

**Da non perdere in questo numero:**

- *Meglio accompagnati*, p. 2
- *Le nostre favolette*, p.4

Anno 13, Numero 3

Maggio - Giugno 2011

**Editoriale**

Cari Soci,

Si apre il mese di maggio con tante belle attività e ed eventi!

Ricordiamo l'OPEN-DAY il 7 Maggio, FESTOSAMENTE il 27 Maggio ai giardini di Quarto e lo spettacolo del Teatro dell'Ortica al Politeama Genovese. Complimenti ad Armando per lo spettacolo sui suoi testi svolto a Marzo.

In occasione dell'OPEN DAY del 7 maggio potrete venire a trovarci al mattino nella sede di via Malta e al pomeriggio vi aspettiamo a PINO SOPRANO presso le nostre nuove case alloggio!! Comunque per ogni dettaglio chiedete a Silvia.

In questo numero troverete le favolette scritte dai ragazzi e la testimonianza di Silvia degli incontri svolti alla Biblioteca Berio sulla salute mentale e del seminario tenutosi il 5 Aprile alla Facoltà di Medicina.

Salutiamo e ringraziamo Emma che lascia il testimone a Giulia per gli aspetti segretariali.

Vi facciamo un augurio di buona fine di primavera e inizio estate, sperando di poterci incontrare a tutti gli eventi che troverete indicati in questo numero!!

**Sommario:**

Il Soffio di...Armando	2
Psichiatria Esperienze	3
Favolette	4
Circolo Lugli	5
BachecAlfapp	6

**SOFFIO - Notiziario A.L.Fa.P.P**

Direttore responsabile: Mirco Mazzoli

Registrazione del tribunale di Genova N.1 del 03/02/2000

Redazione: via Malta 3/4, 16121 Genova

Tel e Fax 010 540740

E-MAIL: [alfapp.ge@libero.it](mailto:alfapp.ge@libero.it)

In redazione: Giulia Bardi, Armando Misuri, Roberto Taggiasco, Silvia Santangeletta, Sabrina Sappa, Emma Stopelli,

Stampa in proprio

**I DISEGNI ORIGINALI DI ERASMO MATTEI PER LE FAVOLETTE DEI RAGAZZI**

**MEGLIO ACCOMPAGNATI**di *Armando Misuri*

L'uomo è una creatura sociale evoluta. In pratica, gli esseri umani sono fatti per vivere assieme, dividendosi i compiti. Tutti abbiamo bisogno degli altri, come gli altri hanno bisogno di noi.

Succede però che alcuni singoli vengano isolati, perdano i contatti cogli altri. E' il caso di molti anziani, rimasti senza parenti e familiari; magari persone che hanno lavorato tutta la vita, allevato figli, e che adesso, rimasti vedovi e i figli lontani o noncuranti di loro, non hanno contatti umani con altre persone, proprio perché, essendosi dato tanto da fare tutta la vita tra lavoro e famiglia, non hanno coltivato, o hanno perso, amicizie e conoscenze. Spesso si aggiungono problemi di bisogno, quando non di povertà, e la povertà e il bisogno allontanano gli altri, perché hanno paura gli si chieda aiuto anche economico, e, chiusi ognuno nel loro piccolo egoismo, preferiscono evitare.

Ma si può essere isolati anche per altri motivi, anche se giovani e in discrete condizioni economiche.

Si è detto e ridetto, giustamente, dei pregiudizi e delle paure per cui il paziente psichico viene respinto e allontanato dai cosiddetti "normali", e non se ne è mai detto abbastanza. Ma c'è un aspetto del problema che non sempre viene considerato, cioè l'isolamento autoimposto, che a volte è un aspetto della malattia, a volte una reazione al rifiuto degli altri. In pratica, è come se uno dicesse "Visto che voi non mi volete, io neppure vi cerco; non siete voi a respingermi, ma io a non volere rapporti con voi". Una reazione cioè di orgoglio, che rischia di venire male interpretata, e succede faccia sentire giustificati i "normali", i quali a quel punto ritengono che i loro pregiudizi abbiano un fondamento.

E siccome, dicevamo, l'uomo è una creatura sociale, chi è solo e isolato, non solo non partecipa alla vita, ma si trova in una situazione psicologica alienante, perciò si intuisce come la solitudine per il paziente psichico sia un fattore che concorre ad aggravare la malattia, mentre aiuta, invece, chi riesce a interagire cogli altri a star meglio, a guarire.

Al Circolo Lugli i frequentatori possono socializzare e interagire, si fanno corsi e attività che stimolano e creano interessi, perché a chi è stato isolato per tanto tempo, per il tempo di buona parte della sua vita, non è facile fare amicizie al di fuori dell'ambiente psichiatrico, e alcuni non hanno la forza di confrontarsi col mondo vero e proprio, cioè quello che non ha a che fare con le malattie psichiche; comunque questo è qualcosa di positivo, un passo verso "gli altri", un aprirsi, un comunicare, che di per sé è liberatorio, e in quanto tale terapeutico.

Va detto, per non peccare di immodestia, che ci sono altre associazioni dove i pazienti possono socializzare e interagire, anche se il Circolo Lugli, nel suo insieme, resta una struttura unica.

Fare nuove amicizie nel mondo non è facile come all'A.L.Fa.P.P. o in altro ambiente protetto, anche per i "sani"; l'amicizia non si salda in pochi minuti al primo approccio, come al cinema: ci sono rapporti molto mediati per fare amicizia, che ricordiamo deve essere un sentimento reciproco, ci vogliono tempo e pazienza, bisogna proporsi agli altri in modo adeguato ( a seconda, ad esempio, se si preferisca frequentare un bar o una biblioteca) e cercare di non arrendersi, cosa quest'ultima non facile proprio perché ci vuole molto tempo e ci si può scoraggiare.

Si possono stringere amicizie nell'ambiente di lavoro; ma il primo grosso ostacolo è nella difficoltà a trovare lavoro; lavoro sempre più difficile a trovarsi per tutti, e per i pazienti psichici anche di più; difatti non sono molti i pazienti che lavorano, e a quelli mi rivolgo in questo paragrafo, invitandoli a coltivare amicizie sul lavoro. Che so? Andando qualche volta a mangiare una pizza o a vedere un film assieme a qualche collega.

Insomma, bisogna cercare di uscire dalla solitudine e dall'isolamento, per migliorare la qualità anche psichica della nostra vita. Nel frattempo, stiamo insieme tra noi, ricordando che il nostro stare insieme deve essere uno stimolo a stare insieme agli altri, dovunque, non solo in un ambiente protetto come il nostro, e che bisogna provare e riprovare, senza arrenderci. Sappiamo tutti che non è facile, ma se lo fosse il problema non ci sarebbe.

Dobbiamo interessarci agli altri, se vogliamo che gli altri si interessino a noi. E ricordiamoci: soli è brutto, a volte più brutto che in cattiva compagnia.

*Armando Misuri*

## GLI INCONTRI ALLA BERIO SULLA SALUTE MENTALE

Cari amici, l'A.L.Fa.P.P. ha realizzato una serie di iniziative che mirano ad aumentare la propria visibilità e apertura verso il territorio. Sono manifestazioni molto importanti, perché permettono di sensibilizzare la cittadinanza verso il tema della psichiatria e di far conoscere le attività e le proposte che il circolo Lugli offre ai suoi soci.

Nel mese di marzo è iniziato il ciclo di "Incontri sulla salute mentale", tenuti presso la Biblioteca Berio, grazie alla preziosa collaborazione e organizzazione di Loredana De Paoli.

Nel primo incontro: **"Ieri, oggi, domani: la percezione del disagio psichiatrico nel tempo"**, dopo la presentazione della nostra Associazione, abbiamo cercato di fare un breve excursus storico sulla percezione del disagio mentale da parte delle diverse società, fino ad arrivare ai giorni nostri, con la legge Basaglia. Sono stati proiettati spezzoni di film che hanno trattato il tema psichiatrico, per dare un'idea di come siano cambiati nel tempo i metodi di cura e di come, a differenza del passato, oggi si ritenga il paziente parte attiva del processo terapeutico e riabilitativo.

Nel secondo incontro: **"Testimonianze del presente del passato e del futuro: parlano i volontari, i familiari e gli utenti"** sono state raccontate, attraverso testimonianze dirette, le esperienze dei nostri soci: il primo incontro con il mondo della psichiatria, la partecipazione alle attività del circolo, e i racconti di chi la malattia la affronta ogni giorno sulla propria pelle. Abbiamo raccontato come erano organizzati nel 900 i manicomi, e per spiegare cosa è accaduto dagli anni '50 in poi, con l'introduzione degli psicofarmaci, fino alla legge 180, è stato proiettato un filmato sull'opera di riforma di Franco Basaglia.

Il terzo ed ultimo incontro: **"La creatività oltre il disagio"**, ha visto come protagonisti i nostri ragazzi con le loro attitudini e realizzazioni artistiche. È stato un incontro molto coinvolgente e divertente. Si è aperto con una magnifica esibizione di concerto per pianoforte della nostra pianista, Cecilia, che ha eseguito per noi alcune sinfonie dei grandi maestri della musica classica. È seguita la lettura di alcuni scritti del nostro poeta Armando, che come sempre, hanno commosso ed emozionato tutti i presenti. A seguire, il pizzaiolo acrobatico del Circolo Lugli, Gabriele, ha movimentato la giornata facendo roteare la sua "pizza" a ritmo di musica. Successivamente, tutti i nostri ragazzi, hanno partecipato alla sfilata con la quale abbiamo mostrato le creazioni che realizzano i partecipanti al corso di bigiotteria, che si tiene presso la nostra sede. Abbiamo terminato con la proiezione del video realizzato lo scorso anno, in collaborazione con il Teatro dell'Ortica, in occasione dell'evento "Le Barriere in Psichiatria". All'uscita della sala, è stato possibile ammirare le cornici in cartone decorate che i nostri ragazzi realizzano con l'aiuto di Giulia.

*Silvia Santangeletta, educatrice*

**P.S:** a proposito del primo incontro è uscito un bell'articolo **"Il disagio Psichiatrico nel tempo. Storie di ordinaria segregazione"** che potete trovare al sito Internet del giornale Vivere Genova [Http:// www.viveregenova.comune.genova.it/node/4195](http://www.viveregenova.comune.genova.it/node/4195).

### SEMINARIO DEL 5 APRILE ORGANIZZATO DALLA FACOLTA' DI MEDICINA E CHIRURGIA DELL'UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI GENOVA

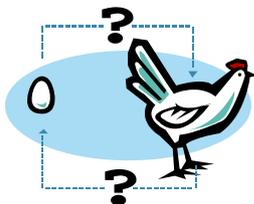
Il nostro dialogo con la comunità, ci ha visto partecipi ad un seminario, tenutosi il 5 aprile presso l'Università degli Studi di Genova. Siamo stati invitati, insieme al Dottor Tria e alla Dottoressa Parigi, da un gruppo di studenti della Facoltà di Medicina che organizza questi incontri con lo scopo di capire cosa succeda ai pazienti "al di fuori dei reparti di psichiatria". Per l'A.L.Fa.P.P. eravamo presenti Giuliano ed io. Abbiamo raccontato come è organizzata la nostra Associazione, le attività che svolgiamo presso il Circolo Lugli: i vari laboratori creativi di decoupage, le cornici in cartone, la bigiotteria, il corso di rilassamento muscolare, il corso di computer, il corso di musica e i nostri progetti presenti e futuri, come ad esempio il corso di inserimento lavorativo, in collaborazione con il Celivo, e le Case Alloggio di Pino Soprano.

È stata una preziosa occasione per confrontarci con la realtà ospedaliera, e per sensibilizzare i futuri medici verso la realtà psichiatrica..

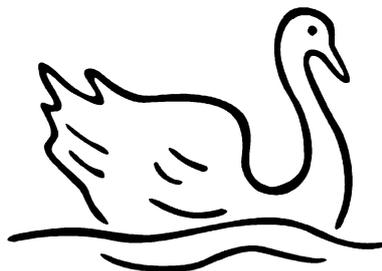
*Silvia Santangeletta, educatrice*

!

C'era una volta un cane che abbaia e andava a passeggio con il padrone. Un giorno il padrone morì. Morì anche il cane di crepacuore ma prima di morire disse: BAU



C'era una volta un pollaio dove tra le tante galline ce ne era una brutta e spennacchiata. Dal suo uovo però nacque un cigno bianco che pigolava come l'usignolo di una principessa. (Favola dell'era post atomica)



C'era una volta un mulo che non sapeva camminare e non sapeva né nitrire né Ragliare e pensava: MO' CHE FACCIÒ? E si fece una doccia con lo shampoo dicendo "Porco Diavolo"! Che freddo che fa qua!

**GRUPPI  
DEI FAMILIARI  
AL CIRCOLO LUGLI**  
Tutti i Venerdì  
ore 17 c/o il Circolo Lugli  
1°, 2°, 3° :  
Gruppi di auto-aiuto  
4° Venerdì: Incontro informativo



**Aspettiamo anche le  
tue poesie o  
commenti!**

**Scrivi a:  
[alfapp.ge@libero.it](mailto:alfapp.ge@libero.it)  
oppure  
c/o CIRCOLO LUGLI**

Si ricorda che presso il Circolo Lugli vengono distribuiti ai soci dell'Alfapp i generi del **BANCO ALIMENTARE** il Lunedì e il Venerdì ore 16.30

Per chi non c'era....  
Venerdì 25 marzo, al Teatro dell'Ortica, i testi di **Armando Misuri** sono stati oggetto di una rappresentazione teatrale a cura di Mirco Bonomi e Anna Solaro.

Volevamo ancora fare tanti complimenti al nostro poeta! ricordando con lui che quando le cose si dimenticano, riaccadono!!!!!!

## I SALUTI DI EMMA E LA PRESENTAZIONE DI GIULIA

Carissimi amici del Circolo Lugli,

Devo ringraziarvi per l'accoglienza che mi avete riservato due anni fa al mio arrivo e per tutti i caffè che mi avete offerto in questo periodo. Qualcuno anche in momenti in cui mi avete visto più stanca e silenziosa. Avete dentro un grande coraggio e l'instancabilità di chi ha appreso - con il tempo - ad accettarsi così com'è, seppure con difficoltà. L'esperienza che voi avete del limite e la consapevolezza con cui vivete senza pudore la vostra disabilità sono di grande esempio. Al Lugli potete fare gruppo e questa è una grande opportunità. Nel gruppo ci si aiuta e ci si sostiene, le difficoltà vengono condivise e la fatica distribuita o, almeno, alleviata. Certo, la solitudine è bella e rinfrancante ed è importantissimo anche saper stare soli; ma il gruppo, una persona amica, uno sguardo affettuoso, una parola dolce, un silenzio caldo ci aiutano ad avere più saldo l'orizzonte e più chiara la strada.

Non spegnete i vostri colori! Continuate a disegnare e esporre! Anche quando il pregiudizio forse sembrerà soffocarvi o un eccessivo silenzio vi farà venire il sospetto di essere dimenticati, tenete vivi quei colori con cui avete preparato i vostri disegni, i lavori del decoupage e le bellissime collane del corso di bigiotteria. C'è tutta una comunicazione che si esprime con il "fare", più che con il "dire": e quanto più il fare è sincero e luminoso, tanto più si potrà esprimere. Vi auguro di potere stringere sempre più la vostra rete tra di voi, i volontari, gli operatori, le vostre famiglie, le altre associazioni della psichiatria, il contesto sociale circostante - ma allo stesso tempo vi auguro essa rimanga sempre aperta e libera.

Venitemi a trovare, se vi fa piacere: potremo leggere insieme qualcosa e rilassarci un po' ascoltando e guardando il mare.

*Cari saluti, Emma*

Ciao a tutti,

sono Giulia, la volontaria che il giovedì faceva il laboratorio artistico di pittura e cornici. Come vi ha già anticipato Emma nel suo bellissimo saluto, d'ora in avanti mi occuperò della segreteria dell'Alfapp. Sono laureata in Servizio Sociale e collaboro con l'Alfapp come volontaria da quattro anni. Tanti di voi mi hanno già conosciuta e ora mi vedranno sotto una nuova veste.

Sono molto felice di questa nuova opportunità, grazie, spero di poter essere un valido aiuto!

*Giulia Bordi*

Attenzione. Per Genova:

Sono cambiate le quote associative

**Soci sostenitori: 100 EURO**

**Soci frequentatori: 50 EURO**

**Soci ordinari: 25 EURO**

Le quote possono essere versate o con apposito bollettino postale sul conto corrente postale dal numero

**4951804**

oppure presentandosi direttamente al Circolo Lugli.

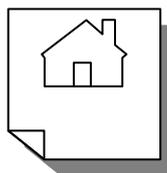
La quota comporta automaticamente anche l'iscrizione alla

Polisportiva Insieme per Sport.

### Ancora un pensiero di Gianni per Daniele e la sua mamma

Caro Daniele, so cosa vuol dire perdere una mamma. Io non l'ho nemmeno conosciuta, avevo dieci mesi quando è mancata e è mancata pure la mia matrigna. Quindi capisco il dolore che hai provato.

Tante condoglianze.



**A.L.F.A.P.P. GENOVA**

Via Malta, 3/4

16121, GENOVA

Tel e Fax 010 540 740

Presidente Provinciale: PAOLO PESCIOTTO

Responsabile clinico: SABRINA SAPPÀ

Aperto 365 giorni l'anno

dalle 15 alle 19

[alfapp.ge@libero.it](mailto:alfapp.ge@libero.it)

## Appuntamenti

Sabato 7 maggio

Siete tutti invitati all' **OPEN DAY!**

In occasione del "2011 anno europeo delle attività di volontariato che promuovono la **cittadinanza attiva**" decretato dal Consiglio dell'Unione Europea, l'**A.L.F.A.P.P.**, in collaborazione con **Celivo**, è lieta di invitarvi a visitare la propria Sede di Via Malta e le "Case Alloggio" di Pino Soprano. Sarà un'occasione per vedere le nostre sedi, conoscere i nostri soci e volontari, e per ammirare le creazioni artistiche dei nostri ragazzi.

**Mattina:** presso la sede A.L.F.A.P.P. di Genova, Via Malta 3/4

Ore 10,30 – 11,30: Seminario "Storia e prospettive dell'A.L.F.A.P.P. dopo 25 anni di attività"  
Intervengono: Paolo Pescetto, presidente A.L.F.A.P.P.; Giuliano Ortolani, tesoriere A.L.F.A.P.P.

Ore 11,30 – 12,30: Rinfresco

Verrà proiettato il video del convegno "Barriere in Psichiatria"

**Pomeriggio:** presso le "Case alloggio" di Pino Soprano, Via alla Chiesa di Pino 23, 24, 25

Ore 14 – 15: Visita guidata al giardino e alla struttura

Ore 15 – 16: Gioco dell'Acca (gioco per bambini sul tema della disabilità)

Ore 16 – 17: Spettacolo teatrale

Ore 17 – 18: Rinfresco

**27 MAGGIO ore 16:00**

**FESTOSAMENTE**

Festa per la psichiatria cui partecipano molte associazioni

Vi aspettiamo ai Giardini di Quinto!

**14 GIUGNO**

**SPETTACOLO TEATRALE**

a cura del Teatro dell'Ortica

in favore dell'Alfapp

Maggiori delucidazioni nel prossimo numero!

**Da Aprile** sono a disposizione bigliettini augurali per battesimi, comunioni, cresime, matrimoni ecc., prodotti dai corsisti del corso in "Biglietti augurali" c/o il Circolo Lugli. Per chi fosse interessato rivolgersi a **Silvia il Venerdì dalle 17 alle 19.**

Vi ricordiamo che in occasione della denuncia dei redditi si può versare il 5XILLE all'ALFAPP indicandone il codice fiscale

**93015420107**

Vieni a visitare il  
**Mercatino del Quadrilatero**  
in via Cesarea

**il 21 maggio e il 18 giugno,**  
dove anche l'A.L.F.A.P.P. ha un banchetto! Porta i tuoi amici!

Ci sarà anche materiale del corso di bigiotteria.

**A.L.F.A.P.P.**

**SANREMO**

Piazza Cassini, 12

18038, SANREMO

Tel e Fax:

0184 578040

Presidente provinciale:

DANIELA MELLONI

Aperto il Mercoledì

dalle 16 alle 18

**A.L.F.A.P.P. TIGULLIO**

Aperto il Venerdì dalle 15:30

alle 16:30

via Caboto 16/A RIVA TRIGOSO

Tel: 0185 457575

Fax: 0185 480354

**alfapp.tigullio@fastwebnet.it**

Presidente provinciale:

MARIA GIULIA TASSANO

**A.L.F.A.P.P. SAVONA**

c/o "Il faggio", via Paleocapa 25/10

Tel e Fax 019 80 16 64

Presidente provinciale: GIORGIO CASTAGNO

**SEZIONI**

**coopilfaggio@libero.it**