

Da non perdere in questo numero:

- pg.2 "Il Silenzio e l'Ascolto" di Armando Misuri
- pg.3 Festosamente
- Pg. 4 I nostri Progetti
- Pg 5 Rinnovo Consiglio Direttivo Provinciale

Anno 17 Numero 3
Maggio-Giugno 2015

Editoriale

Bentornati al nostro consueto appuntamento bimestrale!

In questo numero tratteremo in particolare i laboratori previsti dal progetto "Laboratori&Laboratrici - Percorsi di orientamento al lavoro", le attività del Circolo Lugli e la giornata sulla Salute Mentale "Festosamente".

Armando Misuri ci fa come al solito ragionare sulle difficoltà e sulle realtà non dette della nostra società con il suo articolo su "il silenzio e l'ascolto".

Viene indetta una nuova assemblea dei soci a fine giugno per eleggere i nuovi membri del Consiglio Direttivo Provinciale.

Non dimenticatevi di devolvere il vostro Cinque per Mille all'ALFaPP!

Quindi vi salutiamo e vi aspettiamo al prossimo appuntamento in vista dell'Estate!

FACEBOOK

Siamo su facebook...
Cercateci come Alfapp Liguria!

Citazioni soffiate...

"C'è un giardino chiaro, fra mura basse,
di erba secca e di luce, che cuoce adagio
la sua terra. È una luce che sa di mare.
Tu respiri quell'erba. Tocchi i capelli
e ne scuoti il ricordo."

Cesare Pavese

Sommario:

Il Soffio di Armando...	2
Le Nostre Attività	3
Laboratori&Laboratrici	4
Assemblea dei soci	5
Cinque per Mille	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.genova@gmail.com

In redazione: Stefania Dematteis,
Armando Misuri, Desirée Longagna,
Sabrina Sappa, Matteo Pinna, Ilaria
Caccia, Elena Semeria, Paola Simeta

Stampa in proprio

La Redazione



"IL SILENZIO E L'ASCOLTO"

di *Armando Misuri*

IL SOFFIO DI... ARMANDO

Uno dei crucci che più fanno soffrire il paziente psichico e i suoi familiari, specie se genitori, è la difficoltà di trovare ascolto riguardo la malattia del congiunto e tutto ciò che la concerne.

Le cose che fanno soffrire a causa della patologia psichica non si limitano alla patologia in se stessa, ma coinvolgono la vita del malato e dei suoi familiari in tutti i sensi; dalla difficoltà di trovare lavoro, coltivare amicizie e rapporti sociali e mille altre cose, prime fra tutte l'emarginazione e la prevenzione nei confronti della persona malata, della sua famiglia e perfino di chi lo cura, medici e infermieri, perché lo stigma nei confronti del paziente psichico si ribalta nei confronti di chi lo cura e la figura dello psichiatra pazzo non è sempre e soltanto una barzelletta nell'immaginario della gente comune.

E' difficile ottenere ascolto (almeno, non più di tanto) dallo psichiatra, il quale ha spesso (mi riferisco alla medicina pubblica) troppi pazienti in cura, e non può ovviamente mettere molto tempo a disposizione per ogni paziente, in una situazione in cui già si cerca di risparmiare sulla spesa sanitaria, e la psichiatria è in pratica la cenerentola della sanità e, quando si rendono necessari dei tagli sulla spesa, la psichiatria è la prima branca della medicina sulla quale i tagli vengono effettuati.

Senza contare qualche psichiatra che ha proprio come metodo di cura quello di non discutere col paziente e le idee residue della vecchia psichiatria per cui quella che importa veramente è la psichiatria in se stessa, il paziente non è al centro della cura. Della serie "L'operazione è perfettamente riuscita ma il paziente è morto."

Si capisce come in una simile situazione il paziente e i familiari si sentano sempre più a disagio. Anzi manifestino un senso di oppressione, non avendo opportunità di far conoscere il proprio disagio, sempre più notevole col passare del tempo, e soffrono non avendo a disposizione valvole di sfogo.

Mi si perdoni il grossolano paragone: la valvola di sfogo è un po' come la valvola di una caffettiera senza la quale, una volta sul fuoco, la caffettiera esploderebbe.

Così il familiare cerca lo sfogo tra parenti, amici e conoscenti, creando senza volere e/o senza rendersene conto un grosso disagio al familiare malato, cui può non far piacere che estranei vengano a conoscere i fatti suoi, possano mettere il naso nella sua privacy; e a questo punto eviterà di confidarsi con i familiari, proprio per evitare il più possibile che si vengano a sapere in giro i fatti suoi.

Così gli è preclusa, perché a ogni azione corrisponde una reazione, la possibilità di far conoscere e di chiedere aiuto, perché non confida più le proprie sofferenze, per evitare che diventino di dominio pubblico o quasi. Come si vede, la situazione è complicatissima, un nodo difficilissimo da districare, e che, districato da una parte, si aggroviglia in un'altra, e può far perdere la pazienza, magari in frangenti in cui pazienza ce ne vorrebbe molta.

Le parole sono state create proprio per comunicare, e questa difficoltà nel far sapere agli altri, come capita a chi è coinvolto nella psichiatria, questa impossibilità di comunicare cogli altri è disperante. Questo non avere a disposizione le parole, questo smarrimento delle parole non cesserà di far soffrire pazienti e familiari, almeno fin quando si troverà una disponibilità all'ascolto, una possibilità di comunicazione.

Si dice sempre più spesso che ci sono malattie una volta considerate vergognose e che oggi non si nascondono, almeno quando non si vuole violare la propria privacy. Si pensi al cancro che pochi decenni fa era considerato una malattia vergognosa.

Si diceva "Chissà cosa ha fatto!" Eccetera. E oggi è considerato una malattia come le altre, soltanto più grave. E può consolare il pensiero che un giorno sarà così anche per le patologie psichiche, perché la speranza non muore mai.

*Armando Misuri***Le vostre lettere**

Ciao, sono Marina.

Vengo assai raramente al circolo perché ho un lavoro pomeridiano; partecipo un po' alle gite con molta gioia. Il centro diurno di Corso Montegrappa e il Circolo sono la mia unica famiglia, ci ritroviamo tutti assieme.

Marina S.

L'Altra Bellezza

Anche quest'anno il **Gruppo Stranità** ci ha proposto una rappresentazione interessante e toccante, con la Regia di **Anna Solaro**, presso il Teatro Stabile di Genova. La magistrale rappresentazione ha utilizzato una colonna sonora azzeccata (ho personalmente gradito l'utilizzo di Redemption Song di Bob Marley) e una sapienza scenica d'eccezione per mettere sul palcoscenico temi di difficile discussione, quali l'eccessiva medicalizzazione, gli effetti collaterali dei farmaci e i molteplici vissuti che spesso gli attori hanno provato sulla propria pelle.

I nostri soci **Armando** e **Caterina** hanno entrambi fatto un ottimo lavoro, dimostrando una grande presenza scenica e capacità espressiva, e le scenografie, molto colorate e accompagnate dai continui movimenti sinuosi e coreografati della compagnia, hanno saputo spiccare dallo sfondo nero del palcoscenico. I nostri complimenti quindi vanno a tutti coloro che hanno collaborato a questo successo e che ci hanno permesso di godere dei frutti di questa esperienza, che speriamo di poter rivivere negli anni a venire.

Matteo Pinna

Liberamente Liscio

La nostra scuola di Danza, capeggiata espertamente da **Loredana Ruzzin** e **Francesco Chiapparino**, aprirà le danze nei saloni del presidio socio-sanitario di Quarto in Via Giovanni Magio 6 ogni ultimo Mercoledì del Mese, alle ore 17. In questo nuovo arrangiamento del nostro usuale calendario speriamo di poterci divertire ballando assieme al ritmo dei balli lisci unificati, lisci standard, latino americani e caraibici che sono i nostri pezzi forti.

I nostri più sentiti ringraziamenti al Coordinamento di Quarto, all'Alfapp e soprattutto a tutti i soci dell'Alfapp che hanno partecipato alle nostre attività, permettendoci di continuare con questa fantastica esperienza.

Francesco Chiapparino

Festosamente

Il Venerdì 29 Maggio alle 14.30 a piazzale Rusca, presso i Giardini di Quinto, si è tenuta la **Giornata di incontro sulla Salute Mentale**.

È stata una giornata all'insegna della musica, dello sport ma soprattutto dell'informazione e della socievoluzione, con una tavola rotonda intitolata "**Agio e Dis-Agio, dall'io al Noi**" alle 14.30, seguita alle 16 dall'apertura dei laboratori delle associazioni partecipanti.

L'ALFaPP, rappresentata da Giorgio Pescetto, ha relazionato sull'importanza dall'io al Noi nell'ottica della rete tra le associazioni.

I nostri soci commentano così la giornata: "È stata una festa ben riuscita, in allegria e in compagnia con tante associazioni, banchetti e tanti bambini."

Numerose sono state le persone che hanno partecipato.

Ci rivedremo l'anno prossimo!!!

La Redazione

Dal laboratorio di scrittura creativa

Una giornata triste

Quando si è soli, e non c'è qualcuno, che ti dice una parola, una parola di conforto, che ti faccia dimenticare quello che pensi o stai per pensare.

Questa per me è una giornata triste.

Quando sei triste stai molto male, specialmente quando sei solo e non hai voglia di

andare con gli amici alla partita, al cinema, a ballare, qualsiasi cosa fare, divertente.

Questa per me è una giornata triste.

Perché hai bisogno di stare un po' da solo.... lo so di sbagliare. Dovrei farmi forza, andare fuori a passeggiare, ma a volte piove, nevica, o fa freddo, anche coprendosi.

Mettersi due maglie e cappotto e sciarpa, pantaloni invernali e scarpe antipioggia

che i piedi non lasciano bagnare perché ti puoi ammalare.

Questa per me è una giornata triste.

L'unica cosa è guardare il televisore ma poi non passano le ore...

Gianni Benzi.

Laboratori di orientamento al lavoro

Nell'ambito progetto “**Labor- Attori e Labor-Attrici percorsi di orientamento al lavoro**” si stanno effettuando i laboratori di bigiotteria, di restauro, di giardinaggio, volti ad una prima acquisizione di base delle tecniche professionali di ogni attività coinvolta.

Laboratorio di Giardinaggio

Il laboratorio di giardinaggio ha sede presso il Centro Diurno a Serino. I primi due incontri sono stati prevalentemente teorici: il docente ha fornito le informazioni generali sulle piante officinali, i loro usi medici e culinari e i metodi di coltura.

Fanno parte della grande famiglia delle piante officinali le piante aromatiche, le piante medicinali e le piante da profumo.

Le piante che si metteranno a dimora sono: rosmarino, timo, maggiorana, menta, salvia, camomilla, lampone, malva, lavanda, valeriana, santoreggia.

In questa serie di incontri teorici i partecipanti si sono mostrati interessati ma dal terzo incontro ho notato una vera e propria svolta: i partecipanti si mostrano molto più attivi, curiosi. Successivamente si va nell'orto a iniziare il lavoro manuale. Si esegue un lavoro di gruppo, i partecipanti interagiscono tra di loro e chi più chi meno si mostra attivo, fa delle domande. A oggi sono state trapiantate quasi tutte le piante, si procederà alle cure per la loro crescita e si metteranno a dimora le piante mancanti.

I ragazzi che fanno parte di questo laboratorio sono sei. In attesa della fine di questo laboratorio, si spera di proseguire per il meglio, soprattutto per gli apprendisti lavoratori, che a oggi si sono mostrati molto interessati e attivi.

Roberta

Laboratorio di Bigiotteria

Il laboratorio di bigiotteria sta volgendo al termine, i sei partecipanti hanno frequentato le 36 ore previste presso il laboratorio dell'Asl 3 Liguria, sito a Quarto. Ogni lunedì mattina l'appuntamento con la docente, con il personale Asl e con i volontari Al-fapp ha rappresentato per gli apprendisti/lavoratori e lavoratrici un momento di incontro particolarmente interessante sia sul piano personale sia su quello professionale. L'impegno di tutti i partecipanti è stato di alto livello, tanto che il tempo sembrava trascorrere molto rapidamente, così la puntualità di ciascuno e l'interesse verso gli insegnamenti e le tecniche fornite si concretizzava nella realizzazione di manufatti carini ed originali. La relazione tra i componenti del gruppo è stata buona, anche se la concentrazione richiesta dall'attività manuale ha limitato il dialogo ma attivato le capacità di motricità fine necessarie per la composizione degli oggetti; una discreta musica di sottofondo poi favoriva l'attenzione e la piacevolezza del lavoro. Durante gli incontri l'insegnante ha gradualmente presentato le diverse tecniche di montaggio, di composizione e di chiusura di braccialetti, collane, orecchini, ciondoli, portachiavi, e favorito la creatività dei partecipanti con la possibilità di scegliere ed abbinare pietre di diverso colore, sfumatura e grandezza.

Tutti, con le differenze personali, hanno acquisito una discreta autonomia di realizzazione e la soddisfazione di poter vedere e provare l'oggetto costruito, su se stessi e sugli altri, è stato momento di particolare soddisfazione per il gruppo e di verifica per un eventuale miglioramento successivo. Ogni partecipante ha espresso il proprio interesse e divertimento verso l'attività svolta mostrandosi sempre attento, preciso e costante, naturalmente gli apprendimenti acquisiti sono da rinforzare e consolidare attraverso un esercizio successivo; sarebbe inoltre importante poter realizzare un secondo livello di tecniche di bigiotteria per offrire l'opportunità di migliorare ulteriormente le capacità professionali ora ora acquisite dai frequentanti il laboratorio, con la possibilità che tale orientamento al lavoro possa consentire un futuro inserimento nel mondo lavorativo.

Elena

Laboratorio di Restauro

Vorrei spiegarvi brevemente quello che all'interno del corso del modulo di restauro del legno è stato fatto e, ahimè, quasi giunto al termine del suo ciclo di incontri.

Prima di tutto la restauratrice e alcune volontarie si sono offerte di procurare dei mobili di recupero ovvero: A) due scrivanie con cassetti, B) un piccolo mobiletto con ante, C) una panca con postazione per il telefono, D) due sedie, E) un baule

Innanzitutto per rimuovere le tracce di vernici precedenti sono state effettuate delle carteggiature generose con carta abrasiva, dapprima a grana grossa e via via più fine.

Una volta portato a “nudo” l'oggetto sono state effettuate piccole riparazioni e innesti di materiale superficiale che ormai era venuto a mancare, utilizzando dei fogli di impiallaccio, ovvero lamine sottilissimi di legno sagomate a seconda della lacuna mancante e riposizionate su esse con colla e pressione mediante morsetti.

Poi è stata fatta una prima fase di coloritura con il **mordente**, un materiale in grani che viene disciolto in acqua e usato per dare nuovo colore alle superficie lignee; successivamente è stata applicata una strato di **gommalacca**, ovvero una sorta di “plastica naturale” derivante dalla secrezione di alcuni insetti che, disciolta in alcool, può essere stesa come protezione ulteriore sui mobili e conferire caratteristiche di grande brillantezza e eleganza.

Solo per uno dei mobili, dopo la carteggiatura è stato scelto di dare un colore uniforme nascondendo così la venatura del legno, mirando ad un effetto **decapato**: prima si è steso un fondo rosso vivo, successivamente è stato applicato un color tortora chiaro e strofinato un po' in vari punti per far riemergere il fondo e dare al mobile un aspetto più “consumato”.

Per le due sedie, avendo un piccolo problema di aggressione da tarli, è stata effettuata un'operazione di disinfestazione, ovvero prima è stato applicato a siringa l'antitarlo dentro ad ogni buco presente sulla superficie, in seguito è stato applicato lo stesso antitarlo a pennello su tutta la superficie e sigillate le sedie in grossi sacchi neri di plastica, in maniera tale da creare una camera chiusa in cui eliminare definitivamente il problema alla radice.

Ormai siamo quasi alla conclusione dei vari lavori e tutti i partecipanti al corso hanno dimostrato molto impegno e, seppure con qualche momento di scoraggiamento (come è normale quando si sta imparando a fare qualcosa di nuovo) e difficoltà sanno che possono contare sul nostro appoggio e sostegno, una delle cose fondamentali che bisogna imparare è anche a chiedere aiuto e nella maniera corretta.

Alla prossima e ultima puntata!

Stefano

ASSEMBLEA DEI SOCI

È convocata

in prima istanza il giorno 23 giugno 2015 alle ore 23,00

E in seconda convocazione

il giorno 30 Giugno 2015 alle ore 17,00.

presso il Circolo Lugli in Via Malta 3/4 Genova l'assemblea dei soci per eleggere i membri del consiglio direttivo provinciale.

Il Presidente dell'ALFaPP

Paolo Pescetto

- Per partecipare all'assemblea i soci devono essere in regola con il pagamento della quota sociale per l'anno 2015, che può essere eseguito fino a 5 giorni prima dell'assemblea: 100 € socio sostenitore, 50 € socio frequentatore; 25 € socio ordinario; 10 € socio volontario.

- Le quote possono essere versate tramite c/c postale 4951804 intestato ad A.L.Fa.P.P. Associazione Ligure Famiglie Pazienti Psichiatrici – Onlus; oppure tramite bonifico cod IBAN IT42E0335901600100000012890 o ancora direttamente presso il Circolo Lugli, ogni pomeriggio dopo le ore 15.00.

- Come da Statuto, Art 18: I soci possono farsi rappresentare in assemblea con delega scritta da altri associati, ma ogni associato non può essere delegato da più di cinque persone. Tuttavia le deleghe potranno essere anche superiori a cinque se rilasciate ad un Consigliere.

DELEGA

Io sottoscritto, quale Socio dell'A.L.Fa.P.P., delego il Sig. a rappresentarmi all'assemblea del 30.06.2015 e votare a mio nome e conto con piena validità.

Firma

Destina il tuo il 5 per 1000 all'ALFAPP

Nella dichiarazione dei redditi indica il **codice fiscale** della nostra associazione

93015420107

ALFAPP REGIONALE

Associazione Ligure Famiglie Pazienti Psichiatrici (ONLUS)

Sede legale: Via Malta 3 int 4 16121 Genova

Tel e Fax: 010.540740

Presidente Regionale: Paolo Pescetto

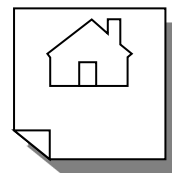
Vicepresidente Regionale: Maria Giulia Tassano

Iscritta al Registro Regionale del volontariato

SN-GE-ASS-057/94 DECR n.242 del 9/3/94.

C.F. 93015420107

SEZIONI



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

Aperto il Venerdì dalle 15:30

alle 16:30

via Caboto 13/A

Tel. 0185/457575 - FAX 480354

Mail: alfapp.tigullio@gmail.com

Responsabile Sez. Tigullio:

MARIA GIULIA TASSANO

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

Via Malta, 3/4

16121, GENOVA

Tel e Fax 010 540 740

Presidente provinciale e regionale

PAOLO PES CETTO

Responsabile clinico: SABRINA SAPP A

Aperto 365 giorni l'anno

dalle 15 alle 19

alfapp.genova@gmail.com

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

Sez. operativa PIETRA LIGURE

PUNTO DI ASCOLTO

Lunedì dalle 9:30 alle 11:00

alfapp.savona@libero.it

Referente: CARMELA ARCIDIACONO RAVERA

tel. 019 626144

c/o Centro Associazioni di Volontariato

Piazzale Flavio Geddo Pietra Ligure

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. SANREMO

Sez. distaccata IMPERIA

Via Frate Minimi 3

Aperto il Mercoledì

dalle 9,30-11,30