

Sommario

- pag 2: Il nostro stare insieme: I nostri laboratori - I nostri progetti
- pag 3-4: [Attività dell'Associazione](#)
- Pagg. 5-6: Incontro con l'équipe del CSM della Madonna
- Pag. 7-8: Incontro con Zarzana: Il cimitero dei pazzi
- Pagg. 9-11: [Tema di riflessione di questo numero:](#)
[La "cosa"](#), con testi di Claudio e un testo collettivo.
- Pagg. 12-17: [Pensieri e Parole](#)
Testi di: Claudio, Giorgio T., Renata, Marzia, Roberto, Marco.
- pag. 18: Contributi
- Pag. 19: La rete sociale dell'Associazione
- Pag. 20: La Missione della Associazione
- [Illustrazioni:](#)
Alessandro, pag. 12
Barbara, pag. 7
Daniela, pag. 9
Elena, pag. 15
Giulia, pag. 17
Lidia, pag. 6
Marco, pag. 13
Patrizia, pag. 8
Roberto, pag. 10
Autori vari, pagg. 1, 3, 4, 5, 20
(Le foto dei disegni sono state effettuate dal laboratorio di fotografia; la foto di pag. 11 è di Maurizio)

Si ringraziano tutti coloro i quali hanno dato un contributo fattivo alla realizzazione di questo numero.

Insieme a Voi

Bollettino dell'Associazione "Insieme a Noi"

Anno ottavo

Numero 1

(giugno 2012)



Associazione "Insieme a Noi"

Via Albinelli, 40 - Tel e Fax 059 220833

E-mail: insieme.a.noi@tiscali.it

Sito: www.insiemeanoi.org

Il nostro stare assieme

I nostri laboratori - I nostri progetti

Nel corso di quest'anno sono attivati i seguenti progetti e laboratori, che si svolgono con cadenza settimanale:

Progetto Biblioteca (coordinato da Valentina)

...attraverso il libro ... ci interroghiamo e indaghiamo sul "nostro" mondo...

Informatica (coordinato da Luca) e laboratorio di fotografia (coordinato da Maurizio)

...ci mettiamo alla prova con la macchina per esprimerne e utilizzarne le potenzialità....

Giornalino (coordinato da Giorgio e Renata)

...raccontare le attività dell'Associazione...valorizzare i prodotti dei laboratori... offrire opportunità di produrre testi scritti...

Laboratorio di pittura (guidato da Patrizia)

...attraverso l'espressione pittorica promuovere il piacere del creare insieme...

Ginnastica dolce (guidato da Giulia)

...promuovere uno stato di benessere integrando vari aspetti delle persone: fisico, energetico, mentale, emozionale, spirituale...

Laboratorio di scenografia (guidato da Roberta)

...costruiamo le scene dei nostri spettacoli teatrali.....

Laboratorio di cucina (diretto da Mario)

...l'alimentazione non solo come nutrizione, ma anche come momento comunicativo e conviviale...

Laboratorio musicale (guidato da Mario e Barbara)

...valorizzare le proprie capacità e sensibilità musicali facendo musica insieme...

Teatro (coordinato da Renata)

...scoprire, attraverso la gestualità, le proprie capacità espressive, creative, comunicative...

Gite (coordinate da Mario)

.....alla scoperta del territorio e di altre esperienze umane...

Incontro auto-aiuto familiari (coordinato da Tilde e Luca, Antonella, Claudia)

...condividere esperienze in gruppo per sviluppare solidarietà e aiuto reciproco...

Palazzo comunale - Ghirlandina (coordinata da Graziella)

...si possono visitare anche grazie al servizio dei nostri soci...

ATTIVITA' DELL'ASSOCIAZIONE

1. **Nuova estate a Palagano.** L'Associazione sta organizzando i soggiorni estivi a casa Mariano di Palagano. Come negli anni scorsi, l'Associazione incontra i Servizi di salute mentale per l'individuazione delle persone interessate a trascorrere un periodo estivo in montagna e per la costituzione dei gruppi. Anche quest'anno gli utenti esperti, della nostra associazione e dell'Associazione Idee In Circolo, affiancheranno i nostri volontari nella gestione del soggiorno.

2. **La città dei matti.** La nostra Associazione, insieme al Social Point, l'Associazione degli utenti Idee in Circolo, il Trick Track e l'Istituto d'Arte Venturi, parteciperà al **festivalfilosofia** 2012 che si terrà a Modena a settembre prossimo, con il progetto "La città dei matti". Si tratta di una installazione



che sarà realizzata all'interno del cortile del Melograno dell'Istituto Venturi che prevede la costruzione di due città speculari contrapposte, la città reale sospesa capovolta che si contrappone alla città dei matti (espressione dei valori di creatività, solidarietà, ecologia, rappresentati con il nostro linguaggio espressivo un po' visionario e allusivo).

3. **Progetto "Dentro/fuori".** Un gruppo di volontari, utenti e familiari, della nostra Associazione e dell'Associazione Idee in Circolo, ha continuato a portare avanti il progetto all'interno del SPDC (Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura) di Baggiovara; il progetto, che ormai continua da due anni, ci ha visto impegnati, normalmente, una volta la settimana nel reparto con i ricoverati e periodicamente con l'équipe dei medici e infermieri.

4. **Gruppi A.M.A. (auto-mutuo-aiuto).** Quest'anno nell'Associazione hanno funzionato due gruppi A.M.A. dei familiari delle persone con sofferenza psichica; si prevede che per il prossimo anno se ne formi un terzo.

5. **Parole Ritrovate.** Il movimento Parole Ritrovate di Modena, a cui partecipa anche la nostra Associazione, è impegnato a organizzare l'incontro annuale che si terrà a ottobre. Il tema dell'incontro sarà "Il lavoro". Negli incontri preparatori, che si sono tenuti con cadenza mensile, sono stati affrontati i vari aspetti del lavoro, raccogliendo esperienze dei vissuti delle persone con sofferenza psichica che lavorano o che cercano lavoro e affrontando le implicazioni normative degli inserimenti lavorativi.

6. **Settimana della salute mentale.** Si sta già lavorando all'organizzazione della seconda Settimana della salute Mentale a Modena. Importante sarà l'apporto che daranno all'evento le Associazioni di volontariato, che integreranno il programma del Dipartimento della Salute Mentale.

7. **La nuova corale.** Quest'anno la nostra corale si è fusa con la corale del Social Point costituendo un gruppo consistente: i locali dell'Associazione sono risultati insufficienti, per cui si è dovuto trovare un nuovo spazio al Vibra.

Il nuovo spettacolo teatrale 'ODISSEA'



L'associazione Insieme a Noi e la compagnia Teatro Cosquillas di Ferrara anche quest'anno hanno proseguito una proficua collaborazione lavorando all'elaborazione e all'approfondimento dello spettacolo 'Odissea'. Da Gennaio si sono uniti al nostro gruppo 4 nuove persone che hanno portato nuovi stimoli al già ricchissimo lavoro che è stato preparato negli ultimi 2 anni. Il gruppo teatrale ha dovuto affrontare un po' di

novità sia per quanto riguarda i compagni di lavoro che per quanto riguarda la stesura di nuovi testi; dopo qualche difficoltà e timore iniziale il gruppo è riuscito ad accogliere perfettamente i nuovi arrivati e, seppure con i tempi molto ristretti, a preparare uno spettacolo completamente rivisitato. E' stato inserito il tema della festa e del matrimonio, sono stati elaborati 2 nuovi testi dai ragazzi e anche una nuova canzone 'Polifemo'. Lo spettacolo che si è svolto il 13 maggio al Teatro dei Segni ha lasciato il pubblico esterrefatto dai cambiamenti apportati e dalla bravura degli attori che hanno saputo affrontare questa nuova sfida con disinvoltura da professionisti. Il video dello spettacolo è disponibile sul nostro sito. Il prossimo spettacolo si svolgerà in Ottobre in occasione della settimana della Salute Mentale.

Laboratorio di Fotografia

Con il mese di marzo al laboratorio di informatica, che gode di un crescente successo, si è affiancata una nuova attività, il laboratorio di fotografia, condotto da Maurizio.

Il laboratorio di fotografia ha coinvolto gli utenti dell'associazione stessa e quelli dell'Associazione "Idee in Circolo".

Attraverso la fotografia, che parla un linguaggio universale e diretto, l'utente può esprimere liberamente sentimenti e idee utilizzando questo mezzo come momento d'incontro e riflessione sulla realtà che ci circonda e che ognuno di noi può cogliere in modo diverso a seconda della sua sensibilità e del suo vissuto.

La finalità del corso non è insegnare una tecnica ma offrire occasioni di condivisione, confronto e riflessione che possono far migliorare l'equilibrio nella relazione con sé stessi e con gli altri.

Il laboratorio di fotografia si è articolato in vari momenti:

- Conoscenza della macchina fotografica e fondamenti tecnici.
- L'immagine come linguaggio visivo (aspetti teorici)
- La pratica fotografica si baserà su tre temi :
 - a) Le persone nei vari laboratori dell'associazione.
 - b) La Salute Mentale e il lavoro nelle cooperative sociali.
 - c) Varie ed eventuali (temi proposti dagli allievi)
- Elaborazione al computer delle immagini raccolte.
- Presentazione fotografie (stampe e slide show)

Incontro con l'équipe del CSM della Madonnina



Giovedì 29 marzo scorso la redazione del nostro giornalino ha incontrato l'équipe del Centro di Salute Mentale (CSM) della Madonnina; la redazione era rappresentata da Giorgio C., Giorgio T. e Maurizio; ha partecipato all'incontro anche Tilde.

La redazione ha predisposto una traccia per l'incontro, ma i tempi ristretti hanno consentito di soffermarsi solo su alcuni temi. Di seguito

riportiamo una sintesi dei temi trattati.

Inroducendo l'incontro, Giorgio C. ha presentato l'iniziativa della redazione del nostro giornalino di incontrare i servizi territoriali del Dipartimento di salute Mentale al duplice scopo di conoscere meglio e di far conoscere come è presidiata la salute mentale sul territorio e di favorire un'integrazione tra la nostra Associazione e questi servizi. Ha ricordato, in proposito, che tra il CSM della Madonnina e la nostra Associazione si è costruito un lungo e costruttivo rapporto di collaborazione.

Apertura del CSM al territorio: ci sono stati vari tentativi di aprire il servizio al territorio, coinvolgendo associazioni di volontariato dentro il servizio, nella convinzione che ciò può contribuire a superare l'esperienza di esclusione e di isolamento che vive la persona con sofferenza psichica. L'esperienza che ha funzionato per qualche tempo è stata la collaborazione con un circolo di anziani: il limite era costituito dal fatto che la collaborazione si reggeva sulla sensibilità di alcune persone del circolo, per cui quando queste persone non hanno potuto più partecipare, l'esperienza è finita. Continua è stata invece la collaborazione con la nostra Associazione (invio di utenti, i soggiorni di Palagano – esiste una figura di coordinamento per assicurare continuità e costante monitoraggio).

Rete dei servizi di salute mentale: Tilde e Giorgio hanno riferito che negli incontri avuti con l'équipe del reparto dell'SPDC è più volte emerso che ci sono lacune nella continuità terapeutica nel passaggio degli utenti dal CSM al SPDC e viceversa. Questo limite è stato evidenziato anche dai familiari, oltre che dagli utenti, relativamente ad aspetti importanti del percorso di cura: protocollo farmacologico, tempi dilatati delle visite dopo la dimissione dal SPDC, mancanza di rapporti tra il dentro e il fuori, quasi si tratti di due reparti non comunicanti o poco comunicanti. Gli operatori del CSM hanno condiviso la percezione che la relazione dentro/fuori (SPDC – CSM) è problematica, non solo per gli aspetti sopra ricordati, ma

anche perché, da quando sono state unificate le due strutture del Policlinico nell'unico SPDC di Baggiovara, anche per motivi oggettivi, si è determinato un certo scollamento tra i due servizi. Gli operatori hanno espresso la convinzione che se ci fossero più stretti rapporti tra le due strutture e se nel territorio venisse svolto un lavoro più efficace, sarebbe sicuramente ridotto il numero dei ricoveri in SPDC.

Proposte operative:

- * CSM - Associazioni di volontariato. Il dr. Melati ci anticipa, coerentemente con quanto detto precedentemente, che in équipe stanno elaborando una proposta per un progetto più strutturato di collaborazione del CSM della Madonnina con tutte le associazioni territoriali che operano con le persone con sofferenza psichica.

- * Continuità dentro/fuori (CSM-SPDC). Gli operatori stanno lavorando ad una ipotesi di far partecipare un operatore del CSM agli incontri in SPDC con i ricoverati, a cui partecipano anche i gruppi delle Associazioni.

La redazione, al termine, ha ringraziato l'équipe, accogliendo favorevolmente le proposte emerse e auspicando un confronto e una collaborazione sempre più proficua.



Incontro con Zarzana: “Il cimitero dei pazzi”

La redazione del giornalino e il gruppo biblioteca hanno incontrato Francesco Zarzana, autore del libro “Il cimitero dei pazzi” e ideatore della manifestazione BUK “Festival della piccola e media editoria” tenutosi a Modena nel marzo 2012. Iniziamo la presentazione chiedendo a Zarzana quali sono le motivazioni che lo hanno indotto a scrivere di questo argomento. L'autore risponde raccontando l'esperienza del suo avvicinamento, durante l'infanzia, alle persone affette da disagio mentale: da bambino abitava proprio affianco all'ospedale psichiatrico di Palermo in cui lavoravano anche alcuni familiari. Ricorda la relazione con queste persone con molto affetto a tal punto che riporta, nell'introduzione del libro, alcune vicende che riguardano proprio il suo vissuto. Durante un viaggio in Francia, negli ultimi anni, Zarzana riporta di aver trovato ispirazione per questo libro leggendo casualmente un articolo su le Monde che trattava di un fatto di cronaca singolare: il sindaco di Cadillac sur Garonne aveva intenzione di smantellare un cimitero dove erano seppellite solo persone provenienti dall'adiacente ex istituto psichiatrico “Asilo degli alienati”, per costruire un grande parcheggio, nonostante l'inutilità di tale costruzione data la bassa intensità abitativa della zona. La volontà dell'amministrazione di far cadere nell'oblio una realtà di questo tipo emerge chiaramente anche da un altro fatto: non si trovano tracce su nessuna cartina geografica di questo cimitero, la manutenzione è assolutamente assente e quasi tutte le sepolture sono prive del nome. Di contro quello comunale è ben curato e sempre fornito di fiori.

Una volontaria, durante l'incontro, introduce una discussione sul caso più emblematico del libro, quello di Margherite.

Margherite è una ragazza la cui storia ha colpito molto l'autore che ha deciso di dedicarle una parte del libro e buona parte della sua ricerca a Cadillac.

Le informazioni relative alla storia di questa ragazza sono state reperite attraverso la corrispondenza che lei manteneva con la direttrice a cui era molto legata. Margherite inizialmente è stata internata nell'istituto di rieducazione per ragazze difficili in seguito ad un episodio spiacevole: in un impeto d'ira schiaffeggiò la madre che si trovava su una sedia a rotelle.

La permanenza nell'istituto era caratterizzata da un estremo rigore imposto attraverso punizioni esemplari; quando la regola del silenzio perpetuo o assoluto veniva trasgredita le ragazze venivano rinchiusi in celle d'isolamento per giorni.

In un clima così pesante Margherite trovava sollievo e uno spazio di ascolto solo con la direttrice a cui scriveva lunghe lettere. Dalle lettere emerge un rapporto quasi materno in cui la ragazza parla anche delle sue paure più recondite relative al futuro all'esterno dell'istituto che vede molto incerto. Zarzana, durante la presentazione del li-



bro, sottolinea l'analogia tra questa paura e il sentimento di incertezza che pervade la vita al giorno d'oggi.

Margherite in queste lettere parla anche della sua disperazione e, pochi giorni prima del suo suicidio, scrive alla direttrice di considerarla come un fallimento del suo lavoro.

Le attività all'interno dell'istituto erano quasi assenti, gli infermieri erano spesso ex ricoverati e i percorsi di riabilitazione si riducevano alla mera assistenza o addirittura alla semplice custodia. Margherite, nonostante il sostegno della direttrice, compie un gesto estremo: si suicida. In seguito a questi fatti furono mandati degli ispettori e l'istituto venne chiuso.

Un piacevole episodio che l'autore ricorda con simpatia viene raccontato sotto forma di storie fantastiche all'inizio del libro: e i dialoghi con alcuni pazienti che frequentava da piccolo. In particolare ricorda con piacere un malato che diceva sempre "Salve io sono il presidente degli Stati Uniti" e Zarzana rispondeva "Salve a lei io sono l'imperatore del Giappone, come mai nessuno mi ha avvisato che era in città?".

Questo aneddoto spiega molto bene l'affetto e la relazione positiva che l'autore ha sempre coltivato verso le persone con disagio psichico.

(Testo collettivo)



IL TEMA DI QUESTO NUMERO

La "cosa"

Anche quest'anno la nostra Associazione, con altre associazioni, parteciperà al "festival*filosofia*" che si terrà a Modena a settembre. Il tema di quest'anno è "Le cose". La redazione si è confrontata con il gruppo biblioteca su questo tema. Il testo che segue riporta una sintesi delle riflessioni fatte.



Le cose

Il 14 febbraio 2012 la redazione del giornalino e il gruppo biblioteca si sono incontrati per discutere sul tema “Le Cose” che sarà l'argomento del prossimo festival *filosofia*. Uno dei primi temi emersi è quello dello stigma che molte persone riportano come vissuto personale, come vissuto di esclusione da parte della società che quotidianamente giudica silenziosamente chi è vittima di disagio psichico.

Lo stigma è quindi un qualcosa di disabilitante per coloro che lo vivono in prima persona, a tal punto che l'indifferenza altrui tende ad isolare queste persone che non aderiscono a modelli riconosciuti come vincenti dalla società e a farli sentire come oggetti.



A questo proposito Cesare ha condiviso una sua esperienza significativa: l'aver visto esclusi due bambini affetti da sindrome di Down in autobus poiché apparivano agli occhi degli altri ragazzini più felici di loro e capaci come tutti di condividere emozioni.

Il secondo tema emerso dal dibattito riguarda la contenzione, una pratica messa in atto ancora oggi anche in una regione come l'Emilia Romagna, dove la sensibilizzazione e l'impegno per la diffusione di buone pratiche nell'ambito della salute mentale sono ormai prassi.

Claudio ed Elena riportano il loro vissuto di contenzione come un'esperienza di vera e propria reificazione in cui si subisce un grosso atto lesivo della dignità e dell'identità della persona. Al contrario Simona e Carlo Alberto la ritenevano necessaria per evitare di arrecare danno sia alle cose che alle persone circostanti. In particolare Carlo riporta dei vissuti di

rabbia in cui aveva paura di perdere il controllo di sé e immaginava scene violente che egli stesso poteva perpetrare.

Nonostante per alcune persone la contenzione rappresenti l'unico modo in cui si può ottenere controllo su se stessi, per altri questa stessa pratica risulta un'esperienza estrema che non vorrebbero percorrere.

Un ulteriore sviluppo sul tema della “Cosa” viene espresso dai Haisam il quale afferma: “La differenziazione delle problematiche viene descritto dalla società come una sorta di giudizio che rischia di cadere nella retorica e che non avvia gli utenti e gli operatori nella comprensione e nel lavoro che li impegna tutti i giorni per migliorare costruttivamente la condizione di salute di persone che soffrono di disagio psico-fisico”. Con tale affermazione si è voluto far emergere l'idea che la classificazione delle persone in base alle loro problematiche risulta banale e minatorio per le intenzioni che il soggetto instaura con gli operatori e la società.

Infine, per concludere l'incontro i partecipanti si sono confrontati sul tema della sensibilizzazione perché la malattia mentale è spesso solo interesse di coloro che ne sono stati o ne sono tuttora vittime.

La miglior reintegrazione di tutte le persone nella società farebbe sì che in loro si riaccendesse la fiamma della speranza di una vita riconquistata.

(Testo collettivo)

LA CANTINA

Oggi il sentire d'immenso gronda azzurro
colore e luce riposti nel pensiero
quel manufatto squarciato è terra cielo
di pietre e pietre ciascuna nel ricordo.
La giacca blu alla spalla, non sei morto
porti camicia bianca rimboccata:
la bicicletta, quella pedalata
vacanze estive e giorni d'esultanza.
E' il vino rosso che piange la distanza
è il cielo terso che nutre il mio sentire:
rivedo te, il tuo volto, quel tuo dire raro,
di cose e fatti nel ritorno.
Oggi è stagione di tutt'altro giorno
vendemmia non ha più la tua cantina
ma sottovento dal manufatto m'avvicina
un frullo d'ali, memoria d'un momento.
Squarcio d'azzurro che vita ripropone
ruota d'autunno fino a primavera
si fonde a notte il giorno quand'è sera
rivela il sole all'alba un mondo antico.

mercoledì 19 ottobre 2011

claudio



Pensieri & parole

LA PRIMA MARGHERITA

SPAZZA IL VENTO D' APRILE
QUEI FIORI CHE GEMME HAN DISCHIUSO
BIANCO E ROSA TAPPETO SUL PRATO
ED I VERDI COLTIVI
UN FRINIRE FESTOSO
DI TEPORE AMMANTATO E D' AZZURRO
TERSA L' ARIA PROFUMO CHE ABBRACCIA
ANCHE IL CUORE PIU' TRISTE.

QUELLE RONDINI IN VOLO
BIANCOSPINO DI MARZO A CONFINE
NIDI E STALLE, CAVALLI
LA PASQUA QUAND' ERI BAMBINO
ACQUA CHIARA, CRESCIONE NEL FOSSO
E LA BIANCA FARFALLA
CON UN TOZZO DI PANE MERENDA
A SFIDARE IL DESTINO.

OGGI IL SOLE DI PORPORA HA INTRISO
ORA BACCHE ORA COPPI
E DI GIALLO SQUILLANTE DIPINTO
QUEL GRANDE CESPUGLIO
PRIMAVERA DAL TUO GIOVANE SENO
AMORE PROFONDO
NEI TUOI OCCHI MI SPECCHIO
A MORIRNE, COLORE DI TE.

27/3/11

CLAUDIO



Il tour trentino

Nel mese di marzo una delegazione di modenesi, esponenti della nostra Associazione, di Idee in Circolo e del Social Point, hanno fatto visita ai servizi della salute mentale di Trento.

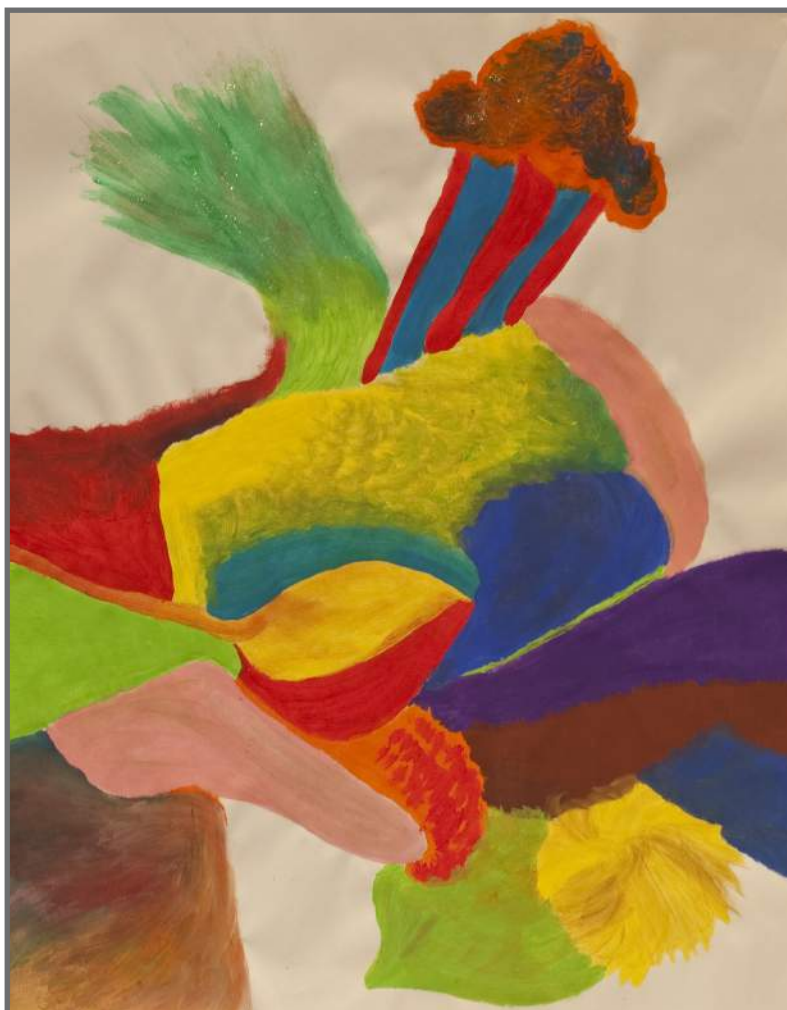
Riportiamo di seguito le impressioni e le riflessioni di Giorgio T. e di Renata, due della nostra Associazione che vi hanno partecipato.

L'esperienza trentina all'SPDC e al CSM è stata molto bella e formativa. Prima di entrare nei dettagli devo dire che non avevo conoscenza di due termini in particolare, e cioè SPDC e UFE. Col primo ho imparato che vuol dire "Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura" e corrisponde al nostro "Diagnosi e Cura". Con UFE pensavo si facesse riferimento a qualcosa riguardante gli alieni del tipo "Unidentified Flying" Extraterrestre ma in realtà è qualcosa di molto più terreno. Infatti col termine UFE si intende "Utenti Familiari Esperti".

Siamo partiti in mattinata a visitare l'SPDC dove la caratteristica che differenzia il Diagnosi e Cura dalla struttura trentina è che la porta d'accesso e d'uscita rimane sempre aperta. Mi è stata raccontata a riguardo una storia di un soggetto che per scappare da questa struttura è uscito da una finestra che era rimasta aperta e quando era ritornato perché si era perso, gli è stato fatto presente che la porta era sempre aperta.

Comunque non è poi tutto oro quello che luccica perché a vigilare a fianco dell'uscio c'è sempre un infermiere o un "utente familiare esperto".

Altra cosa che distingue la struttura psichiatrica trentina da quella modenese è che nella prima, oltre al soggiorno con la porta aperta, è che durante la settimana si fanno attività quali il giornalino, la pittura, il collage, la visione dei film e relativa recensione critica. Questo tipo di attività nell'SPDC è naturalmente assente nel nostro Diagnosi e Cura. C'è invece nelle strutture private quali Villa Igea,



con il Day Hospital che però è quasi totalmente distaccato dalla struttura di ricovero centrale. Qui i pazienti ricoverati possono partecipare alle attività solo due giorni alla settimana e solo al pomeriggio. La figura dell'UFE all'SPDC oltre a sorvegliare la porta è inserita tra gli infermieri e i dottori facendo da cuscinetto tra i due; esso partecipa alle riunioni e ha facoltà di parola, riferisce fatti che vanno detti agli infermieri e altri che riguardano i dottori. Questo è ciò che ho capito all'SPDC di Trento.

Il CSM, che non è il “Consiglio Superiore della Magistratura” ma bensì il Centro di Salute Mentale, che abbiamo visitato nel pomeriggio, ha avuto inizio con un UFE, Maurizio, che faceva il carrozziere ed ha avuto un paio di ricoveri, dopodiché era tornato a fare il suo lavoro..... ma.... ha avuto un'altra ricaduta. Superata questa ha deciso di intraprendere il suo viaggio prendendo la strada dell'UFE. Detto fatto, ora lavora al CSM come, appunto, UFE, e non ha più avuto ricadute.

Io, in particolare, ho potuto apprendere come funziona un centralino gestito da un'altra UFE, Sara, che aveva diversi libri-cartellina: il primo dove c'è scritto quando vanno in ferie i dottori, un secondo quando il paziente può ritirare la ricetta e parlare col dottore e l'ultimo con l'elenco dei pazienti da chiamare per ricordargli la data della visita (in genere due, tre giorni prima). Tutte queste cose le fa gestendo i tre libri e interagendo, così, tra dottori, infermieri e pazienti.

Giorgio T.

Questa breve esperienza a Trento si è rivelata veramente inaspettata per l'umanità e l'accoglienza che mi hanno pervaso nei giorni passati alla “Casa del Sole”. Queste sensazioni si respiravano anche all'interno del nostro gruppo “allargato” di Social Point e Insieme a Noi.

E' stata un'occasione per conoscere meglio persone di cui sapevo, più o meno, solo il nome; spesso si è troppo presi dalle attività dell'Associazione (progettare nuovi lavori, organizzare eventi) per concedersi di approfondire veramente l'amicizia.

Ho riassaporato, per due giorni, il piacere di non avere obblighi lavorativi e incombenze di orari (a parte per le visite!) e il potersi concedere ore a parlare ed ascoltare un mare di esperienze. Sembrerà strano, ma in un mondo in cui l'agenda scandisce le giornate e l'orologio ci ricorda sempre che dobbiamo correre da qualche parte, avere a disposizione un po' di tempo mi ha permesso di riflettere sull'inutile affanno che si sperimenta quotidianamente e che fa passare in secondo piano le persone che abbiamo vicino e le loro storie che tanto ci possono arricchire.

I luoghi e le persone incontrate a Trento hanno, allo stesso modo, stimolato in me altre riflessioni.

In particolare sono rimasta colpita dal racconto di Maurizio, un UFE che collabora con il CSM di Trento e si occupa delle persone in carico al servizio che stanno attraversando un momento particolarmente difficile e spesso molto “ritirato”. Dopo l'incontro con noi sarebbe andato proprio a fare visita ad una signora che non usciva di casa da un lungo periodo e solo con lui riusciva ogni tanto a fare due passi fuori.

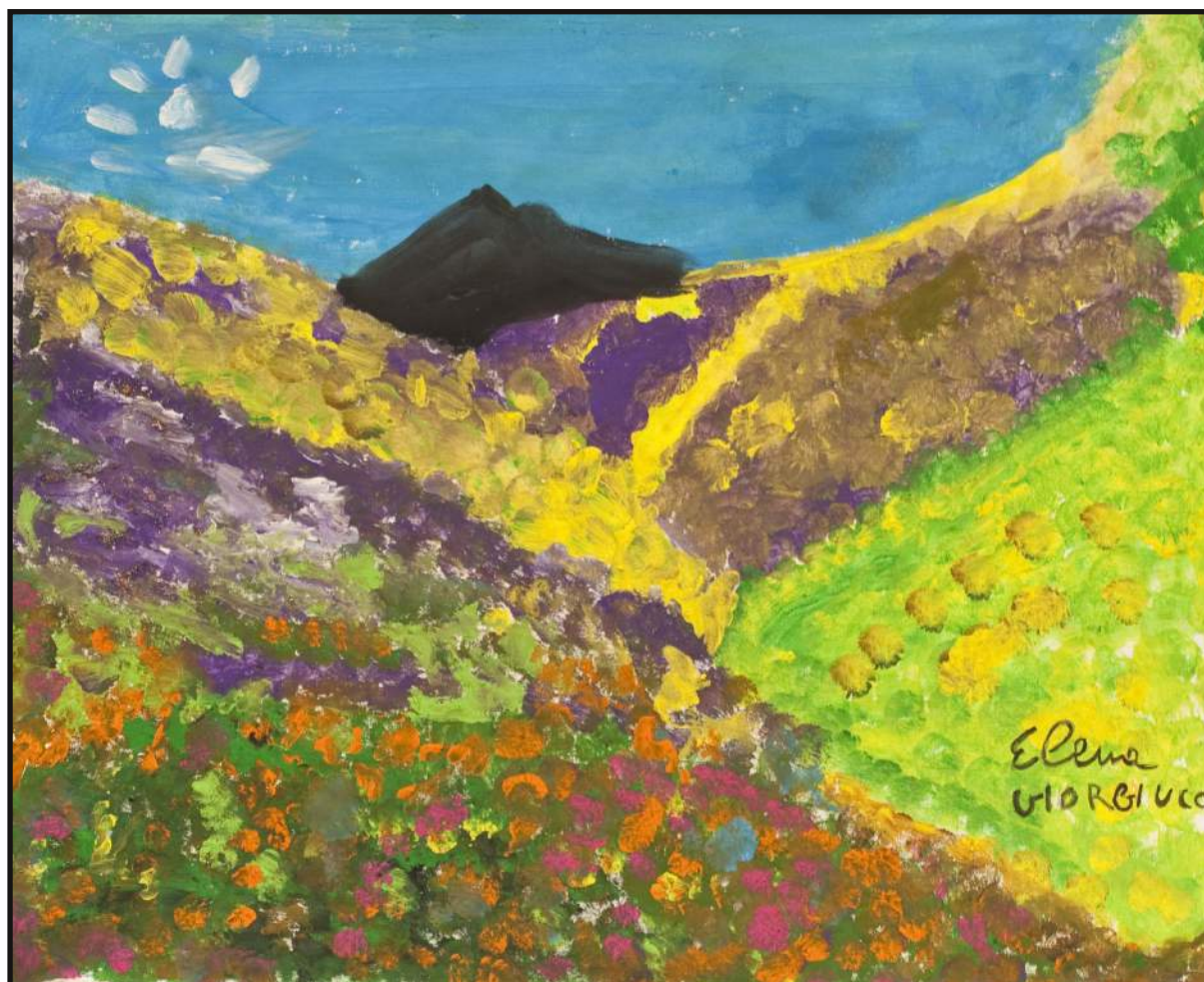
Mi ha impressionato positivamente come un uomo tutto d'un pezzo, apparentemente duro e pragmatico, si sia aperto immediatamente a noi per farci conoscere la sua esperienza, e il suo lavoro. Maurizio ha raccontato, con grande consapevolezza, della sua depressione e di quanto il suo impiego nel CSM lo faccia star bene, di quanto le persone che segue siano importanti e la relazione che instaura con loro sia positiva, in primis, per il suo benessere.

Ci ha spiegato che le persone si aprono molto con lui, si sentono accolte e comprese, mai giudicate. Inoltre ha sottolineato un aspetto importante che spesso, a mio parere, viene trascurato: il tempo. Il rispetto dei “tempi” delle persone viene frequentemente poco tenuto in considerazione perché poco capito. Maurizio ha ribadito quanto, invece, sia fondamentale non forzare il cambiamento o il recupero e ha fatto presente la necessità di accettare questo aspetto quando si entra in contatto col disagio psichico. Questa testimonianza ha rafforzato in me la consapevolezza che chi ha vissuto un certo tipo di percorso possa in maniera più adeguata e realmente utile stare vicino a chi sta male; può fare quel “pezzo” di lavoro, anche il più empirico, che un operatore difficilmente potrà fare.

In un momento ho anche realizzato quanto sia difficile guardare e “stare” con il disagio, sia quando ci riguarda personalmente che quando riguarda gli altri, e quanto spesso sia più facile fare un sacco di cose per controllarlo, gestirlo e categorizzarlo.

Quest'incontro mi ha lasciato più domande che risposte, ma sono convinta che potranno aiutarmi a cambiare prospettiva, a sperimentare e a non adagiarmi su ciò che reputo più giusto e più utile a priori.

Renata



Tramonto

Cala la sera
e mi manchi tanto,
mi mancano i tuoi baci;
vedo il tramonto
mi sento tanto sola
guardo e penso a te
mi viene voglia di abbracciarti
e stringerti forte a me.
Guardo il tramonto
e penso a te,
caro tramonto
mi mancherai tantissimo.

20.3.2012

Marzia

Alla mia sorellina Margareth

Tante cose devo dirti:
noi due non siamo mai andate d'accordo
e mi dispiace molto,
abbiamo litigato troppo,
è giunta l'ora di andare d'accordo.
Sarei la persona più felice del mondo
e ti voglio tanto bene.

20.3.2012

Marzia

Pensieri

Il primo pensiero è per mio padre, il secondo pensiero è per mia madre, il terzo pensiero è per i miei nipotini. Penso sempre a loro. Purtroppo a volte tendo a dire delle bugie. È un pensiero tanto brutto e a volte gioioso. Non devo dire bugie e devo dire sempre la verità.

20.3.2012

Marzia

Un racconto d'estate



Era la metà settembre; io e quelli di Insieme A Noi siamo andati una settimana a mare al Lido di Spina ospiti di quelli di Ferrara. Arrivati ci hanno accolto con una bella matriciana; andavamo in spiaggia alle Piramidi dove ho fatto molte passeggiate sulla spiaggia con Paola Relandini; ho fatto bagni.

Siamo statti a Comacchio dove ho visitato il paese. Una sera abbiamo mangiato il pesce al porto di Porto Garibaldi. Abbiamo fatto una passeggiata sul lungomare di Lido degli Estensi: gli ultimi tre giorni li ho trascorsi con Emanuele. Una sera ho mangiato la pizza e abbiamo parlato parecchio. Il sabato mattina venuto Davide, marito di Tilde, che ci ha accompagnato con un pulmino a Modena. Abbiamo fatto sosta a Ferrara dove abbiamo mangiato una piadina, e abbiamo portato la roba da lavare all'ospedale di Ferrara. Spero di tornare anche nel 2012.

Roberto

L'atelier creativo

A partire dall'ottobre 2011 ho frequentato l'atelier presso l'Istituto Venturi di Modena. L'infermiera mi aveva indirizzato a questa attività anche se io ero piuttosto titubante. L'esperienza si è rivelata positiva, grazie soprattutto alla coordinatrice, la Cinzia, insegnante di plastica al Venturi. Si è mostrata una persona piena di iniziative, di entusiasmo che riesce a trasmettere al nostro gruppo. La sua è una personalità vulcanica, sempre pronta ad aiutare chi è in difficoltà. Il nostro gruppo, oltre a me, comprende la Concetta, l'Ermanna, la Lidia, Roberto, la Giorgia; inoltre frequentano l'atelier anche diversi studenti dell'Istituto. La Cinzia lascia abbastanza libertà nell'esercizio dell'attività: c'è chi preferisce dipingere e chi lavorare la creta e creare delle sculture che vanno poi cotte al forno.

Io ho fatto una scultura strana: un incrocio tra un elefante e un formichiere. Alla Cinzia è molto piaciuto, anche se io non ero dello stesso parere; alla fine ha convinto anche me!! In seguito ho modellato anche altre sculture: un bassorilievo di una farfalla su un ramo, un orso, una volpe. L'atelier ha anche l'impegno di creare un'opera che faccia riferimento all'argomento trattato dal festival di filosofia che si tiene ogni settembre a Modena. Quest'anno il tema è "Le cose". Dopo molti incontri al Social Point si è deciso che l'atelier debba costruire "La città dei matti", da collocare nel cortile del Melograno presso l'Istituto Venturi. Occorrerà utilizzare materiali riciclati, come il tetrapak usato. La Cinzia ha detto che si lavorerà soprattutto d'estate, come del resto è accaduto l'anno scorso quando il tema del festival era "La natura".

Marco

Tendi la mano...c'è qualcuno pronto ad accompagnarti

Alle volte scoprire nuove realtà aiuta a crescere.

Da poco più di un mese svolgo un'attività di volontariato presso l'associazione Insieme A Noi in via Albinelli. Questa associazione che ha come obiettivo quello di tutelare gli interessi ed i diritti delle persone affette da disagio psichico, mi sta travolgendo in un mondo a me fin'ora sconosciuto. Spesso la parola "sconosciuto" si collega a pregiudizi ovvero ad idee, opinioni precedenti alla diretta conoscenza di fatti e individui, fondata su convincimenti tradizionali e comuni alla maggioranza delle persone. Ma perché avere pregiudizi, discriminare ed emarginare persone con un disagio psichico? Loro che potrebbero benissimo essere nostri cari amici, nostri familiari o più semplicemente passanti incontrati per la via Emilia, hanno bisogno di noi per stare meglio.

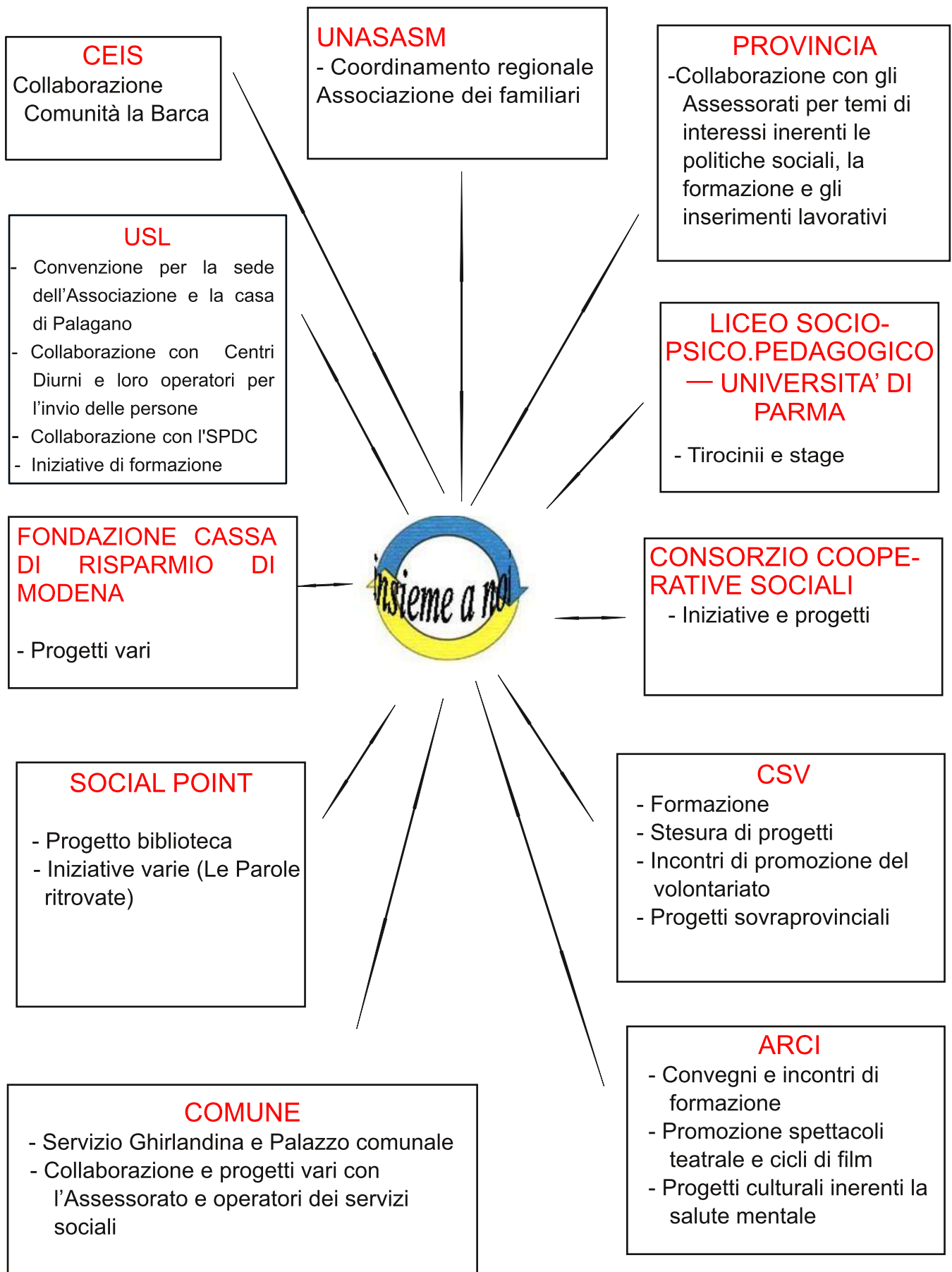
Negare loro un sorriso, un'ora del nostro tempo, una mano da afferrare per riemergere dal baratro della disperazione, è come chiudersi in se stessi e fingere che la realtà sia diversa da quella che realmente è, fingere che sia magari migliore. Ma chi può giudicare cos'è giusto o sbagliato, migliore o peggiore? Noi no di certo. Siamo tutti persone con una sensibilità e un vissuto differente.

Io fremevo dalla voglia di iniziare il volontariato, ma non mi aspettavo che questo avesse un impatto così forte su di me. Mi accorgo di essere ancora una giovane ragazzetta incapace e impotente rispetto alla sofferenza che affligge queste persone con disagio psichico. Mai li chiamerò "pazienti", perché ai miei occhi non necessitano di pietà o compassione, ma di comprensione e un briciolo di empatia. Riuscire ad immedesimarsi negli altri per coglierne i sentimenti permette di conoscere e pertanto capire una realtà meno fortunata rispetto alla mia. Non vorrei mancar loro di rispetto, ma se potessi li chiamerei "amici" poiché è questa la parola che mi ha spinto a scegliere di far volontariato ad Insieme a noi. Non mi illudo che non serva un aiuto medico per curare i loro disagi, ma l'amicizia è alla base del benessere. Sapere di potersi confidare e condividere, anche se solo per qualche minuto, le preoccupazioni e i dolori che ci affliggono ci libera dalla marcia forzata verso la frustrazione alla quale stiamo andando incontro. Può diventare allora più semplice fronteggiare un destino scomodo che sempre ci spinge da un tollerabile rimpianto di ciò che era la nostra vita prima della crisi psichica, fino ad arrivare a una muta disperazione. Non riuscire più a comunicare ciò che sentiamo è, a mio avviso, un enorme problema. L'importanza e la potenza della parola era già stata riconosciuta ai tempi del filosofo siciliano Gorgia, per il quale questa grande dominatrice era in grado di orientare i sentimenti, condizionare i comportamenti ed influenzare la vita della comunità. Perché non far tesoro degli insegnamenti del passato? Insieme si possono sconfiggere mali imbattibili perché solo la collaborazione vera e priva di un qualsiasi guadagno personale ci rende diversi, ci rende persone migliori. Ringrazio ogni amico che nel momento di difficoltà riesce comunque a farmi crescere con le sue parole, i suoi sorrisi, i suoi gesti. E spero di riuscire, nel mio piccolo, a ricambiare questo aiuto con un conforto, anche se effimero, sincero e genuino.

Giulia Babini

Per contributi, storie, proposte, scrivi a insiemeanoi.mo@gmail.com. Allo stesso indirizzo puoi inviare contributi anche sul nostro sito www.insiemeanoi.org

LA RETE SOCIALE DELL' ASSOCIAZIONE



La Missione dell'Associazione

Dare una possibilità di incontro e di socializzazione alle persone con disagio psichico ed ai loro familiari ed amici, aiutandoli ad uscire dall'isolamento ed a vincere la solitudine.

Essere disponibili ad ascoltare ed accettare il prossimo, creando un rapporto paritario, fondato sul rispetto e sulla sincerità.

Organizzare luoghi, attività e momenti di aggregazione per le persone che frequentano l'associazione per imparare a condividere il proprio tempo libero, ad ascoltarsi e a conoscersi.

Essere aperti al dialogo ed alla collaborazione, nella ricerca di uno scambio attivo con le altre realtà associative e con le istituzioni, coerentemente con la propria identità e promuovendo i propri valori.

“Insieme a noi” è un punto di riferimento, un filo sottile che unisce persone toccate da problemi psicologici, legandole tra loro.

E' una piccola voce in mezzo all'indifferenza.



***Buone vacanze
a tutti***

Insieme a voi (periodico dell'Associazione Insieme a noi) Direttore Responsabile: Clotilde Arcaleni Barbieri

Registrazione presso il Tribunale di Modena n. 1942/09 del 01 /04/2009