

FARE RETE - FARE ASSIEME

✦ ols.farerete@gmail.com ✦



COMITATO MANTOVA SOLIDALE
ONLUS

PER L'ACCOGLIENZA E IL SOSTEGNO A SOGGETTI IN CONDIZIONI DI FRAGILITÀ

Newsletter N. 1

ottobre 2024

Il filo rosso di questo numero

- Bruno Miorali -

Dopo il numero di prova, questo è il nostro primo numero che vede subito aumentare le collaborazioni del grande mondo della solidarietà. Non ci stancheremo mai di ripeterlo: la nostra forza sta nell'ascolto reciproco e nella crescita della capacità di collaborare nella difficile cura della relazione di aiuto; non sono competenze che si acquisiscono al volo, richiedono pazienza, disponibilità al dialogo, capacità di immedesimarsi nell'altro, e volontà di compromesso. Inoltre bisogna evitare forzature, tutto va fatto nel massimo della trasparenza, e questa newsletter vuole essere uno strumento di questa trasparenza, oltre che uno strumento di scambio di informazioni fra i soci delle differenti associazioni; così si prepara anche il terreno per una maggiore futura cooperazione.

In questa newsletter
puoi trovare le
seguenti rubriche:

EDITORIALE

IL GRUPPO CHE
CURA

A SCUOLA DI
BENESSERE

WELFARE
CULTURALE

AREE CRITICHE

TERRITORI

BUONE PRATICHE

INTRECCI

LA LETTERATURA
DEL BENESSERE

DOCUMENTI,
ARTICOLI ED
EVENTI

Nel "Gruppo che Cura ", Ernesto spiega l'importanza di facilitare un gruppo di familiari nella direzione di un rafforzamento della capacità di gestire da protagonista il dialogo col servizio e il ruolo di familiare. Nell'esperienza scolastica di educazione all'inclusione, Luciana mostra come la scuola possa contribuire al superamento dello stigma. Nella rassegna delle iniziative culturali di Oltre la Siepe, Luisa indica gli infiniti sviluppi possibili delle autoterapie legate alla creatività. Con la storia delle sofferenze di un giovane migrante, Maria evidenzia la necessità di adeguamento del servizio psichiatrico di fronte alla crescita di situazioni legate al dramma delle migrazioni. La presentazione di una conversazione "teatrale?" di due protagonisti della lotta per l'emancipazione delle persone con sofferenza mentale offre uno strumento di sensibilizzazione comunitaria unito alla riflessione storica della grande epopea basagliana. La presentazione, curata da Luisa, di alcune buone pratiche apre a nuovi scenari di azione da replicare, dall'aiuto scolastico alle camminate conviviali.

Gli incontri con le ricche esperienze inclusive di Imola e Trento hanno consentito di arricchire il nostro patrimonio culturale in vista della promozione di nuove proposte esperienziali. Nella presentazione del libro di Paolo Vanzini, viene proposto un approccio umanista all'unica utopia possibile, quella che prevede *"un **risveglio** per tutti, perché dentro ad ognuno di noi, più o meno nascosto, sta **quel "matto"** che si aggira per le strade parlando da solo o gridando al vento, che vorrebbe due mani accoglienti, un caffè caldo da bere insieme, che vorrebbe, in poche parole, essere "visto" veramente".* Infine aggiungiamo il

documento che prepara la conferenza nazionale di novembre per la salute mentale. Noi siamo portati a ritenere che siano più importanti le nostre verifiche territoriali, ma dobbiamo anche confrontarci ed apprezzare questi tentativi di sintesi.

Seguono un'intervista su nuove metodologie sperimentate nell'associazionismo di solidarietà, il programma della settimana dedicata al benessere mentale e il programma della camminata per la pace e il benessere mentale. L'iniziativa è stata promossa da associazioni che hanno compreso che il forte disagio psichico prodotto dalle minacce internazionali incombenti si può affrontare solo a livello di comunità, anche facendo emergere la domanda di pace che i potenti non sanno ascoltare. Nel suo ultimo viaggio pastorale il papa ha espresso il suo rammarico per il proliferare degli investimenti negli armamenti e ha denunciato *"l'impazzimento della ragione"*.

Buona lettura



EDITORIALE

“COLAB”

UN VIAGGIO DI CRESCITA CONDIVISA

- Alessandra Varini -

Il gruppo del Colab si è riunito l'8 agosto, per mettere a punto gli eventi di ottobre 2024 sulla salute mentale.

Oltre la Siepe, nella figura della sua Presidente, ha ritenuto opportuno fare alcune osservazioni sul funzionamento del Colab, e ora le ripropone affinché possano essere motivo di riflessione per tutti, anche per i numerosi assenti.

1- Notiamo con soddisfazione che queste “giornate della salute mentale”, immaginate l'anno scorso dall'Associazione nella cornice del Colab e organizzate a tempo di record tra mille traversie, sono diventate quest'anno il modo per coinvolgere sempre di più i vari attori: utenti, operatori, familiari che possono davvero partecipare come protagonisti a un nuovo modo di vivere il disagio. Siamo consapevoli che si tratta di un inizio ancora molto perfettibile, ma coltiviamo la sana ambizione di poter creare i presupposti indispensabili per un cambio di rotta del nostro Servizio Psichiatrico che, tra le mille difficoltà che ben conosciamo, intende trovarsi pronto a rispondere sempre meglio ai bisogni dell'utenza tutta.

Ora siamo alla vigilia di un'altra serie di iniziative da proporre alla collettività, dopo il successo dell'edizione scorsa. Questo dimostra come il Colab possa davvero diventare uno strumento importante, dove l'apporto di ogni componente concorre alla definizione di obiettivi.

Ne uscirà quindi un progetto condiviso e arricchente che richiederà sempre alla fine una verifica corale dei risultati raggiunti. Solo attraverso questa valutazione condivisa il Colab potrà migliorare, crescere e trovare il senso del suo esserci.

-2 Un altro traguardo molto importante riguarda la figura degli ESP che sarà introdotta a fianco degli operatori. Anche qui Oltre la Siepe ha avuto un ruolo determinante. Ha infatti pianificato, organizzato e sponsorizzato un corso di formazione rivolto a una ventina di utenti, familiari e operatori svoltosi a Mantova tra settembre 2023 (inizio col Dott. Renzo De Stefani / “Fareassieme”) e gennaio 2024. Anche questo intervento è stato proposto e approvato all’interno del Colab, non senza evidenti dubbi e perplessità. Ultimati gli incontri proposti di una trentina di ore, qualcun altro ha pensato agli ESP: la Regione Lombardia che, spazzando via tutti gli interrogativi e le reticenze, ha dimostrato che l’Associazione e il Colab avevano davvero intrapreso la strada giusta. Così quattro ragazze, utenti del nostro Servizio che avevano già frequentato il corso proposto dall’ Associazione, hanno risposto all’invito della Regione. Nello svolgimento e nell’approfondimento di questo programma di formazione, i corsisti hanno poi avuto bisogno di aiuto e di supporto da parte di alcuni operatori disponibili. E questo è stato giustamente riportato all’interno del Colab. Ma altre problematiche relative al tirocinio o all’inserimento lavorativo o a qualunque altra futura difficoltà sarebbe auspicabile venissero sviscerate e affrontate nel Colab, in quanto la figura degli ESP è ricchezza di tutti i partecipanti che hanno il diritto di essere informati, per poter esercitare davvero una partecipazione attiva e consapevole. Inoltre è proprio da questo “fareassieme” che possono scaturire idee diverse, soluzioni alternative, differenti interventi tesi ad agevolare il percorso degli aspiranti ESP. E anche per questo aspetto sarebbe opportuno, all’interno del Colab, una verifica dei risultati raggiunti. Quanto sopra esposto ha l’unico scopo di fare in modo che il Colab diventi sempre di più l’officina dove le risorse possano essere riscoperte e dove la valorizzazione dell’esperienza plurale del “fareassieme” diventi, poco a poco, elemento propulsivo di trasformazione e di rinnovamento, nel rispetto di tutti, in un rapporto amicale e di fiducia reciproca.



*Ridiamo Umanità
alla Sofferenza Mentale*

IL GRUPPO CHE CURA

GRUPPO DI AUTO AIUTO E GUIDA RELAZIONALE PER FAMILIARI

dell'Associazione Self Help San Giacomo di Verona

L'Associazione Self Help San Giacomo nasce a Verona 30 anni fa per iniziativa di 40 "matti" del Servizio Psichiatrico di Borgo Roma e 3 operatori: il dott. Paolo Vanzini, principale promotore dell'avventura, il sottoscritto allora Assistente Sociale, il Prof. Lorenzo Burti. Non è una Associazione di utenti ma di persone che, pur ammettendo il bisogno di un supporto sanitario, decidono di sottrarsi all'etichetta della malattia mentale per riconoscersi cittadini titolari della propria vita. I familiari sono arrivati dopo, quando è apparso evidente il bisogno che avevano di comprendere cosa succedeva ai propri cari colpiti da sofferenza mentale e, soprattutto, come relazionarsi con loro. Le risposte che ricevevano dai Servizi, basate sulla visione della malattia, erano insufficienti e inadeguate, come purtroppo continuano ad esserlo oggi e i familiari si trovavano soli se non, peggio, tacitamente individuati come responsabili della sofferenza dei propri cari, in particolare le mamme. Abbiamo allora deciso di dare vita a un gruppo che abbiamo recentemente chiamato "Vite sospese" e del quale da oltre 15 anni sono il facilitatore/conduuttore. E' un gruppo di "Auto Aiuto e Guida Relazionale" che si è dimostrato nel tempo il contesto e lo strumento giusto per riaprire il cuore alla fiducia e favorire concrete possibilità di cambiamento. E' aperto a familiari e a persone che hanno rapporti di vicinanza con quanti si trovano in condizioni di sofferenza non solo per disturbi mentali ma anche per problematiche di dipendenze varie e più in generale di tipo relazionale. Si riunisce 2 volte al

mezzo e l'accesso è molto semplice: chi vuole può partecipare anche presentandosi direttamente al Gruppo. E' un tipo di Gruppo dove il facilitatore funge anche da Guida Relazionale. Lo scopo è di rispondere alla necessità dei familiari di avere non tanto informazioni sulle varie patologie o vademecum che poi li lasciano comunque soli di fronte ai problemi giornalieri, ma di trovare un luogo di accoglienza e accompagnamento nel tempo nel quale allenarsi ad un sempre migliore utilizzo dello strumento "relazione-interazione-negoziante" con la persona sofferente. Nel Gruppo i partecipanti, oltre a *sentirsi accolti e capiti* nella propria sofferenza, a *rafforzare* la capacità di tenuta rispetto allo stress quotidiano, a *essere di aiuto* con le proprie esperienze agli altri membri del gruppo, acquisiscono una visione relazionale del problema e del suo rapporto con la vita più che con la patologia, apprendono modalità di espressione (linguaggio, comportamenti) e di interazione che aiutano a creare un clima positivo in famiglia, si formano ad esercitare in maniera diversa le proprie relazioni con gli altri soggetti del contesto familiare e di vita, I vantaggi che ne derivano sono molti: possibilità di conoscere e sperimentare una visione diversa da quella centrata sulla malattia; recupero di un "senso" nel rapporto con la persona in sofferenza; cambiamento nella visione dei problemi e del loro rapporto con la vita; cambiamento positivo dei contesti relazionali nella famiglia (migliora la qualità di vita dei componenti, si detensionano i rapporti, si abbassa il livello di ansia); facilitazione dei percorsi di ripresa delle persone colpite da disturbi; opportunità di aggancio di persone resistenti ai percorsi tradizionali offerti dai Servizi; contrasto ai processi di aggravamento. L'efficacia del Gruppo è potenziata dal fatto che è inserito nel più vasto contesto della Rete Self Help di Verona, con possibilità di scambi e di partecipazione anche con altri Gruppi della Rete.

A SCUOLA DI BENESSERE

Rappresentazioni della follia tra arte e filosofia

Luciana Amadasi (Università Verde)

classi 4 A, 4 C, 5 A, Liceo
Scientifico/ classi 4 S, 4 T, 5 T
Liceo Scienze Umane
a.s. 2020-21 - Ist. Sup. B. Russel di
Guastalla

La follia ha un valore duplice: da una parte essa è un mondo profondamente diverso da quello dei 'sani'; dall'altra rivela qualcosa che è in tutti gli uomini.

Riconoscere questa realtà significa educarsi al rispetto dell'altro e a una maggiore consapevolezza di sé. A questa coscienza la cultura europea arriva dopo un lungo percorso. La storia della follia inizia tra il XV e il XVI secolo: l'ha ricostruita Michel Foucault in un saggio celebre del 1963 (La storia della follia in epoca classica).

Abstract

Il progetto è stato ideato in continuità con le sollecitazioni provenienti dalle indicazioni ministeriali riguardanti il nuovo insegnamento trasversale di Educazione civica (legge n. 92/2019). (in particolare nuclei concettuali 1 - COSTITUZIONE, diritto nazionale e internazionale, legalità e solidarietà e 2. SVILUPPO SOSTENIBILE, educazione ambientale, conoscenza e tutela del patrimonio e del territorio) e dall'Agenda 2030 proposta dall'Organizzazione delle Nazioni Unite (in particolare punti 3 - SALUTE E BENESSERE e 11 - CITTÀ E COMUNITÀ SOSTENIBILI. La finalità è favorire una riflessione storica e

critica sulla questione del benessere mentale e promuovere un comportamento consapevole e solidale.

Gli obiettivi che avevamo fissato riguardavano sia **competenze disciplinari** di filosofia e storia dell'arte (*obiettivi quali leggere ed interpretare fonti di diversa natura, riflettere sugli argomenti proposti istituendo relazioni di causa-effetto, analogia o diversità, riconoscere il ruolo della storiografia, utilizzare il lessico adeguato alla disciplina*), sia **competenze di cittadinanza** consapevole a partire proprio dall'utilizzo degli strumenti culturali e metodologici dell'approccio storico-filosofico e storico-artistico per porsi con atteggiamento razionale, critico e creativo nei confronti della tematica in questione e delle questioni ad essa connesse. Possiamo dire che gli obiettivi siano stati raggiunti, sebbene con risultati diversificati, e che gli studenti si siano dimostrati generalmente interessati e partecipi, critici e creativi nel lavoro sull'argomento proposto. I punti di forza principali: l'approccio interdisciplinare (che ha permesso agli studenti di avere una nuova e più ampia prospettiva sui temi e sulle metodologie delle materie coinvolte), il lavoro per gruppi, la scelta dell'argomento (che in molti casi ha suscitato interesse e ha permesso di destrutturare pregiudizi e semplificazioni), l'individuazione di fonti non esclusivamente filosofiche ma anche articoli di giornale, brani di letteratura e letteratura secondaria.

WELFARE CULTURALE



L'ARTE CHE CURA

Maria Luisa Manani

“La bellezza salverà il mondo”, ha scritto Dostoevskij, e voglio prendere questa frase, scritta in tutt'altro contesto, per parlare di quanto l'arte, che è bellezza, abbia un potere terapeutico, e quindi salvifico. Innumerevoli sono gli artisti che si sono salvati, o almeno sono stati aiutati, dalla loro arte.

Dai famosissimi Van Gogh e Ligabue, ai meno noti Utrillo, Munch, Schiele, parlando di arte figurativa. E allo stesso modo molti scrittori instabili mentalmente, come Baudelaire, Allan Poe, Dino Campana o la più nota Alda Merini, hanno espresso i loro tormenti in forma artistica.

In modo più semplice alcuni poeti, utenti del CPS, si sono ritrovati il 3 settembre nel giardino di Villa Angela per un reading letterario dei loro componimenti, insieme alla Corte dei Poeti. La scrittura aiuta a mettere chiarezza nei pensieri: riuscire a trasformare in parola il proprio dolore, i drammi o i traumi vissuti, significa arrivare a guardarli in faccia, a confrontarsi con essi, a dominarli, e quindi a superarli. In fondo ha lo stesso valore di una seduta psicoterapeutica, dove lo psicologo attraverso il dialogo col paziente fa emergere aspetti che possono aiutare il paziente a rendersi consapevole, e dunque a dominare meglio il suo malessere.

A volte chi scrive è del tutto cosciente del suo disagio e cerca le parole più giuste per esprimerlo. È il caso di Graziella che elenca le sue paure “paura di sbagliare, paura di annegare / paura, paura di essere dimenticati... / paura, paura di essere incoerente in un discorso intelligente / paura, paura di non piacere a chi sta in alto e detiene il potere / paura, paura di perdere ciò che più ti fa star bene...” Oppure di Sara che esprime la sua solitudine di coppia così: “Sei il mio sole / Siamo due soli. / Tu di Levante / Io di Ponente. / Soli.”.

A volte invece, soprattutto nella poesia, non c'è bisogno di seguire un filo logico, si possono semplicemente accostare immagini frutto di libere associazioni della mente. Il risultato può non essere un capolavoro, ma ciò che è importante è il percorso che ha portato a quella stesura che ha contribuito al benessere psicofisico del paziente-scrittore e ha stimolato le sue risorse creative ed espressive.

L'arte figurativa è ancora più immediata della scrittura. Si possono produrre dipinti astratti, dove parlano i colori dettati dall'anima, o scegliere immagini ben precise, come ha fatto Virginia Guastalla, i cui lavori sono stati esposti il 5 settembre all'Università della Terza Età, un evento collaterale di Festivaletteratura, sponsorizzato da Oltre a Siepe. Virginia rappresenta immagini femminili dove si può facilmente riconoscere lei stessa, di volta in volta tutta presa in lacci, o con insetti che le coprono il viso, uno sulla bocca a impedirle di far sentire la sua voce, o con uccelli che con i lunghi becchi cercano di ferirla agli occhi, quindi impedendole di vedere. A dispetto di queste immagini inquietanti, non c'è angoscia o terrore nella rappresentazione: la donna sembra tranquilla, immobile contemplatrice di quanto accade intorno a lei e su di lei. Sicuramente l'esercizio della pittura ha aiutato Virginia a non perdersi. Lei sembra perfettamente consapevole dei pericoli che le stanno intorno, ma non li teme più, li sa affrontare, sa che passeranno, come si sa che dopo ogni tempesta il sole riapparirà. Sempre presente nei suoi dipinti è il cuore, che sia rappresentato come organo anatomico o come disegno infantile, a dimostrare il bisogno di dare e ricevere amore. Sì, la bellezza salverà il mondo. E per Dostoevskij questa bellezza è proprio l'amore.



AREEE CRITICHE

Il silenzio, il dolore, il trauma

Maria Bacchi (Mantova Solidale)

Sei arrivato da un paese dell'Africa occidentale passando per la Libia. Sei sbarcato nel 2017 a Lampedusa stremato. Poi ti hanno portato a Mantova in un Cas della Prefettura. I tuoi compagni del "campo" (così molti di voi, ragazzi africani, chiamate in modo significativo i centri di accoglienza straordinaria) ti vedevano piangere isolato dagli altri. Non parlavi volentieri con nessuno, stavi chiuso nel tuo dolore, nella memoria dei traumi che avevi subito nel tuo paese e in Libia, nei maledetti lager che contribuiamo a finanziare con i 'nostri' contributi alla Guardia costiera per bloccare gli arrivi. Quanto tempo sei rimasto davvero in quell'inferno? Cosa hai subito a Saba Shirine dove vi compravano, vi costringevano a lavorare come schiavi, vi torturavano e uccidevano chi cercava di scappare? Ma a chi importa? Tu non hai nessuna voglia di parlarne, ma si sa quasi tutto di quanto accade dove tu sei stato.

...continua la lettura





TERRITORI

IL PRIMO EVENTO DELLA SETTIMANA DELLA FOLLIA A SUZZARA

Associazioni Idea e
La Rondine e Coop.
Simpatria di Suzzara
(gruppo "Diamo
spazio alle
differenze")

Il 5 di ottobre alle ore 21.15, in occasione della settimana sulla salute mentale, andrà in scena all'Auditorium Sala Dante di Suzzara, lo spettacolo "La vera storia di un'impensabile liberazione". scritta e interpretata da Massimo Cirri e Peppe Dell'Acqua e diretta da Erika Rossi.

Lo spettacolo, scritto e interpretato da Massimo Cirri e Peppe Dell'Acqua e diretta da Erika..., per il centenario della nascita di Franco Basagli rievoca la sua opera, ponendo in luce la professionalità, l'umanità, le fondamentali intuizioni così "rivoluzionarie" e fondamentali per la cura e la dignità dei malati.

Massimo Cirri e Peppe Dell'Acqua raccontano le tante storie minime di uomini e di donne che l'internamento hanno vissuto. Una storia che non è finita, che non potrà mai finire. Lo fanno dialogando, per l'idea ("basagliana") che si riesca a dire qualcosa di più quando c'è un incontro, uno scambio, una narrazione.

decidono così di esporsi e mettere in campo la loro storia, la loro esperienza, tentando di colmare il vuoto di memoria che nel corso degli ultimi decenni si è creato intorno al cambiamento più radicale che si è realizzato nel nostro Paese.

Oggi benché l'esperienza italiana abbia influenzato le culture in ogni angolo del mondo, le politiche della salute mentale vivono in tutte le nostre regioni un calo di investimenti di risorse e di interesse. Il manicomio si ricompone nelle diagnosi, nei luoghi angusti della cura, nell'abbandono, nella restrizione delle libertà e dei diritti che proprio la legge aveva posto come premessa per accogliere e trattenere nelle relazioni le persone che vivono l'esperienza del disturbo mentale.

La conoscenza di quanto è accaduto e di quanto può (e deve) ancora accadere va diffusa. La scommessa di Massimo e Peppe nasce dalla consapevolezza che con Franco Basaglia si è aperta la possibilità di incontrare l'altro. Da allora con fatica cerchiamo di realizzare una società che contenga sia la normalità che la follia.

Con questo spettacolo speriamo di sensibilizzare e mantenere vivo l'interesse della comunità per la salute, in generale, e per la salute mentale, in particolare sensibilizzando e stimolando la motivazione di creare iniziative nuove.

STORIA DI PAOLO

QUANDO IL SERVIZIO PSICHIATRICO INCONTRA IL MONDO DEL
VOLONTARIATO E INSIEME REALIZZANO PICCOLI MIRACOLI



È un ragazzo come tanti Paolo (*nome di fantasia*), un diploma professionale in informatica, tanti sogni. Ma anche un malessere sordo che non gli dà tregua. Cerca soluzioni alla sua maniera, trova compagnie che non lo aiutano, anzi che lo spingono più giù, in un pozzo buio.

Prova a risalire, si iscrive a dei corsi online, vorrebbe ottenere

una maturità che gli dia delle possibilità di lavoro.

In questa scuola virtuale gli esami alla fine dell'anno hanno luogo in Campania dove gli insegnanti sono più compiacenti. Passa gli esami, ma non passa il male di vivere, e Paolo si ritrova nel reparto di psichiatria. È la fine di tutto? I genitori sono disperati ... Situazioni che ben conosciamo.

Comincia il lento periodo della cura. Dopo l'ospedale Paolo viene accolto presso la CRA (Comunità Riabilitativa Alta Assistenza) di Viale della Repubblica a Mantova. Qui trova altri ragazzi nella sua situazione, alcuni stanno peggio di lui, altri meglio. In CRA gli operatori sono disponibili e simpatici, si parla parecchio. Ci sono incontri quotidiani con operatori e con pazienti, ci sono incontri mensili con le famiglie, dove tutto il malessere vissuto viene condiviso, dove si cerca di capire, di dare una forma al dolore, e quindi un senso che lo renda più sopportabile.

In CRA ci sono anche Marina e Mariateresa, due volontarie dell'associazione **Oltre la Siepe**. Sono entrate in punta di piedi su richiesta dello psichiatra responsabile, il loro ruolo è di ascolto e di supporto per chi lo chiede. Col tempo imparano a conoscere i pazienti, soprattutto giovani, e i loro genitori smarriti, si crea un clima di fiducia e di confidenza.

È marzo di quest'anno quando Paolo spiega che sarebbe l'anno del suo esame di maturità, ma che ormai è tardi, prende psicofarmaci, non è in grado di studiare come vorrebbe ... Ce la puoi fare, gli dice lo psichiatra. Ce la farai, gli dicono le due volontarie.

E Mariateresa si offre di aiutarlo nello studio.

Paolo accetta la sfida: perché no? In fondo non ha niente da perdere. Soprattutto ha chiarezza nella sua testa, ha un obiettivo, una strada davanti. È una strada tutta in salita, ma adesso Paolo si sente più forte e ha capito cosa vuole fare della sua vita.

La maturità a cui si presenterà da privatista ha come indirizzo “Servizi per la sanità e l’assistenza sociale”, e non è un caso. Ha capito che potrebbe aiutare altre persone che soffrono come ha sofferto lui.

Paolo ha perso degli anni a causa del suo disagio esistenziale, adesso ha 26 anni, sicuramente ha delle lacune nella sua preparazione, ma ha un’esperienza di vita che lo rende una persona più matura degli studenti con i quali si troverà a vivere l’avventura dell’esame.

Passa le sue giornate a casa di Mariateresa, che spiega, interroga, sprona, incoraggia. Si passa dalla Storia all’Italiano, dalla Psicologia alle Scienze Umane. Per le materie per cui si sente poco ferrata, Mariateresa chiede aiuto ad altri due volontari: Bruno per Economia Sociale e Luisa per Inglese. Paolo ce la mette tutta, ora ci crede. Gli esami preliminari durano giorni, verifiche scritte e orali per tutte le discipline, sopportando lo studio e soprattutto lo stress.

E ce la fa! Ha la possibilità di accedere all’esame di maturità, giocandosela alla pari con tutti gli altri studenti. Se la gioca, eccome se la gioca!

Esce con un buon punteggio. Ora sta pensando all’università.

Buona vita Paolo, felici di esserti stati utili!

Maria Luisa Manani



MONZAMBANO, IN CAMMINO PER IL BENESSERE MENTALE E LA PACE

In collegamento con la Terza Marcia Mondiale Per La Pace e La Nonviolenza

Oltre la Siepe e Università Verde(Paesaggi Educativi) organizzano una camminata in collina.

Si parte in auto da Cittadella a Porta Giulia, domenica 6 ottobre alle 8.30, per incontrare a Olfino l'Associazione Veronese per il benessere mentale "Self Help San Giacomo" alle 9.30. Si parte a piedi alle 10 per essere accolti a Monzambano, presso la scuola secondaria di 1° grado, dall'Amministrazione Comunale e dalle associazioni "Alda Merini" e "Un paese Family Friendly"

Temi comuni: condividere preoccupazioni e iniziative per i diritti delle persone con sofferenza mentale e per la pace.

Partecipano all'iniziativa: Oltre la Siepe, Università Verde Pietro Toesca Odv, AVIS Provinciale Mantova, Paesaggi Educativi, Ass. Self Help S. Giacomo Odv (VR), Ass. Alda Merini, Un Paese Family Friendly, Mantova Per La Pace, SPI-CGIL Sindacato Pensionati italiani di Mantova, ANPI Casteldario, Associazione Laudato Sì, un'alleanza per il clima, la terra e la giustizia sociale.

Appello dell'Unione Nazionale Associazioni per la Salute Mentale per fermare la guerra in Ucraina e la corsa agli armamenti: "Il nostro Paese ha un problema enorme legato alla crescente povertà di ampi strati di popolazione (aggravatasi con la pandemia). Il sistema sanitario nazionale è in grande difficoltà e le disuguaglianze territoriali intollerabili; i servizi di salute mentale sono in enorme sofferenza e incapaci di rispondere in maniera puntuale ed efficace alla complessità dei bisogni delle persone che vivono la condizione della sofferenza mentale e delle loro famiglie... Con questo nostro Appello chiediamo la cessazione della corsa al riarmo e un impegno del Governo e del Parlamento orientato alla pace..."



I N T R E C C I

OLTRE LA SIEPE IN VIAGGIO - 1

Maria Luisa Manani



Il 22 luglio scorso alcuni volontari dell'Associazione Oltre la Siepe sono andati a Imola.

Lo scopo era vedere come lavorano là nell'ambito della psichiatria, visto che sono molto più innovativi rispetto alla realtà mantovana. Ha fatto gli onori di casa un certo Stefano, operatore ora in pensione ma che continua come volontario.

Tipo un anticonformista, Stefano. Quando comincia a parlare si illumina la stanza: osservazioni chiare e precise di chi conosce bene i problemi, umanità che straborda.

Siamo una ventina, soprattutto pazienti. Ognuno si presenta. Stefano incoraggia chi ha difficoltà a cominciare un discorso, di ognuno sottolinea attitudini e capacità. La più anziana avrà un'ottantina d'anni, sorride, non sa cosa dire, e allora Stefano spiega che è una bravissima attrice nella compagnia teatrale che hanno messo in piedi. Lei continua a sorridere, dice che le piace recitare. È stata in un manicomio dall'età di 6 anni fino a 46, quando finalmente la legge li ha aboliti.

Non mi spiego come sia stato possibile rinchiudere una bambina in un luogo

così: forse era una bambina un po' strana? Forse la madre era rinchiusa anche lei nel manicomio? Non chiedo. Lei che per 40 anni ha abitato l'inferno, lei a cui hanno rubato l'infanzia, l'adolescenza, la giovinezza, lei continua a sorridere. Ma a quanti abissi di sofferenza può resistere l'essere umano?

Quando tutti hanno finito di parlare anche Stefano si presenta. Faceva l'anestesista in rianimazione, ma poi il 2 agosto 1980 si era trovato in stazione a Bologna. Lì per lì non capisco. La voce di lui si incrina "Mi hanno dato un sacco da portare, era pesante, ho scoperto dopo che erano resti di bambini ... Quell'esperienza mi ha cambiato per sempre. Ho chiesto di passare in psichiatria, mi è stato concesso subito."

Sta parlando dell'orribile strage di Bologna. Quando un trauma ha la forza di consegnarti alla strada che ti apparteneva da sempre, e allora finalmente tutto acquisisce un senso. E la barca, spinta dal vento giusto, veleggia ancora oggi, 44 anni dopo, nonostante le tempeste e le bonacce. Stefano e compagnia hanno promesso che verranno a farci visita a Mantova.

**C'è così tanto da fare qui per
raddrizzare il timone, e loro
ci aiuteranno**

OLTRE LA SIEPE IN VIAGGIO - 2

Chi è un “volontario”?

Il Codice del Terzo Settore ne dà una definizione completa: “Il volontario è una persona che, per sua libera scelta, svolge attività in favore della comunità e del bene comune, mettendo a disposizione il proprio tempo e le proprie capacità per promuovere risposte ai bisogni delle persone e delle comunità beneficiarie della sua azione, in modo personale, spontaneo e gratuito, senza fini di lucro, esclusivamente per fini di solidarietà”.

Diciamo che il volontario ci mette testa e cuore. E spesso anche il portafoglio. È quanto ha fatto Bruno, vice presidente dell'Associazione Oltre la Siepe, che il 22, 23, 24 e 25 agosto è stato a Trento, a sue spese, per vedere da vicino il Fareassieme in azione e partecipare al corso “Bilanci di giustizia”.

Di questo il Consiglio Direttivo pubblicamente lo ringrazia.

Ecco i suoi appunti.

22 AGOSTO 2024, INCONTRO CON ROBERTA, EDUCATRICE DEL FAREASSIEME - S.S.M. di TRENTO

Il “FAREASSIEME” valorizza responsabilità personale, partecipazione e protagonismo.

PRINCIPI: molteplicità dei saperi, responsabilità personale, cambiamento possibile, risorse di tutti.

INIZIATIVE: GRUPPI DI MUTUO AIUTO PER LA SALUTE MENTALE si fondono nel 2000 con l'associazione dei familiari “La panchina” per fondare “Il cerchio” che gestirà ESP (utenti e familiari esperti nell'accoglienza di nuove situazioni di disagio), gruppi AMA del settore e “Giù la maschera”; quest'ultimo gruppo è composto da familiari e utenti che intervengono con la sensibilizzazione di scuole, parrocchie ecc. per contrastare lo stigma e i pregiudizi. La loro attività consiste nella presentazione di storie di vita e sapere esperienziale, che creano compartecipazione emotiva e cognitiva. I gruppi di auto/mutuo aiuto che operano nel Cerchio sono: due di familiari, uno di pazienti bipolari e uno di uditori di voci. L'ospedale cogestisce i servizi con il Cerchio: gli ESP dipendenti sono quattro, sei sono tirocinanti e gli altri sono volontari. Gli ESP fanno presenze notturne in reparto e nelle situazioni diurne di crisi, sono al front

office e al call center, accompagnano le crisi, operano nelle équipes territoriali, partecipano alle iniziative contro lo stigma e ai cicli di incontro con i familiari.

I cicli di incontro per i familiari facilitano i rapporti tra i familiari e gli operatori; sono anche la porta di ingresso per altre iniziative; si tratta di cicli di 8 incontri gestiti da un facilitatore del servizio e da un ESP; l'istituzione riceve le richieste che vengono affidate al servizio "Fareassieme".

La Casa del Sole è la struttura residenziale riabilitativa co-gestita per l'inserimento lavorativo.

I Gruppi di Valutazione della qualità sono sempre attivi.

La Polisportiva "Giochiamo davvero" sfrutta la condizione paritaria dello sport per coinvolgere i giovani, spesso restii a seguire proposte tradizionali.

Il tavolo di concertazione Leopoldo è stata la prima esperienza di partecipazione. Qui vengono discusse le proposte di miglioramento dell'organizzazione del lavoro (ampliamento orario di apertura, persino l'apertura domenicale ...)

Durante il corso è stato presentato il negozio del riuso Di Casa in Cosa che impegna due ex carcerati; uno dei due segue, come volontario, un utente del Fareassieme con ottimi risultati. La collaborazione tra associazioni alimenta la capacità di progetto e il radicamento sul territorio.

Presso la sede del corso (Abbazia dei Carmelitani Scalzi di Trento) sono stati effettuati anche laboratori di cucina per sottolineare l'importanza del fare in una prospettiva terapeutica.

- Bruno Miorali -

LA LETTERATURA DEL BENESSERE



DA “INVISIBILI” A CITTADINI Ernesto Guerriero

“E’ più che mai importante riscoprire oggi le proprie radici e rilanciare quella che nel nostro recente **Manifesto per la Salute Mentale** abbiamo rinominato “Utopia Possibile”.

Una Utopia che **restituisca umanità alla sofferenza mentale** realizzando un cambio radicale di culture, pratiche professionali, politiche, legislazioni, organizzazioni.

Una Utopia nella quale la **Salute Mentale diventi un Bene Comune**, la “follia” parte della vita, la diversità ricchezza di tutti.

Un’Utopia nella quale ci riconosciamo tutti “fragili” e

“interdipendenti”, legati gli uni agli altri da legami indissolubili; dove non c’è bisogno di “includere” nessuno perché mai nessuno è stato “escluso”; dove insieme ci facciamo carico di **liberare la sofferenza psichica dai circuiti della “cronicità psichiatrica”** e le persone tutte dai sentimenti di paura, rabbia, rancore verso l’altro diverso da sé. Una Utopia nella quale, come dice **Eugenio Borgna**, ci ridefiniamo insieme come accogliente **“comunità di destino”**, senza dimenticare mai che «la vita di ciascuno di noi, quando sia ferita dal dolore, di armonia risuona e di follia; di grazia e di lacrime; di speranza e di angosce; di luce e di ombre; le une enigmaticamente sempre intrecciate alle altre».

Questo libro dà voce a chi non ne ha.

Storie che illuminano i lati più struggenti, fragili ed insieme forti di un altro pezzo di umanità fatto di persone “invisibili e inaffidabili” al punto da essere chiamate matti o folli o, peggio, **malati mentali**.

Persone capaci di diventare, insieme, un Popolo che riemerge dai margini della società e si incammina a diventare il Popolo dell’Utopia, capace di affermare i propri **diritti** e praticare la propria **cittadinanza**. Quelli che prima erano pupazzi destinati a perdersi, divengono uomini e donne che hanno tanto da dire e soprattutto da donare.

Un libro pieno di amore che fa commuovere e sorridere, che scava nella **coscienza** di ognuno di noi e ci fa vedere in modo più chiaro ed onesto quello che in fondo un po’ ci disturba. È un **risveglio** per tutti, perché dentro ad ognuno di noi, più o meno nascosto, sta **quel “matto”** che si aggira per le strade parlando da solo o gridando al vento, che vorrebbe due mani accoglienti, un caffè caldo da bere insieme, che vorrebbe, in poche parole, essere “visto” veramente. In tutte queste pagine c’è anche un po’ di ognuno di noi.

L'autore Paolo Vanzini.

Psichiatra, insieme a 40 “matti” del **Servizio Psichiatrico di Borgo Roma a Verona** fonda nei primi anni ‘90 l’Associazione Self Help San Giacomo e la Cooperativa Sociale Self Help, dando vita a quella che sarebbe diventata la Rete Self Help di Verona.



Il disegno di legge **1179/2024**, presentato dal senatore Zaffini e altri senatori, ha suscitato preoccupazione tra chi **difende il diritto alla salute mentale garantito dalla legge Basaglia (180/78)**.

La proposta di legge reintroduce misure di controllo e custodia delle persone con sofferenza mentale, raddoppia la durata del Trattamento Sanitario Obbligatorio (TSO), prevede trattamenti coattivi fisici e farmacologici, e rafforza la presenza di strutture psichiatriche nelle carceri. Invece di potenziare i servizi territoriali previsti dalla legge 180, questa legge ripropone soluzioni manicomiale e repressive.

L'appello invita a mobilitarsi contro questa deriva, in vista della Conferenza nazionale autogestita per la Salute Mentale che si terrà a Roma il 22 e 23 novembre 2024.

Per approfondire il tema e leggere l'articolo completo, [clicca qui](#)

Il CSV istituisce un gruppo di incontro per le associazioni, facilitato da Bruno Miorali. Fra le problematiche emerse: la carenza di volontari, l'isolamento, le difficoltà di fare rete, i finanziamenti.

Per approfondire leggere l'articolo [qui](#)

Dal 5 all'11 ottobre, Mantova vivrà una settimana dedicata al benessere mentale!

Un'occasione per sensibilizzare la cittadinanza su temi di inclusione e apertura, con eventi, la maggior parte gratuiti, proposti grazie alla collaborazione di Oltre la Siepe e altre associazioni.

La locandina è stata preparata da ASST.

Ecco il calendario completo con tutti gli appuntamenti organizzati [qui](#)

Grazie per aver letto!

La Redazione: *Lucina Amadasi, Maria Bacchi, Nives Bottura, Silvana Brunetti, Carlo Chiavegatti, Ernesto Guerriero, Luisa Manani, Bruno Miorali, Ida Pantuso, Alessandra Varini.*

OLTRE LA SIEPE	WWW.OLTRELASIEPE-ODV-MN.IT
	www.facebook.com
LA RONDINE	WWW.LARONDINE-ONLUS.IT/
ALBA	WWW.FACEBOOK.COM
UNIVERSITÀ VERDE PIETRO TOESCA	HTTPS://UNIVERSITAVERDEPIETROTOESCA. BLOGSPOT.COM
COMITATO MANTOVA SOLIDALE	WWW.COMITATOMANTOVASOLIDALE.IT
ASSOCIAZIONE “SELF HELP SAN GIACOMO” O.D.V.	HTTPS://WWW.SELFHELPVERONA.IT/ASSOCIAZIONE-SELF-HELP-SAN-GIACOMO-ONLUS/