



SALTUARIA MENTE



NEL MONDO DELLA NOSTRA ITACA



Fu una gran bella festa quel 6 giugno del 2019 quando mettemmo il trattino a Noi Liberamente insieme gemellandoci con Progetto Itaca e, grazie al Comune di Rimini che ha messo a disposizione la sede, inaugureremo contemporaneamente il nostro Club Itaca .

Un trattino che non rappresentava una sottrazione ma, al contrario, una addizione: la somma dell'esperienza dei nostri primi 4 anni con quella agli albori, in itinere, maturata nelle trasferte su e giù da Milano, sede della Fondazione dalla quale traiamo ispirazione e supporto.

A darci conforto è la certezza che l'entusiasmo di quel nuovo inizio non è stato scalfito dalla lunga quarantena pandemica che continua a perdurare e malgrado l'incertezza riguardo la possibilità di un ritorno alle normali abitudini di vita, insieme ai nostri soci e ai volontari del club, ci teniamo pronti alla ripartenza. Al pari delle altre 15 onlus della rete di Progetto Itaca diffuse lungo lo Stivale e a quelle sparse per il mondo che, pur nelle loro diversità, promuovono programmi di informazione, prevenzione, supporto e riabilitazione rivolti alle persone affette da disturbi della salute mentale e alle loro famiglie.

Nel trascorrere questo periodo complicato siamo diventati ancor più consapevoli della portata della sfida che ci ha inseriti dentro ad un progetto internazionale che vuole promuovere una **visione** e **metodi innovativi** nell'ambito di queste malattie. Malattie spesso buttate nello stesso calderone, mentre invece andrebbero districate (depressione, ansia, ossessioni, panico, schizofrenia, anoressia, ecc.) e curate con distinte terapie.

Distinzioni che per noi mantengono, tuttavia, un comune denominatore: l'approccio verso le persone che ne sono colpite alle quali vogliamo trasmettere considerazione, rispetto e soprattutto un messaggio di **speranza**.

Indicando una via di uscita da malattie oggi finalmente considerate vere (con una componente biologica,) e che con gli effetti della pandemia, stanno sempre più diventando **un grave problema di salute pubblica**; per la loro alta incidenza, in particolare fra i giovani, per l'invalidità che comportano e i costi molto salati per famiglie e collettività.

Il nostro messaggio di speranza è che **oggi tutti i disturbi mentali sono curabili**. Perché la malattia non annulla le risorse della persona.

Ogni individuo con disturbo psichico ha infatti un potenziale da scoprire e utilizzare. In questo senso Progetto Itaca ha fatto propria la visione di John Beard Fondatore di Fountain House – New York che affermava come *“Anche la persona con la più grave malattia mentale ha certamente almeno un mignolo che funziona benissimo: su questo bisogna lavorare.”*

Sì, uscire dal tunnel della malattia si può. Un lavoro che per quanto riguarda la cura terapeutica tocca ai professionisti. Noi, a nostra volta, ci siamo assegnati il compito di **prenderci cura della persona**, nella propria diversità, di tutti gli aspetti (conseguenze psicologiche e sociali) delle patologie della sua vita sconvolta dalla malattia, cercando di valorizzarne le risorse e le connessioni con la sua rete relazionale. Facendo anche in modo di accompagnarla con attenzione e riguardo a ricominciare ad inserirsi in quella società dove spesso rimangono intrappolati la speranza e il coraggio di ricominciare a vivere.

INFORMAZIONE PREVENZIONE RIABILITAZIONE

Sono tre le nostre parole d'ordine. La prima è di carattere culturale e consiste nel diffondere una corretta **informazione**. Che significa, innanzitutto, contrastare lo stigma, ritenuto perfino dall'OMS un punto chiave del problema. Quel marchio, appunto, che pesa sul malato come una condanna sociale e lo isola nella vergogna insieme alla famiglia. Tutto questo come conseguenza di un diffuso, atavico, ritardo culturale che nega la dignità di malattie a quelle che colpiscono il cervello.

Informare, dunque; sia per abbattere i tanti pregiudizi sociali che alimentano lo stigma, sia per orientare tempestivamente alla **prevenzione** chi corre il rischio di ammalarsi e rimane nell'ombra. A cominciare dalle giovani generazioni che intendiamo avvicinare entrando anche noi nelle scuole. Diversi studi dimostrano, infatti, l'importanza della diagnosi precoce e di quanto incida positivamente nell'evoluzione della malattia e nella qualità della vita.

La nostra terza meta, invece, investe il campo della **riabilitazione**, attraverso progetti finalizzati al recupero del benessere individuale e di pezzi di vita che erano andati perduti. Perché crediamo nelle potenzialità di ricostruzione delle relazioni, di cicatrizzare le ferite dell'anima e andarsi a prendere un altro futuro. Anche per raggiungere questo traguardo abbiamo fondato il nostro Club Itaca orientato sul modello socio-lavorativo di **Clubhouse** internazionale per il quale l'Ausl contribuisce con l'appoggio di un operatore a proprio carico.

COME APPRODARE A ITACA RIUNENDO LE SOLITUDINI

Clab Itaca, il nostro centro diurno di capacitazione e riabilitazione psichiatrica, ha un ruolo importante di **avamposto** nel contrasto al disagio psichico che anche sul nostro territorio mostra numeri allarmanti di casi "ufficiali" (leggere intervista al dott. Sabatelli) ai quali va sommato un vero e proprio pianeta sommerso, causa soprattutto dello stigma di cui sopra.

Il nostro Club, pertanto, non è un luogo di medicalizzazione e l'innovazione principale consiste nel considerare **tutti alla pari**, operatori, volontari e malati i quali sono i **soci** del club. Nel quale lo staff svolge le attività giornaliere a fianco dei soci collaborando allo stesso modo e condividendo le risorse di ognuno. **Il Club è aperto attualmente il lunedì, mercoledì e giovedì, dalle 10 alle 17.30, ed organizza anche attività sociali al di fuori di questi orari perché ogni occasione è buona per riunire le solitudini.**

Diverse sono le rotte per toccare terra nella nostra Itaca. E se il Centro di Salute Mentale (CSM) svolge un ruolo prevalente nell'indirizzare pazienti e loro famigliari, esistono anche altri percorsi per approdare al Club ; quello indicato dai servizi del Comune di Rimini o consigliato da professionisti in ambito psichiatrico oppure dagli stessi medici di base. In prospettiva auspichiamo un significativo supporto anche dalle scuole medie e superiori del territorio con le quali vorremmo operare in sinergia.

FORMAZIONE e VOLONTARI

Per essere all'altezza di queste complicate sfide verso l'inclusione e la restituzione di dignità sociale a persone con disagio psichico e più serenità alle loro famiglie, diventa preminente per la nostra Associazione la costante **formazione** di volontari sempre più competenti e la gestione dei diversi laboratori.

Del resto, malgrado la pandemia, non abbiamo perso tempo: sono stati 10 i nuovi aspiranti volontari che prima dell'estate hanno partecipato ad un corso base in remoto ottenendo tutti il certificato di frequenza e andando ad aggiungersi ai 20 che già lo avevano conseguito negli anni precedenti. Quattro dei nuovi volontari andranno ad affiancare gli psichiatri in vista del progetto di prevenzione del disagio psichico nelle scuole superiori.

Un dato importante quello del volontariato perché, nonostante il Comune di Rimini ci mantenga la sede e l'Ausl ci assegni risorse umane (unici casi in Italia nel mondo di Itaca), queste generose adesioni rimangono il patrimonio più importante nel nostro progetto. E di persone animate di spirito di servizio avremo sempre più necessità: di quelle provviste di specifiche competenze nello svolgimento delle attività, oppure di esperienze vissute direttamente, fino a quanti portano il valore nel gesto di una carezza.

I NOSTRI CORSI

Intanto, coerentemente con il nostro Progetto, sarà a breve attivata la **Linea di Ascolto**, gestita da 6 volontarie, indispensabile supporto per mantenere contatti con le persone sofferenti e i loro familiari dando informazioni e conforto, vanno profilandosi in particolare altri due indispensabili corsi:

Il corso **Family –Family**, rivolto a chi vive accanto a persone colpite da disturbi psichiatrici, per aiutarle a gestire, dando informazioni e consigli, la complessità delle situazioni che la malattia comporta. Gli insegnanti del corso sono persone che hanno avuto esperienza di cari affetti da patologie mentali e che hanno seguito a loro volta una formazione specifica.

Il corso **Pari-Pari**. Anche in questo caso gli insegnanti non sono professionisti ma facilitatori alla pari con esperienze di disagio psichico che, dopo apposita formazione, sono in grado di permettere a gruppi di persone di affrontare e gestire questi disturbi, imparare a convivervi, ed evitare ricadute.

Inoltre, molto richiesti da familiari e ragazzi i gruppi di **auto aiuto**, sempre condotti da volontari adeguatamente formati, che condividono le stesse difficoltà e situazioni di vita. E cercano di soddisfare un bisogno, superare un ostacolo, raggiungere un obiettivo in modo reciproco.



LABORIOSA MENTE

Nel contempo, sono sempre attivi i vari laboratori finalizzati alla socialità e alla capacitazione di partecipanti che hanno pure l'opportunità di acquisire conoscenze diversamente utili.



Il **laboratorio di cucina**, vede quotidianamente i soci condividere le attività con le provette cuoche Martina e Stefania, volontarie a tempo pieno, in grado di insegnare l'abbinamento della cucina romagnola con quella salutista (verdure in abbondanza) e di "mettere a sedere" anche decine di affamati quando c'è

sempre la scusa per fare festa. La mensa autogestita, inoltre, permette il proseguimento continuativo delle attività

Il laboratorio di agricoltura, per ora solo un orto sul non poco terreno attorno alla sede e già quasi in grado di garantire l'autosufficienza degli ortaggi. Qui i ragazzi, spesso, completamente a digiuno di competenze nel lavorare la terra, imparano ad amarla, ad accudirla e ad essere capaci di distinguere i vari semi e i vari frutti

Il Laboratorio teatrale, diretto dalla regista Giovanna Donini, invece, ha appena trovato una calorosa ospitalità, 2 ore a settimana, nel Centro Sociale Grottarossa. Una location straordinaria, in grado di contenere una compagnia di attrici e commedianti sempre più numerosa e desiderosa di entrare in scena.

Laboratorio informatica di base è rivolto a principianti desiderosi di apprendere e che intendono acquisire nozioni di base relative all'uso del computer, dotandosi di una valigetta di conoscenze e competenze sufficiente ad iniziare un utilizzo più autonomo e consapevole di tali tecnologie.

Laboratorio di informatica avanzato nasce con l'intento di far acquisire abilità a quei ragazzi che faranno parte degli aspiranti al mondo reale lavorativo creato dalla Job Station.

ATTIVAZIONE DELLA JOB STATION



Tuttavia, il fiore all'occhiello della nostra Club house è l'avvio della Job Station.

Uno dei traguardi per della Club House, infatti, è il diritto anche per persone con disabilità mentale di tornare ad un impiego pagato nel contesto competitivo di mercato. E' una sfida complicata in quanto si tratta di trovare un equilibrio fra lo sforzo per raggiungere l'autonomia e il mantenimento del benessere. L'ostacolo maggiore, infatti, consiste nella relazione con l'ambiente lavorativo-fisico (rumore, confusione, cambiamenti veloci o imprevisti, scadenze, ritmi di lavoro irregolari) che a volte può provocare smarrimento .

Per questo la Job Station, pur mantenendo il costante contatto con i propri referenti aziendali, è una stazione di lavoro, in smart working, dove persone con disagio psichico possono lavorare in serenità aiutate da tutor esperti anche in ambito psicologico.

Il lavoro presso la Job Station può essere un punto di arrivo per la persona, ma pure un'esperienza di passaggio e di preparazione verso un successivo inserimento aziendale.

Per il suo avvio sono già stati attivati 2 laboratori (con locazione finanziata dal Piano di zona del Comune di Rimini) e 8 computer che serviranno per corsi di alfabetizzazione informatica e apprendimento dell'uso dei principali software da ufficio in linea con quelli aziendali. I partecipanti saranno guidati attraverso un software che permetterà l'insegnamento unificato su tutti i desco.

Per le aziende si tratta di una soluzione efficace e sostenibile per poter assolvere l'obbligo di assumere persone disabili ex legge 69/99, con la assicurazione che la presenza del tutor permetterà la gestione di qualsiasi problema della persona protetta e sarà pure la garanzia che il lavoro verrà portato in ogni caso a compimento.

PREVENZIONE NELLE SCUOLE

Intanto è ai nastri di partenza anche il progetto di **prevenzione del disagio psichico nelle scuole** rivolto agli studenti dalle prime alle quinte superiori. In collaborazione con il CSM e la neuropsichiatria infantile che indicheranno i propri psichiatri, con le nostre volontarie di volta in volta ad affiancarli, ci proponiamo di coinvolgere, in 18 mesi, 900 studenti riminesi e i loro insegnanti in 2 ore di assemblea (con possibilità di replica) per una esperienza di sensibilizzazione sulla salute mentale.

Sarà una prima volta per tutti, noi compresi. E per le scuole che aderiranno rappresenterà anche una scelta anticonvenzionale il cui fine sarà far uscire dalle porte dell'aula magna anche il tabù e lo stigma verso le malattie della mente che vengono socialmente sottovalutate e perfino occultate mentre coinvolgono fasce sempre più giovani e vaste con il picco del loro esordio proprio tra i 13 e i 18 anni.

Parleremo dei disturbi d'ansia, dell'umore, di quelli psicotici o del comportamento alimentare , evidenti o sommersi, che si sono ulteriormente diffusi e aggravati durante la pandemia che ha esposto a conseguenze complicate la sfera psicologica dei più giovani, fragili e vulnerabili.

Riteniamo significativo, quindi, iniziare con la collaborazione del corpo scolastico e del CSM, un percorso in grado di intervenire tempestivamente grazie al contributo di una informazione dialogante ed autorevole. Una informazione capace di contrastare i pregiudizi e i sensi di colpa, l'ignoranza di chi non capisce e la paura di chi si vergogna, che fanno insieme da barriera all'emersione di questi problemi e inducono all'abbandono.

Gli incontri si svolgeranno con la proiezione di slides e filmati sui principali disturbi mentali e sul percorso di cura. Inoltre verranno proposti questionari istantanei che saranno anch'essi oggetto di discussione con lo psichiatra

La finalità del progetto sarà quella di informare in modo chiaro e scientifico, evidenziare la distinzione tra disagio giovanile e patologia, oltre a richiamare l'attenzione sui fattori di rischio, sui primi segnali di disagio e come chiedere e ricevere aiuto. Il tutto mettendo al centro la necessità di combattere ogni pregiudizio nei confronti delle malattie mentali.

IL PROGETTO YOUTH IN MIND

Ma non finisce qui. Progetto Itaca ha in previsione, infatti, un'altra grande iniziativa che si propone di sviluppare in 11 città d'Italia, fra cui Rimini, programmi di informazione, sensibilizzazione e supporto per la malattia mentale ancora rivolti agli adolescenti e coinvolgeranno genitori e professori che parteciperanno al progetto prevenzione nelle scuole.

Il progetto, secondo il metodo "NAMI (National Alliance on Mental Illness) , la più grande e importante organizzazione nordamericana per la salute mentale, di cui Progetto Itaca è unico partner italiano, si articola in quattro interventi fra loro complementari.

Nell'ambito del progetto della Prevenzione nelle scuole, con il programma "**Ending the silence**" saranno erogati momenti di informazione, consapevolezza e sensibilizzazione per genitori di studenti di scuole secondarie e superiori e sessioni informative e formative per insegnanti delle stesse scuole attrezzandoli a riconoscere dinamiche e disturbi per la richiesta di aiuto.

Infine, lo sportello di ascolto e orientamento "Itaca Incontra" come supporto nel periodo di progetto alle famiglie che sperimentano un disturbo mentale di un figlio o figlia adolescente attraverso i corsi NAMI BASICS, modello di formazione e supporto messo a punto e validato da NAMI e gruppi di auto e mutuo aiuto per genitori care giver.

Da rilevare tra i partner del progetto la partecipazione di Esselunga, che supporta le attività grazie alla raccolta Punti Fidaty, e la casa farmaceutica Lundbeck Italia, che sostiene la formazione per genitori ed insegnanti.

INSIEME E' MEGLIO

Sempre più significativa la collaborazione fra Comune di Rimini, Ausl e Itaca nel contrasto alle malattie mentali. Di questo ed altro parliamo con Riccardo Sabatelli, nuovo responsabile del CSM.

La Romagna mi ha dato tutto , trenta'anni di carriera professionale, una famiglia e tante relazioni. Beh, io cerco in qualche modo di ricambiare con tutto il mio impegno. Pugliese, 61 anni, 3 figli, cordiale, espansivo e soprattutto alla mano, Riccardo Sabatelli, è da luglio il nuovo responsabile del Centro di Salute Mentale (CSM) riminese. Si è laureato in medicina nell'85, specializzato in psichiatria e neurologia, si occupa di salute mentale dal 89 e di percorsi riabilitativi, in particolare di inclusione lavorativa, dal 97.

Ne approfittiamo prendendola da lontano. Dottore, cos'è cambiato dai suoi inizi?

Quando ho cominciato a lavorare a Rimini nell'89 il Centro di Salute Mentale era un ambulatorio aperto solo la mattina, dal lunedì al sabato. In questi decenni l'utenza si è moltiplicata e modificata riflettendo le dinamiche sociali. I quadri clinici sono cambiati con il mutare degli stili di vita. Si sono accelerati impegni e ritmi e sono aumentati costantemente i consumi individuali, tant'è che un solo reddito non basta più. E questo incide sulla coesione delle famiglie dove, soprattutto quando ci sono anche anziani da assistere, c'è meno attenzione alla crescita dei figli e ai loro eventuali problemi di disabilità intellettiva o addirittura di disagio psichico.

Già precedentemente alla pandemia, gli utenti del Centro Salute Mentale erano oltre 5.000. Il Covid sta ulteriormente modificando questi numeri e quali patologie o utenti in particolare?

Attualmente verifichiamo reazioni allarmanti sugli adolescenti. E pure il fatto che tante persone, anche adulte, si sono abbandonate alla realtà virtuale del computer, cadendo nell'isolamento e rifiutando contatti con il mondo esterno. Complessivamente le restrizioni dal Covid hanno peggiorato la condizione di chi già soffriva di disturbi della psiche. Tuttavia è ancora presto per verificare le ricadute complessive della pandemia che probabilmente si manifesteranno fra una paio d'anni. E potrebbe essere uno tsunami!

Come si sono organizzati i servizi per affrontare questa fase? Quale tipo di prestazioni e in particolare come vi siete messi in comunicazione con l'utenza?

Inutile negare che con il lock down anche nei servizi si è verificato un certo smarrimento iniziale. Abbiamo intensificato i contatti telefonici e nel frattempo cercavamo di recuperare il gap sulle difficoltà tecnologiche. Non solo quelle di tanti utenti ma pure le nostre. Poi, dai e dai, abbiamo imparato, noi e loro. Ma debbo ammettere che non tutti hanno accettato la comunicazione a distanza, vissuta anche come impersonale o invadente.

Riguardo gli interventi domiciliari, il cui numero era fra i più alti in Romagna, ne abbiamo mantenuti invece solo una piccola parte. Ma adesso ci stiamo rimettendo in carreggiata

Rispetto ad altri settori, esempio Oncologia, Sla, Alzheimer, Sclerosi multipla, ecc, lo Stato investe molto meno nel campo della Salute mentale. Rimini fa un pò eccezione. Infatti la nostra è l'unica Itaca d'Italia dove l'affitto della sede è pagato dal Comune e l'Ausl stipendia un operatore. Ci può dire qual è il budget del Centro che dirige e se si è modificato nel tempo?

E' complicato entrare nel dettaglio di un budget che ha molte voci interconnesse. Posso dire che negli anni la spesa dell'Ausl per la salute mentale è via via cresciuta, particolarmente negli ultimi 2 malgrado tante risorse sia state assorbite dalla pandemia.

Quante risorse professionali sono attive nel suo Servizio?

I servizi per la salute mentale di questo territorio hanno al loro interno un significativo numero di operatori molto diversificato per professionalità; il problema è che l'utenza tende seppur lentamente ma costantemente a crescere ed a presentare quadri clinici sempre più complessi, che richiedono sempre più risorse umane. Questi fattori, accanto alla difficoltà a reperire sul mercato alcune figure professionali, fanno sì che non sempre i team di lavoro siano numericamente adeguati. Questo è un problema ma anche una sfida, perché ci spinge a ripensare le modalità di sostegno alla popolazione in difficoltà, attingendo anche a risorse informali presenti nella comunità territoriale di appartenenza.

Quanto ha inciso la spesa dei farmaci, qual è il suo trend? Ci sono farmaci di nuova generazione più efficaci per certe patologie mentali?

La spesa dipende da quante persone abbiamo assistito nel singolo anno. Ovviamente nel 2020 ne abbiamo viste meno. I prossimi dati saranno sicuramente diversi. Nel frattempo sono entrate anche nuove molecole che hanno costi più elevati.

Sono anche più efficaci?

Lo sapremo nel tempo se saranno farmaci più efficaci e se avranno minori effetti collaterali. Quando sono arrivati gli antipsicotici di seconda generazione, rispedone, olanzapina, ecc., abbiamo visto che pure questi, seppur più limitati, avevano comunque alcuni effetti collaterali. Anche per la cariprazina o il lurasidone, i trattamenti di terza generazione per la schizofrenia e del disturbo bipolare, dovremo quindi attendere qualche anno per avere maggiori certezze.

Probabilmente, anche per i tabù e i pregiudizi che la investono, il volontariato e il conseguente associazionismo sono poco presenti un po' dappertutto nel campo della malattia mentale. Eppure che peso potrebbero avere nel contrastare queste patologie?

Dico che un servizio forte si fa con un volontariato forte, inclusivo e dialogante, che può, e deve, rappresentare una parte della risposta ai cittadini in difficoltà. Fra l'altro, chi lo svolge ha già compiuto un certo percorso nel disagio e quindi viene percepito positivamente da chi chiede sollievo. Avendolo vissuto sulla propria pelle, il volontario ha maturato esperienza e trasmette anche un segno di speranza poichè rappresenta la prova che si può tornare a star meglio, vivere una vita soddisfacente e piena di significato personale.



Cosa ne pensa del rapporto che va consolidandosi con Progetto Itaca?

Beh, mi pare evidente che le collaborazioni instaurate e quelle in cantiere siano la dimostrazione di quanto l'Ausl crede nel vostro Progetto che, peraltro, si porta dietro una storia e una esperienza internazionale. Non a caso su questa credibilità ha investito anche il Comune di Rimini a significare altresì una certa sintonia anche fra Ausl e Enti locali su questo territorio.

Progetto Itaca mira a coinvolgere l'utente da assistito a protagonista della propria autonomia. Lo ritiene un obiettivo percorribile?

Certo. Ho sempre creduto che le persone debbano essere padrone della propria vita, a prescindere dalla condizione di salute. Poi ovviamente è necessario affiancare e supportare quelle più in difficoltà.

Come lei sa, da una costola di Progetto Itaca abbiamo costituito anche a Rimini la nostra Clubhouse. Il cui modello riabilitativo, attraverso il progetto Job Station, con la collaborazione vostra e del Comune, prevede un programma di inserimento socio lavorativo, attraverso la formazione in telelavoro e l'accompagnamento dell'utente nel mondo del lavoro vero con il supporto di un tutor. State seguendo esperienze di questo tipo sul territorio riminese? E a quali eventuali condizioni lavorative?

Nel nostro bagaglio di esperienze ci sono i percorsi con la legge 68, quelle dei tirocinii e dei IPS . Il vostro progetto della Job Station sarà anche per noi una novità che abbiamo trovato molto interessante e stimolante.

Una tappa fondamentale per la conquista dell'autonomia, oltre al lavoro, è quella di disporre di una abitazione, magari in coabitazione e seguiti da un tutor. In questo settore del cosiddetto cohousing sociale dove, sempre al vostro CSM abbiamo iniziato anche su questo versante una collaborazione, com'è la situazione, quali le difficoltà e quanti i soggetti chiamati in causa?

Noi abbiamo, con la mediazione di Acer, un percorso ultradecennale di cohousing per 42 posti letto in 8 appartamenti a Rimini e 3 a Riccione. Intendiamo fare di più e ci misuriamo da tempo con i Comuni e lo stesso Acer ma il tema è complesso. Perché dare la possibilità di abitare nella stessa casa non solo a persone segnalate da noi ma comunque in stato di bisogno particolare, trova diversi ostacoli. Il problema principale consiste nel reperimento degli alloggi e, neppure su garanzia dell'Acer, si trovano proprietari disponibili a concedere l'affitto dell'appartamento a persone verso le quali prevale lo stigma.

E gli alloggi abitativi di emergenza...

Gli Erp dipendono dal Comune il quale non può fare differenze, per esempio, fra un cittadino in difficoltà alle prese con la malattia mentale e una madre con 3 bambini che non sa dove stare. Quindi i pochi posti che ha li mette a bando e gestisce una graduatoria che prescinde dalle ragioni che hanno condotto alla fragilità.

Ancora in collaborazione con il CSM che lei dirige la nostra associazione si sta preparando, nell'ottica della prevenzione, ad entrare nelle scuole sfidando lo stigma e favorire il benessere psicologico delle giovani generazioni. Quanto ritiene utile questa scelta e quali risorse umane potete impiegare?

Ovviamente sono straconvinto dell'iniziativa e della sua funzione di prevenzione che è strategica per il Servizio. Soprattutto per la scelta della fascia di età; l'adolescenza è una fase critica della vita soprattutto in questo inizio di terzo millennio e non prestare attenzione ad una corretta crescita dei nostri ragazzi significa creare le condizioni per il disagio nell'età adulta. Io sono anche per mettere in rete queste iniziative includendo più scuole e spazi giovanili in eventi che coinvolgano anche le famiglie. In questo progetto metteremo tutte le risorse che possiamo permetterci per lavorare, oltre che sulla cura, anche sulla prevenzione del disagio dando così compimento alla nostra mission dipartimentale.

UNA FESTA DA TENERE IN MENTE

Non solo si è giocato d'anticipo su Natale e Capodanno ma si è recuperata anche quella impedita dal covid lo scorso anno. Insomma, quella di domenica 19 novembre è stata una festa ch'è valsa il doppio. Lo è stata da tutti i punti di vista, compresa la scelta della location messa a disposizione dal Centro Sociale Grottarossa che ha generosamente concesso l'ampio salone dotato di palcoscenico dove il nostro gruppo teatrale effettua le prove settimanali.

Spazio per cento posti a tavola che i soci e volontari del Club hanno arredato e addobbato di intensi colori creando uno scenario che ha accolto i tanti familiari e amici in un ambiente rigorosamente natalizio.

Sul successo del festa, del resto, non c'erano molti dubbi. A cominciare dal menù che, nei giorni in cui macellerie e pescherie erano prese d'assalto, ha visto invece prevalere la sana ortodossia dei cappelletti e l'abbondanza di verdure con antipasti e contorni di stagione a km zero.

Un pranzo, per intenderci, tradizionalista e salutista attorno al quale ragazze e ragazzi soci del Club, con il determinante supporto delle instancabili Martina e Stefania, hanno lavorato per settimane prendendo dimestichezza con i fornelli e imparando basiche tecniche culinarie, comprese quelle della surgelazione. Gli stessi soci che poi hanno dimostrato padronanza e sveltezza nel gestire l'intero servizio ai tavoli, lavorando in coordinazione e armonia ad ogni portata.

L'appuntamento è stato anche una imperdibile occasione per scambiarsi gli auguri prima delle festività; particolarmente graditi quelli dell'assessore alle politiche sociali Cristian Gianfreda che con la sua presenza ha ribadito l'attenzione del Comune di Rimini verso le problematiche della salute mentale e la collaborazione con la nostra associazione. Molto gradite anche le partecipazioni di rappresentanze dell'Ausl di Rimini, Riccione e Cattolica con le quali collaboriamo da anni.



E nessuno di loro ha voluto perdersi il clou della festa, quando attori e soprattutto attrici del nostro gruppo teatrale "L'Arca di Noè", diretto dalla bravissima Giovanna Donini, con Floris insostituibile addetto ai suoni e alle luci, sono saliti sul palcoscenico dando vita al momento più emozionante della giornata. Incoraggiandosi a vicenda, una volta rotto il ghiaccio, il microfono, infatti, è passato di mano in mano in un crescendo di poesie, spezzoni di poemi, dialoghi e canzoni, il tutto volto a comunicare la gioia del Natale. E per concludere in bellezza, il palco ha fatto il pieno di ulteriori ballerini trascinati dal ritmo di "Jerusalem".

LA PESCA DELLA GENEROSITA'



Dai banchetti di “Tutti matti per il riso” a quello della “Pesca della generosità”. Identico lo scopo: sensibilizzare e raccogliere fondi per sostenere il contrasto alla Malattia Mentale.

Quello della pesca della generosità è stata una singolare iniziativa del nostro Club in occasione della Fiera di S.Lucia, svoltasi dal 11 al 13 dicembre a S. Giovanni in Marignano. Grazie alla sensibilità della vice sindaca Michela Bertolucci, infatti, Club Itaca ha ottenuto dagli organizzatori della fiera uno spazio in bella vista nell’ambito di quello assegnato alle associazioni.

Così, con il supporto di Elena, Stefania e Floris, un bel gruppo di soci per due giorni si è alternato con perizia nella gestione della pesca e nella consegna dei tanti premi vinti fra i quasi 200 pescatori che, puntando un euro, hanno tentato la sorte cercando di uncinare un portafoglio o una cornice, un fermacarte o un portachiavi.

Ma, trascurando il valore del premio, per tutti l’importante è stato partecipare e scambiare un sorriso coi nostri soci perché la loro accattivante simpatia, insieme alla capacità di stabilire contatti in modo semplice e diretto, ha fatto ancora la differenza.

E un grande sorriso vogliamo regalarlo anche noi alla signora Marina Paolizzi che donando tutti i regali ha reso possibile questa bella iniziativa. A lei tutta la nostra stima e i migliori auguri.

CON L'ARCA VERSO ITACA



LABORATORIO TEATRALE “ARCA DI NOE” – STORY”

Nel mese di ottobre 2016 iniziò la mia avventura del venerdì presso la parrocchia S.Raffaele di Rimini. Dopo tanti anni di insegnamento sapevo dentro di me che non avrei rinunciato ad essere vicina a ragazzi e ragazze. Con loro ero entrata nei rivoli misteriosi della preadolescenza e danzato sulle ali del futuro. In precedenza mi ero dedicata a uno studio rigoroso e profondo inerente la persona nei suoi vari aspetti, con particolare riguardo a blocchi emotivi e sofferenze. Divisi in gruppi e insieme ai nostri insegnanti, noi studenti provavamo a entrare nei meandri della mente umana, a conoscere il dolore ma anche a intravedere nuove possibilità di vita. Intanto nasceva l'Associazione di Volontariato “NOI LIBERA-MENTE INSIEME”. Era molto suggestivo il nome “INSIEME”. Si presentarono anche alcuni adulti, desiderosi di vivere questo tipo di esperienza e io ancora oggi mi sento di ringraziarli veramente, perché sono sempre con noi. Ecco giungere intanto persone giovani inviate dal Centro di Salute Mentale, per un appuntamento terapeutico di attività teatrale. Cominciarono lentamente ad affluire. Non dimenticherò facilmente quei primi appuntamenti. Davanti a me persone fragili che portavano il vissuto della loro giornata, spesso penosa e solitaria; lo sguardo era malinconico e nell'aria un senso diffuso di sconfitta.

Bene, che fare? Cominciammo con una corretta respirazione, prima scintilla di vita, e poi spazio al gioco, camminando e rincorrendoci per il grande salone. Intanto la musica faceva il suo ingresso trionfale. Ritmata, malinconica, gioiosa, allegra. Che linguaggio meraviglioso! Scoprimmo poi il grande assente, il CORPO, che si muoveva in sintonia con suoni e parole, e tutto procedeva con un ritmo!! L'universo ha un suo ritmo e quindi era anche dentro di noi! Dei primi mesi ricordo una gioia diffusa e un sentimento di leggerezza che portavo con me a casa, come un dono.

Recita un libro famoso: "Ridi, ama, vivi. Scegli di essere felice". Immettere pian piano questo stile nelle prove di laboratorio e nella vita, imparare a gestire le emozioni e lo stress con esercizi mirati, ci allenava a renderci forti di fronte agli urti e ad allenare la resilienza... fino a scoprire piccole dosi di felicità.

Intanto iniziavamo a dare colore alle prime parole e frasi, tenendo ben presente l'ENERGIA che sprigiona la parola, e questa è la grande opportunità dell'attività teatrale.

Esperienze personali, pensieri, danze e poesie si alternavano, in una girandola di performance, offerte al piccolo pubblico presente come perle di una collana, con pause strategiche e tonalità variabili.

I mesi passavano e il gruppo del venerdì cresceva sempre più, fino a superare le venti persone. Certo, nei primi due anni qualcuno ci ha salutato, altri si sono aggiunti, alcune tensioni si sono manifestate, come sempre accade sotto la cenere dei grandi gruppi. Ma riuscivamo a risolvere tutto o quasi con umanità, senza attribuire giudizi. Creare Valore in ognuno è stato ed è l'obiettivo prioritario di questo gruppo.

A un certo punto del nostro viaggio capimmo che era giunto il momento di tentare un altro tipo di avventura: sceneggiatura e recitazione di un copione vero e proprio. Tutti insieme per uno scopo comune. "Il fantasma di Canterville" di Oscar Wilde fu il nostro banco di prova! Ciò che si materializzò lentamente, dal marasma di tentativi e prove, assunse la consistenza e i colori di un Musical, in cui si avvicendavano singole persone, piccoli e grandi gruppi in recite, canti e danze. Non so come ci arrivammo. Abbiamo sperimentato tante vie, sostenute da incoraggiamenti e memorizzazione costanti. Indubbiamente la memoria fu il nostro ostacolo più grande. I ragazzi mi guardavano negli occhi, sapevano esprimere ormai i loro pensieri più veri e ripetevano che mai e poi mai sarebbero riusciti a imparare a memoria le parti assegnate. Mi scongiuravano, dicendo che non avrebbero rinunciato al foglio, con qualche piccola strategia per mimetizzarlo. Io, irremovibile, aprivo di continuo funi sotterranee di coraggio e autostima.

E così arrivò il mese di Gennaio 2019. Terminavano le vacanze natalizie e noi eravamo pronti per la prima rappresentazione. Non volevamo ammetterlo, ma Paola, la responsabile del gruppo, fissò la data della "prima" e tutti provammo un brivido di paura mista a gioia.

I tempi erano maturi. Decidemmo di mostrare che potevamo farcela..Che eravamo pronti! Ci eravamo fidati l'uno dell'altro, insieme per uno scopo comune. La prima rappresentazione andò in scena al teatro del S.Raffaele" e fu un grande successo. Sala gremita, con il pubblico che partecipava ad ogni scena, a ogni battuta. Sentivamo circolare un sano ottimismo e la voglia di stare insieme, attori e spettatori!

Da quel gennaio si susseguirono altri quattro teatri, uno al mese, toccando Savignano, Cesenatico e Serravalle di S.Marino, con la presenza confortante del Sindaco e delle sue parole di elogio. Seguì poi il magico scenario di Villa Torlonia a S.Mauro Pascoli. Ancora non sapevamo che il Covid 19 avrebbe fatto la sua comparsa alla fine di quell'anno. Occorre sottolineare però che il laboratorio dell'Arca non si è mai fermato. Anche durante i vari lockdown, tutti abbiamo accettato di lavorare online. E' stata quasi una sfida. Ogni venerdì ci siamo ritrovati col solo ausilio della voce...Era come stare in radio! E questo ci ha permesso di affinare le nostre voci e ascoltarci!

Da un mese siamo ritornati "in presenza" grazie a un grande spazio offerto generosamente dal Centro Sociale Grotta Rossa. Le difficoltà e le prescrizioni non mancano, ma noi non ci arrendiamo!

Negli occhi di ragazzi e ragazze non si è spento il desiderio di nuove avventure! Ciao a tutti e... Grazie!!

Maria Giovanna Donini

*“ Non ti agitare,
Non piangere.
Semmai versiamo lacrime insieme
Per sostenere la vita delle persone,
condividendo il dolore e la gioia degli altri.
Sii come il sole alle otto del mattino”
Daisaku Ikeda*

Ciao a tutti cari lettori,

sono Silva e la mia esperienza alla Club House risale a molto tempo fa quando ancora era solo un associazione con persone che si vedevano per fare delle attività il pomeriggio. Poi la Presidente Paola ha scoperto la Club House di Milano e lavorandoci alacremente sopra, siamo riusciti ad aprirne una a Rimini, con la gioia di tutti.....quindi.... Sono una nuova della Club House ma una veterana della sua nascita. Io sono in cura al csm da vent'anni, prima non c'era niente, nemmeno un'associazione proprio nulla. Figuriamoci adesso che c'è la Club House come sono al settimo cielo, soprattutto perché incontro e convivo ogni giorno con persone fantastiche come anche a Milano sono fantastiche, si perché sono stata anche alla Club House di Milano e mi sono trovata benissimo. Ho una psicosi, faccio il depot mensile, un tirocinio in un giornale e poi mi dedico alla Club House. Da utente qual ero sono diventata volontaria, facendo due corsi a Milano anche online, faccio parte del direttivo, organizzo eventi, sono la responsabile del corso sport benessere che si fa il sabato pomeriggio e comunque quando c'è bisogno io sono sempre in prima linea. Stare in una Club House come questa è un'opportunità non da poco, il fatto di essere tutti soci e alla pari mi fortifica e mi rende più responsabile della mia vita. Certo non mancano le incomprensioni ogni tanto con i miei colleghi, ma noi ci vogliamo tutti bene ed è questo l'importante. Personalmente vorrei crescere, andare avanti e con il Club ho visto che questo è possibile, si vivono esperienze formative che sono valide per la tua vita e per lo stare assieme. Forse ci metterei uno psicologo divertente, cioè che magari invece che serio serio, giocasse con noi insegnandoci i concetti principali, cosa dobbiamo superare e tante altre cose ma sempre nel contesto del gioco. La mia esperienza al Club non può che essere positiva, vince la solitudine che tutti noi abbiamo, rompe i silenzi sulla nostra situazione, getta un ponte per il futuro, fa trovare amici, si riesce ad essere altruisti, l'amore è la colla che ci tiene uniti, la comprensione e l'empatia ci sono sempre, tutto si può fare in Club, tutto può essere e divenire.

Ringrazio Ughetta per esistere e per esserci sempre e la mia presidente Paola che è onnipresente.

Ho conosciuto tanti amici e tanti ne conoscerò perché l'amicizia di questi tempi è forse l'unica cosa che conta.

Un abbraccio a tutti

Silva Cilio



PILLOLE DI STATUTO

"La nostra Associazione è apolitica apartitica e aconfessionale e non ha fini di lucro ed è aperta a tutti senza alcuna distinzione il cui scopo è offrire un supporto ad utenti affetti da disturbi psichici e psico-fisici purché in carico ai Servizi territoriali.

La nostra Associazione si prefigge di sensibilizzare la comunità e le istituzioni sul disagio mentale e per abbattere lo stigma derivante dalla malattia.

La nostra Associazione è amministrata da un Comitato Direttivo composto da 11 volontari tra i quali vi è una rappresentanza degli utenti.

Il comitato gestisce ed amministra i vari progetti dell 'Associazione: clubitaca, jobstation, prevenzione scuole, formazione volontari e familiari, gruppi automutuo aiuto.

La nostra Associazione si mantiene attraverso le erogazioni liberali ricevute dai privati, da finanziamenti pubblici di Comune e Regione, dalle quote associative e dalle raccolte fondi, non svolge attività commerciali e tutti i servizi agli utenti sono offerti a titolo gratuito.

Il principio di democraticità è alla base del funzionamento dell'Associazione. È l'assemblea dei soci che elegge i componenti del direttivo che al suo interno nomina a maggioranza presidente e vicepresidente.

Ogni socio iscritto nel libro soci ha il diritto di esprimere il proprio voto in assemblea.

Le decisioni circa l'organizzazione delle attività vengono assunte da un gruppo interno di staff composto da operatori, volontari ed utenti.

Il nostro patrimonio è destinato interamente alle attività benefiche e tutti i volontari prestano gratuitamente la loro attività"

SALTUARIA MENTE

News online di Club Itaca Rimini

Esce quando può!

REDAZIONE

I soci, le socie e lo staff del Club

FOTOGRAFIE Archivio del club

IMPAGINAZIONE

Cristiana Vulpitta

CLUB ITACA RIMINI

Via Graf 14 – 47924 Rimini

Tel. 0541 317193

Mail : clubitaca.rimini@gmail.com