



In questo numero

- Il superamento degli OPG **P.1**
- Associazione ROSA SPINA **P.3**
- Associazione ALBATROS **P.4**
- Associazione LA TRACCIA **P.5**
- Gruppo Sportivo ROSA SPINA **P.6**
- Incontri organizzati dall'UFSMA **P.7**
- Fondazione ANNALISE GALLIGANI **P.8**

WORK in PROGRESS

Il mese di Dicembre è il mese dedicato alla Salute Mentale

Sono iniziati i nostri corsi:
CORSO DI PC
CORSO D'INGLESE
CORSO HTML-CSS

SAI SUONARE UNO STRUMENTO?

L' Ass. FUORI DAL CORO, propone la formazione di un nuovo gruppo musicale. Chi intende partecipare può inviare una mail o telefonare al Mah, Boh!

Per tutte le informazioni contattate Federica Venturi allo 0572 75202.

★ Visitate il sito www.mahboh.org dove potrete trovare news ed anticipazioni sugli eventi del MAH, BOH! ★

Siamo anche su Facebook



BUONE FESTE
A TUTTI!

NUOVI OBIETTIVI PER LA SALUTE MENTALE: il superamento degli OPG.

Intervista al dr. Vito D'Anza, direttore del Dipartimento Salute Mentale (DSM) dell'ASL 3 di Pistoia a cura di Federica Venturi, Tecnico della riabilitazione psichiatrica e referente del Mah, Boh! Officina delle possibilità.

In questo periodo c'è un gran fermento sulla chiusura degli Ospedali Psichiatrici Giudiziari (OPG). C'è stato il viaggio del cavallo azzurro. Ma chi è Marco Cavallo, il cavallo azzurro?

Marco Cavallo è un cavallo di cartapesta, alto circa 4 metri, di colore azzurro (nella foto - ndr), simbolo di libertà. Fu costruito nel 1973, all'interno del manicomio di Trieste, allora diretto da Franco Basaglia. Il cavallo ha una pancia ben visibile che diventò subito la pancia dei desideri degli internati, pancia a cui gli internati consegnarono i loro bisogni, i loro desideri. Per uscire dal manicomio dovette abbattere un muro dal quale, dietro di lui, uscirono tutti gli internati dell'OP di S. Giovanni di Trieste attraversando la città e a loro si associarono molti cittadini triestini. E' diventato il simbolo della cancellazione di una delle pagine arcaiche della psichiatria, il manicomio appunto. Da allora Marco Cavallo ha viaggiato molto in Italia ed in Europa.

Perché Marco Cavallo, simbolo del superamento del vecchio manicomio, della legge 180, ha intrapreso un lungo viaggio negli OPG?

Nel mese di novembre di quest'anno ha deciso di intraprendere un nuovo

viaggio su tutto il territorio nazionale, fermandosi in particolare nei luoghi sedi di OPG, ma non solo. Il 22 novembre è stato in Toscana, a Livorno, a Firenze e a Montelupo Fiorentino, quest'ultimo sede di uno dei sei OPG italiani. E' vero che Marco Cavallo rappresenta il simbolo della chiusura dei manicomi ma rappresenta il simbolo dell'abbattimento di tutti i muri della discriminazione, della dignità e dei diritti negati. Nonostante la legge 180 il muro che separa i folli che commettono reati dalla piena cittadinanza non è ancora abbattuto: per farlo bisogna abolire le parti del codice penale che mantengono separati i destini dei folli da quelli dei sani. E di questo viaggio si è fatto promotore l'associazione StopOpg che a sua volta è formata da una miriade di associazioni, dal Forum salute Mentale alla CGIL, dal Tribunale dei diritti del Malato al coordinamento nazionale delle associazioni dei Familiari UNASAM, da Psichiatria Democratica al Gruppo Abele, e tante altre.

Ma allora se la legge Marino non modifica il codice penale, che cosa cambia per i "folli rei" internati in OPG?

Credo che la legge Marino sia una legge incompleta ma che nel contempo offra enormi possibilità.

(continua pagina seguente)

Intanto c'è da sottolineare che la commissione d'inchiesta sul sistema sanitario nazionale, allora presieduta dal sen. Ignazio Marino, ha acceso i riflettori su un luogo, gli OPG, che il presidente Napolitano ha definito *“indegni per un paese appena civile”*. E' vero che, come purtroppo accade per tante leggi, si può dare un'applicazione arretrata o una avanzata da parte di istituzioni nazionali o regionali pur in presenza di un codice penale invariato. La scelta che consegue alla legge 9/2012 (*“legge Marino”*) è: i fondi che il governo ha messo a disposizione per il superamento degli OPG possono essere utilizzati investendo totalmente sul *“mattone”*, sui mini OPG regionali, oppure sulle persone internate e su progetti riabilitativi territoriali. Arretrata è la prima scelta, avanzata è la seconda. E questo non per una visione *“ideologica”* del problema ma semplicemente perché oggi esistono percorsi riabilitativi per tutti e il dipartimento di salute mentale di Pistoia pratica già questa seconda strada.

Equindi i Dipartimenti di Salute Mentale (DSM) che ruolo hanno in questo processo di superamento degli OPG?

Determinante direi. Se i DSM praticano i progetti terapeutico/riabilitativi individuali ogni persona internata può essere realmente avviato ad un percorso d'inserimento sociale. Ovviamente essendo il percorso individuale vi sono svariate possibilità di percorsi, ognuno specifico per ogni singola persona. Si possono contemplare periodi iniziali di comunità terapeutiche, di appartamenti supportati con avvio di percorsi di formazione lavoro e/o di lavoro; di sostegno in attività socializzanti e di costruzioni di reti sociali, etc... Insieme a questo, ovviamente, le pratiche terapeutico/assistenziali che sono, o dovrebbero essere, scontate in ogni DSM. Va anche detto che oggi molti DSM in molte regioni sono in sofferenza e trascuratezza, i tagli hanno colpito



duramente, spesso demotivando operatori, lasciati da soli nella trincea più esposta del welfare. E questo ha comportato anche resistenze a farsi carico della chiusura degli OPG. Ma esistono, e resistono, esperienze eccellenti e buone pratiche; ritengo che carenze di personale e di risorse, che pure ci sono, devono diventare motivo di contrattazione con le regioni e le ASL e non ragione per assecondare logiche manicomiali. E, in ogni caso, con la legge 180 gli operatori non hanno più il compito di custodire, ma il dovere di assistere e di curare.

Ecco perché chiediamo che i finanziamenti siano destinati ai Dipartimenti di Salute Mentale e non investiti in strutture. E stiamo parlando di molte decine di milioni di euro.

Ma in attesa di un'eventuale modifica del codice penale (gli art. 219 e 222), se e quando ci sarà, che cosa si fa nel rapporto tra psichiatria e giustizia, o meglio, tra magistratura e servizi?

La persistenza degli art. 219 e 222 del codice penale non deve diventare un alibi per non fare assolutamente niente. Ritengo che due cose si possono provare a fare. La prima è che ogni regione apra un tavolo di confronto tra Magistratura e DSM per i percorsi alternativi alla detenzione nei casi ove ciò è possibile. Di solito la Magistratura non è insensibile a questi dibattiti. La seconda è di aprire un confronto in ogni azienda ASL tra DSM e Magistratura locale, sempre sugli stessi aspetti. Ritengo che se la Magistratura locale ha un riferimento fattivo nel proprio DSM è quasi sempre disponibile a trovare soluzioni adeguate per i folli rei, soluzioni consentite a legislazione vigente. Ma se questo avvenisse il problema si risolverebbe nella stragrande maggioranza dei casi. Noi come DSM di Pistoia ci siamo già trovati in questi confronti con la Magistratura locale e dovremmo ulteriormente intensificarli offrendo il DSM dell'ASL di Pistoia come interlocutore fattivo.

Nella foto: Vito D'Anza Direttore del DSM di Pistoia e Antonella Tuoni Direttrice dell'OPG di Montelupo F.no

Associazione ROSA SPINA

Un costruttivo incontro tra

l'Associazione Rosa Spina e

l'Associazione La Rete Toscana degli utenti.



Quest'estate nel giardino del "Mah, Boh! Officina delle possibilità", l'associazione di utenti "Rosaspina" si è incontrata e confrontata con l'associazione "La rete toscana degli utenti".

Nell'incontro sono stati affrontati argomenti riferiti alla salute mentale, in particolare temi dei diritti delle persone con disturbi mentali.

L'incontro si è svolto nell'ambito del festival "Roba da Matti" ed è stato un grande successo, sia per il numero degli intervenuti, sia per la qualità del dibattito. Si sono affrontati temi come la costruzione di servizi avanzati improntati alla recovery, gli indirizzi della Regione Toscana nell'ambito della salute mentale, l'esperienza di superamento di vecchi presidi psichiatrici come i centri diurni e le residenze, il tema importantissimo del lavoro come strumento di guarigione.

Infine si comunica che il 25 ottobre si è riunita l'assemblea dei soci dell'associazione per rinnovare gli organismi direttivi. E' stato riconfermato Presidente Fabrizio Mauriello, vice Presidente Valentina Zinelli, Tesoriere Daniele Michi, Segretaria Marzia Angeli, con l'aggiunta del Consigliere Pierluigi Fontana.

I soci hanno ritenuto opportuno incontrarsi, oltre allo storico lunedì di ogni settimana, anche in un altro giorno settimanale.



ROSA SPINA

Il gruppo si riunisce tutti i lunedì al "Mah, Boh!", dalle 16.30 alle 18.30.

Per informazioni chiamare

Fabrizio al 334 5832239
o Flora al 327 1224860.

Associazione ALBATROS

Se volete saperne di più e/o raccontare la vostra storia, ci trovate presso la nostra sede del Mah, Boh! ogni lunedì e giovedì pomeriggio dalle 17.00 alle 19.00, inoltre siamo sempre raggiungibili al numero 389-8842300.

Sta per giungere al termine l'anno 2013, nonché il nostro terzo anno di attività, che ha visto la nostra Associazione rafforzarsi, sia incrementando il numero di soci, sia rendendo sempre più incisiva la nostra presenza presso il Servizio Sanitario e le Istituzioni. Abbiamo partecipato a tutti gli incontri e convegni organizzati dal Coordinamento Toscano delle Associazioni per la Salute Mentale e da altre Associazioni del territorio. Particolarmente importante è la nostra presenza alla Consulta del Dipartimento della Salute Mentale dove possiamo evidenziare i vari problemi, chiedere le possibili soluzioni e, soprattutto, difendere i diritti delle persone. Il 15 ottobre vi è stato l'incontro con la Regione, azienda Asl, i rappresentanti delle Istituzioni locali, la Società della Salute, le Associazioni dei familiari e utenti, dove la Regione ha illustrato i dati sull'attività dei servizi per la Salute Mentale di tutte le Asl della Toscana nel biennio 2010/2012.

Come Associazione, in quella sede abbiamo chiesto di incrementare l'impegno di tutte le parti in causa sul tema della Salute Mentale, anche se nella Valdinievole siamo soddisfatti di constatare la presenza di un servizio attento ai bisogni degli utenti con un CSM, aperto 365 giorni l'anno dalle ore 08.00 alle ore 20.00, con personale preparato e, per noi familiari, sapere che anche nei giorni festivi c'è un servizio sempre presente è una garanzia di cura per i nostri cari. Abbiamo la nostra sede presso il Centro Polivalente "Mah, Boh!" di Buggiano insieme ad altre associazioni e, con queste e con il servizio, collaboriamo attivamente per promuovere una nuova cultura della Salute Mentale che preme l'inclusione sociale delle persone con disagio psichico.

Presso il "Mah, Boh!" l'Unità Funzionale Salute Mentale Adulti ha messo a disposizione due tipi di incontri condotti da una psicologa ed una terapeuta della riabilitazione psichiatrica. Il primo a cadenza mensile, aperto a tutti i familiari degli utenti in carico al servizio, dove poter parlare di sé e del proprio vivere. Il secondo, a cadenza quindicinale, di psico-educazione di gruppo con l'obiettivo di ridurre il livello di stress aumentando le abilità nell'affrontare i problemi e migliorare la capacità di comunicazione all'interno del nucleo familiare.

Per favorire l'integrazione sociale con il territorio e per la lotta allo stigma verso le persone con sofferenza psichica, la nostra Associazione ha organizzato una serie di attività la più importante delle quali è stata la partecipazione al Festival "Roba da Matti" che si è tenuto presso il "Mah, Boh!" nei mesi giugno, luglio ed agosto conferenze su temi particolarmente importanti già illustrati nel precedente numero 3

Le serate si sono conclusa dal vivo. Tutte e tre un grande successo con di pubblico proveniente Sempre nell'ambito della dell'Associazione sono burraco ed una mostra opere fatte dagli utenti dell'Associazione "Rosa Spina" in collaborazione con l'Associazione culturale "La Traccia".



se con cena a buffet e musiche manifestazioni hanno avuto una importante partecipazione anche da fuori provincia. socializzazione e della visibilità stati organizzati un torneo di sul viale Verdi a Montecatini di

Il 12 Dicembre, in occasione del mese della Salute Mentale, "I sindaci della Valdinievole discutono di salute mentale con il Dipartimento, il DSM e le Associazioni del Mah,Boh!", e, anche per la Befana, saremo di nuovo in piazza per ripetere l'esperienza positiva fatta all'inizio dell'anno con la distribuzione ai bambini di palloncini e dolcini.

Con voi soci ci vedremo presto alla cena sociale per lo scambio degli auguri di Natale.

Ovviamente i nostri propositi per il prossimo anno saranno quelli di continuare a perseguire i nostri obiettivi e di collaborare con le altre attività del "Mah, Boh!" e del territorio locale nell'organizzazione di attività ed eventi inerenti la Salute Mentale.

A quelli che ci leggono vogliamo ribadire il nostro impegno di continuare a fare sempre di più affinché le persone con disagio psichico e i loro familiari abbiano garantiti i diritti fondamentali di cittadinanza, e siano loro facilitati l'inclusione sociale con la lotta allo stigma.

Non vi è salute senza la salute mentale. Auspichiamo inoltre che sempre più persone condividano il nostro impegno.



Associazione LA TRACCIA

“La Traccia” associazione che si propone di educare alle attività espressive ed artistiche, dal 1° settembre ha riaperto il Laboratorio.

Le attività si svolgono nella sede del centro polivalente “Mah, Boh!” con appuntamento settimanale, il venerdì dalle 14.30 alle 16.30. Gli incontri sono tenuti dal prof. Nicola Biagini, diplomato nell’arte della scultura presso l’Accademia di Belle Arti di Carrara. Si tratta di incontri teorico-pratici sulle principali tecniche artistiche: il disegno, la pittura, la scultura, ed altre ancora, secondo la ricerca delle persone che frequentano il Laboratorio. Si organizzano anche esposizioni degli elaborati e delle produzioni dei giovani, o meno giovani “artisti”.

Il Laboratorio Artistico del “Mah, Boh!” nasce circa venti anni fa come spazio creativo e riabilitativo per persone con problemi di salute mentale. In questi ultimi anni le attività si sono rivolte e si rivolgono ad altre realtà, al più generale contesto della società locale, convinti che il “fare arte” sia salutare per chiunque (bello, quindi utile, quindi vero, secondo la visione platonica).

Coadiuvano alle attività del centro anche altri artisti: Pompeo Massaro (scultore), Massimo (pittore); Giorgio (pittore e scultore); Fabrizio (pittore e poeta); Luigi Martelli (architetto), persone con specifiche competenze che contribuiscono ad arricchire le occasioni formative, culturali ed espressive che possono attivarsi e coltivarsi nel Laboratorio, anche, ad esempio, nel campo dell’arte del costruire, della storia dell’arte, di nuove frontiere della ricerca formale, come la ricerca sui frattali e le loro geometrie infinitesimali, rivolgendo il lavoro alla loro visualizzazione e comprensione (i frattali sono presenti nelle pietre e marmi).

Il Laboratorio è aperto a tutti e chiunque fosse interessato potrà sperimentare, seguendo le proprie personali inclinazioni, le tecniche che vengono offerte ed esercitate.

Si tratta di incontri gratuiti promossi e sostenuti dall’associazione “La Traccia” all’interno del “Mah, Boh!”, in collaborazione con il DSM dell’ASL 3, per rendere fruibile ed alla portata di tutti quelli che vi aspirano, esperienze spesso ritenute facoltà di pochi eletti.

Sono state realizzate poco tempo fa due esposizioni di opere degli artisti del laboratorio: la prima nella sala al primo piano del comune di Buggiano per tutto il mese di settembre e ottobre, l’altra a Montecatini al Gran Caffè Verdi, nei giorni 5 e 6 di settembre, dove è stato possibile farsi ritrarre dagli artisti presenti.

I NUOVI PROGETTI PER IL 2014

-proseguire nell’allestimento di esposizioni di opere prodotte nel Laboratorio anche in altri spazi di pubblico interesse, ad esempio nei corridoi dell’Ospedale di Pescia.

-organizzare Incontri a tema, se possibile di tipo operativo-interattivo, su argomenti, eventualmente anche stimolati dagli utenti, che possono essere trattati con il contributo, le competenze, le professionalità delle persone e degli artisti che convergono nel Laboratorio: l’arte nella tradizione, l’arte del costruire (ad esempio, le tecniche di formazione delle volte strutturali nella tradizione, etc.), il ritratto, il paesaggio...

contatti:

mahboh_mb@libero.it

Nicola Biagini: cell.3402458421

nicobiagini@yahoo.it



Esperienze al laboratorio artistico del “Mah, Boh!” in compagnia dell’associazione La Traccia:

Mi sono avvicinato al “Mah, Boh!” tramite un invito di Maurizio, presidente dell’associazione Rosa Spina, così ho iniziato nel novembre del 2012 a frequentarlo. Mi sono sentito a mio agio fin da subito e in libertà artistica, merito che va anche al maestro Nicola Biagini.

Qualche volta osservo senza esprimermi... e vedere i lavori degli altri, confrontandomi con altre espressioni artistiche, mi arricchisce e riesce a far scaturire in me pensieri, che vanno a formare poi i miei lavori.

Frequentare il laboratorio con costanza e passione riesce a fortificare il carattere e dà stimolo a migliorarsi sempre.

Grazie
Giorgio

Mi chiamo Massimo e durante un giorno “fortunato” ho messo piede al “Mah, Boh! L’Officina delle possibilità”. Ho ricevuto un invito da Giorgio, “pittore astratto contadino”, così si autodefinisce, che frequenta il “Mah, Boh!” in quanto socio dell’associazione La Traccia.

Qui ho trovato una porta aperta e non solo quella!... Infatti, ho conosciuto l’Associazione Rosa Spina che frequento da circa due mesi e durante gli incontri, che si tengono una volta a settimana, mi aiuto a rivivere “socialmente” spazi del mio tempo, dopo quasi due anni di solitaria malattia. Mi trovo a mio agio e riesco a passare un pomeriggio in compagnia, cercando di costruire!

Grazie all’ass. La Traccia sono riuscito a partecipare a due Mostre d’arte collettive, dove sono riuscito ad esporre alcuni lavori da me realizzati, cosa che non ero riuscito ancora a concretizzare autonomamente.

Ho conosciuto Nicola Biagini, scultore nonché l’insegnante d’arte del “Mah, Boh!”, che ci guida e ci consiglia nell’ambito artistico. Durante la Mostra al Gran Caffè Verdi di Montecatini ho avuto modo di conoscere Pompeo Massaro, scultore, e abbiamo organizzato una performance comica sulla scultura divertendoci da matti. Finalmente posso mettere a frutto le mie conoscenze artistiche, ...ma soprattutto posso dire di aver trovato un luogo, un po’ in “costruzione”...si è vero, ma anche in crescita e ricco di spazi di condivisione!!

Grazie di tutto.
Massimo

Gruppo Sportivo ROSA SPINA

L'esperienza del gruppo sportivo Rosa Spina, con le sue squadre di pallavolo mista e di calcio a 5, si sta arricchendo di nuovi soci, provenienti sia dall'area dell'UFSMA della Valdinievole che dalla cosiddetta "società civile". Lo sport ha infatti il potere di ridurre, se non addirittura di eliminare, le differenze tra i soggetti che lo praticano e soprattutto negli sport di squadra è il collettivo, e non il singolo, che ottiene i risultati. Quindi, nei campi di gioco dove si svolgono le attività sportive del gruppo, è ormai abituale vedere allenarsi insieme utenti del servizio, operatori e altri soci di tutte le età e di diversa provenienza (scuole, famiglie, amici). Tra le iniziative alle quali il gruppo ha partecipato, nel periodo estivo d'inattività, si ricorda la manifestazione "Esportiamoci"

a Rimini, che è un evento molto interessante in cui si articolano diversi momenti, sia di carattere sportivo, con il torneo di beach-volley tra diverse realtà nazionali, che di tipo culturale, quale ad esempio la serata in cui diversi gruppi, tra cui Rosa Spina, hanno raccontato la loro esperienza nel proprio territorio.

Dai primi di ottobre il gruppo sportivo, oltre ai momenti di attività sul campo, si ritrova al "Mah,Boh!" il giovedì, dalle 14.30 alle 16.30, per un incontro tra i

Gli allenamenti vengono svolti presso la palestra del liceo scientifico di Montecatini il lunedì (calcio) ed il giovedì (pallavolo) dalle 16.30 alle 18.30.

Per info scrivere alla casella di posta del "Mah, Boh!"



soci in cui si lavora sia per ampliare il livello di conoscenza dei temi associativi, quindi tesseramenti, cariche dirigenziali, programmazione delle attività, che per affrontare temi più tecnici legati alla pratica sportiva. Dai primi di novembre sono infatti iniziati i campionati 2013/2014 sia di calcio a 5 che di pallavolo, organizzati dall'ARTICS (associazione regionale Toscana inclusione cultura e sport) in stretta collaborazione con la UISP regionale Toscana.

ARTICS è un coordinamento di associazioni toscane, circa 15, diffuse su tutto il territorio regionale, che ha come missione quella di favorire l'inclusione sociale e l'accesso ai diritti di cittadinanza attraverso la pratica sportiva, con un'attenzione particolare alle persone che soffrono di disagio mentale e per la promozione della salute mentale di comunità.



Unità Funzionale Salute Mentale Adulti UFSMA

Serie di incontri in Valdinievole

Presso il centro socio-culturale "Mah, Boh! Officina delle possibilità" si svolgono incontri di psico-educazione di gruppo. Gli incontri sono condotti da uno psicologo, dr.ssa Flavia Mariotti, e da un tecnico della riabilitazione psichiatrica, Sivia Biondi, dell' UFSMA - ASL3 - zona Valdinievole.

Spesso gli utenti ed i familiari di persone che soffrono di difficoltà in ambito psichico si sentono soli nell'affrontare la malattia, isolati dalla società che ancora oggi stigmatizza il malato psichiatrico. Nel gruppo si dà accoglienza, informazioni, possibilità di scambio tra i partecipanti con gli operatori del servizio psichiatrico. L'esperienza di gruppo attuale si caratterizza anche con la preziosa collaborazione dell'associazione Albatros, nata solo da qualche anno, ma che raccoglie oggi numerosi iscritti. La finalità dei gruppi psico-educazionali è di aumentare la consapevolezza sul disagio e la capacità di gestirlo. Da molto tempo ormai la famiglia è considerata una risorsa nel percorso di cura. Nel 2012 si forma un primo gruppo per familiari aperto a tutti coloro che vogliono partecipare. Si discutono aspetti generali sulla salute mentale, si ricevono informazioni riguardo percorsi di cura e riabilitativi, si apprende dagli altri familiari presenti magari più esperti. Di solito il gruppo si compone di 8-12 partecipanti. Alcuni hanno una frequenza costante altri variano di volta in volta. In questo periodo sono state coinvolte circa 30 famiglie.

Nel 2013 si è formato anche un altro gruppo più ristretto. Si compone di 5 famiglie che presentavano problematiche più complesse. Il focus del lavoro si orienta sulla comunicazione e sul livello di emotività espressa o conflittualità familiare. Il percorso si compone di circa 10 incontri con frequenza quindicinale, con follow-up dopo due mesi ed ulteriore verifica dopo quattro mesi. Dentro un incontro abbiamo cercato di capire meglio il pensiero e l'esperienza di alcuni familiari. E' riportato di seguito il sunto delle risposte ricevute.

Confrontarti con altri familiari, raccontare la tua esperienza, ascoltare quella degli altri è stato difficile oppure hai avuto l'impressione di trovarti sulla 'stessa barca'?

Per la maggior parte di loro non è facile aprirsi sulle difficoltà che incontrano quotidianamente. Sentono di tradire il proprio congiunto/utente, lamentandosi della pesantezza emotiva che investe la convivenza con persone con disturbi severi e di lunga durata. Alcuni raccontano il pudore, altri dicono le difficoltà vissute in passato in ragione dello stigma sulla malattia psichica. Concordano che pian piano tali posizioni si sono ammorbidite. Si sono resi conto che per motivi con caratteristiche diverse tutti vivono difficoltà caratterizzate da sofferenza, frustrazione e rabbia. Un familiare riferisce che essere partecipe delle storie degli altri fa nascere una sorta di amicizia. Secondo i familiari partecipanti è istruttivo anche solo ascoltare le vicende di un'altra persona, ovviamente mostrando rispetto e riservatezza su quello che ascoltano. Un altro familiare dice che per tanti anni ha parlato a tutti della difficoltà del figlio, per cercare di capire, per avere consigli, si è rivolto anche a molteplici terapeuti. Poi ha trascorso un periodo in cui non raccontava più. Passando dall'esperienza del gruppo, oltre che dal contatto con il servizio, ha ripreso a parlare e condividere con familiari le proprie difficoltà traendone grandi benefici. Non chiede più consigli. Dopo aver trovato un punto di riferimento, parla del problema del figlio come

qualcosa che, sebbene a volte per un lungo periodo di tempo, può progressivamente migliorare, puntando alla guarigione.

Senti la vicinanza da parte degli altri familiari? Hai ricevuto qualche buon consiglio?

Avvertono il calore e la partecipazione degli altri quando parlano di un periodo di crisi, di un momento particolarmente difficile o di una decisione più pesante delle altre da dover prendere. Nell'incontro successivo gli altri familiari chiedono notizie, mostrano interesse sull'evolversi della situazione, a loro dire, come si fa tra persone tra loro solidali. Riguardo i consigli, una persona risponde: "Quando c'è vicinanza emotiva, è più facile arrivare al sodo". Anche gli altri sono d'accordo.

Hai ricevuto informazioni utili anche in termini di conoscenza del problema, sul modo in cui reagire alle crisi, dei segni precoci di crisi?

Concordano sul fatto che conoscono meglio l'organizzazione del Servizio di Salute Mentale, sanno cosa chiedere al servizio, chi chiamare durante una crisi. Si sentono più padroni degli strumenti a loro disposizione, più sicuri di sé, adottano strategie di comunicazione, si sentono più contentivi, percepiscono di poter gestire con maggior padronanza la situazione e si sentono più consapevoli dell'aiuto che possono dare.

Riesci a ritagliarti spazi tuoi senza sentirti in colpa?

La maggior parte è arrivata a ritagliarsi spazi personali, riuscendo a non farsi assorbire completamente dalla malattia di chi spesso vive con loro. Riguardo al fatto di non provare sensi di colpa, ci chiedono di "non pretendere troppo", infatti a loro dire: "I sensi di colpa ci sono e rimarranno". Solo pochi riescono ad uscire con leggerezza. Tutti però hanno almeno una volta sperimentato che ritagliarsi qualche momento per sé li aiuta a rientrare in famiglia con maggiori risorse emotive.

Ancora attivo è il gruppo allargato, sempre per i familiari e a cadenza mensile, che va avanti già da quattro anni e che all'inizio si svolgeva presso la sede del CSM a Montecatini. Il gruppo sempre coordinato dalla dr.ssa Mariotti e dalla dr.ssa Silvia Biondi continuerà a riunirsi il primo mercoledì del mese alle 17.30. Verrà riproposto un gruppo psico-educazionale per familiari a cadenza quindicinale per i problemi più complessi, e per la prima volta verrà avviato un gruppo per utenti a cadenza settimanale.

Sono in programma anche incontri di gruppo per utenti su tematiche legate al lavoro ed al reinserimento sociale, considerati ormai aspetti di cura determinanti per evitare l'incistamento della persona dentro i circuiti psichiatrici e per riattivare le risorse.

Una serie di percorsi intorno alla cura classica, ormai superata nella sua esclusività medicalizzata di intervento. Si costruiscono oggi progetti riabilitativi individualizzati che vedono spesso la centralità del lavoro. Negli incontri di gruppo, che si terranno a partire da martedì 12 novembre 2013 dalle 12.30 alle 13.30 a cadenza settimanale, gli utenti che già sono inseriti in un percorso di Inserimento Socio Terapeutico, vi sarà confronto e si riceveranno informazioni al fine di favorire la gestione e la consapevolezza proprio sugli IST.

Strumenti terapeutici messi in campo dal servizio per riattivare l'individuo all'attività lavorativa, quindi alla maggiore padronanza di sé, al reinserimento sociale, al ruolo di cittadino attivo.

MAH BOH!...e dintorni
Numero 4 - Dicembre 2013

Redazione

Direttore Responsabile:
Emanuele Cutsodontis

Capo Redazione:
Silvia Prioescchi

Coordinatrice:
Federica Venturi

Impaginazione e Stampa:
Sezione Aurea Advise

Per informazioni:
www.mahboh.org

Questo numero è stato realizzato con il contributo della Fondazione Annalise Galligani di Chiesina Uzzanese.

Foto di copertina:
particolare del
"Marco Cavallo".



Cosa puoi fare tu:

5 per mille:

Se decidi di scegliere la nostra Fondazione puoi farlo indicando nel primo campo della tua dichiarazione, quello destinato alle Onlus, il codice:

91024410473

Donazioni:

Puoi fare la tua donazione a favore della Fondazione Annalise Galligani Onlus accreditandola sul CC. Banca Fideuram IBAN IT68 H032 9601 6010 0006 6324 866

Volontariato:

Contattando i nostri responsabili, potrai dare la tua disponibilità a collaborare alle nostre attività. Il tuo aiuto sarà sempre ben accetto.

Sponsorizzazioni:

Le nostre iniziative, senza scopo di lucro, hanno comunque bisogno di supporti organizzativi, logistici, pubblicitari. Se avete un'azienda e volete contribuire, ottenendo visibilità su tutto il materiale promo pubblicitario dei nostri eventi, contattateci.

Contatti

Via Della Lama, 15 Chiesina
Uzzanese Pt
Tel. 0572 48702

Pagina Facebook
Canale YouTube
Sito e mail

Cosa facciamo

Sappiamo che anche nelle pieghe della nostra comunità si nascondono delle sacche di bisogno estremo che cerchiamo di identificare ed aiutare al massimo delle nostre possibilità, spendendoci in prima persona.

Le nostre iniziative non prevedono donazioni di denaro a pioggia, ma finanziano solo progetti concreti che il comitato direttivo sceglie fra le tante segnalazioni che arrivano dalla popolazione locale.

“Calci di Natale”

Come da tradizione, ormai consolidata, anche quest'anno la Fondazione ha organizzato il torneo flash di calcetto amatoriale “Calci di Natale”.

L'edizione 2013 prevede una sola intensa giornata di gioco, il 28 dicembre: il pomeriggio vedrà protagoniste le squadre Baby e le squadre femminili. A seguire, non prima della premiazione e di una meritata merenda con cioccolata calda e biscottini, si svolgeranno le partite degli over e degli under maschili.

Alle ore 21 verrà servita la cena a prezzo speciale.

Bevande e gadgets in omaggio ad ogni iscritto. Durante la cena si svolgerà la premiazione con consegna delle magliette BEST e PEST ai migliori e ai peggiori di ogni categoria in pieno spirito goliardico di amicizia che contraddistinguerà l'intera giornata.

L'intero ricavato di questa edizione sarà destinato alla casa-famiglia “Piccoli Passi” di Monsummano Terme per la realizzazione della nostra seconda Stanza Arcobaleno. Uno spazio ricreativo attrezzato anche per la prima infanzia con una libreria a misura di bambino e tutta dedicata ai più piccoli.

L'appuntamento è per sabato 28 dicembre dalle ore 15.00 allo Sport Campus di Margine Coperta a Massa e Cozzile.

Vi aspettiamo!!!



<https://www.facebook.com/fondannalisegalligani.onlus>

<http://www.youtube.com/user/FAnnaliseGalligani>

www.fondazioneannalisegalligani.it - info@fondazioneannalisegalligani.it