futuro, potreste suggerire a vostro figlio di leggere questo libriccino con altre persone per lui importanti (parenti, nonni e amici).

Se pensate che vostro figlio voglia condividere la sua storia con i suoi compagni di classe, potreste chiedere all'insegnante di leggere il libriccino in classe e di discuterne tutti insieme.

Questo opuscolo è pensato per essere letto e riletto in varie fasi della malattia che vostro figlio dovrà affrontare.

Noa Sher,
Specialista in riabilitazione psicologica



Giovanni ha un amico speciale di nome Effy che vive nel suo corpo.

Solitamente Giovanni ed Effy vanno abbastanza d'accordo,
ma a volte Effy si arrabbia, facendolo stare male.

Qual è il modo migliore per affrontare un amico come Effy?

“Un amico di nome Effy” è stato scritto per te, che soffri di FMF (Febbre Mediterranea Familiare). Giovanni ed Effy sono qui per ricordarti la lezione più importante: anche quando le cose sono difficili, hai la tua immaginazione dalla tua parte e questa è la cosa più bella del mondo.

Speriamo che questo libriccino e le sue illustrazioni possano piacerti!



Liberamente accessibile, sponsorizzato da Novartis

03/2019 1074320

 **NOVARTIS**

Novartis Farma S.p.A.
Largo Umberto Boccioni, 1 – 21040 ORIGGIO (VA)
Tel. 02 96541 – Fax 02 96542910 – www.novartis.it

