

Da non perdere in questo numero:

- pg.2 *“Essere Compartecipi” di Armando Misuri*
- pg.3 *Un anno di Creatività al Circolo Lugli*
- Pg. 4 *facendo il punto su “Mente al Lavoro”*
- Pg. 5 *Le nostre Sezioni*
- Pg 6 *Appelli e Avvisi dal Lugli*

Anno 17 Numero 1

Gennaio-Febbraio 2015

A.L.F.A.P.P. ASSOCIAZIONE LIGURE FAMIGLIE PAZIENTI PSICHIATRICI

Soffio. Periodico bimestrale dell'A.L.Fa.P.P.

Editoriale

Benvenuti al consueto appuntamento di inizio anno, cari lettori!

Come al solito, apriremo il numero con la rubrica di Armando Misuri, che ci parlerà della Partecipazione, un termine troppo spesso ignorato; avremo poi modo di aggiornarvi sulle ultime nuove dal Circolo Lugli, e dalle Sezioni, con tutte le notizie fresche su incontri, attività recenti e future. Inauguriamo anche il secondo anno della nostra attività di scrittura creativa al circolo, deliziandovi con alcuni componimenti scelti di quest'ultimo anno di lavori (raccolti in maniera più esaustiva nel libro “Un anno di Poesie”, creato interamente dal Circolo Lugli per i propri soci partecipanti all'attività). Con gli auguri di un più sereno anno nuovo di fronte a noi, vi salutiamo, e vi aspettiamo al prossimo appuntamento!

La Redazione

FACEBOOK
Siamo su facebook...
Cercateci come Alfapp Liguria!

Citazioni soffiate...

“Due cose assolutamente opposte ci condizionano ugualmente: l'abitudine e la novità”

Jean de La Bruyère

Sommario:

Il Soffio di Armando...	2
Le Nostre Attività	3
Formazione e Volontariato	4
Le Nostre Sezioni	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.genova@gmail.com

In redazione: Stefania Dematteis,
Armando Misuri, Desirée Longagna,
Caterina Campagna, Sabrina Sappa,
Matteo Pinna, Ilaria Caccia, Marina
Martignone.

Stampa in proprio



“ESSERE COMPARTECIPI” di *Armando Misuri*

Gli psicofarmaci sono stati una scoperta importantissima nella psichiatria; una scoperta che ha rivoluzionato la psichiatria. Ha cioè permesso, sedando il paziente, di ottenere da lui una risposta alla cura vera e propria, inimmaginabile prima dell'avvento degli psicofarmaci.

Gli psicofarmaci hanno però generato l'equivoco, al loro apparire, che essi potessero essere “tutta” la cura e non la condizione per “poter curare” il paziente. Si usciva da tempi oscuri per la psichiatria, tempi in cui erano considerati la malattia vera e propria quelli che, invece, sono sintomi: come le voci, l'agitazione, la depressione maniacale.

Non solo si è poi visto che le allucinazioni, le voci, eccetera sono i sintomi e non la causa della malattia, e che gli psicofarmaci permettevano, mitigando i sintomi, di curarla meglio, ma che poteva succedere, lavorando sull'eliminazione dei sintomi, di curare al tempo stesso, la malattia. Cioè, curando il sintomo, se ne cura contemporaneamente la causa.

Di qui nei vari Centri di Salute Mentale, la nascita dei Centri Diurni i cui un gruppo selezionato di pazienti viene coinvolto in varie attività, che le portano a interagire, a socializzare.

Già, perché la socializzazione è fondamentale per gli esseri umani, fa parte della nostra natura, e, se mi si permette di usare una parolaccia, socializzare è la “normalità”. Gli stessi eremiti, per fare un esempio estremo, vivono vendendo erbe medicinali e interpretando sogni.

Gli uomini, cioè, vivono assieme come creature sociali, rendendosi compartecipi della loro vite tramite attività che si riescono a fare meglio, o soltanto, in gruppo; e tutti a qualche gruppo, a qualche attività partecipano: attività lavorative, ludiche, educative eccetera, e riuscire a prendere parte a queste attività è segno, tra l'altro, di un buono stato di salute

psichica, perché – mi ripeto- l'uomo è una creatura sociale e prendere parte alle attività di tipo sociale è segno di un buono stato di salute fisica e psichica.

Quali sono le “attività sociali”? Sono moltissime e le più disparate, e non tutte possono essere svolte dallo stesso individuo, ma ad ognuno sono consone più d'una. Bisogna cioè essere compartecipi, tutti insieme, in modo di riuscire, contribuendo ciascuno con le proprie capacità, al buon esito.

Bisogna compartecipare. E questa non è, come potrebbe sembrare, una tautologia (cioè nel senso letterale: partecipare assieme), ma una parola di origine latina composta da cum (con) e partes (parte). E si possono trovare dozzine di queste parole (ad esempio: coinvolgere, convenienza, compassione) in qualsiasi dizionario della lingua italiana, formate dal cum latino, diventato “co” o “con” o “com”, e un'altra parola (aggettivo, sostantivo, o verbo che sia) che indicano le attività che gli uomini da sempre svolgono insieme, in gruppi e in società; attività che, ripeto, sono nella natura stessa dell'uomo.

L'attività fondamentale è il lavoro, qualunque esso sia, e trovare e riuscire a mantenere un lavoro è, per noi pazienti psichici, una mezza guarigione. Certamente, viviamo in tempi in cui il lavoro è difficilissimo a trovarsi, è in atto una forte crisi economica, e anche chi ha un lavoro non è sicuro di mantenerlo, non per propria imperizia, ma perché le stesse aziende tendono a “ridurre gli organici”, eufemismo usato per indorare la pillola; ma questo non ci esime dal cercarlo, il lavoro, anche se si tratta di un lavoro umile, perché non si può pretendere, se non si hanno titoli di studio o esperienze lavorative, di trovare un lavoro in cui occorran documentate capacità, soprattutto se si è già avanti negli anni.

Comunque, dobbiamo riuscire, noi pazienti psichici, a essere compartecipi delle attività di questo mondo, non fosse altro che per poterci curare, e, curandoci, soffrire di meno.

Armando Misuri

La nuova raccolta di poesie del dottor Angelo Guarnieri sarà presentata il 24 Marzo alle ore 18 nei locali del Circolo Lugli.

I nostri soci e i loro familiari conoscono già il dottor Guarnieri per avere egli già presentato altre sue opere presso il Circolo Lugli. Il fatto che il dottor Guarnieri sia psichiatra non deve "spaventare". Io stesso non ho mai capito se si tratta di un poeta prestato alla psichiatria o, viceversa, uno psichiatra prestato alla poesia.

L'unica traccia psichiatrica in questa raccolta consiste in pochi versi ironici verso i suoi colleghi psichiatri:

Gli psichiatri si chiedevano "Ma cosa fanno i nostri pazienti nel week end?/...../ forse la sola cosa / che dovevano fare i nostri pazienti nel week end/ era proprio fare a meno di loro."

La raccolta (e qui preciso che si tratta di una mia interpretazione) è divisa in quattro parti. La prima esprime molta felicità, soprattutto l'amore. La seconda parte è contemplativa delle cose della vita (una coppia di pettirossi che lo sveglia un mattino, lo spalancarsi di un nuovo millennio). La terza parte è più (per usare un termine purtroppo oggi in disuso): impegnata, a tratti veemente, contro i mercanti di morte guerrafondai, e chiunque speculi sulle vite di milioni (miliardi) di persone. La quarta parte, sembra essere passata come in un filtro tra le precedenti, per restituirci la speranza. E di speranza, aggiungo, ha più che mai bisogno.

L'ingresso è libero, aperto anche ai non soci. La data della presentazione è stata scelta a ridosso del 21 Marzo, giornata mondiale della Poesia, oltre che l'inizio della primavera, e, questo sembra quasi una predestinazione, ed è la data di nascita della grande poetessa (deceduta ma non scomparsa) Alda Merini.

Armando Misuri

A . L . F . A . P . P . - E S P E R I E N Z E

Un anno di Poesie

Ho portato al Circolo Lugli il mio zainetto di insegnante nella speranza di cavar fuori qualcosa di utile e divertente, di facile e impegnativo, di leggero e profondo...

Dove stanno tutte queste qualità?

Nel gioco e nell'immaginazione. Per gioco abbiamo iniziato a scrivere poesia, iniziando proprio con i giochi di parole, con gli acrostici, con le metafore, con gli hai-ku, con le parole dei poeti veri...e abbiamo trovato **le nostre parole**. Abbiamo partecipato nei diversi ruoli di soci, di volontari e di tirocinanti portando ognuno il proprio zainetto composito di gioia, di dolore, di timore, di creatività e penso che tutti l'abbiamo arricchito di un'esperienza gratificante. Alla fine dell'anno, per la festa dei volontari, abbiamo potuto presentare un libretto con le nostre poesie.

Marina Martignone

Il vento impetuoso scrolla i bianchi fiori
e piano piano cadono le foglie
e la forza del vento mi scuote i capelli
che mi coprono il viso...
oh, che meraviglia il vento che porta
la fine dell'estate!

e dammi un raggio di sole
perché la mia anima
gelata dal vento
possa respirare ancora.

CECILIA

STEFANIA

Sparge il suo più antico profumo
nella sua casa la nonna
che felice mi veniva incontro
e dolcemente mi sorrideva

PAOLA

Notte d'autunno
il tuo sospiro d'argento
senza tasti né corde
apre gli spiragli più segreti,
reconditi
del mio cuore.

Se fossi alta, quanti salti farei
Se fossi bella, quanti cuori intesorerei
Se fossi Dio, quanti aiuterei
Se fossi pietra, quanti intralcerei
Se fossi io, cambierei?

Notte d'autunno
che culla
la rosa del sogno
e ammansisce
le spine del risveglio.

Se fossi un sentimento, quale sceglierei?
Se fossi mago, magie farei
Se fossi Cristina come sono infatti
mi sentirei triste, incapace di vivere e di gioire.

Lasciami libare al calice
della quiete

Se fossi un cane, sarei amico dell'uomo
Se fossi un angelo, aiuterei chi sta male

CRISTINA

Giovedì 22 gennaio al Palazzo della **Regione Liguria** si è svolto il Convegno di chiusura del progetto **MENTEALLAVORO** che ha visto la nostra associazione impegnata su più fronti, dallo sportello di ascolto per le famiglie attivato presso il Circolo Lugli alla sensibilizzazione e al coinvolgimento del mondo imprenditoriale.

Apprendo i lavori l'assessore regionale **Sergio Rossetti** ha espresso grande soddisfazione per l'iniziativa, ma al tempo stesso preoccupazione per il futuro dato che lo Stato si riprenderà la gestione delle politiche del lavoro utilizzando buona parte del fondo sociale europeo. **Alessandro Repetto**, presidente della Fondazione **CIF Formazione** (capofila del progetto) ha fatto notare che a volte, quando si profila una tempesta perfetta, come attualmente sembra verificarsi per il concorso di più fattori negativi, si aprono delle opportunità...secondo lui non sarà più possibile eliminare la progettazione sul territorio.

E' poi passato a illustrare le fasi salienti del progetto: indagine conoscitiva (bisogni delle persone, risorse e limiti), coinvolgimento non solo dei soggetti interessati, ma anche delle loro famiglie, accompagnamento dei soggetti nella partecipazione ai laboratori al fine di favorire percorsi integrati di autonomia e rendere possibile l'inserimento nel mondo del lavoro.

La centralità delle persone in questo progetto non è stata sottolineato solo da Repetto, ma anche dagli altri relatori, intendendo tutte le persone coinvolte: gli utenti, le famiglie, i rappresentanti delle associazioni, gli imprenditori e gli operatori nelle intense relazioni che si sono sviluppate. In quest'ottica si sono tenuti workshop e supervisioni per gli operatori.

Su **42 persone** inserite nei laboratori formativi, **17** hanno potuto proseguire in work experiences e completare l'iter; il problema drammatico è cosa fare quando finisce un progetto in attesa che ne inizi un altro. Tutti hanno sottolineato la necessità di evitare questo buco nero. Giorgio Pescetto ha precisato che il sistema rete già intrapreso non è morto e che due progetti sono già finanziati: uno del Ministero del Lavoro e un altro della Compagnia San Paolo in rete con il Comune e il Dipartimento di Salute Mentale.

Diversi interventi hanno evidenziato il duplice obiettivo del progetto: da un lato realizzare interventi integrati per favorire l'inserimento lavorativo di soggetti a rischio di emarginazione sociale, dall'altra, *in itinere*, costruire un modello per rendere l'esperienza di **MENTEALLAVORO** riproducibile e trasferibile.

Anche Giorgio Pescetto, a conclusione dell'incontro, ha sintetizzato i requisiti che debbono avere questi progetti:

- - una chiara linea politico-culturale volta all'integrazione.
- - un sistema sanitario sulla stessa linea con cui interloquire e collaborare (a questo proposito significativo l'intervento di Vaggi, direttore del Dipartimento di Salute mentale dell'ASL 3).
- - un modello permanente di intesa fra le associazioni (in questo progetto sono state coinvolte diverse associazioni oltre l'ALFAPP).
- - un sistema solido.
- - una rete (in **MENTEALLAVORO** hanno partecipato: CNA sez. provinciale; BARATTOLO 2; associazione MEGLIO INSIEME, Onlus; PRATO, Onlus; polisportiva INSIEME PER SPORT; COMUNE DI GENOVA politiche per il lavoro; CONFINDUSTRIA Genova; AGENZIA LIGURIA LAVORO; IL TEATRO DELL'ORTICA Coop. Soc, ASL3, ATS Quadrifoglio, DISFOR Università di Genova, FRSL, La Scopa Meravigliante Coop.Soc, Pulirella Coop.Soc, Emmaus Coop.Soc.).
- - un collegamento permanente col CNA anche per il Know How per una continuità operativa e relazionale.

Nel corso della mattinata ci sono anche stati degli interventi veramente emozionanti. Il supervisore del progetto Enrico Lisei ha trovato parole suggestive per la sua relazione, a partire dal titolo: "LA SUPERVISIONE ovvero IMMAGINI APOCALITTICHE E TRASFORMAZIONE IN DIVENIRE DI SPERANZE" proseguendo con l'ascolto di un brano musicale, *A hard rain's a-gonna fall* (Una dura pioggia cadrà di Bob Dylan 1962), e costruendo le sue riflessioni sulla traccia del testo!

Il Progetto non è stato facile ma la sua realizzazione ha costituito veramente qualcosa di bello; con la motivazione e la passione riescono anche le imprese più difficili! Fabio Piazzetta, un ragazzo che ha concluso il percorso, ha raccontato la sua esperienza leggendo un suo testo scritto a mano veramente completo, emozionante e teatrale! I coniugi Castello hanno scosso le nostre coscienze ricordandoci che il non fare nulla uccide e che basta un impegno per stare meglio, per avere la forza di alzarsi al mattino...per il loro congiunto l'esperienza lavorativa è stata veramente terapeutica!

Per ulteriori informazioni, potete recarvi al sito internet dedicato al progetto, www.menteallavoro.it!

Marina Martignone

Ciao a tutti, mi chiamo Barbara e voglio parlarvi del Capodanno al Circolo Lugli. Mi sono divertita molto. C'era un'atmosfera particolare. Molto bella. Sono stata molto bene. Con me c'erano Erasmo ed Armando, i volontari, e i ragazzi. C'erano Pino, Sonia, Andrea, Piera.. eravamo una decina. Io con la tombola ho vinto ben 7 premi!!! Mi ha fatto molto piacere. Sono sempre stata sfortunata. Questa volta invece ho vinto tantissimi premi e mi sono piaciuti tutti. Mi sono divertita tantissimo. Quando sono tornata a casa, ho trovato la mia gatta impaurita per i botti ed è stata sotto le coperte con me tutta la notte. Ringrazio tutti quelli che erano alla festa e il Lugli. Ho passato una bellissima giornata!

Barbara De Martino

Gruppi AMA

Nel corso del 2014, come un po' di anni a questa parte, al Circolo Lugli si sono svolti gli incontri del gruppo di **Auto Mutuo Aiuto**, sia per i soci frequentatori che per i familiari. Durante questi incontri sia gli utenti che i familiari possono parlare del loro problema con altre persone che lo condividono e possono ascoltarsi, sfogarsi e trovare qualche piccola soluzione per stare meglio. Anche quest'anno gli incontri sono stati positivi e i gruppi sono molto coesi e si aiutano molto.

Da facilitatrice dei gruppi posso dire di essere molto orgogliosa di come si sta progredendo.

I gruppi dei familiari hanno avuto anche degli incontri con degli specialisti (avvocato, psicologo, psichiatra, assistenti sociali) in modo da aver risposte su argomenti specifici, incontri utili e apprezzati.

Novità invece dell'incontro scorso: il gruppo dei familiari ha accolto il gruppo AMA della sezione del Tigullio per confrontarsi sui problemi comuni e per iniziare una collaborazione.

Per chi volesse avere informazioni sui gruppi di auto mutuo aiuto telefoni pure alla sede dell'alfapp di Genova (010.540740).

Desiree Longagna

La parola ai Tirocinanti

Mi chiamo Eric, ho 23 anni e frequento il III anno del corso di Servizio Sociale all'Università di Genova. Il corso di laurea in questione prevede il conseguimento di due esperienze di tirocinio, suddivise in due anni ed articolate in diverso modo tra loro, specialmente dal punto di vista degli obiettivi.

Per il II modulo di tirocinio ho deciso di prendere contatto con l'ALFAPP, in particolare presso il Circolo Lugli, mosso sia dal mio percorso scolastico (mi sono diplomato al Liceo socio - psico - pedagogico), sia dalla mia esperienza professionale che consiste, da 5 anni, nel lavorare con i minori come educatore presso il Centro Archimede di Molassana nell'area relativa alla disabilità, sia per ciò che concerne il sostegno didattico sia per ciò che riguarda il supporto all'inclusione sociale ed alla socializzazione con i pari. Inoltre, nell'ambito del primo modulo di tirocinio, svolto presso l'Istituto Chiossone, ho già avuto modo di avere contatto diretto con questo tipo di utenza, seppur per un tempo e con modalità limitate.

Per il mio tirocinio sono seguito dall'Assistente Sociale che opera per il circolo, con il quale ho instaurato un buon rapporto improntato alla collaborazione, e che in particolare segue tutto ciò che concerne i progetti relativi a questo tipo di utenza.

Le mie aspettative circa questa nuova esperienza di tirocinio erano molte e soprattutto molti erano i preconcetti che, involontariamente, albergavano la mia immaginazione circa i rapporti e la personalità di questa utenza che io ritenevo "stravagante" o quantomeno eccentrica. Il contatto diretto con questa realtà invece, anche grazie ad un'equipe di professionisti che mi ha ben accolto, mi ha mostrato quanti pregiudizi esistono circa queste persone e quanto quest'ultime siano demonizzate dall'opinione pubblica ancora, a mio avviso, troppo ancorata all'idea di "pazzo" visto come un oggetto misterioso che è meglio rinchiudere per la sua presunta pericolosità, per la sua diversità ... quasi non fosse umano. Incontrare ed intrattenere rapporti con questo tipo di utenza mi ha fatto capire quanto mi sbagliassi su queste persone, quanta "normalità" (per quanto stupida sia questa definizione se riferita ad una persona) esprimono ad esempio avendo una famiglia, dei figli, degli amici, degli interessi e delle passioni!

Ciò che maggiormente mi ha colpito di questa esperienza è stato scoprire quanta vitalità hanno queste persone e quanta potenzialità espressiva che questi possiedono e che raramente riescono ad esternare: a questo proposito mi hanno affascinato i laboratori musicali e teatrali che sono tenuti da volontari che collaborano con il Circolo ai quali i soci partecipano spontaneamente secondo le loro inclinazioni.

Infine un'altra esperienza formativa a livello umano e professionale è stata rappresentata dall'osservazione partecipata del gruppo di Auto Mutuo Aiuto i quali, in un'ottica di condivisione dei propri pensieri, di rispetto degli altri e soprattutto ascolto degli altri, offrono ai partecipanti una valvola di sfogo per le loro problematiche ed un sostegno per lo stesso che è rappresentato anche dalla grande realtà che è il Circolo Laura Lugli.

Eric Serventi

Destina il tuo il 5 per 1000 all'ALFAPP

Nella dichiarazione dei redditi, firma nella casella in alto a sinistra e indica il **codice fiscale** della nostra associazione

93015420107

⇒ **VOGATORE**

Ci è stato regalato un vogatore da camera perfettamente funzionante.

Chi fosse interessato ad averlo può chiamare al Circolo Lugli ogni pomeriggio dalle 15 alle 19. In cambio di una piccola donazione può ritirarlo dopo aver preso accordi con la segreteria.

⇒ **LIBRERIA APERTA**

Abbiamo inaugurato un nuovo servizio di libreria aperta: ogni socio può venire al Circolo a portare o prendere libri in maniera gratuita.

Hai libri che non ti interessa più avere a casa? Portali al Circolo e mettili a disposizione degli altri. Anche tu potrai prendere altri libri che non hai ancora letto e tutti saremo in grado di diffondere e scambiarsi cultura attraverso il libero scambio.

⇒ **RACCOLTA ABITI USATI**

Stiamo raccogliendo abiti da distribuire ai soci frequentatori del Circolo. Chi fosse disponibile a regalare abiti usati, puliti e in buono stato, di taglia grande, sia femminili che maschili, è pregato di contattare la segreteria.

Ricordiamo a tutti che stiamo effettuando una raccolta di oggetti in vista del Mercatino del Quadrilatero, che si svolge usualmente al 3zo Sabato del Mese in Via Cesarea.

⇒ **MERCATINO**

Se avete oggetti, bigiotteria, soprammobili, borse o qualsivoglia oggetto in disuso, portateli al Circolo Lugli. I donatori sono sempre i benvenuti!

La Redazione

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 PESCIOTTO

Responsabile clinico: SABRINA SAPPÀ

Aperto 365 giorni l'anno

dalle 15 alle 19

alfapp.genova@gmail.com



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. 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

Sez. distaccata IMPERIA

Via Frate Minimi 3

Aperto il Mercoledì

dalle 9,30-11,30