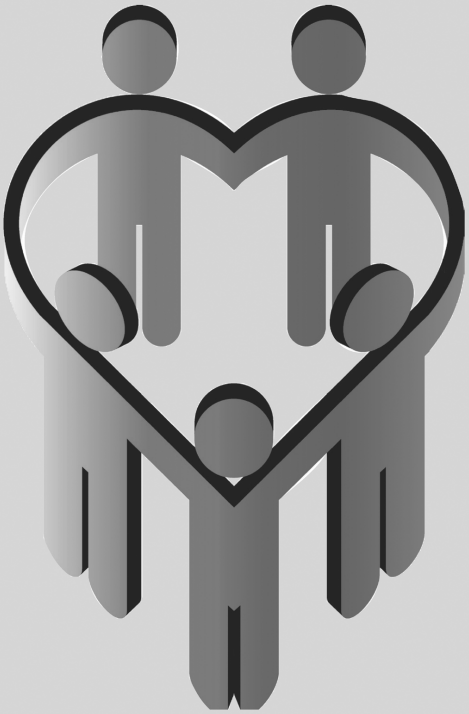
UTENTI FAMIGLIE OPERATORI CITTADINI



Promosso da

Azienda provinciale
per i servizi sanitari
della Provincia autonoma di Trento

Servizio di salute mentale di Trento

Regione Autonoma
Trentino Alto Adige

Comune di Trento

in collaborazione con
Associazione AMA
Associazione La Panchina

Trento
7 - 8 - 9 ottobre 2004
Sala della Cooperazione
via Giovanni Segantini

Atti del Convegno

LE PAROLE RITROVATE

5° Incontro Nazionale

Culture e pratiche di condivisione nelle politiche di salute mentale
Esperienze a confronto

INDICE

PRESENTAZIONE ..... pag. 7

Giovedì 7 ottobre, pomeriggio
APERTURA DEI LAVORI

RENZO DE STEFANI, Trento ..... pag. 9
FABRIZIO FONTANA, Trento ..... pag. 9
LETIZIA DE TORRE, Trento ..... pag. 10

IL TEMA DELL'ANNO: LA VOCE DEI PROTAGONISTI

RON COLEMAN, Birmingham ..... pag. 17
RINO LOMBARDO, Palermo ..... pag. 22
FABRIZIO CHIESURA, Cinisello Balsamo, Milano ..... pag. 23
MARIANNE HOLZKNECHT, Trento ..... pag. 24
CARMEN GIANNUZZI, Policoro, Matera ..... pag. 25
ALESSANDRO SCALPELLA, Tencarola, Padova ..... pag. 26
CARMEN GIANNUZZI, Policoro, Matera ..... pag. 26
PASQUALE BELLUSCIO, Policoro, Matera ..... pag. 26
CINZIA TOMASI, Trento ..... pag. 27
ALESSANDRO MORETTI, Venezia ..... pag. 27
ROBERTO ROMBOLÀ, Trento ..... pag. 29
CINZIA TOMASI, Trento ..... pag. 31
ROBERTO ROMBOLÀ, Trento ..... pag. 31
ALESSANDRO MORETTI, Venezia ..... pag. 31
MARIAGRAZIA BERTELLONI, Massa Carrara ..... pag. 31
GIANNA FIORE, Montepulciano ..... pag. 33
MARIAGRAZIA BERTELLONI, Massa Carrara ..... pag. 34
CARMEN GIANNUZZI, Policoro, Matera ..... pag. 35
RON COLEMAN, Birmingham ..... pag. 35
MICHELA DAINOTTI, Meda, Milano ..... pag. 36
RON COLEMAN, Birmingham ..... pag. 36
ANNA LOMBARDO, Palermo ..... pag. 36
RON COLEMAN, Birmingham ..... pag. 37
AGNESE GREGUOLDO, La Spezia ..... pag. 37
RON COLEMAN, Birmingham ..... pag. 37
ALESSANDRO ALBERGHETTI, Bergamo ..... pag. 38
RON COLEMAN, Birmingham ..... pag. 38
BRUNA BELLOTTI, Bologna ..... pag. 38

GIANNA FIORE, Montepulciano, Siena ..... pag. 39
RON COLEMAN, Birmingham ..... pag. 39
DANIELA MOLINARI, Milano ..... pag. 40
UGO MASPERO, Milano ..... pag. 40
VITTORIO ARTONI, Brescia ..... pag. 41
GIUSEPPINA PALUMBO, Cinisello Balsamo, Milano ..... pag. 41
GIANNI MARTELLI, Cinisello Balsamo, Milano ..... pag. 42
ELENA VAN WESTERHOUT, Trento ..... pag. 43
PIETRO LAUDANI, Adrano, Catania ..... pag. 43
RENZO DE STEFANI, Trento ..... pag. 44

Venerdì 8 ottobre, mattino
CULTURA E PRATICA DELLA CONDIVISIONE

RENZO DE STEFANI, Trento ..... pag. 47
GIUSEPPE PENASA, Trento ..... pag. 47
ROBERTO PEZZANO, Catania ..... pag. 50
ALFREDO LONGHITANO, Giarre, Catania ..... pag. 50
RITA BARBAGALLO, Giarre, Catania ..... pag. 51
SIRI LEOTTA, Acireale, Catania ..... pag. 51
ALFREDO LONGHITANO, Giarre, Catania ..... pag. 52
DAVIDE NERI, Adrano, Catania ..... pag. 53
ANNAMARIA PARATORE, Biancavilla, Catania ..... pag. 54
DONATELLA PINZONI, Maniace, Catania ..... pag. 54
ANNAMARIA PARATORE, Biancavilla, Catania ..... pag. 55
PIETRO LAUDANI, Adrano, Catania ..... pag. 55
SANTINO PAPOTTO, Biancavilla, Catania ..... pag. 57
VINCENZO RICCERI, Biancavilla, Catania ..... pag. 58
CARMELA PANTANO, Castiglione di Sicilia, Catania ..... pag. 59
MARIAGRAZIA MARCELLINO, Adrano, Catania ..... pag. 59
MARIELLA PAPOTTO, Adrano, Catania ..... pag. 60
LUCIA RE, Giarre, Catania ..... pag. 62
GABRIELLA MIDILI, Magenta, Milano ..... pag. 64
MASSIMILIANO AROSIO, Milano ..... pag. 65
GIUSEPPE BERARDINO, Milano ..... pag. 65
ANDREA FUSÈ, Milano ..... pag. 66
FABRIZIO CHIESURA, Cinisello Balsamo, Milano ..... pag. 67
LUISA CRAPPA, Magenta, Milano ..... pag. 67
GIUDITTA PANZANI, Magenta, Milano ..... pag. 68
LUCIA CAUZZO, Magenta, Milano ..... pag. 69
PAOLO COMERIO, Magenta, Milano ..... pag. 70
GIUSEPPE BERARDINO, Magenta, Milano ..... pag. 70
GABRIELLA MIDILI, Magenta, Milano ..... pag. 72
CINZIA VALENTINI, La Spezia ..... pag. 72
MARIAVITTORIA ARENA, La Spezia ..... pag. 73

DEBORA MAGNANI, La Spezia ..... pag. 75
AGNESE GREGUOLDO, La Spezia ..... pag. 76
CLARA PIERINI, Gubbio, Perugia ..... pag. 76
PAOLO TOSTI, Gubbio, Perugia ..... pag. 77
DANILO TURBASI, Gubbio, Perugia ..... pag. 79
MATTEO MORELLI, Gubbio, Perugia ..... pag. 79
SIMONETTA PROCACCIO, Gubbio, Perugia ..... pag. 79
UGO MASPERO, Milano ..... pag 80
ROBERTO PEZZANO, Catania ..... pag. 81

Venerdì 8 ottobre, pomeriggio
ESPERIENZE, CONFRONTO, DIBATTITO

ELENA VAN WESTERHOUT, Trento ..... pag. 83
IRMA FAES, Trento ..... pag. 83
NATASCIA SESTER, Trento ..... pag. 85
TIZIANA BOVE, Trento ..... pag. 85
OTTAVIO SGARBOSSA, Trento ..... pag. 86
ROSA VALER, Trento ..... pag. 87
MARIA ELENA GHEZZI, Trento ..... pag. 88
MARIACARLA FRANCESCHINI, Trento ..... pag. 88
MILVA MARCHI, Trento ..... pag. 89
MARIANNE HOLZKNECHT, Trento ..... pag. 90
ROBERTO SACCARDO, Trento ..... pag. 90
ROMANO TURRI, Livorno ..... pag. 91
SARA MORANDO, Torino ..... pag. 92
MARIA GLORIA DE BERNARDO, Verona ..... pag. 93
MICHELE FILIPPI, Bologna ..... pag. 94
MARA BRANDOLI, Bologna ..... pag. 95
ALESSANDRO RIZZO, Bologna ..... pag. 96
MARIAROSA DEGLI ESPOSTI, Bologna ..... pag. 96
RITA LAMBERTINI, Bologna ..... pag. 97
CRISTINA CAVECCHI, Bologna ..... pag. 97
MINO DI TARANTO, Bologna ..... pag. 97
VITTORIO ARTONI, Brescia ..... pag. 98
BARBARA ZUCCHETTI , Milano ..... pag. 99
OLETTA ROSSI, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 100
MICHELE DALPOZ, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 100
PATRIZIA TUROLLA, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 101
DANIELA TABALDI, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 101
LUIGINA FALCONE, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 101
GIORGIO LUCCHETTA, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 101
GIACINTO POLLINI, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 102
ALBERTO URRO, Portomaggiore, Ferrara ..... pag. 102
ANTONIO SACCOMAN, Trento ..... pag. 102

MAURIZIO CAPITANIO, Trento ..... pag. 103
CARMEN GIANNUZZI, Policoro, Matera ..... pag. 104
GIUSEPPE LOMBARDI, Savona ..... pag. 105
ANGELO ARECCO, Carcare, Savona ..... pag. 105
GIULIANA CIRESA, Trento ..... pag. 106
FEDERICO CORSATO, Abano Terme, Padova ..... pag. 107
ROBERTO ZIN, Abano Terme, Padova ..... pag. 107
PAOLO SIRONE, Bollate, Milano ..... pag. 108
ALFIO FLORIDIA, Vittorio Veneto, Treviso ..... pag. 108
ENZA BIACCHI, Policoro, Matera ..... pag. 109
ALBERTO PATTARELLO, Meda, Milano ..... pag. 110
LUCIA RE, Giarre, Catania ..... pag. 110
ANNA LOMBARDO, Palermo ..... pag. 112
ROSANNA PEDULÀ, Castiglione delle Stiviere. Mantova ..... pag. 113
FILIPPO NOCINI, Castiglione delle Siviere, Mantova ..... pag. 113

Sabato 9 ottobre, mattino
MALATTIA MENTALE, STIGMA E PREGIUDIZIO: LIBERALAMENTE

RENZO DE STEFANI, Trento ..... pag. 114
ROSA VALER, Trento ..... pag. 115
MARIA ELENA GHEZZI, Trento ..... pag. 116
MARIANNE HOLZKNECHT, Trento ..... pag. 116
FABRIZIO CHIESURA, Cinisello Balsamo, Milano ..... pag. 117
LEONARDO MARCHIORI, Trento ..... pag. 117
ROSA VALER, Trento ..... pag. 119
MARIA ELENA GHEZZI, Trento ..... pag. 119
ANNA FLOR, Trento ..... pag. 120
NADIA CASAGRANDE, Trento ..... pag. 121
MATTIA CIVICO, Trento ..... pag. 121
ENRICO DELBARBA, Sondrio ..... pag. 122
MARIAGRAZIA MARCELLINO, Adrano, Catania ..... pag. 124
GIUSI PALUMBO, Cinisello Balsamo, Milano ..... pag. 126
PATRIZIA MIONI, Parma ..... pag. 127
MASSIMO COSTA, Parma ..... pag 128
VALERIA DEL BIANCO, Rimini ..... pag. 128
MARIELLA PAPOTTO, Adrano, Catania ..... pag. 129
LEONARDA LAUDANI, Adrano, Catania ..... pag. 130
DONATELLA PINZONE, Maniace, Catania ..... pag. 131
VINCENZO RICCERI, Biancavilla, Catania ..... pag. 132
MICHELA DAINOTTI, Meda, Milano ..... pag. 132
MASSIMILIANO BERTONCINI, Lucca ..... pag. 132
GIULIANA CIRESA, Trento ..... pag. 132
ARIANNA FIORIN, Cantù, Como ..... pag. 133

ANTONIETTA RUSSO, Milano ..... pag. 134
MARIAGRAZIA MARCELLINO, Adrano, Catania ..... pag. 134
VINCENZO RICCERI, Biancavilla, Catania ..... pag. 135
UGO MASPERO, Milano ..... pag. 135
ADRIANO FRANZOI, Mirano, Venezia ..... pag. 135
LORENZO SPINOGLIO, Vercelli ..... pag. 136
ALBERTO PATTARELLO, Meda, Milano ..... pag 136
FRANCO BRESSAN, Gorizia ..... pag 136
MARISA LILLO,Novi Ligure, Alessandria ..... pag. 137
LORENZO TOLLER, Trento ..... pag 138
RENZO DE STEFANI, Trento ..... pag. 138

Presentazione

Le Parole ritrovate sono nate a Trento nel 1993. L'idea fin da allora era di "darsi convegno" assieme, utenti, familiari, operatori, amministratori, cittadini. Scrivevamo nel presentare il primo incontro: "Non si tratta semplicemente di dare la parola a chi non l'ha sinora avuta, si tratta piuttosto di ritrovare assieme le parole…"

Nel 1993 su questa idea ispiratrice abbiamo organizzato il primo Convegno nazionale, titolato appunto "Le Parole ritrovate". Una grande partecipazione ed un grande entusiasmo da parte di operatori provenienti da Servizi di tutta Italia, di Associazioni di familiari, di utenti, di amministratori, di cittadini. Giornate, in quel lontano 1993, ricche di emozioni, di parole, di esperienze, di progetti per il futuro a cui poi non siamo riusciti a far seguire le giuste iniziative conseguenti.

Ci siamo risvegliati e ci siamo ridati convegno nell'ottobre 2000 per ritrovarci in quanti credono, con convinzione e con passione, nella pratica del fare assieme. Sapendo vedere la risorsa che è in ciascuno di noi, credendo nel cambiamento sempre possibile, nella radice profondamente umana, e quindi comune, presente in ogni esistenza, sana o sofferente che sia.

E questa volta non ci siamo più addormentati. Anzi! Ci siamo lasciati con l'impegno di dar vita a un coordinamento "leggero" che sapesse dare continuità e radici a Le Parole ritrovate. La cosa ha funzionato e la prima decisione è stata di ritrovarsi non solo in un appuntamento nazionale annuale, ma anche in incontri regionali, per dare, in tante realtà specifiche e circoscritte, voce e visibilità più diretta alle cose che già si stanno facendo e alle tante che si potrebbero fare.

Nel giugno del 2001 le esperienze lombarde del fare assieme si sono ritrovate a Cinisello Balsamo e quelle siciliane a Catania. Sono stati 2 giorni di grande confronto e crescita. Quelle giornate da cui si esce sollevati perché si tocca con mano quante cose belle e positive, nonostante tutto, è possibile fare. A gennaio 2002 ci siamo ritrovati a Genova, a maggio ad Alessandria e a novembre a Sondrio. Il 2003 ci ha visti ad Abano in aprile, a maggio a Monticchiello (Siena), a La Spezia in giugno, a Carbonia in settembre, a Magenta a novembre. Nel 2004 si sono stati 2 bellissimi incontri al Sud. A maggio a Scanzano Jonico (Matera) e a giugno a Biancavilla e a Riposto (Catania). Basilicata e Sicilia hanno accolto le Parole ritrovate con grande entusiasmo e abbiamo ancora una volta vissuto tutti la grande emozione del seminare assieme. Nel settembre ci siamo visti 2 giorni a Savona per un incontro regionale ligure e per uno nazionale sul tema della residenzialità. Sempre nel 2004 a novembre a Gubbio, in un incontro "oceanico", quasi 400 partecipanti in una cittadina di 30.000 abitanti! Una giornata ricca di presenze, ma soprattutto di emozioni e di cuori. E poi quest anno con 3 incontri in città di particolare significato: Milano, Bologna e Palermo. In tanti erano scettici e dubbiosi. La grande città appare spesso, a torto o a ragione più difficile da conquistare. La realtà è andata oltre ogni rosea previsione. In tutti e 3 gli incontri abbiamo fatto il tutto esaurito e ancora una volta la formula semplice e il clima amicale delle parole ritrovate ha avuto la meglio su timori, paure e pregiudizi. 3 giornate diverse, ma egualmente ricche e indimenticabili. E a novembre chiuderemo l'anno a Casale Monferrato. In attesa degli incontri 2006 che già si annunciano numerosi!

Tutti i nostri incontri, e chi vi è stato lo sa bene, sono stati momenti molto partecipati e soprattutto di grande intensità emotiva in una condivisione reale di esperienze e

di progetti tra familiari e operatori, utenti e cittadini, animati da una comune certezza. Fare assieme permette a ciascuno di noi, senza distinzioni di ruoli e di etichette, di uscire dalle sacche della sofferenza disperata, dell'impotenza arrabbiata o rassegnata, della delega inutile e dannosa. Fare assieme porta a recuperare responsabilità e protagonismo, riconcilia artificiose contrapposizioni, da finalmente valore ai saperi, al valore insostituibile dell'esperienza di ciascuno.

Dal Coordinamento è nato anche un sito WEB, dove ciascuno di noi può scrivere quello che sta facendo e leggere le esperienze di altri amici sparsi per l'Italia, oltre che naturalmente avere notizie delle iniziative che si stanno attuando. Il sito non è ancora ricco come vorremmo e per questo l'invito è forte a tutti. Arricchiamolo assieme!

Col tempo altre cose partiranno. A tutti noi il compito di farlo. È successo nel convegno del 2000 con i nostri giornali. Si era dedicato uno spazio all'incontro delle redazioni dei giornali che si occupano di salute mentale. L'incontro è stato un successo e subito si è aperto uno spazio permanente di confronto e di scambio di redazioni con successivi incontri in diverse città italiane. Una così simile è nata nel 2003 a proposito di residenzialità e si è creato un gruppo molto attivo che scambiandosi esperienze e visite sta crescendo in maniera fortemente condivisa, ha avuto un primo incontro a Savona lo scorso anno e tornerà in scema l'anno prossimi, probabilmente a Milano. Ancora il tema della voce dei protagonisti. Con la venuta orami abituale di Ron Coleman e con le sempre più frequenti occasioni di incontri in cui la parola non è solo quella degli operatori, ma sempre quella di familiari e soprattutto di utenti, sta nascendo l'idea di qualcosa di più strutturato: forse un'associazione di utenti, forse una rete di esperienze dove la voce degli utenti è una risorsa reale e forte, forse qualcos'altro ancora. Vedremo!

La pubblicazione di questi Atti, che segue quella degli anni precedenti, ben si inserisce nelle cose importanti che siamo riusciti a fare. Ci sembrava e ci sembra necessario lasciare un segno concreto dei nostri incontri nazionali, sia per chi vi aveva partecipato che per quanti non c'erano, ma desideravano capirne il senso e i contenuti.

Le parole ritrovate sono ricche di idee e di cuori, povere di soldi. Per questo è stata essenziale la disponibilità della Regione Trentino-Alto Adige che oltre a stampare il materiale divulgativo si è anche fatta carico dei costi della pubblicazione degli atti. I ringraziamenti per tutto questo impegno sono realmente sentiti.

E poi naturalmente vi è stato il lavoro paziente e certosino, e ovviamente volontario, di chi ha trasferito dal nastro alla carta tutti gli interventi. Romano Turri si è accollato anche quest anno una parte importante di questo impegno gravoso e gliene siamo tutti particolarmente riconoscenti. A lui si sono affiancati altri amici e amiche di buonissima volontà che hanno completato l'opera. Grazie di cuore!

Siamo alla vigilia di un nuovo appuntamento, quello del 6° Incontro nazionale dell'ottobre 2005. Ci arriviamo molto contenti di quello che abbiamo realizzato in questi 5 anni e sicuri della tanta strada che assieme continueremo a percorrere in futuro.

E allora, ancora una volta, parole ritrovate, buon viaggio!

Il Gruppo di Coordinamento nazionale
de *Le parole ritrovate*

Trento, settembre 2005

Giovedì 7 ottobre, pomeriggio

APERTURA DEI LAVORI

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento

Carissimi, anzitutto un grande abbraccio di benvenuto! Tutti noi che in questi giorni, meglio in questi mesi, abbiamo con ansia piacevole atteso questo giorno, impegnandoci perché sia un giorno di gioia, di condivisione, di piacere reciproco, siamo, ovviamente, molto contenti. Voi sapete che quando si organizzano le cose non si vede l'ora che inizino, perché tutto quello che succede prima è fatica e quello, invece, che succede quando si parte è cosa bella.

Come in ogni convegno, all'inizio ci sono i saluti di coloro i quali rappresentano le istituzioni che hanno, direttamente o indirettamente, contribuito in maniera specifica e significativa a dar vita a questo nostro quinto incontro nazionale delle Parole ritrovate. Do quindi la parola al Direttore sanitario della nostra Azienda e all'Assessore alle politiche sociali del Comune di Trento, che sono da sempre anima forte dei nostri incontri. Poi brevemente, due cenni storici, soprattutto a quanti sono qui per la prima volta, per dare qualche istruzione per l'uso a questi tre giorni che trascorreremo assieme. E poi daremo la parola a Ron che vedete già qui con noi.

FABRIZIO FONTANA
Direttore sanitario Azienda provinciale per i servizi sanitari, Trento

Grazie Renzo, buon giorno a tutti voi. Non è vero che siamo noi l'anima forte. La vera anima vera di questa iniziativa è, ovviamente e tutti voi lo sapete, il buon Renzo De Stefani, anche se si mette giù, lì in basso, per non farsi vedere. Noi siamo l'istituzione che gli sta dietro e dà una validazione istituzionale e lo fa di buon grado, nel senso che è convinta di appoggiare un approccio, dal punto di vista metodologico, assolutamente vincente. Vincente credo sia la parola giusta perché il riaffermare e l'estendersi di questa iniziativa, ed anche la presenza di molti che vengono da fuori Trentino - ed è l'occasione buona per salutarli ed immaginare che abbiano fatto una buona scelta nel venire qui - dicevo che si dimostra vincente perché la partecipazione così numerosa e così convinta dà una conferma a questo approccio.

Devo dire che in questi ultimi anni sicuramente c'è stata una fortissima evoluzione per ciò che riguarda i servizi, nell'ambito della salute mentale. In Italia, ed anche qui in Trentino, c'è stato uno spostamento di risorse e di attenzioni pure all'interno di processi che sono anche travagliati, talvolta anche con incompren-

sioni, ma io credo che una chiarezza metodologica, un indirizzo, un'azione che coinvolge non solo i servizi, ma soprattutto le famiglie, gli operatori e tutti gli utenti, credo che si stia dimostrando la strada giusta.

Naturalmente queste cose non avvengono per caso, ma avvengono perché ci sono persone che hanno un taglio culturale, una volontà di portare avanti, magari al di là di pregiudizi ed ostacoli. È un compiacimento che io manifesto apertamente - e lo faccio anche a nome del dott. Favaretti, il nostro Direttore generale, che mi incarica di portarvi i suoi saluti e che oggi non può essere qui con noi – perchè questi sono momenti che noi riteniamo, come istituzione, fondamentali. E allora sono contento di esprimere in modo esplicito e corale, davanti a tutti, la nostra approvazione ed il nostro incoraggiamento. Quindi ringrazio di nuovo Renzo De Stefani, i suoi collaboratori, tutti voi, naturalmente, perché senza di voi non saremmo qui. Grazie.

LETIZIA DE TORRE
Assessore alle politiche sociali, Comune di Trento

Voglio innanzitutto portare il saluto della città, perché molti di voi vengono da altre città, da altre regioni. Quindi un saluto particolare anche da parte del Sindaco, Alberto Pacher. Io spero che siano tre giornate importanti per ciascuno di voi, anche per il vostro lavoro ed il vostro impegno.

Come diceva Renzo De Stefani, abbiamo ritrovato tante parole in questi anni. Le avete ritrovate voi, ci avete spinto a ritrovare in questi quattro - questo è il quinto - incontro nazionale delle Parole ritrovate. Parole come insieme, come riconoscere la competenza e la conoscenza dell'altro, mettersi nei panni dell'altro, credere che si può cambiare sempre e soprattutto questa grande forza di aprire insieme scenari nuovi nella nostra vita.

Ritengo che questi convegni abbiano in sé un grandissimo valore, perché, per chi lavora, o per chi vive, o per chi è accanto al disagio, è molto importante poter avere dei momenti in cui si ritrova l'energia e la forza di riprendere questi percorsi insieme. Quindi hanno un grande valore per tutti noi e anche per la città che ospita questo convegno.

Venendo per strada a piedi e pensando a quale significato potesse avere questo convegno anche per noi, per la città di Trento, mi pareva di dover dire che dopo tutto quello che abbiamo ritrovato, occorre trovare il modo per diventare esperti in queste parole, in questi concetti che abbiamo ritrovato, perché si fa tanta fatica, occorre tanta energia. Però io sto sperimentando che occorre impiegare altrettanta energia per consolidare queste cose, per far sì che diventino cultura e diventando cultura entrino nelle leggi, entrino nei luoghi di chi deve fare politica di un certo tipo, di chi deve fare informazione di un certo tipo, di chi deve fare cultura di un certo tipo. Quindi l'augurio e l'auspicio è proprio che le cose che facciamo possiamo farle sempre meglio, diventando anche più professionali, più competenti, più credibili, più diffusi, più universali, in modo che le Parole ritrovate possano cambiare non solo la nostra e la vostra storia, la storia delle città in cui agiscono, ma

anche una storia più vasta non solo in Italia, ma anche fuori Italia, perché ormai le Parole ritrovate hanno anche ospiti stranieri.

Qui dentro ci sta tanto: ci sta anche tanto compito di tutti voi, ma anche tanto compito del pubblico, del sociale, della sanità, della capacità di lavorare sempre meglio insieme e quindi è un impegno che anch'io mi prendo.

Con questo augurio rinnovo un ben arrivati e spero che anche la città, nonostante oggi non risplenda il sole, vi possa essere di aiuto per godere questi giorni. Auguri.

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento

Grazie a Fabrizio Fontana e a Letizia De Torre. Sono persone che credono nelle cose che hanno detto ed è bello che siano qui con noi a rappresentare Enti importanti per le politiche e le pratiche di salute mentale. Grazie ancora!

Detto questo, adesso c'è uno stacco, un effetto speciale. Daniele, non so se sei in regia. Dobbiamo togliere le luci. Occhio a cosa potrà accadere... Prego.

Il Coro delle Parole ritrovate

Ci son parole che vivono, o
Ci son parole che muoino
Ci son parole…Ritrovate
Ci son parole che ridono
Ci son parole che piangono
Ci son parole…. Ritrovate

Voglio raccontarti un pezzo di storia un pezzo di me
Voglio regalarti un pezzo di storia un pezzo di me
Voglia di ascoltare un pezzo di storia un pezzo di te
Voglia di abbracciare un pezzo di storia un pezzo di te

Buio pesto
Luce forte

Ci son parole che vivono
Ci son parole che muoiono
Ci son parole…Ritrovate
Ci son parole che ridono
Ci son parole che piangono
Ci son parole…. Ritrovate

Se da fuori senti tutto il rumore che c'è
Io da dentro sento sento che canti più forte di me
Se la voce si alza e vola dritta verso di me
Apri pure le mani entrambe le mani e parla con me

Volo verso
Vola verso

Ci son parole che vivono
Ci son parole che muoiono
Ci son parole…Ritrovate
Ci son parole che ridono
Ci son parole che piangono
Ci son parole…. Ritrovate

Bene, mi pare che siamo partiti davvero. Molti di voi lo conoscono già. Era il Coro delle Parole ritrovate. Voi, in cartelletta, ne avete il testo, per cui magari domani la riprendiamo e la cantiamo tutti assieme. Mattia è un cantautore ed è l'autore delle Parole ritrovate ed anche il coordinatore della Casa del sole.

Io, in pochi minuti, vorrei ripercorrere, soprattutto - dicevo prima - per chi è alla prima esperienza di Parole ritrovate, il senso di questa nostra iniziativa.

Le Parole ritrovate, sono nate a Trento, una prima volta, nel '93 da un gruppettino molto ristretto, eravamo forse più due che tre, c'era Claudio Agostini, c'ero io e poco più. Un grande incontro con tanta gente, tanto entusiasmo, ma poi ci siamo un po' tutti persi per strada.

Nel 2000 le abbiamo rimesse in pista e da allora siamo stati fedeli all'impegno che ci eravamo dati, alla passione, all'entusiasmo, al piacere di fare queste cose. E le abbiamo fatte puntualmente, tutti gli anni, nella prima quindicina di ottobre a Trento in una dimensione più nazionale, ma soprattutto le abbiamo riproposte, in dimensione regionale, per il piacere di chi le ha via via organizzate, in tante regioni italiane dalla Sicilia, al Piemonte, al Veneto, all'Emilia, alla Toscana, alla Basilicata e in tantissime parti d'Italia. E questo, forse, è uno degli aspetti più belli delle Parole ritrovate che non ha solo questo appuntamento, per quanto importante, ma limitato a Trento una volta all'anno, ma girovaga e riesce ad aggregare centinaia di persone in una dimensione molto più attenta a quelle che sono le realtà locali. L'ultimo appuntamento è stato a Savona, poche settimane fa, ed io che ho avuto la fortuna di esserci, ne sono uscito, come sempre da questi incontri, ancora una volta arricchito, contento, convinto di come questi percorsi siano utili.

Allora, che cosa sono le Parole ritrovate? Sono sicuramente e anzitutto un atto di fede nel fare insieme. Nel nostro mondo, il mondo del disagio, spesso assistiamo ancora oggi a muri di Berlino che separano gli utenti dagli operatori, i familiari, le associazioni, a volte gli uni contro gli altri armati a fare non tanto cose insieme, ma a fare cose ciascuno contro l'altro. E questo, là dove avviene porta solo a lutti e sciagure, perché fare le guerre abbiamo visto che non serve né qui, né altrove.

Allora il fare insieme, *il fare con*, è un pò la nostra parola d'ordine. Ce la siamo data fin dall'inizio, avendo chiaro che il fare insieme non è un generico mettersi intorno allo stesso tavolo e poi stare a vedere cosa succede. Il fare insieme ha alcuni suoi riferimenti forti che è importante condividere.

Il primo pensiero del fare insieme è che ciascuno di noi, che sia operatore, utente o familiare - questa è una distinzione che qui facciamo all'inizio, ma che poi perderà ovviamente di significato - avendo una sua specifica esperienza relativa al

mondo del disagio, ha un suo sapere, è un esperto. Dal suo giusto punto di vista ciascuno di noi è esperto, perché ha studiato, perché ha vissuto sulla sua pelle, perché nella sua famiglia... Allora, questo principio dell'essere esperto è la chiave di lettura di tutto quello che succede in un clima di reale condivisione, perché se io riconosco nell'altro un esperto, è chiaro che mi rapporto con lui secondo una certa logica; se invece è uno a cui io devo trasmettere solo il mio di sapere e basta, la situazione è completamente diversa.

Questa è la prima chiave di volta delle Parole ritrovate a cui se ne aggiungono altre. Naturalmente è vero che ciascuno di noi ha problemi, a volte grossi problemi. Sottacerlo o negarlo sarebbe operazione stupida ed ingenua. È chiaro che il mondo del disagio, spesso, è un mondo di dolore e di sofferenza tremendi, però è anche vero che in ciascuno di noi comunque, sempre, esiste la risorsa. Ed esiste sempre quando abbiamo voglia di vederla, perché a volte smettiamo di vedere la risorsa e la possibilità di cambiamento in noi stessi e nell'altro. E tutte le volte che questo succede, è un po' come lasciar morire un fiore e questo ha il sapore della sconfitta, dell'abbandono, della resa. Allora credere fortemente che tutti noi siamo risorse, che tutti noi abbiamo la possibilità di cambiare, forse domani, forse dopodomani, forse per qualcuno - come il sottoscritto - fra 52 anni…. Perché sicuramente io non appartengo alla categoria delle persone più flessibili, però anch'io ho - credo, spero - la possibilità... No, dite di no…. E va bene. Non è bello che diciate di no, che io non posso cambiare….

Poi vi è un altro principio altrettanto forte, quello della responsabilità. Fabrizio Fontana diceva prima che la nostra Azienda sanitaria crede in percorsi che sono legati alla promozione della salute, come l'Organizzazione Mondiale della Sanità la declina e l'OMS ci ricorda che promozione della salute è maggior responsabilità per ciascun cittadino, in riferimento alla propria salute e ai suoi percorsi di vita, di cura, ecc. Nei nostri servizi c'è ancora molto da fare, io credo, in tema di responsabilità, perché forse la responsabilità è ancora troppo schiacciata, troppo nelle mani di alcune persone o di alcune tipologie di persone, che sono prevalentemente il mondo degli operatori, ma non solo.

Nel mondo delle Parole ritrovate noi ci diciamo spesso che alle parole devono seguire i fatti. E questo non sempre è facile, perché creare delle situazioni in cui ciascuno recupera spazi di responsabilità reale, perché fa un suo percorso di riappropriazione, implica cose che non sono così scontate, perché la responsabilità non la si può regalare dall'alto. La responsabilità deve essere colta a partire dall'istante che ciascuno di noi riconosce valido per sé. E questo è chiaro che non sempre è facilissimo. Ma abbiamo un'infinità di ambiti dove questa cosa si può sperimentare e il bello di questo nostro ritrovarci qui in questi tre giorni è che sentiremo un'infinità di esperienze che ci dimostreranno nella concretezza della realtà che queste cose sono possibili. Altrimenti c'è il rischio che usciamo di qua pensando che queste cose sono accademiche, sono teoriche, sono simpatiche, ma che non si possono fare. Io credo che si possano fare. Discutevamo giorni fa con Ron in Liguria su come nel mondo dell'abitare, della residenzialità, sia bello e importante arrivare, tra non molto, a dei percorsi in cui ciascuno riesce ad essere molto, molto più responsabile dei propri percorsi. Come a dire che forse, se in passato era abitudine che fosse il mondo degli operatori a decidere che Giovanni andasse a vivere con

Antonio, piuttosto che con Andrea, forse sono maturi i tempi perché si creino dei percorsi dove le persone acquisiscano sempre più una responsabilità maggiore sui loro destini. E quello dell'abitare è un destino importante.

Ecco, questi sono i temi che fanno delle Parole ritrovate quello che sono.

Tra di noi, spesso, si discute sulla natura ultima di questo nostro incontrarsi: c'è chi oggi lo definisce un movimento, chi lo definisce un gruppo di persone ancorate a mondi di illusione e di purezza astratta. Massimo Ciri, un amico che oggi non c'è, perché, oltre che fare lo psicologo, fa l'animatore di Caterpillar, che è una trasmissione RAI, dice che noi siamo un *format* - chissà cosa sarà questo *format*, ma lui ha tutta una sua teoria sul *format*. Tu Gianna, che sei un'esperta di radio e televisione, saprai dirci.

Io credo, riassumendo un po' tante cose che riprenderemo in questi giorni, che le Parole ritrovate, tutte le volte che si danno appuntamento come oggi, sono un'occasione privilegiata per offrire microfoni, confronti, condivisioni fra tutti coloro che hanno voglia di farlo, dai loro punti di vista, in un clima che è di forte amicalità e di forte condivisione.

Mi pare che siamo alla ventitreesima o ventiquattresima puntata di Parole ritrovate in giro per l'Italia e io non ho mai visto una volta che ne non siamo usciti più contenti di quando siamo entrati, che non abbiamo avuto occasione di confrontarci, di discutere, di crescere, di sorridere, perché non si può solo e soltanto essere arrabbiati, criticare... Si può fare anche questo, magari, in altre sedi. Le Parole ritrovate hanno fatto una scelta di campo, quella di cercare i punti che ci uniscono e tutto quello che si può fare per mettere assieme più che per separare. Domani ci ritroveremo nel gruppo di coordinamento, uno strumento estremamente leggero, nulla di formale, non è il comitato centrale di un partito che non esiste. È un gruppo di amici, di persone di parti diverse d'Italia, che si ritrova due o tre volte all'anno e che si daranno appuntamento anche domani sera alle sei per programmare gli appuntamenti delle Parole ritrovate del 2005. L'ultima volta ci siamo ritrovati a Bologna, in una nevosa giornata d'inverno, ed eravamo un centinaio. Per cui tutti voi, che magari non avete mai partecipato a questo coordinamento, se avete voglia di fermarvi domani sera dopo le sei, ci ritroveremo qui o in un'altra sala per progettare assieme, in un clima molto tranquillo e di grande democrazia diretta, con tutti i rischi della democrazia diretta, che cosa faremo nel 2005.

Dicevo che tantissime persone hanno lavorato e stanno lavorando per il buon esito di questi tre giorni, ma di queste persone parleremo, evidentemente, alla fine, perché vedremo se si sono comportate bene, chissà... Certo che fino ad adesso si sono molto impegnate, così come si è impegnata la nostra Azienda sanitaria, che questa cosa evidentemente ha favorito, perché ci crede, e l'ha già detto il Direttore sanitario; il Comune di Trento, che è il nostro *partner* e che condivide da sempre questi percorsi e questi stili di lavoro; la Regione Trentino Alto Adige, che è l'Ente che ha sempre messo a disposizione le sue stamperie, ha regalato gli atti che voi avete in mano, che ci ha fornito tutta una serie di supporti cartacei a costo zero; la Panchina, che è un'associazione di auto aiuto, che ci ha messo anche lei del suo per aiutare a far ben riuscire questa iniziativa assieme all'Associazione AMA. Tra l'altro - poi ne parleremo con più calma - questa sera, venti di voi che ne hanno piacere, possono recarsi alla Panchina per cenare.

Permettetemi un'ultima battuta su un episodio molto bello che ho avuto la fortuna di condividere a Savona, nell'ultimo incontro di Parole ritrovate, proprio alcune settimane fa. La situazione, il clima, gli obiettivi erano gli stessi di quelli di oggi, c'erano una serie di interventi preordinati, come in parte ci sono anche oggi e nel corso del pomeriggio ha parlato Federico, un ragazzo che da alcuni anni fa dei percorsi di comunità ed che ha detto delle cose molto belle e importanti della sua vita. Nella sala c'era il papà Michele che io conosco da molti anni. Io vedevo che il papà era molto commosso a sentire quello che Federico diceva della sua vita, delle sue difficoltà... Sono quegli interventi seri, fatti col cuore e che ci toccano profondamente. Federico è stato splendido, il papà era commosso e io mi sono permesso di andar lì a dirgli: "Michele, non è che avresti voglia anche tu di dire due parole...". Io vedevo che lui tanto voleva quanto non voleva, perché aveva voglia, ma aveva paura. Alla fine ha deciso e ha detto delle cose altrettanto emozionanti ed emotivamente ricche in riferimento a quello che aveva detto suo figlio. Poi, la giornata è finita e io mi sono salutato con tanti amici e con tante persone, fra cui Michele, il papà di Federico e gli ho chiesto che cosa aveva significato per lui questo intervento. Lui era veramente commosso ed aveva gli occhi lucidi. Michele è un uomo duro, un uomo rude, un uomo che io ho conosciuto tanti anni fa ed era il classico genitore arrabbiato contro tutto e contro tutti, contro il mondo, contro i servizi. Lo dico con tanto affetto perché siamo amici, ma era veramente una 'belva feroce'. Evidentemente in questi anni ha fatto un percorso, anche per le Parole ritrovate e non solo - per l'amor di Dio - però in quel momento, ed era quindici giorni fa, lui è uscito da quella sala con gli occhi lucidi, dicendomi: "È la prima volta che riesco a parlare con mio figlio di queste cose e la prima volta che ne ho parlato l'ho fatto di fronte a duecento persone". Allora, se anche solo a questo fossero servite in tutti questi anni le Parole ritrovate, credo che avrebbero avuto un grandissimo successo. E anche oggi, credo che succederanno di queste cose, come succederanno domani o dopodomani.

Io ho finito, ci siamo davvero tutti e possiamo cominciare. Ron c'è, Gianna anche. Ron non ha bisogno di presentazione, perché tutti voi lo conoscete e poi lui si presenterà da solo. Gianna Fiore, chi era qui lo scorso anno, l'ha conosciuta e chi non c'era la conoscerà. Gianna è un'amica, è anche una psicologa, soprattutto aveva un stupendo agriturismo in Val D'Orcia, che purtroppo ha chiuso. È una persona stupenda. Al di là di sapere molto bene l'inglese, è una persona che mette, come credo tutti noi, sennò non saremmo qui, una grande parte di quella cosa che sta qui, nel cuore, che sono le emozioni, poi, è chiaro che il cervello fa la sua parte, però senza il cuore, forse il cervello non serve a granché. Gianna questo cuore ce l'ha e ce lo racconterà anche lei assieme a Ron.

IL TEMA DELL'ANNO: LA VOCE DEI PROTAGONISTI

RON COLEMAN
Autore del libro "Guarire dal male mentale", Birmingham

È sempre un onore parlare per primo a una conferenza. Sono già due settimane che siamo in giro per l'Italia. Lo scorso anno abbiamo cominciato da Trento, come due anni fa e invece questa volta siamo quasi alla fine del nostro percorso. Tanto tempo della mia vita io lo passo viaggiando e devo confessarvi che amo venire in Italia, il cibo è buono, il clima è senz'altro migliore di dove vivo e io e mia moglie Karen che è fuori a vendere i libri, amiamo passare del tempo in Italia. Quest'anno non abbiamo portato i bambini e adesso cominciamo a sentire veramente la loro mancanza. Però io lo so che mi bastano due giorni per poi poter ripartire. Questa è la contraddizione che creano tanti bambini in una casa.

Abbiamo già fatto tre corsi da quando abbiamo iniziato il nostro giro. Corsi chiamati seminari attivi in cui c'erano uditori di voci, alcuni familiari, in alcune situazioni, e operatori. In questi corsi io ho imparato delle cose. Ho imparato, prima di tutto, le differenze che ci sono tra il lavorare in Gran Bretagna e il lavorare in Italia e poi imparo sempre qualcosa in più e mi piace imparare sempre più sugli uditori di voci. La differenza di fondo fra un uditore di voci italiano e un uditore di voci inglese è poi molto semplice: gli uditori di voci in Italia sentono voci italiane e gli uditori di voci in Inghilterra sentono voci inglesi. Questo vuol dire che il processo è identico per entrambi e quello che ho imparato in questi giorni è che la metodologia che usiamo può essere uguale. Ho scoperto anche che gli operatori in Italia sono altrettanto matti degli operatori inglesi, che è una buona cosa. C'è un vecchio proverbio che dice che siamo stati tutti matti, almeno una volta e questi corsi me lo dimostrano.

Dove andiamo da qui? Sappiamo che questi corsi funzionano e possono essere utili e ho visto che gli uditori di voci che abbiamo messo insieme in un gruppo riescono a parlare delle loro voci e abbiamo visto che quando gli operatori stanno zitti, gli uditori di voci possono parlare di più e per me è molto bello vedere degli operatori in silenzio che imparano ad ascoltare, perché è ascoltando che si impara. Se un operatore impara ad ascoltare un paziente, sarà il paziente a dirgli: "Posso?". E se all'inizio il paziente ti dice il problema, se lo si ascolta più a lungo, ti dirà anche la soluzione. E per ogni paziente c'è una soluzione diversa.

Vi voglio raccontare una storia. Questa è la storia di un ragazzo che viveva a Chicago che aveva un problema sia di disturbo psichico che di difficoltà di apprendimento. Questo ragazzo viveva in un gruppo appartamento, gli operatori si sono seduti e gli hanno chiesto qual era il suo sogno. E lui ha risposto che voleva essere un astronauta. Come può una persona che ha problemi psichici e di apprendimento fare l'astronauta? Forse molti operatori, in altri contesti, gli avrebbero risposto: "Ma non è possibile" riportandolo alla realtà. È troppo irrealizzabile, come obiettivo. "Dimenticatelo!" potrebbero dirgli. Ma questo gruppo non rispose così. Questi operatori gli chiesero: "Che cosa serve per essere un astronauta?". E il ragazzo rispose: "Ho bisogno di imparare a volare". Allora gli chiesero: "Dov'è la gente che

vola?". "All'aeroporto" – rispose lui. E allora gli operatori hanno cominciato ad andare all'aeroporto con lui. Lui amava molto vedere gli aerei che decollavano e che atterravano. Un giorno, che erano nel *terminal* dei voli nazionali, il ragazzo ha visto i bagagli che andavano sul nastro ed ha chiesto all'operaio da dove venivano quei bagagli. E questo operaio gli ha spiegato che dall'aeroplano venivano portati dietro e poi messi sul nastro. Il ragazzo voleva vedere. Gli operatori hanno parlato col direttore e gli hanno permesso di entrare dietro e vedere come funzionava tutto il processo del trasporto dei bagagli. Uno degli operai gli ha chiesto se voleva dare una mano a scaricare i bagagli, e così ha partecipato al lavoro. Alla fine l'operaio gli disse: "Vedi, se qui dovesse venire fuori un posto di lavoro, tu hai già un'esperienza". E così è successo: dopo un po' di tempo si liberò un posto di lavoro ed il ragazzo è stato assunto. Una volta ottenuto il lavoro è riuscito ad andare a vivere per conto proprio ed essendo dipendente di una linea aerea, due volte l'anno ha i biglietti omaggio per fare un viaggio. Se oggi chiediamo a questo ragazzo qual è il suo sogno, egli risponde che è ancora quello di essere un astronauta. Il suo sogno non l'ha perso, non è cambiato. Permettendogli di continuare ad avere il suo sogno, la sua vita è cambiata.

Purtroppo, a volte, noi non facciamo questo lavoro di incoraggiare le persone a coltivare un sogno. Dieci anni fa anch'io avevo un sogno. Il mio sogno era che ogni letto negli ospedali psichiatrici fosse vuoto. Era il mio sogno! In dieci anni abbiamo un terzo dei posti letto in meno, ma il mio sogno continua ad essere che ogni posto letto negli ospedali psichiatrici sparisca. Non è così importante che io veda il mio sogno realizzarsi durante la mia vita, ma l'importante è che io riesca a sostenerlo il mio sogno, la mia speranza di realizzarlo, perché senza sogni siamo dei *robot* e non riusciamo a raggiungere quello che vorremmo raggiungere.

Martin Luther King aveva un sogno, ed era quello che tutti fossero liberi, e questo ha iniziato un movimento che ha cambiato la società americana. Senza quel sogno non sarebbe successo. E anche in salute mentale noi dobbiamo avere un sogno ed è quello che non solo le persone vengano liberate dal sistema ospedaliero, che escano dagli ospedali, che troviamo e percorriamo il nostro sogno. Ciascuno il suo.

E questo è il sogno che dovremmo avere tutti, noi operatori e familiari: un sogno di liberazione e di libertà e questo sogno deve essere intrinseco nel nostro curare. È un sogno in cui io devo mettere la persona al centro di qualsiasi processo. Un sogno in cui le persone diventino capaci di svincolarsi e di uscire dai servizi e in cui le persone abbiano il controllo sul loro processo di guarigione. Il sogno di ritrovare la possibilità di vivere nella società e se siamo seri sul considerare l'obiettivo della *recovery*...[1] se noi mettiamo la *recovery*, questo processo, alla base della nostra pratica, allora possiamo condividere insieme - utenti ed operatori - questo sogno.

Senz'altro ogni operatore vuole che il suo paziente guarisca. Chiaramente tutte le famiglie sognano di riavere all'interno della famiglia i propri membri guariti come pure gli utenti che, purtroppo, hanno a che fare con i servizi vorrebbero rivi-

---

[1] Noi spesso traduciamo in un modo un po' riduttivo: *recovery* per noi è guarigione, ma *recovery* andrebbe tradotto con un verbo riflessivo, che è il riappropriarsi, riaversi, recuperarsi, riprendersi la propria vita, più che guarigione, che è un termine medico (*nota di Gianna Fiore).*

vere una vita cosiddetta normale. Questo è il nostro sogno! E questo sogno è quello che ci unisce e che ci appassiona. Ma guardiamo la realtà. Purtroppo, nel mondo occidentale, dalla Gran Bretagna all'Italia, la percentuale di guarigione oggi è intorno al 33%. La cosa che ci impressiona è che, se andiamo a vedere indietro, anche nel 1938 era sempre intorno al 33%, sedici anni prima della scoperta della cloropromazina e nel 1958, venti anni dopo la scoperta della cloropromazina, anche allora la guarigione era intorno al 33%. Nel '98, con tutti i nuovi psicofarmaci, con tutti i nuovi neurolettici con tutte le meraviglie della scienza farmacologica, sempre intorno al 33%.

Se invece andiamo a vedere, invece, nel cosiddetto altro mondo non occidentale, come in Nigeria, la quota di guarigione è intorno all'86%. In India è all'87%. Non sono numeri che sto dando io, sono dati dell'OMS sulla guarigione della schizofrenia. Ovviamente, se io mi dovessi riammalare di schizofrenia, vorrei andare in India.

La maggioranza di noi pensa che una volta che uno si ammala, sarà ammalato per tutta la vita. Chi è che ha affermato questo? Dov'è la verità in questo? Cosa significa tutto questo per una persona come me che si ritiene guarito? Vi dico cosa pensa molta gente. Molti hanno detto che io non sono uno schizofrenico normale, ma io non ho mai conosciuto uno schizofrenico normale. È per questo che viene chiamata schizofrenia. Oppure qualcuno pensa che io non ho mai avuto la schizofrenia. Chissà perché ho passato dieci anni in un ospedale psichiatrico. Forse ero in vacanza in un ospedale psichiatrico? Non credo proprio. Perché è così difficile concepire che una persona possa realmente guarire ed uscire dal sistema e andare avanti nella sua vita? Vogliamo veramente che le persone guariscano? È così bello vedere la gioia nelle persone che riescono a recuperare la propria vita! Non solo la gioia di quella persona, ma anche la gioia della famiglia, degli operatori che lo hanno accompagnato in quel percorso, ed è per questo che io ho scelto di diventare un operatore, proprio per poter condividere la gioia nei percorsi verso la guarigione e non solo per trascorrere il tempo nel dolore della malattia. Però dobbiamo ammettere che i nostri sistemi di cura sembrano costruiti per castrare la creatività, per eliminare i processi creativi. Diamo agli operatori un sacco di lavoro burocratico e poco tempo per poter stare con il paziente. Oppure gli diamo un numero di pazienti da vedere e loro lo fanno, magari stando mezz'ora con ognuno. Non è così che si può conquistare la guarigione. Se ritengo di dover passare una giornata con una persona, devo avere la libertà di poterlo fare. Se ci volesse una settimana intera per stare insieme per poter produrre un cambiamento, per poter portare una persona fuori dal servizio, lo devo poter fare, perché è di questo che hanno bisogno le persone che soffrono. Non sempre le organizzazioni per cui noi lavoriamo prevedono di rispondere a questi bisogni, ma io devo poter fare quello che vuole il paziente, perché è ciò che vuole il paziente è quello che guida il processo verso la guarigione. Dobbiamo riuscire a far rientrare la creatività nei nostri servizi e si può fare in tanti modi. Dobbiamo mettere da parte questi tempi rigidi all'interno del quale sono codificate le nostre prestazioni, perché se non abbiamo tempo libero è difficile essere creativi. Abbiamo bisogno di avere il tempo per discutere i problemi che affrontiamo.

Purtroppo, molte volte, noi passiamo molto tempo per prevenire che avvenga qualche cosa di sbagliato. Invece di utilizzare un fallimento come un'occasione per imparare e produrre un cambiamento, spesso sui fallimenti costruiamo ancora più difese e ci arrocchiamo ancora di più. Non c'è mai abbastanza tempo per sedersi insieme e scambiarsi anche idee folli.

Una volta dovevo fare una visita a casa di una persona. Io e l'infermiera siamo andati con la macchina, abbiamo bussato alla porta, lui ha aperto, ha guardato i miei piedi e mi ha detto: "Hai le scarpe nere. Non puoi entrare". Il giorno dopo sono tornato e mi sono messo le scarpe rosse. Ha aperto, ha guardato i miei piedi e mi ha detto: "Hai le scarpe rosse. Non puoi entrare". Il giorno dopo mi sono messo le scarpe marroni, ma non mi ha fatto entrare nemmeno con le scarpe marroni e non avevo più scarpe. Allora il giorno dopo mi sono messo un paio di scarpe e ne ho lasciato un altro paio in macchina. Lui mi ha ridetto: "Hai le scarpe nere, non entri". Sono andato in macchina, mi sono cambiato le scarpe e gli ho detto: "Io voglio entrare!". A quel punto mi ha lasciato entrare, forse perché ho fatto qualcosa di folle ed ho permesso comunque di condurre il gioco.

C'era un altro paziente che, ogni volta che si entrava nella sua stanza di ospedale, faceva una capriola, si metteva a testa all'ingiù e non voleva parlare con nessuno. Che fare? Mi sono messo nella stessa posizione a testa all'ingiù e gli ho detto: "Mi dispiace, ma io non posso restare in questa posizione molto a lungo. Ti dispiace venire giù e parlare con me?". E lui ha accettato, perché avevo fatto qualcosa di folle anch'io, l'ho incontrato dove stava. Non c'è nulla di sbagliato se questo ci permette di incontrare la persona, perché, una volta entrati nel rapporto, allora si possono produrre cambiamenti. C'è un proverbio che dice "Puoi portare il cavallo fino al fiume, ma non puoi costringerlo a bere" e questo è il concetto da usare quando si lavora con le persone. Devi scoprire come incontrarle e questo significa incontrarle nei termini che vuole la persona. È per questo che siamo pagati, per andare incontro alle persone. Sono pagato per incontrare le persone. Prima viene il paziente, sempre! Sempre, sempre, sempre!

Se noi crediamo realmente che ogni paziente è l'esperto della propria vita, allora noi dobbiamo incontrarlo dove lui ci dice. Non è l'amministrazione, l'azienda che paga i nostri stipendi, loro gestiscono il denaro pubblico. Dobbiamo pensare che è sempre il paziente che ci fornisce il lavoro e quindi lo stipendio, perché, se non ci fossero pazienti, non avremmo il lavoro. Ogni persona con cui io lavoro, è speciale. Non è solo l'esperto della propria vita e della propria esperienza, è anche il mio datore di lavoro. Queste persone sono la ragione per cui io lavoro e che mi permettono di pagare la casa, le vacanze, sono il sostentamento della mia vita. Se non ci fossero più pazienti, io tornerei a fare il ragioniere, ed è così noioso fare il ragioniere.

Le persone sono speciali. Tutti i familiari che riescono a supportare i loro cari, sono persone speciali. Dobbiamo pensare a modi diversi per poter supportare meglio. Dobbiamo mettere la persona che soffre al centro del processo. Dobbiamo imparare a cambiare anche il modo di pensare. Dobbiamo smettere di occuparci *della* persona e lavorare *sulla* persona e dobbiamo occuparci della persona *con* lei partendo da un rapporto di condivisione e non di gestione.

Quando io ero giovane, di me si occupava la mia mamma; adesso che sono lontano magari si preoccupa di me. Mi ama sempre, tantissimo, ma non si deve più occupare di me ma, nel momento in cui io torno a casa, fa sempre la mamma e quindi continua ad occuparsi di me e questo è quello che succede tra madre e figli. Oggi come oggi, per quanto riguarda i miei figli, sia quando sono lontano, sia quando sono a casa, li amo nella stessa maniera, però mi occupo di loro e penso a loro in modo diverso, perché non li vedo tutti i giorni. Riuscire ad avere un rapporto di condivisione, di occuparsi di una persona su questo piano, permette la libertà. Io, tra l'altro, sto diventando anche un esperto nell'essere genitore. Io e Karen, messi insieme, abbiamo sette figli: la più grande ha diciannove anni e la più piccola, diciannove mesi, quindi stiamo sviluppando sempre più questa esperienza dell'essere genitore. E una cosa che abbiamo dovuto imparare è che i nostri figli fanno degli errori nonostante tutto quello che noi facciamo e l'unica cosa che possiamo fare è continuare ad amarli e ricordarci che quando eravamo piccoli o giovani anche noi abbiamo fatto i nostri errori.

Quando qualcuno lascia il servizio psichiatrico per vivere in comunità, oppure in servizi residenziali, o per tornare in famiglia, faranno anche loro degli errori. Tutti gli essere umani, anche noi, facciamo degli errori, ma per i pazienti gli errori diventano segnali di malattia. Spesso mi capita di vedere persone che vengono da me preoccupate, dicendomi: "Mi sto riammalando!". Io gli chiedo di raccontarmi che cosa succede. Qualcuno mi racconta che continua a litigare con la moglie, per esempio. Io gli rispondo: "Io so qual è il problema: sei sposato e questo succede tra moglie e marito, si litiga". Ma le persone che sono state malate per tanti anni, pensano che qualsiasi cosa succeda loro, è sempre legata alla malattia, è colpa della malattia. Io mi diverto a litigare con mia moglie, perché dopo far pace è bello.

Noi dobbiamo cominciare a vedere come normali certe cose e non pensarle legate sempre alla malattia. Io che sono stato malato, spesso pretendo di essere più normale dei normali, per convincere tutti che sono normale perché tutti riconducono qualsiasi mio comportamento, forse un po' diverso o bizzarro, alla malattia.

Forse dobbiamo cambiare questa ottica. Dobbiamo veramente ricercare diversi modi per avere risultati diversi. Dobbiamo ripartire con il chiedere alle persone con cui lavoriamo, qual è il loro sogno e decidere insieme come raggiungere il proprio sogno. Come dobbiamo aiutare le persone a raggiungere quello che loro sognano? Quanto tempo ci vorrà per conquistarlo? Dove dobbiamo muoverci per far sì che questo accada? Qual è l'incubo? Dobbiamo anche pensare e programmare che potrebbero succedere cose tremende, ma non prepariamo progetti che prevedano sempre la ricaduta, sennò facciamo delle cagate. Dobbiamo avere dei piani che non siano programmi rigidi, dobbiamo avere dei piani di lavoro che prevedano varie possibilità. Quanta gente tra voi va in vacanza? Quanta gente programma le proprie vacanze? Andiamo all'agenzia, ci informiamo e facciamo un piano di viaggio. Nessuno di noi si alza la mattina e dice: "Parto per le vacanze". È difficile che tu decidi di partire per le vacanze, incontri qualcuno che ti chiede dove vai e rispondi: "Non lo so". Come fai ad arrivare dove non sai? E se mi chiedono che cosa vuoi fare, non rispondo, se non ho un piano. Dobbiamo fare un piano che preveda i tempi di viaggio, dove andremo, quanto ci staremo... e almeno una volta all'anno potremmo guardare alla nostra vita in un altro modo e concedendoci questa possibili-

tà potremmo progettare cose diverse per l'anno prossimo. Ma lo dobbiamo programmare. E se questo lo facciamo per le nostre vacanze e per la nostra vita, senz'altro lo dobbiamo fare per le persone con cui lavoriamo. E non sto parlando di un piano di cura, sto parlando di un programma di vita.

Questa è la pianificazione in cui io credo. Io sono convinto che tutti hanno la possibilità di guarire, di riappropriarsi di sé. E se io non credessi in questo o il giorno in cui io non ci credessi più, smetterei di lavorare in questo campo, perché se io operatore non ho speranza, come faccio a infonderla agli altri. Nel momento in cui io non ho più speranza per la vita del paziente, sono io che condanno il paziente, e questo non è il mio mestiere. Il mio mestiere è continuare a portare speranza. Spesso le famiglie non riescono a crederci nella guarigione ed il mio mestiere è continuare a dargli speranza, e se io non ci credo, nessun altro lo potrà fare.

Questa è la prima cosa che deve saper fare un operatore. Nei momenti di più buia e profonda disperazione dobbiamo tenere accesa la candela della speranza. Questo è il nostro mestiere ed è quello che dobbiamo fare per vivere e, se non riuscite a fare questo, andate a fare gli impiegati.

Nel 1981 mi è stata appioppata una diagnosi di schizofrenia. Nel 1987 avevano deciso che io ero ormai un paziente cronico e stavano per mettermi nel settore della riabilitazione che allora, in Inghilterra, voleva dire un luogo dove io sarei rimasto a vita. Nel 1991 ho incontrato un'operatrice che aveva speranza. E se io oggi sono qui che vivo, è perché lei ci ha creduto, ha creduto che ce la potessi fare. Lei non mi ha guarito - questo è toccato a me farlo - lei ha retto la candela della speranza. Lei è stata la mia prima compagna di viaggio verso la *recovery*.

Per noi operatori, quando incontriamo i nostri pazienti, abbiamo questa opportunità: diventare i loro compagni di viaggio, ed è un viaggio che può durare anni. E vale sempre la pena farlo, perché il condividere il viaggio insieme a qualcuno non è più un lavoro meccanico col paziente, ma è un privilegio. Da ogni paziente che incontro, io continuo ad imparare sempre di più di ciò che posso imparare dai libri. Questo lo dico nonostante che il prof. Marius Romme sia stato il mio insegnante e mi abbia ispirato nel mio viaggio.

In questi tre gruppi che abbiamo fatto in queste due settimane qui in Italia, ho visto una cinquantina di pazienti cominciare un percorso. E vedere come si illuminavano, come riuscivano a pensare di partire per un viaggio, mi ispira, mi entusiasma. Io non so dove i loro viaggi li porteranno o se finiranno, però so che sono in viaggio e questa è la cosa importante. Il mio percorso, la mia vita, finora mi è piaciuta. Non sono così speciale e così unico, forse sono uno che ha fatto un viaggio veloce, e per questo io ringrazio molte persone, ma il mio viaggio continuerà fino al giorno in cui morirò, perché il viaggio è la vita. Vivere la vita, non solo esistere. Grazie.

RINO LOMBARDO
Servizio di salute mentale, Palermo

Buona sera a tutti. Volevo dire una cosa. Sono un ragazzo che a ventidue anni mi sono ammalato. La notte non dormivo e camminavo a piedi scalzi come un

francescano. Mi hanno portato all'ospedale e mi hanno legato per ventiquattrore senza capire il problema. Mi sono curato con i farmaci e sono andato a lavorare con mio padre, ma c'era molta difficoltà nell'apprendimento. Poi mi hanno dato una borsa lavoro in un maneggio e qui avevo difficoltà con i miei colleghi, perché non riuscivano a capirmi.

Dopo un anno e molte fatiche, il corso è finito e non ho potuto fare più niente. Dopo tanto tempo ho avuto un pezzo di campagna, ho comprato una piccola incubatrice e così ho cominciato a fare l'avicoltura, ma dovevo lottare con mio padre, perché lui non mi capisce. Ora l'ho lasciato due giorni a casa con le galline, così comincerà a capire le cose.

Io avrei tanto entusiasmo di avere un compagno o una compagna che stesse in campagna con me, perché da solo non ce la faccio più.

Io volevo chiedere una cosa al dott. Ron: potrei buttare questi farmaci nella spazzatura? Si o no? Grazie.

FABRIZIO CHIESURA
Membro gruppo di auto aiuto, Cinisello Balsamo, Milano

Vorrei proporre un'ipotesi un po' folle per ringraziare calorosamente Ron Coleman. In questi giorni abbiamo avuto un corso per uditori di voci. Sapete tutti che uno dei disturbi maggiori della schizofrenia è l'udire voci. Ron Coleman ha detto: "Ma perché voi, per distrarre l'opinione pubblica, non prendete un telefonino e fate finta di parlare, così la gente crede che voi parlate con un telefonino, mentre il telefonino è un telefonino muto".

Io aggiungerei una cosa a questa che mi sembra una soluzione, senz'altro parziale, ma sensazionale e geniale, tra le tante possibili. Io direi che se uno si carica di convinzioni di questo tipo, cioè che può fare la riconversione di un cellulare, magari vecchio e da buttare, tanto di guadagnato. La mia esperienza di uditore di voci è un po' particolare, nel senso che non è che distinguevo - sono guarito nel '97 - le voci da quello che era il coro generico delle persone che incontravo. Le voci erano la mia realtà, per cui io, cosa inaudita, non ho mai parlato con un dottore delle mie voci. A questo punto io mi sono convinto di una cosa che è esattamente contraria a quello è l'ordine delle idee del pensiero comune di chi affronta il problema delle voci, come lo abbiamo affrontato noi.

Che cosa sono per me le voci? A costo di riuscire antipaticissimo, le voci, per me, sono un espediente psicologico per impedire la deriva dell'organismo. Cioè, che cosa mi succedeva? Mi succedeva che, quando io udivo le voci, immediatamente dimagrivo, mangiavo poco, bevevo ancora di meno. Allora, le voci, che cosa sono? Sono di vario tipo o, almeno per me, lo sono state. La mia voce che si può equiparare alla voce di chi legge un libro o legge un articolo di giornale: sente dentro di sé la propria voce. Questa voce permette un certo protagonismo del soggetto, per cui non è ancora allo sbando. La voce degli altri. Con la voce degli altri significa entrare in balia del mondo, entrare in balia della società. Poi ci può essere la voce amica. Ciò che sto dicendo è tutto riferito a me, a quello che ho provato io. La

voce amica che permette all'organismo di sonnecchiare e la voce nemica che porta al panico.

Come ho vinto io il mio rapporto con le voci? Attraverso due espedienti fondamentali: l'esercizio della scrittura e, soprattutto, dando ordine al vissuto, dando una ragione ai miei atti, dando affetto e amore che a me erano - penso che possa essere implicito e chiaro per chiunque - impediti. Grazie.

MARIANNA HOLZKNECHT
Gruppo di auto aiuto The voices, Trento

Io sono Marianna di Trento, ma non sono trentina. Ho le voci anch'io, purtroppo a me parlano in tedesco e non in italiano, però mi fa piacere, così non perdo la mia madre lingua.

Io ho dovuto buttare fuori tutto del mio inconscio. Mi sono trovata in un bel casino. Non sapevo più dove sistemare i miei tasselli. Poi, un po' alla volta, sono riuscita a mettere tassello per tassello al posto giusto e nello stesso tempo avevo intorno a me un partner finito e mi sono trovata libera dentro di me. Oggi sono consapevole delle cose, mentre allora non lo ero. Ho sempre detto che si può guarire e invece mi sono sbagliata. È quasi un anno che non prendo più il Depakin, quello non mi serve più. Per quasi nove mesi non ho preso alcun farmaco, ora prendo di nuovo la terapia.

Passo le notti alla Casa del Sole, perché così condivido le gioie e i dolori insieme ai ragazzi e vivo la mia vita con la pensione che mi sono guadagnata.

Sono contenta della scelta di vita che ho fatto; non mi lascio più influenzare dalla gente; ho perso degli amici, perché non erano amici veri. Io dico sempre a tutti: "Quello che seminiamo, raccogliamo". Io ero una persona che si fidava tanto di tutti e nello stesso tempo dicevo: "Buona sì, ma cogliona no".

Oggi so dove è il mio gregge e so dove devo andare. Non sono più gli altri a dire dove devo andare e cosa devo fare. Oggi rifletto molto e se mi trovo davanti ad un ostacolo, con spirito e con serenità lo supero. Sono una persona che dice: "Vivi e lascia vivere" e questo vale anche per la gente che sta intorno a me. La sofferenza mi ha fatto crescere e sono cambiata quasi completamente in meglio. Io ho avuto voglia di capire e di risolvere le mie cose, non volevo più soffrire, ma volevo, dentro di me, la tranquillità. Ogni perché ha la sua risposta e questa risposta la potevo trovare solo io.

Per me questa è la seconda rinascita. Io ho amato mia madre, ma lei non ha amato me. Io oggi non ho più tempo per queste cose, le voglio bene, perché in fondo è sempre mia madre. È una povera donna: non la giudico e non la condanno.

Sono anche fiera del lavoro che ho svolto per ventitre anni alla scuola materna: era un lavoro utile per me, perché, nello stesso tempo, ho confrontato la mia infanzia.

Auguro a tutte le persone sofferenti di trovare la loro strada e di non dover soffrire più per se stessi e per gli altri. Questa è stata la mia strada e oggi vivo prima di tutto per me e poi per gli altri.

Ho fatto il corso con Ron Coleman sulle voci. Il lavoro che abbiamo dovuto fare è stato molto duro, perché ho dovuto tornare alle voci delle sei persone che avevo dentro di me. Però, dopo, il gruppo delle voci è stato molto bello, quando ci siamo ritrovati - eravamo in ventuno - a condividere la nostra gioia e poterci ridere anche sopra.

Da qui penso di riprendere un altro percorso del genere e non mollerò la presa, perché ho ancora voglia di vivere, anche se mi hanno messo una volta sotto terra, ma oggi non mi ci mette più nessuno.

CARMEN GIANNUZZI
Servizio di salute mentale, Policoro, Matera

Salve. Io sono Carmen e vengo da Policoro. Non mi sono preparata un discorso e, quindi, tutto quello che verrà dovete accettarlo per quello che è, con l'emozione del momento.

Come tanti di voi ho alle spalle un vissuto drammatico: la mia depressione, i miei problemi con la vita sono cominciati presto. Avevo solo quattro anni e mezzo e sono stata violentata, per cui ho smesso di essere una bambina serena a quell'età. Già nell'adolescenza avevo la depressione, le psicosi, le nevrosi. Era tutto un disastro. Per fortuna a scuola sono riuscita a cavarmela bene, riscattando tutto ciò che non andava. Col passare degli anni la situazione è peggiorata fino a portarmi - nell'agosto di due anni fa - a tentare il suicidio. Non a tentare, ma a farlo veramente, perché non ho avvisato nessuno, mi sono impasticcata e volevo farla finita, perché non ce la facevo più. La depressione mi perseguita da ventuno anni.

La vittoria è stata quella di cavarsela, di risalire di nuovo la china. Mi hanno salvata i medici, ma posso dire di essermi salvata da sola, perché sono ripartita da zero, di nuovo da capo. È seguito un buon periodo e poi di nuovo una ricaduta terribile fino al dicembre scorso quando ho tentato di nuovo il suicidio. Anche questa volta mi hanno salvata i medici.

In questa circostanza sto ritrovando le parole che ho perso da bambina. Sto ritrovando parole di serenità, di dolcezza, di amore. Sto ritrovando parole di grandezza, di serenità, di buon auspicio per le cose. Questo congresso è per me un'esperienza straordinaria. Non credevo di parlare, non sapevo se avrei parlato, perché sono emozionatissima e penso che si senta, perché raccontare a braccio la propria storia non è mai facile. Ringrazio tutti i presenti.

Ora, per concludere, così vi faccio sorridere, perché in cinque minuti ho solo detto cose tristi. Sto facendo due lotte: una contro la depressione e l'altra contro il peso, perché i farmaci mi hanno fatta crescere di venti chili, quindi vi lascio, vi abbraccio tutti e vi ringrazio.

ALESSANDRO SCALPELLA
Servizio di salute mentale, Tencarola, Padova

Sono uno schizofrenico paranoide ed ho cominciato a tredici anni, perché andavo male a scuola e pensavo che tutti ce l'avessero con me. Pensavo che delle spie russe mi spiassero e che ci fossero delle telecamere nascoste in casa mia. Una volta sono stato male e mi hanno portato in ospedale. Ad un certo punto ne ho parlato con mio padre, gli ho detto che mi sentivo spiato e mi hanno portato in reparto, ma continuavo a sentirmi spiato e quando leggevo il giornale mi chiedevo: "Come mai non sono sul giornale?".

Oltre a questo avevo comportamenti antisociali, bevevo molto, non mi lavavo ed ero anche aggressivo, cioè offendevo le persone. Ad un certo punto - quattro anni fa - grazie alla dottoressa, ho cominciato a prendere il Leponex e adesso, grazie a quel farmaco, ho una buona condotta di vita. Secondo me una persona, per star bene, ha anche bisogno di farmaci; io ne sono la prova. Adesso sono meno aggressivo, mi lavo, mi sbarbo, uso anche il deodorante. Prima ero diverso, offendevo tutti e una volta uno mi ha pestato di brutto, anche se, sinceramente, non me lo meritavo. Adesso invece sto bene ed ho un comportamento di vita dignitoso. Grazie.

CARMEN GIANNUZZI
Servizio di salute mentale, Policoro. Matera

Volevo aggiungere una cosa. Noi veniamo da Policoro, un paese in provincia di Matera in Basilicata. Volevo cogliere l'occasione per ringraziare gli operatori del nostro centro diurno che oggi sono con noi. Sono loro che mi stanno dando una mano in questo percorso che sto facendo e li ringrazio molto.

PASQUALE BELLUSCIO
Servizio di salute mentale, Policoro, Matera

Ho scritto qualcosa, però ho fatto un lungo viaggio e non so se riesco a decifrare ciò che ho scritto, cioè a dare un senso alle parole. Comunque, quello che mi piace è di aver partecipato alle Parole ritrovate, perché sto vedendo dei miglioramenti nella mia vita e sono contento perché sto ingranando la marcia giusta. Da poliziotto ho tentato il suicidio, poi ero diventato manesco verso i miei, insofferente verso coloro che mi stavano intorno. Ora però sto ritrovando un po' di speranza.

Vorrei dire tanto, però non provo nemmeno a leggere, sono troppo emozionato. Da sempre mi pongo questo quesito: che senso ha il vivere? Perché vivere? La mia esistenza è stata caratterizzata dalla sofferenza. Per svolgere il tema vi spiegherò dei passi biblici dal mio punto di vista di credente praticante. Paolo apostolo amava classificare la gente in due categorie: i gentili... Niente, niente. C'è troppa filosofia, quindi vi saluto.

CINZIA TOMASI
Servizio di salute mentale, Trento

Buonasera. Io sono Cinzia, sono seguita da parecchi anni dalla psichiatria di Trento. La mia malattia sta nel fatto che ho perso i genitori da piccola, ho avuto problemi ed ho cominciato ad ammalarmi.

Anch'io sento le voci ed ho sempre pensato che non sono voci che vengono da dentro di noi, ma che siano i pensieri delle persone, oppure che siano voci che vengono dall'inconscio, cioè è il mio pensiero che mi parla ed io lo ascolto, perché non sono parole cattive. Probabilmente il mio inconscio vorrà dirmi di non fare certe cose. Per esempio, mi dice: "Non bere" ed io rispondo di sì. Non dico sì con la voce, ma con il pensiero.

Udire le voci è una malattia diffusa in tutto il mondo. Non è una bella cosa, perché comporta brutte esperienze. Io ho perso degli amici che, come me, si stavano curando ed anche loro sentivano delle voci, ma non come le mie, cattive. Io penso che la malattia mentale non sia un castigo, perché Dio non pensa come noi. Penso che la malattia sia dovuta ad illusioni, amori, dispiaceri, disperazione, e di questo non ne faccio un dramma, perché capisco. Bisogna solamente essere forti e credere in sé stessi.

Adesso ho quarantun anni e mi ritrovo in una casa dell'ITEA, sto abbastanza bene, non lavoro, ma prendo una piccola pensione per vivere, però, nel mio piccolo, sono anche contenta, perché, almeno fisicamente, non sto male.

Volevo dire una cosa un po' triste. L'altra sera ho fatto la balla mentre ero ad una festa. Ho bevuto tre, quattro bicchieri di vino, è stato un attimo. È venuta la Croce Rossa con la sirena accesa, ma non ricordo se ero svenuta. Comunque, se qua c'è qualche dottore del Santa Chiara, lo vorrei ringraziare per avermi salvato la vita. Grazie.

ALESSANDRO MORETTI
Servizio di salute mentale, Venezia

Mi chiamo Alessandro Moretti, ho quarantadue anni e frequento il Centro di salute mentale di Venezia.

Solo negli ultimi anni sono riuscito a trovare un equilibrio dell'anima, grazie anche all'aiuto di persone che mi hanno fatto riscoprire una visione del mondo un po' più serena e spensierata e trovare la capacità di essere un po' più responsabile ed autonomo anche nella solitudine.

In questi ultimi cinque anni, al Centro di salute mentale di Venezia si sono avvicendati corsi di ogni tipo: dall'artigianato, al teatro, alla libera espressione artistica, alla fotografia, alla cartotecnica e molte altre iniziative stimolanti. Ora ci accingiamo ad entrare nel mondo dei *media* con la prossima apertura di un sito Internet per il nostro periodico informativo *La tribù del Boldù*.

Questo periodico ha ormai sei anni di vita. Dal puro insieme di articoli - peraltro interessantissimi - si è passati alla elaborazione di tematiche all'interno delle quali poter aprire una discussione. Un po' alla volta ci siamo dedicati alle politiche

sociali, inizialmente con la rivista promossa dall'Assessorato alle politiche sociali di Venezia *Polis*, che ci ha ospitati in alcuni numeri, mentre successivamente ci siamo occupati di tematiche incentrate sulla questione donna e su alcune interviste che abbiamo raccolto sul periodo della resistenza italiana durante la seconda guerra mondiale.

Di recente, ci siamo occupati della storia di Venezia di ieri e di oggi dal punto di vista artistico, trovando spazio per la nostra ricerca in una documentazione stampata, grazie alla collaborazione del Ministero ai Beni e le Attività Culturali, alla Soprintendenza speciale per il Polo Museale veneziano, Servizi Educativi. Abbiamo continuato su questo filone tematico occupandoci di una mostra di arte concettuale alla Fondazione Querini Stampalia.

Con l'avvento dei fatti di cronaca in Iraq, ci siamo interessati con molta passione alle notizie che ci giungevano, provocando discussioni tra i partecipanti all'interno della redazione.

Tutto ciò ha provocato in me un senso di rifiuto di questa situazione che si era creata, non comprendendo bene le vere motivazioni che hanno provocato questo conflitto. L'uccisione dei carabinieri a Nassiria ha provocato in me sgomento e forte turbamento, motivando la mia ricerca verso il perché?.

Questa ricerca dura tuttora, anche se ho compreso che la guerra è iniziata non per Saddam, per Bin Laden, per le armi chimiche o le armi nucleari, ma per interessi economici e trame geopolitiche.

Oggi sono convinto che questa situazione non porta a risolvere i problemi, ma ad aumentarli. Le conseguenze sono i rapimenti, gli attentati *kamikaze*, le efferatezze e le decapitazioni, lasciando una scia di dolore, frustrazione e sgomento. Credo che la maggior cura per tutto ciò rimanga il dialogo ed il rispetto fra i popoli, e delle religioni e culture, uscendo dalla logica della guerra preventiva.

In questo momento sto lavorando in un importante prato di Venezia come operatore stagionale, grazie all'intervento del Servizio per l'inserimento lavorativo dell'Azienda socio sanitaria veneziana, che permette di avere una certa autonomia economica. Così riesco a mantenermi autonomo nelle varie spese per la residenza (vivo in un mio appartamento personale), uscendo da uno stato di solitudine mentale. Poiché il mio lavoro mi consente di avere delle relazioni con i colleghi di lavoro, riesco a trovare gratificazione per migliorare il mio stato d'animo.

Questa opportunità mi dà modo di organizzare una volta all'anno due settimane di vacanza, una invernale ed una al mare, in luoghi suggestivi all'estero. Faccio questo per il piacere di viaggiare e provare nuove emozioni. Inoltre, è gratificante il fatto che tutta l'organizzazione del viaggio sia preparata da me, infondendomi coraggio e senso di autostima.

Da circa un anno, un'iniziativa importante è sorta nel CSM: la costituzione di un gruppo di auto mutuo aiuto, con lo scopo di far condividere l'interesse dei partecipanti ad incontri, dando uno spazio di relazione e di dialogo, organizzando e promuovendo il tempo libero di ognuno di noi. Chi partecipa a questi incontri, non deve sentirsi vincolato, ma motivato a voler provare a risolvere i problemi per organizzarsi, durante la settimana, il proprio tempo libero, tenendo in considerazione gli interessi, condividendo un progetto insieme con altre persone col medesimo

problema. Questi incontri devono avvenire in un clima costruttivo e amichevole, dando ognuno il proprio contributo, anche se minimo.

Questo metodo di sostegno alle persone in difficoltà può produrre effetti positivi, dando un senso a quello che si fa, superando ostacoli con l'aiuto del gruppo.

La realtà di oggi tende ad escludere le persone in difficoltà, perciò diventa importante ritrovare il piacere di stare insieme, in un clima costruttivo ed amichevole. Il gruppo di auto mutuo aiuto è un modo di stare assieme agli altri, stare in compagnia, per non restare sempre chiuso in casa, per potermi divertire, organizzando insieme delle uscite, senza pensare ai miei problemi. Tutto questo ci permette di superare disagi, migliorando la nostra visione e qualità della vita.

Gli incontri avvengono ogni venerdì alle ore 16 presso il Palazzo Boldù, aiutati dalla presenza di un facilitatore che ci dà degli stimoli per arrivare da soli ad organizzare iniziative per il nostro tempo libero, anche su personali segnalazioni.

In questo periodo abbiamo messo in cantiere alcuni programmi per animare le nostre giornate, in particolare i fine settimana, prendendo spunto dalle proposte offerte dalle istituzioni pubbliche o private presenti nel territorio veneziano

Venezia, nonostante la sua storia millenaria, oggi è carente di infrastrutture e si delinea come "città debole", aperta all'usura del turismo e degli agenti atmosferici, vivendo in una nicchia ecologica devastata dal tempo e dall'uomo. La laguna è il corpo, la città è il cuore. La mia città offre poche alternative alle solite attrattive: ci sono molte iniziative, ma non rivolte espressamente alla cittadinanza, che rimane esclusa all'interno della città.

Bisogna districarsi fra le realtà che spesso ci sono precluse, perché troppo onerose per le nostre esigue risorse economiche. Cerco di ovviare a tutto ciò cercando quelle offerte accessibili, secondo i miei gusti personali - cultura, sport e spettacolo - coinvolgendo anche le altre persone nelle medesime mie condizioni.

Noi siamo una voce nel territorio. La nostra è una parola che esce dagli schemi psichiatrici, che in qualche modo è sempre un po' condizionata in un contesto limitato. Con il nostro impegno ci proponiamo di creare un libero flusso di idee verso l'esterno, cercando consensi e partecipazione.

ROBERTO ROMBOLÀ
Associazione La Panchina, Trento

Mi chiamo Roberto e sono della Panchina. Prima di decollare vorrei dirvi una cosa visto che io sono quello che pianta casini e dico cose che non dovrei dire. A me da molto fastidio che quando c'erano Coleman o De Stefani, pezzi da novanta, che parlavano tutti noi stavamo seduti e attenti. Adesso che parliamo 'noi' c'è casino e poca attenzione. E questo mi da fastidio, perché a volte potreste imparare più da noi che da loro. Quindi, secondo me, dovreste stare a sedere dall'inizio alla fine. A meno che si stabilisca che ogni ora ci fermiamo, andiamo a fumare una sigaretta e si torna, perché star qua a raccontare i nostri casini, non è facile. Non è come un primario o pezzi da novanta che vengono qua e parlano. Loro ci sono abituati, noi no. Quindi questa è una mancanza di rispetto nei nostri confronti.

Io sono un utente, o un ex utente, non so mai come definirmi. Da tanto tempo dico “Noi abbiamo bisogno di voi operatori, ma anche voi avete bisogno di noi”. E mi fa piacere che io e l’amico Coleman la pensiamo alla stessa maniera.

Vi racconterò brevemente la mia storia. Ero uno che odiava gli operatori, dal primo all’ultimo e quindi mi caricavo di problemi a non finire, perché io ero ancora abituato ai vecchi sistemi in cui l’operatore ti diceva: “Io sono... tu sei...” e finita lì, e si lavorava male.

Io dovevo essere operato alla mano ed in sala operatoria avevo delle paranoie a non finire. Lì è avvenuto il primo incontro con De Stefani che mi ha mandato da un suo amico - fuori di testa più di lui - e così sono riuscito ad essere operato. Questo è stato il primo aggancio per affrontare gli operatori, il primo piccolo scalino che ho fatto. Il secondo scalino è stata la mia dottoressa che, invece di imbottirmi di medicinali, ha capito che non avevo bisogno di medicinali, ma di nuovi amici, gente che avesse il mio stesso problema e senza vergognarsene. E così mi sono avvicinato all’Associazione La Panchina, e ormai ne faccio parte da tre anni.

Cos’è l’Associazione La Panchina? Non è una cooperativa, è una grande famiglia dove, grazie all’Azienda sanitaria che ci ha dato una villetta a tre piani e grazie all’aiuto di una banca che ci ha dato un furgone, abbiamo varie attività lavorative. Non sono però a lunga durata, ma servono ai soci come me per inserirsi nel mondo del lavoro. Ed il bello è che non c’è il rapporto utente-operatore, ma socio-socio. Il mio amico là mi aveva detto che avrebbe fatto cinque ore in un bar e in una settimana me ne ha già fatte quindici. Questo che cosa vuol dire? Vuol dire che in una associazione operatori, familiari e utenti si deve lavorare insieme alla pari e così si ottengono dei buoni risultati.

Con De Stefani ho girato un po’ l’Italia ed ho sentito tante stronzate - scusate la parola - di certi operatori. Come quello che mi disse: “Ho messo insieme un gruppo, ma siccome li ho conosciuti in ospedale mi faccio dare del lei”. Ora se hanno abbattuto il muro di Berlino e quelli dei manicomi, io do del lei ad un operatore? È una cosa un po’ assurda. Un’altra operatrice mi disse: “Si le cose sono belle, ma di quelle brutte cosa ne facciamo?”. E questa non ha capito niente, perché se si va avanti, le cose brutte vanno tenute nel cassetto. Come si fa a guarire in un manicomio se non portiamo anche le cose brutte? Spero di essermi spiegato e chi non ha capito, se lo faccia spiegare da chi lo ha capito.

Voglio lanciare un messaggio, perché qualcuno me ne vorrà male, perché conosco parecchi operatori. Certe volte voi operatori vi lamentate di dove vivete. L’Azienda sanitaria non va bene... qua c’è un casino... e cercate di scappare. L’operatore che va via dal suo posto di lavoro non sarà mai un buon operatore. L’operatore deve combattere e lavorare nella sua città. Al limite può chiedere aiuto alle altre città dove hanno già qualcosa in più. Ricordatevi: non scappate, non andate via da dove lavorate. Piuttosto chiedete aiuto ad altre persone che ce l’hanno fatta. Ciao a tutti.

CINZIA TOMASI
Servizio di salute mentale, Trento

La persona che se ne sta andando, è molto furba. Vero, Roberto? Volevo dire che lui ha sempre qualcosa in contrario da dire. Forse perché non sta male come noi. Non vorrei farlo arrabbiare, però sta male anche lui come noi, anche se sta bene.

ROBERTO ROMBOLÀ
Associazione La Panchina, Trento

Mi ero dimenticato di dirvi che alla Panchina abbiamo ancora dei posti liberi per mangiare. Il prezzo è un euro e cinquanta, ma se c'è qualcuno che vuol dare di più... Chi vuol venire si deve mettere in nota fuori di qui.

ALESSANDRO MORETTI
Servizio di salute mentale, Venezia

Spesso gli psichiatri e gli psicanalisti si identificano col paziente. Io, spesso, mi identifico nella persona dello psichiatra e dello psicanalista.

Volevo dire un paio di parole sulle voci. Ho ascoltato con molto interesse questa storia delle voci riportata da molte persone e che anch'io, in un lontano passato, ho udito. Pensavo che, al tempo dell'antica Grecia e anche prima, c'era questo inspiegabile *quid* che suggerisce. Poi ci sono stati duemila anni di cultura cristiana e poi è venuta la psicanalisi con le voci. Adesso io penso che sia tutto da rivedere riguardo alle voci, ricollegandosi all'antica cultura della Grecia. Ecco, questo è il mio intervento.

MARIAGRAZIA BERTELLONI
Associazione AMA, Massa Carrara

Buonasera. Mi presento: sono Mariagrazia Bertelloni e sono presidente dell'Associazione auto mutuo aiuto di Massa Carrara. Siamo qui oggi perché il trenta di settembre abbiamo fatto uno scambio di modelli, fra il modello di Massa Carrara e il modello di Trento. Questo è successo a Roma, per cui, per la prima volta, abbiamo sentito parlare di Ron Coleman. Ieri, a Roma, si è conclusa la vacanza denominata "Mare e costa" che la regione Toscana dà in gestione ormai da quattro anni a delle associazioni di utenti per gestire delle vacanze per altri utenti per fargli vivere degli spazi in piena autonomia e in piena libertà. Siamo arrivati a Trento ieri sera alle nove per ascoltare questa voce nuova, perché sono una paziente ormai da molti anni e molte volte ho dovuto espormi in pubblico, perché, comunque, quando si ha un ruolo bisogna poi, alla fine, rappresentarlo anche in queste situazioni, ma mi è sempre costato moltissimo e ci sono voluti anni per abituarmi, come

appunto stavano dicendo prima, nell'esporci, nel raccontarvi le nostre cose, ovviamente con la paura di non essere sempre alla pari con i buoni relatori della psichiatria.

Volevamo ascoltare Ron Coleman, perché noi abbiamo una esperienza, ovviamente non come la sua, però analoga. Cioè, alcuni pazienti della psichiatria di Massa Carrara, all'interno del gruppo di auto aiuto, hanno sviluppato un progetto che si chiama "Il facilitatore sociale". Dopo diciotto anni di grande esperienza all'interno della nostra associazione, dove prima di me ci sono state persone che hanno segnato il sentiero caparbiamente e dolorosamente, alla fine siamo riusciti ad arrivare a questo progetto. La figura del facilitatore certamente la conoscete tutti, perché ci sono i facilitatori anche nell'auto aiuto. Il nostro, invece, è diventata una figura professionale che opera all'interno di gruppi appartamento, all'interno di centri sociali, a domicilio e anche nelle RSA. Nella nostra zona abbiamo tantissime RSA, che sono le residenze per anziani, dove la maggior parte dei ricoverati negli ex ospedali psichiatrici sono finiti in questi ricoveri, per cui la figura del facilitatore opera anche in questo tipo di realtà.

Il nostro problema non sempre è malattia, difficilmente, secondo me può essere malattia, anche se scientificamente non si può provare. Moltissime persone hanno grandissimi problemi da risolvere fin dall'infanzia e, ovviamente, nell'infanzia si struttura tutta la personalità della persona. Ovviamente poi succede che, nel cammino della vita, uno si ferma, si chiude, gli vengono i deliri, sente le voci e tutte queste cose. Secondo me è un rifiuto della vita. Cioè, si arriva ad un punto che non si può più sostenere certi ritmi, certe relazioni, certe competizioni e ci nascondiamo dietro a questa malattia.

Con questo tipo di esperienza noi abbiamo fatto, insieme ad un corso di formazione della durata di seicento ore, una figura professionale che si avvale molto dell'esperienza personale della persona, per cui noi conosciamo gli effetti del farmaco, i neurolettici, le benzodiazepine, cosa possono produrre, gli effetti collaterali, le paure e tutto quello che noi abbiamo vissuto lo ritroviamo nella persona che in quel momento è uno scalino indietro rispetto a noi. Per cui noi facciamo un'operazione di accompagnamento, di reinserimento nel tessuto sociale.

Volevo dire una cosa. Rispetto a ciò che stava dicendo prima Roberto nei confronti dei medici, non dovete scappare dal lavoro che avete scelto e dovete essere i primi ad avere fiducia nei pazienti, a prendervi delle responsabilità anche politiche e culturali, perché la prima persona che il paziente sente è quella che gli allevia il dolore, per cui avete la grossa responsabilità di appoggiare le persone che vogliono esprimersi, anche con la diversità, perché non tutti siamo uguali. Voglio dirvi di non aver paura della crisi e dello scompenso, perché non sono altro che il nocciolo della questione. Cioè, nel momento in cui noi deliriamo, è lì che dovete coglierci, è lì che dovete aiutarci e leggere dov'è il problema e condividerlo insieme alla persona, cercando di farla diventare consapevole di cosa sta vivendo. Se un paziente, dopo dieci anni di assistenza, non riesce ancora a ritornare alla vita, vuol dire che non c'è niente dietro, è un sacco vuoto. Quindi, secondo me, nel momento in cui lui è consapevole, può stare anche così, nel senso che può bere, farsi dalla mattina alla sera, perché, in realtà, poi non c'è niente, non c'è uno stimolo. Allora dovete cercare di non essere così materni e di fare questo grande *maternage*, perché già la fa-

miglia lo fa, per cui poi si entra nelle istituzioni e lo fa anche l'operatore, perché inizialmente l'operatore cerca di sollevare il dolore, ma senza il dolore non si raggiunge niente, non si può raggiungere niente.

Io ho cercato di raccontarvi la nostra storia. Ovviamente tutto quello che ha detto Ron Coleman noi lo condividiamo, perché lo abbiamo vissuto, lo abbiamo condiviso con noi stessi, sapendo che roba è, che cosa mastichiamo. Ovviamente va cambiata la cultura e la politica, perché la Burani Procaccini, secondo me, è sempre lì pronta, non parte, ma tagliano i fondi al sociale, allora non si potranno fare più dei progetti innovativi e ritorneremo indietro, ritorneremo alla cronicizzazione ed è lì poi che troveranno il motivo per riaprire le porte con i muri. E con questo vi ringrazio.

GIANNA FIORE
Servizio di salute mentale, Montepulciano, Siena

Mi fa enormemente piacere intervenire dopo Mariagrazia, perché anch'io lavoro in Toscana e purtroppo, invece, nel senese c'è una storia un po' diversa e sono dovuta andare a conoscere Ron per imparare un po' di cose.

Prima di dare la parola a Ron vorrei dirvi che, più che fare tanti discorsi preferirebbe rispondere alle domande. Però volevo un attimino fare una puntualizzazione. Renzo mi chiede di farlo anche perché non sono solo un'interprete. Volevo ripuntualizzare che cos'è che noi operatori possiamo fare per accompagnare le persone nel percorso verso la *recovery*, perché non mi piace parlare di guarigione, perché sennò vuol dire che era veramente una malattia, e guarigione è un termine medico.

Questi sono elementi che sono venuti fuori da una grossa ricerca fatta in tutto il mondo, in cui sono state fatte interviste approfondite alle persone e gli è stato chiesto che cos'è che li aveva aiutati. Il primo elemento era "Operatori che credevano nella mia capacità o possibilità di guarire". Il secondo era "Operatori che sapessero rischiare con me". Quindi andare anche oltre le regole, a volte trasgredire le regole insieme a me, metterle in discussione queste regole. Quindi operatori che sappiano mettersi in gioco in questo percorso. Operatori che insieme sappiano accompagnare e che mi aiutino a ricostruire il gruppo intorno a me, perché poi la cosa che fa soffrire è la solitudine, è l'isolamento. E credo che da tutte le esperienze venga fuori come i gruppi di auto mutuo aiuto comincino a rappresentare questa dimensione gruppale, piccola, in cui io non mi sento più solo.

Questo è il punto di fondo della teoria che viene fuori dalla pratica delle esperienza di Ron. Lui dice che per poter intraprendere questo percorso bisogna sceglierlo, prima di tutto, perché poi è vero che a volte, nei processi di cronicizzazione, le persone ci si adagiano. Non tutti vogliono crescere. A volte, essere assistiti, può far comodo. Allora bisogna scegliere. Però, per fare questo percorso verso la riappropriazione di se stessi, noi dobbiamo sempre ricordarci che questo percorso da soli non si può fare, è impossibile, perché la dimensione gruppale è indispensabile per ritrovare se stessi. Cioè la dimensione di un gruppo con cui io condivido

l'esperienza, in cui io mi sento meno diverso, perché sto insieme ad altri con cui io condivido. E questo percorso gruppale è quello che permette di ritrovare il *sé*.

Però, poi mi chiedo: "Perché gli operatori, per quanto democratici, per quanto avanzati oggi in Italia, cominciano tutti a prevedere il *self help*, l'auto mutuo aiuto. Però, permettetemi. Io ho un po' paura che diventi un nuovo ostacolo. Mi ricordo una volta, a Livorno, un utente di Pisa mi disse: "Io sono contento, frequento un gruppo di auto aiuto, mi sento guarito, prendo il Leponex... Ma se prendo il Leponex, non sono guarito!".

Questo è il pezzo più difficile da affrontare, che Ron sottolinea sempre, e nessuno di noi dirà alle persone: "Smettete improvvisamente di prendere i farmaci". Perché smettere di prendere i farmaci di botto fa star male. Però, avere l'obiettivo di ridurli e di poterne fare a meno, sì, perché il farmaco a vita è il primo agente di cronicizzazione. E se il gruppo funziona, se dal gruppo nascono nuove relazioni e nuove opportunità di vita, io devo poter anche mettere in discussione il farmaco. Rischiare e poi, caso mai, se entro in crisi lo riprendo, perché io, dopo trent'anni di esperienza, permettetemi, ho visto la gente andare in crisi nonostante i farmaci, ho visto le persone stare malissimo nonostante i farmaci, continuare a sentire le voci nonostante i farmaci. Allora, sarà che sono psicologa, sarà che sono una rompiscatole, una spina nel fianco degli psichiatri con cui lavoro, ma io mi chiedo: "In quale altro campo della medicina si continua a dare farmaci se non hanno effetto terapeutico?"

MARIAGRAZIA BERTELLONI
Associazione AMA, Massa Carrara

Io non sono contro il farmaco, perché, ovviamente, la mia crisi d'ansia me la cava solo la benzodiazepina. Il problema è l'abuso del farmaco, l'abuso che fa l'operatore del farmaco. Io sono nel cuore di molti operatori, perché io vivo anche il mio servizio, dove sono stata curata, dove in ambulatorio, in una mattinata, passano anche venti persone, per cui è molto più semplice propinare il farmaco che prendersi una mezz'ora di tempo per costruire una relazione con la persona e capire. Perché, ovviamente, lo psichiatra, oltre alla conoscenza del farmaco, ha anche una conoscenza di psicoterapia, ma è molto più impegnativo. Si fa più presto ad aumentare o a diminuire il farmaco, anziché intrattenere la persona con una relazione chiamata psicoterapia. Ogni volta che io la faccio è per me un viaggio, cioè, il primo ricovero che ho avuto non hanno fatto il TSO, perché ho avuto una rete di persone vicine, di amici operatori che mi hanno accompagnato dolcemente in reparto. La prima volta che mia figlia ha dovuto assistere a questa immagine terrificante del togliermi le stringhe, la borsa, l'accendino, il portafoglio è stata veramente un'esperienza terribile. E solo chi l'ha provata la può raccontare.

Nel momento in cui è stato deciso il mio ricovero, c'era il manifesto del viaggio, perché la vacanza di "Mare e Costa" della Regione si chiama *Viaggio* e io, in quell'ambulatorio, ho detto: "Bene, ricomincio a fare il mio viaggio". Ho ricominciato a fare il mio viaggio e, da persona scompensata, delirante, la persona che si

voleva far fuori in continuazione, mi sono riadeguata, ho ricompreso i grandi valori e mi sono rimessa in gioco.

Mettersi in gioco vuol dire non stare protetti dietro la malattia. Bisogna tirare fuori le palle. Lo dico a tutti gli utenti, perché ce l'abbiamo questa grande capacità. Abbiamo una capacità superiore alle persone che vivono la normalità, perché ci sono tante persone che si nascondono dietro la normalità. Quindi, secondo me, abbiamo uno scatto in più, perché se siamo arrivati ad avere una sintomatologia di questo genere, vuol dire che eravamo senza pelle, vuol dire che eravamo molto, ma molto più sensibili della normalità.

CARMEN GIANNUZZI
Servizio di salute mentale, Policoro, Matera

Volevo per un attimo sottolineare quello che diceva Mariagrazia, perché la depressione è terribile, toglie il colore alle cose, toglie la voce alle persone, toglie i colori. La mia esperienza personale, in questo senso, è stata disastrosa, perché io avevo per anni avevo inseguito il progetto di fare un laboratorio di restauro, ed ero riuscita a costruirlo. Poi è arrivata la malattia e me lo ha completamente azzerato, quindi mi sono ritrovata con questa depressione terribile a dover ricominciare da zero. Con questo volevo sottolineare quella che ha detto Mariagrazia a proposito della malattia mentale.

RON COLEMAN
Autore del libro "Guarire dal male mentale", Birmingham

Ho sentito dire che è nel gruppo che si trova la forza di affrontare la sofferenza ed anch'io ne sono convinto. Dobbiamo pensare a questo anche in un contesto più allargato, perché in un piccolo gruppo di auto aiuto di dieci, dodici persone c'è un sacco di forza e penso a quanta forza c'è in questa stanza che ha circa cinquecento persone, e la nostra forza viene da ciò che ci unisce. Non saremo mai tutti d'accordo sui dettagli, ma va bene così, perché l'alleanza va fatta su ciò che ci unisce, su ciò che abbiamo in comune. E credo che quello che tutti abbiamo in comune è che tutti vogliamo che ognuno possa riappropriarsi della propria vita, e questa è una cosa talmente grande che le cose piccole su cui possiamo avere dei disaccordi spariscono. Non c'è bisogno di dividersi, di discutere, di litigare, ma dobbiamo lavorare insieme su quello che concordiamo, che è la *recovery*.

Sì, io sono convintissimo che c'è una grande forza nei gruppi di auto mutuo aiuto e questo deve produrre ancora più energia, più forza se questi gruppi si incontrano. E questa è anche la forza di chi è presente qui.

MICHELA DAINOTTI
Servizio di salute mentale, Meda, Milano

Buona sera. Io sono la mamma di un ragazzo che è stato in questi due giorni a Trento a fare il corso con Ron. Adesso io mi chiedo, da genitore, cosa posso fare io per aiutarlo. Però c'è un piccolo problema e cioè che lui vede in suo papà una minaccia, quindi preferisce stare in una comunità.

RON COLEMAN
Autore del libro "Guarire dal male mentale", Birmingham

Come madre farà senz'altro quello che fanno tutte le mamme. Lo amerà, comunque. Questo è quello che devono fare le mamme.

La cosa più difficile è che noi dobbiamo permettere ai nostri figli di fare le loro scelte. Come padre, credo che sia la cosa più difficile da fare, perché io penso di aver ragione, ma anche mia figlia pensa di avere ragione. Quando io avevo circa sedici anni, pensavo che mio padre fosse veramente stupido. Poi, quando avevo circa venticinque anni, mi sono reso conto che era cresciuto, che stava diventando più saggio. Lui, forse, lo era anche prima, ma io ero piccolo e il mio dovere era quello di ribellarmi. Spesso, come genitori, ci dimentichiamo le nostre ribellioni. A me, purtroppo, delle volte succede di ridire ai miei figli le stesse cose che i miei genitori dicevano a me. Mio Dio, sto diventando come loro! E questo, forse, è il mestiere dei genitori. Ma dobbiamo, imparare a lasciarli andare i nostri figli ed esserci solo quando loro lo vogliono ed amarli così. Faranno i loro errori, ma fa parte della vita.

ANNA LOMBARDO
Associazione familiari "Punto di partenza", Palermo

Ho vissuto questa esperienza: mio figlio Rino è stato per parecchio tempo in una comunità e i problemi con mio marito erano tanti. Il conflitto di vita con suo padre era enorme e questi problemi sono durati per parecchi anni. Da quando Rino ha cominciato ad allontanarsi piano piano da casa ed io ho cominciato a dargli fiducia in tutto quello che faceva, solo allora ho capito che stavo veramente raggiungendo l'equilibrio, sia mio che suo.

Non vi dico quali sono state le difficoltà con mio marito ed ancora oggi abbiamo tante difficoltà. Certo, non sono come allora, però, avere il rapporto con mio marito vicino e comprendere anche mio marito con il suo carattere, perché ognuno di noi ha il proprio carattere, mio marito va trattato così per come è, è fatto così, e allora, ho fatto un'alleanza con mio marito, ho creato questo rapporto ed ho ricominciato tutto daccapo. Ho ricominciato il rapporto con mio marito, abbiamo ripreso a fare le nostre gite, i nostri fine settimana. Rino comprende anche questo e a fine settimana ci dice: "Sì, Andate pure da soli". Poi il lunedì ricominciamo un'altra volta tutto daccapo. In questo modo, Rino è guarito. Non ha tolto i farmaci, quindi non diciamo che è guarito, ma ha migliorato la sua qualità di vita.

Io ho il massimo della fiducia in Rino, perché ha una sua autonomia al cento per cento e quanto prima andrà a vivere da solo. Il suo problema è come fare da solo e vuole trovare un amico o un'amica per condividere insieme tutte le sue attività, attività che si è inventato lui. Così è riuscito a bussare alla porta di ognuno del condominio dove, fino a qualche anno fa, avevano paura di Rino e cercavano di sfuggirlo.

Ora Rino porta a queste famiglie le uova, che hanno un costo altissimo, ma le accettano perché sono uova biologiche, quindi uova particolari e Rino le ha messe alla prova, bussa alla porta, lascia le uova e se ne va, o si mette a discutere del più e del meno.

E vorrei dire alla mamma che ha parlato prima, comunque, signora, cominci a dare assoluta fiducia a suo figlio in tutto quello che fa.

RON COLEMAN
Autore del libro "Guarire dal male mentale", Birmingham

Si può fare solo un commento. La scienza ci dice che il 33% delle persone che usano i farmaci riesce anche a guarire e quindi ci sono persone che riescono a guarire con i farmaci e persone che riescono a guarire senza i farmaci. I farmaci hanno la loro importanza per alcuni in alcuni momenti. Si può guarire anche prendendo i farmaci.

AGNESE GREGUOLDO
Servizio di salute mentale, La Spezia

Buonasera a tutti, sono emozionatissima, ma felice di essere qua. Vorrei chiedere una cosa a Ron. Io sono entrata finalmente a far parte di un bel gruppo di auto aiuto e ho scoperto un mondo meraviglioso che mi ha aperto le porte nel senso che finalmente riesco a convivere con persone che stanno molto peggio di me, che sono semplicemente depressa e si parla di malattie ben più gravi, tipo la schizofrenia. Io non conosco questa malattia. Ho visto soltanto, vicino a me, una persona molto malata e molto cara, che vorrei tanto aiutare, ma non riesco, però vorrei farlo. E chiedo un aiuto, o perlomeno vorrei sapere come fare, e lo chiedo soprattutto a Ron. Vorrei sapere se è possibile chiedere a questa persona malata di schizofrenia che evita tutti, ha paura di tutti, chiude le porte, vuole vedere solo me, praticamente, o solo le donne in generale, perché siamo carine, di poterlo far entrare nel nostro gruppo. Vorrei sapere come poter fare, perché io vorrei tanto aiutarlo.

RON COLEMAN
Autore del libro "Guarire dal male mentale", Birmingham

Se lui vuole vedere te, tu vedilo, incontralo, è già un inizio. Io racconto sempre di quell'operatrice che ha avuto la forza di iniziare il viaggio con me, infatti,

all'inizio, era l'unica persona con cui io volevo parlare. A volte lei mi veniva a trovare in ospedale e quando finalmente ho avuto una casa, veniva a trovarmi anche a casa. Ma non è il dove, è il fatto che ci incontravamo che ha sviluppato la nostra relazione, perché la conoscenza è reciproca, cioè, più lei conosceva me, più io conoscevo lei ed è solo così che puoi andare avanti in un percorso, conoscendoti. E siccome lei, per circa sei mesi, continuava ad incontrarsi con me, allora mi sono fidato e sono andato con lei al gruppo e solo quando ho scoperto il gruppo l'ho lasciata andare, non ho avuto più bisogno di lei. Lei è quella che ha iniziato, io ho avuto bisogno di lei, ma non per sempre, nel percorso. Non aver paura.

ALESSANDRO ALBERGHETTI
Servizio salute mentale, Bergamo

Volevo chiedere a Ron se lui ha mai fumato le sigarette. È una domanda un po' tecnica, ma non solo. E poi, se mi può spiegare cosa erano per lui le sigarette.

RON COLEMAN
Autore del libro "Guarire dal male mentale", Birmingham

Il fumo è una mia scelta che ho fatto. Quando ero ricoverato in ospedale psichiatrico avevo imparato che in fondo la nicotina abbassava il livello di rimbambimento che i farmaci danno. È un modo per incontrarsi e condividere qualcosa con gli altri che fumano, ma la cosa più importante è che io fumo perché mi piace e quindi è una mia scelta. Purtroppo le persone che prendono molti psicofarmaci, quasi sempre fumano tantissimo, perché sentono l'effetto della nicotina, magari per un attimo, per schiarirti la mente, come facevo io. Vedete, per quanto fossi matto, non ero stupido e quindi sentivo l'effetto che mi facevano i farmaci e l'effetto che mi faceva la nicotina.

BRUNA BELLOTTI
Associazione "Diritti senza barriere", Bologna

Mi presento: mi chiamo Bruna Bellotti, sono la presidente di un'associazione di Bologna che si occupa della tutela dei malati che non sono in grado di autodifendersi. Desidererei porre la questione per quanto riguarda la relazione, dal momento che Ron ne è venuto fuori nel momento in cui ha avuto la fortuna di incontrare un'operatrice che, appunto, ha creato questa empatia e poi, oltretutto, Ron ha sottolineato molto il problema del tempo. Ecco, io pongo questa osservazione: credo che sia diffuso qui in Trentino - siete un isola felice - purtroppo, in Emilia non è così, nel senso che la relazione non esiste, assolutamente non esiste proprio. Io parlo soprattutto per Bologna: che cos'è che vige? Vige, appunto, la terapia farmacologica. Non esiste la relazione né da parte degli infermieri, né da parte dei medici, tranne eccezioni molto, ma molto sporadiche. Come se non bastasse, ora i

servizi sono dati in appalto a delle cooperative, dove è risaputo che il personale è sottoretribuito e quindi vengono collocati operatori che non trovano lavoro in altri settori del mercato. Per cui, come ci si può aspettare la preparazione da questi lavoratori che, oltre ad essere malretribuiti, sono lì in attesa di trovare un'occupazione migliore, che credo che sia umanamente comprensibile.

Per cui domando: "Come ci si può aspettare la relazione da queste persone? E che cosa si può fare al di là di riprendersi il potere, come Ron scrive nel libro a pagina 65 dove afferma che il potere non è dato, ma è preso? Grazie".

GIANNA FIORE
Servizio di salute mentale, Montepulciano, Siena

Sono d'accordo che essere operatori delle cooperative spesso è uno sfruttamento legalizzato da parte dello Stato italiano. Però ci sono moltissime persone che lavorano nelle cooperative dando molto, perché è vero che ci possono essere situazioni in cui si parte anche magari senza titolo e con bassi livelli di formazione, ma io penso che questo non sia sempre uno svantaggio. Io penso che la motivazione che, di fatto, io vedo negli operatori delle cooperative, almeno in quelli che io ho incontrato, è ancora maggiore, perché mettono a dura prova la loro disponibilità proprio perché sono sottopagati. Non penso assolutamente che gli operatori di ruolo diano qualità migliori. Questo no, affermarlo mi sembra un'ingiustizia. Il problema del quanto tempo noi operatori abbiamo da stare con, per stare con, questo si che è un grosso problema.

RON COLEMAN
Autore del libro "Guarire dal male mentale", Birmingham

Sono molto d'accordo su ciò che lei ha detto, però ci sono delle scelte che dobbiamo fare noi operatori a qualsiasi categoria facciamo parte: infermieri, educatori, assistenti sociali, psichiatri... La scelta è molto semplice. Come operatore mi devo chiedere: "Io lavoro per far sì che le persone si stacchino da me, riescano a recuperare la propria capacità di vivere, o lavoro per rinforzare la loro dipendenza da me e quindi disabilitandoli". E questa non è una questione di risorse economiche, ma ha a che fare con i valori di fondo di ogni operatore.

Ricordate che in India l'87% delle persone guariscono? Pensate che loro hanno le risorse e gli operatori che hanno i servizi italiani? Pensate che lo standard di vita sia migliore di qui? Non hanno le risorse, ma quello che loro hanno come comunità è il valore delle risorse. Ho scoperto invece che sono proprio i dottori che lavorano in quel paese e che, anche se diagnosticano la schizofrenia, dicono immediatamente al loro paziente che potrà guarire. Non ci sono psichiatri che dicono: "Visto che sei malato, avrai bisogno di prendere le medicine a vita". L'importante è che l'operatore parta da una posizione che dia speranza e non che dia disperazione.

Torniamo alla nicotina. Io adesso ho bisogno di una sigaretta. Grazie.

DANIELA MOLINARI
Servizio di salute mentale, Milano

Volevo aggiungere un'osservazione a quello che diceva prima la signora Bruna Bellotti. Io sono un'infermiera e da quattro anni lavoro in un CSM di Milano. Non lavoro in una cooperativa, ma sono stata assunta da un ente pubblico. Quattro anni fa, prima di entrare in psichiatria, lavoravo in un reparto di ortopedia e direi che il passaggio alla psichiatria era alquanto poco motivato, in quanto, onestamente, io ho chiesto il trasferimento perché avevo una bambina piccola ed era questione di orari ed il CSM. mi dava la possibilità di fare un orario che più mi si confaceva. Quindi mi ritenevo poco motivata ed ancor meno formata. Ma io credo che la capacità di creare una relazione con una persona non sia una questione dell'operatore, ma dell'essere umano. Allora, critichiamo gli esseri umani che non sono in grado di instaurare una relazione e non gli operatori, perché questi possono essere poco motivati e poco formati, ma formarsi e motivarsi nel corso del tempo. Io, in questi quattro anni, credo di averlo fatto. La strada è ancora molto lunga, però io credo che anche se continuerò ad essere sottopagata - perché non crediate che le strutture statali retribuiscano in maniera prorompente i propri operatori - continuerò ad essere molto motivata e credo che convegni come questo possano aiutare a motivare chiunque. Quindi, magari incitare la gente a partecipare di più e con tutto il cuore anziché con grossi pensieri e grosse parole che non servono a nulla.

UGO MASPERO
Associazione "Scacco matto", Milano

Mi chiamo Ugo Maspero e faccio parte dell'Associazione "Scacco matto" di Milano. "Scacco matto" è un'associazione nata prevalentemente da soli utenti, ma questo non per avere discriminazioni nei confronti dei familiari e degli operatori. È nata proprio così perché voleva darsi un'impronta un po' particolare, perché qui a Trento - vuoi perché ci sono molte strutture - gli utenti hanno molto spazio nei convegni, in questo convegno soprattutto. Negli altri convegni che si tengono, invece, hanno uno spazio molto marginale, e questo non ci sembrava giusto. Ciò non toglie che poi abbiamo anche il supporto nell'associazione di operatori e di familiari, però è importante che, appunto, nel discorso delle Parole ritrovate, gli utenti devono fare un momentino i primi attori, è importante che si mettano loro sul palcoscenico e non sempre che vengano messi sul palcoscenico da altri.

Per quanto riguarda il problema degli operatori, certe volte, umanamente, è anche comprensibile capirli, perché la psichiatria, purtroppo, nel campo medico occupa gli ultimi posti. Volevo invece parlare del potere di contrattazione che si ha tra paziente e psichiatra. Io credo che bisogna appropriarsi di più di questo potere con i propri medici quando sono in grado di farlo e spesse volte anche facendolo un po' con determinazione.

VITTORIO ARTONI
Dipartimento di salute mentale, Brescia

Io sono un medico e lavoro presso il Dipartimento di salute mentale di Brescia. Io mi sono sentito un po' messo sotto accusa da Ron, quando dice che molti operatori hanno poco tempo da dedicare agli utenti, hanno poco tempo per relazionarsi con gli utenti. Poi speravo che la signora che viene da Bologna parlasse bene dell'Emilia, invece non l'ha fatto ed io non riesco a parlar bene della Lombardia, comunque. Speriamo che in questi due giorni si riesca a parlar bene di Trento ed è il motivo per cui sono venuto qui.

Ma torniamo all'affermazione che faceva Ron, quando diceva che essendo l'operatore impegnato a svolgere molto lavoro burocratico, passa molto del suo tempo per fare altre cose e non è impegnato a fare quello che serve all'utente. Questo è fondamentalmente vero. E poi diceva anche un'altra cosa - ed è quello che succede nella nostra realtà italiana - diceva che gli operatori sono molto pochi rispetto al bisogno che c'è, quindi il tempo che dedicano agli utenti, alla fine, non è mai abbastanza. Bene, queste cose non succedono qui da noi, non succedono in Italia. Succede invece il contrario e quindi mi dispiace un po' contraddire l'infermiera che viene da Milano. Io ho un osservatorio in cui la gente è molto demotivata. Lei è andata a lavorare al CSM perché voleva avere una comodità di orario. È quello il motivo per cui spesso la gente va a lavorare in psichiatria, per avere comodità di orario. Poi, dopo un po', purtroppo, tende a scappar via, ma perché? Perché, secondo me, non è attrezzata, non è messa in condizione di non avere quello che tecnicamente viene chiamato il *burn out*, cioè non ha tutti gli elementi perché possa non sentirsi in una situazione di conflittualità. Questo vale per gli infermieri e, secondo me, in un certo qual modo il medico ne è anche responsabile.

Chiudo dicendo che, nella realtà di Brescia, non c'è una vera impostazione di un percorso terapeutico. Non c'è un modo per trovare un'alleanza con l'utente. Siamo ancora a spaccare il pelo in quattro su che cosa significhi il consenso al progetto terapeutico. C'è ancora molta strada da fare.

GIUSEPPINA PALUMBO
Associazione "La svolta", Cinisello Balsamo, Milano

Io faccio parte di un gruppo che abbiamo battezzato "Cenacolo" e faccio parte anche dell'Associazione "La svolta". Il presidente è qui presente e dopo parlerà per i suoi problemi di salute mentale.

Io non so dove mi colloco. Io sono volontaria nel gruppo di auto aiuto, non sono operatrice, però ascoltavo prima Ron che diceva di mettersi in ascolto della persona, incontrare la persona ed allora il mio ruolo è quello di stare sulla porta dell'Associazione, dove il Comune ci ha dato in comodato un locale, accolgo i ragazzi - perché io li chiamo ragazzi anche se hanno cinquant'anni, così mi sento una ragazza anch'io - e poi, quando facciamo il gruppo - che abbiamo battezzato "Il cenacolo", perché si cena - si affrontano tutti i problemi della quotidianità e insieme decidiamo cosa fare da mangiare per la sera stessa, cosa prendiamo, cosa cucinia-

mo. Ma prima di arrivare alla cena, che è il *clou* della serata, parliamo, ascoltiamo anche la musica, giochiamo a carte, cioè tutti insieme decidiamo che cosa fare. Quindi io, come volontaria sono qui in ascolto di quello che hanno da dire questi ragazzi. Io sono molto emozionata e passo il microfono a un papà.

GIANNI MARTELLI
Associazione "La svolta", Cinisello Balsamo, Milano

Prima di essere il presidente de "La svolta", come diceva la cara Giusy, sono un genitore, sono un padre. E direi che sono proprio quel padre che descriveva Renzo De Stefani all'inizio. Io sono un padre molto arrabbiato, molto incazzato per ovvii motivi.

Su ciò che diceva prima quel signore sulla situazione lombarda, ci sarebbero da aggiungere molte altre cose. Qualcuno diceva prima: "Ma com'è possibile stabilire questa relazione per tutta una serie di situazioni, le cooperative, ecc. ecc.". Questa, purtroppo, oggi è la situazione: non c'è il tempo per la relazione, c'è solo il tempo per dare il farmaco, c'è solo il tempo per la terapia farmacologica.

Detto questo, parto dalla mia esperienza. Sono una persona che ha vissuto per diversi anni, e vivo ancora per diversi anni, molto arrabbiato per questa situazione. Però, a un certo punto, uno si deve anche domandare: "Ma a che cosa serve questa incazzatura?". Parlo un po' anche a nome dei padri, mi faccio portatore del pensiero dei padri, visto che oggi non ne ho sentiti, erano quasi tutte mamme che hanno parlato. Ma a che cosa serve questa incazzatura? Dove mi porta? Mi porta a litigare, mi porta a star male, mi porta a scontrarmi con mio figlio, alcune volte magari vola anche qualche ceffone, o cose di questo tipo.

E la situazione non cambia, anzi, sostanzialmente peggiora. Così, ad un certo punto, ci si comincia a fare delle domande del tipo: "Ma cosa posso fare io, insieme all'istituzione, per uscire da questa situazione, per cambiare, per migliorare, per guarire, per convivere con quello che hai?".

La fortuna ha voluto che incontrassi alcune persone che hanno cominciato a fare delle proposte: "Mettiamo insieme i genitori, facciamo un gruppo di auto aiuto, cominciamo a parlare fra di noi e vediamo che cosa poi ne può scaturire". Ecco, per farla breve, quello che poi ne scaturisce, che ne è scaturito, è un percorso è una presa di coscienza, è una possibilità di conoscere maggiormente la problematica e tutto questo ti porta a prendere coscienza che è possibile cominciare a lottare seriamente contro questa situazione.

E allora, da qui, si comincia a mettersi in Associazione, si comincia a conoscere come funzionano i Servizi sul territorio, si cominciano a conoscere anche situazioni magari migliori rispetto alla tua, per cui scambi informazioni, costruisci relazioni. Ad un certo punto veniamo anche nell'isola un po' felice di Trento. Ecco, tutte queste cose qua ci aiutano a sperare, perché poi i risultati non arrivano subito. Ci aiutano a sperare, ci aiutano a fare relazione. Per cui noi oggi abbiamo un'associazione a Cinisello Balsamo, in provincia di Milano. È una Associazione che raccoglie un po' di tutto: familiari, utenti, volontari e operatori. Qualcuno si meraviglia e dice. "Ma, gli utenti da soli...". Io dico che, se non avessimo gli utenti, noi

oggi non sapremmo come vivere perché, lo dico sinceramente, quello che non riesco a fare con mio figlio, molte volte riesco a farlo con qualcun altro. E questo, come dicevo prima, dà la speranza che, prima o poi, arriverò a quella relazione che è il mio obiettivo.

ELENA VAN WESTERHOUT
Servizio di salute mentale, Trento

Io volevo spendere due parole per Gianni, che è un mio caro amico. Io sono un'operatrice, lavoro a Trento, ma prima lavoravo a Cinisello Balsamo, in provincia di Milano e con Gianni c'è stato un percorso fatto insieme fin dall'inizio.

Ecco, io devo dire che Gianni, quand'era arrivato alla Casa dell'auto aiuto, che è uno spazio d'incontro, era molto arrabbiato e molto distruttivo rispetto all'associazione, rispetto ai familiari, rispetto a me, rispetto a qualunque cosa, e la cosa che ha provocato in lui questo grande cambiamento non è stato un rapporto con me, è stato un confronto ed un rapporto con gli altri familiari che, poco alla volta, gli hanno passato questo messaggio di diventare lui stesso attivo, protagonista. E questo suo dolore, che è molto forte, lui lo ha trasformato in questo lavorare, nello stare insieme con altri ragazzi che hanno lo stesso problema. Perché poi è difficile con il proprio figlio, magari con gli altri è più semplice e si riesce anche a capire meglio, ed ha fatto un cambiamento radicale. Per cui io volevo ringraziare Gianni, perché ci siamo separati - per modo di dire - cioè ci siamo un po' divisi in termini geografici da un mese e voglio fargli anche i miei complimenti per tutto questo percorso che ha dimostrato anche in questo momento di cambiamento colossale.

PIETRO LAUDANI
Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Buonasera. Scusate se mi metto in piedi, ma riesco a parlare meglio. Io sono un infermiere e vengo dalla provincia di Catania, da Adrano. Sono infermiere psichiatrico. Provengo dalla provincia di vecchi infermieri psichiatrici, dove ho avuto diverse possibilità per potermi riqualificare come infermiere professionale. Io non l'ho mai fatto, perché sono sempre stato orgoglioso di lavorare in psichiatria ed essermi formato in psichiatria.

Io ho sentito la necessità di intervenire quando ho sentito parlare tre persone. La signora che parlava di Bologna. Per me Bologna e l'Emilia Romagna, per quello che è, per quello che rappresenta politicamente, è sempre stata, assieme alla Toscana, il *top* dell'organizzazione sociale che c'è in Italia, per quanto riguarda la medicina, la società, le persone. Ora ho sentito che c'è qualche problema ed allora, sono voluto intervenire. Io provengo da una Sicilia dove i problemi sono grandissimi. L'anno scorso, qua, mi sono confrontato con Renato Parrino perché parlava male della psichiatria ed io riuscivo a parlare bene della psichiatria che c'è in Sicilia. Ho fatto una riflessione, che è poi quello che abbiamo passato noi nel nostro territorio

di Adrano, è una questione di opportunità e di coincidenze di persone che la pensano, non dico tutti, nello stesso modo, ma che hanno un obiettivo che è quello di far stare meglio il paziente e che lavorano tutti assieme in uno stesso servizio.

Noi, nel nostro piccolo, abbiamo fatto quello che abbiamo fatto e ci siamo riusciti con l'aiuto e con l'intelligenza. L'aiuto e l'intelligenza noi li abbiamo chiamati "intervento di rete", perché da soli, come DSM, quello che abbiamo fatto non potevamo farlo mai. Abbiamo fatto l'intervento di rete coinvolgendo i comuni, le cooperative, le associazioni, la Misericordia. Abbiamo coinvolto la rete sociale che c'è nel territorio e siamo riusciti a centrare certi obiettivi che ci siamo posti. Ieri sera alla signora di Palermo, che è qua di fronte a me, ho raccontato un piccolo episodio che è successo. Quattro anni fa c'era un ragazzo - io i pazienti li chiamo ragazzi - e il suo problema era quello di stare assieme anche ad un'altra sola persona. Se stava assieme ad altre cinque persone, si chiudeva e non usciva più. Domenica, dieci giorni fa, eravamo a Roma per una cosa nostra che avevamo organizzato e questo ragazzo è andato a vedersi la partita Lazio - Milan e stava assieme ad altre 80mila persone. Dico io, la psichiatria si deve porre questi problemi, non quello di bisticciare tra di noi e credo che noi tutti che siamo qua la pensiamo allo steso modo.

Allora qual è il nostro compito? È molto importante leggere questo manifesto, io ho partecipato a diversi convegni, ma non ho mai visto scritto come primo punto del manifesto "utenti, familiari, operatori e cittadini", come per dire che Le parole ritrovate danno l'importanza, al primo posto, all'utente, e questo deve essere l'obiettivo.

Allora credo che il nostro compito - come operatori, come familiari, come volontari - non deve essere altro che quello di spargere la voce anche a quelle persone che non lo sanno. Noi oggi siamo venuti solo due operatori, però, nel nostro servizio, la pensiamo tutti allo stesso modo. Prima c'era il medico che non è potuto venire mi ha chiamato e mi ha detto: "Come sta andando? Cosa si fa?". Ecco il coinvolgimento anche di tutti gli operatori.

Ripeto - e termino - il nostro compito è quello di dire agli altri, di trasmettere agli altri l'entusiasmo che abbiamo dentro di noi con Le parole ritrovate che è il motivo che ci fa ritrovare qua tutti assieme. Grazie.

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento

Io penso che, giunti a quest'ora della notte, possiamo avviarci a chiudere questo pomeriggio, anche perché sennò c'è il rischio che parla Renato Parrino e ci stende tutti. Naturalmente, però, se c'è qualcuno che ha ancora da dire delle cose di eccezionale importanza...

Domani parlano la Sicilia, Magenta e Abbiategrasso, La Spezia. Abbiamo individuato tre realtà regionali che domani mattina terranno banco e ci racconteranno delle esperienze consolidate di fare insieme.

È bello pensare che Le Parole ritrovate non sono qui per parlare male dell'Emilia o della Sicilia o della Toscana o del Trentino. Questa è una cosa che alle Parole ritrovate non interessa. Le Parole ritrovate sono per mettere in campo quel-

lo che ciascuno di noi, a partire dalle proprie responsabilità, può fare, perché è chiaro che se tutti noi crediamo - come diceva Coleman - ci impegnamo, costruiamo, sicuramente tutto sarà migliore, ogni giorno sempre di più. E questo è un po' quello che, credo, tutti abbiamo imparato e condiviso in questi anni di conoscenza assieme. Domani riprenderemo a fare questa bella strada. Non avremo Ron, ma saremo in tanti e faremo sicuramente delle belle cose, anche dando voce a Renato. Grazie, ci vediamo domani.

Venerdì 8 ottobre, mattina

CULTURA E PRATICA DELLA CONDIVISIONE

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento

Noi siamo pronti a riprendere, dopo che il nostro coro ci ha allietato. Vedo che l'aria trentina, almeno agli assenti, ha conciliato il sonno, perché c'è un bel numero di persone che è ancora nelle lenzuola e questo è bello per loro.

È con noi Giuseppe Penasa, Direttore del Distretto sanitario di Trento. Voi sapete che quasi tutte le realtà dela salute mentale, il mondo del disagio, i nostri mondi sono legati, da un punto di vista di riferimento istituzionale, ai distretti. Il dott. Penasa, da anni, è presente a queste giornate ed è una persona che, al di là del ruolo che ricopre, ha da sempre nel sangue qualcosa di buono ed allora è bene averlo qui, perché è sicuramente un amico delle Parole ritrovate.

GIUSEPPE PENASA
Direttore Distretto Sanitario, Trento

Grazie ed un saluto a tutti voi. Sentita la canzone, mi è venuta l'idea di suggerire al nostro Direttore del personale dell'Azienda di inserire nella scheda di valutazione del personale anche le capacità espressive degli operatori, in maniera da dare loro un valore…

Al di là della battuta, volevo portare una breve riflessione sul tema di oggi: "Cultura e pratica della condivisione". Ho pensato ad alcune cose da dire, perché, a mio parere, è evidente che la cultura e la pratica della condivisione non deve essere un patrimonio unicamente degli operatori della psichiatria, ma deve indirizzare l'azione di governo dell'intera organizzazione sanitaria territoriale.

Allora, convinto di questo, pensavo di esporre brevemente le linee guida che indirizzano l'Azienda provinciale per i servizi sanitari ed in particolare il distretto di Trento, che io dirigo, nell'organizzare l'attività territoriale dedicata alla salute mentale. Poi, andando a guardarmi velocemente gli Atti del Convegno dell'anno scorso, mi sono accorto che avrei dovuto dire le stesse cose e allora mi sono detto: "No, qui non ci siamo. Bisogna che trovi qualche altra soluzione". E mi è sembrato necessario orientarmi diversamente e prendo spunto - molto modestamente - da alcune affermazioni che ha fatto ieri Ron Coleman. Lui dice che l'operatore deve sforzarsi di entrare nel mondo della persona in difficoltà per sostenerla nel percorso che lui deve effettuare per riacquistare la guarigione. In sintesi lui dice che l'operatore deve diventare folle, come il folle, per percorrere assieme al folle il percorso della guarigione.

Io, come direttore del Distretto e responsabile dell'organizzazione dei servizi territoriali, nei quali è inserita anche la psichiatria, a mia volta devo rapportarmi con gli operatori della psichiatria, che sono - diceva Coleman - o devono essere dei folli. Anch'io, quindi, devo diventare un folle per percorrere assieme al folle operatore il percorso che questi effettua con il folle persona malata.

Allora, al di là del gioco di parole e fuori metafora, io penso che il sistema aziendale, ed in particolare il sistema dei servizi distrettuali, debba, nel suo insieme e coerentemente, facilitare, sostenere e se necessario stimolare un modo di interpretare l'azione della salute mentale fondata sul fare assieme, sul protagonismo congiunto dell'operatore assieme alla persona malata, dei familiari, con il coinvolgimento dell'intera comunità.

Il sistema distrettuale deve sapere anche supportare - mi si passi il termine - le follie che talvolta i servizi e i pazienti mettono in atto proprio per realizzare il sogno dell'acquisizione della propria autonomia e della propria personalità. Occorre, in sostanza, andare in una logica che sappia andare oltre alla logica dell'organizzazione dei servizi per perseguire la logica dei progetti, ove entrano non solo gli operatori e i servizi psichiatrici in senso stretto, ma sono valenza importante, in primo luogo, i malati, non solo come pazienti, ma anche come attori protagonisti, i familiari, i componenti della comunità, delle associazioni che intendono impegnarsi nei progetti e gli altri servizi territoriali. Ne deriva quindi come logica conseguenza che debbano essere adottate forme di azione e di intervento spesso innovative, al di fuori degli schemi amministrativi e organizzativi propri dell'organizzazione sanitaria.

È chiaro che tutto ciò non è sempre facile da realizzare. Il sistema sanitario deve rispondere ad esigenze e ad interessi di vari soggetti: il malato singolo, più malati, la collettività, che attraverso i suoi organismi istituzionali indica degli indirizzi, definisce le risorse da utilizzare, gli stessi operatori a volta possono essere portatori di interessi diversi. Quindi, il fare coesistere tutti questi interessi non è sempre facile. Le stesse regole di funzionamento dell'organizzazione sanitaria talvolta non aiutano, non favoriscono un modo di operare che risponda a quelle esigenze che dicevamo prima, del fare assieme, dello sviluppare il protagonismo dei pazienti, del coinvolgere le famiglie e via dicendo.

Tuttavia, questa difficoltà non può essere motivo per ripiegare l'attività psichiatrica in una logica tecnicistica dove c'è il trinomio operatore - paziente - farmaco, o per rifuggire dalla psichiatria di comunità, perché inserita nella comunità, o per evitare il coinvolgimento degli altri soggetti in un progetto con la persona per la persona non possono mancare.

Noi, qui a Trento, ci proviamo, e quando vedo come in questa occasione, ma anche in tante altre, una significativa partecipazione di utenti e di operatori, penso che in gran parte ci stiamo riuscendo. Quindi, per me, è doveroso darne atto e riconoscimento a chi dentro i servizi, e soprattutto al di fuori e assieme ai servizi, sta rendendo tutto ciò una concreta realtà. Grazie.

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento

Grazie a Pino Penasa, uomo davvero impegnato a realizzare le cose che dice. E non è sempre così!

Adesso avrebbe dovuto prendere la parola un signore che da sempre viene alle Parole ritrovate e che è Beppe Lumia. Alcuni di voi lo hanno già sentito in altre occasioni, altri lo conoscono, come il gruppo dei siciliani, perché Beppe è siciliano. Però il nostro ci ha, non dico tradito, perché non è questa la parola giusta, ma come qualcuno di voi sa, l'hanno comandato nei lavori parlamentari, perché in Parlamento si sta discutendo sulla riforma costituzionale, e allora tutti i partiti obbligano i loro parlamentari a non fuggire, perché sennò voi sapete che il venerdì, di solito, il Parlamento chiude e tutti vanno a casa.

Allora scrive Beppe: "*Caro Renzo, è con vivo dispiacere che ti debbo annunciare l'impossibilità di essere insieme con voi a Trento. Le parole ritrovate sono un appuntamento a cui tengo molto, perché mi consente un confronto molto bello ed arricchente. È un'occasione preziosa per tanti cittadini, operatori, familiari, persone che vivono nel mondo del disagio. Purtroppo, i lavori parlamentari, in questi giorni ruotano intorno alla riforma della nostra Costituzione...*(e qui spiega quello che vi ho già detto). *Buon lavoro, un saluto a tutti e a presto. Un abbraccio caloroso. Beppe Lumia*". Ci dispiace che non sia con noi, ma idealmente è presente.

Come sempre nelle cose che non filano esattamente come da programma, si può leggere un aspetto meramente negativo, o si possono leggere anche aspetti positivi. Non sentiremo un caro amico, Beppe Lumia, ma questo vuol dire che avremo più tempo per parlare, non in venti, ma in trenta o in quaranta. E la cosa più bella sarebbe se oggi parlassimo tutti. Tutti quanti siamo qui, indistintamente, perché questo è lo spirito delle Parole ritrovate.

Abbiamo anche ospite una classe di un liceo di Trento e questo è bello, perché il futuro ovviamente saranno i giovani e allora, avere qui delle presenze di ragazzi è forse il segno migliore per poter costruire assieme dei percorsi che ci garantiscono un futuro migliore.

Domani, abbiamo il tema dello stigma e del pregiudizio, del lavoro che si fa anche nelle scuole a questo riguardo. Ma nulla vieta che ne parliamo anche questa mattina se qualcuno dei ragazzi, nel corso della mattinata ha voglia di parlarne...

Per questa mattina, dopo l'intervento di Beppe, avevamo previsto di dare voce particolare ad alcune esperienze che in questi ultimi anni si sono incamminate sui percorsi del fare assieme e che ci possono portare testimonianze a più voci di quanto hanno realizzato. Sono gli amici del catanese, di Magenta, Abbiategrasso e dintorni (Magenta e Abbiategrasso sono due comuni dell'*interland* milanese) di La Spezia e di Gubbio. Questi erano i tre interventi che avevamo previsto, a cui abbiamo aggiunto anche Gubbio.

Se vengono anche Roberto ed Elena, che di solito facilitano i nostri lavori... Cosa dite se cominciamo con Catania e dintorni? Può andar bene? Sì, ok, partiamo.

ROBERTO PEZZANO
Servizio di salute mentale, Catania

Gli amici che sono qui rappresentano una parte della Sicilia, si tratta di Catania e dintorni. Una realtà con le sue particolarità, come sempre e come dappertutto. Le macchie di leopardo ci sono in Sicilia e non solo, ci sono città in cui i Dipartimenti funzionano, città in cui i Dipartimenti non funzionano o funzionano male.

La nostra realtà sta cercando di lavorare in maniera coordinata, di lavorare insieme. Nel 2001 a Catania abbiamo fatto uno dei primi incontri regionali de Le parole ritrovate. Ed anche quest'anno ci siamo ripetuti, non più a Catania città, ma nell'hinterland, ad Adrano, Biancavilla, Giarre, Riposto. Questo è importante perché ci fa capire come è possibile stare insieme, non solo nella città, ma anche in realtà più piccole, dove a volte gli spazi e le possibilità in realtà possono essere più grandi.

Gli incontri siciliani de Le parole ritrovate - poi loro vi racconteranno - sono state esperienze particolarmente ricche. Due giorni consecutivi che hanno coinvolto familiari, operatori, amministratori comunali con grande intensità. Io, per adesso, chiudo e lascio la parola agli amici di Giarre e a Riposto.

ALFREDO LONGHITANO
Associazione "Il melograno - insieme nella diversità", Giarre, Catania

Ciao, sono Alfredo, sono dell'Associazione "Il melograno - insieme nella diversità". Nel giugno di quest anno, per la prima volta in quel territoriosi sono tenute Le parole ritrovate ed è stata un'esperienza molto importante e molto intensa per parecchi che non avevano mai partecipato a qualcosa di questo tipo. Scoprire che è possibile condividere e solidarizzare la propria sofferenza, i propri problemi, alleggerirli e poter vedere una speranza nell'evoluzione dello star male.

C'è stata una partecipazione abbastanza intensa, non soltanto da parte dei familiari, ma anche da parte degli amministratori comunali con i quali abbiamo cercato - sensibilizzandoli - di far capire che senza una collaborazione tra i familiari, le persone con disagio, gli amministratori e i servizi del Dipartimento di Salute Mentale è difficile poter fare qualcosa.

E si sono messe su delle belle esperienze, anche nel campo del lavoro. Poi leggeremo i contributi di alcuni amici che oggi non sono presenti, ma che ci tenevano a condividere con voi le loro testimonianze.

In quell'incontro ci sono stati genitori e persone con disagio che, per la prima volta, parlavano e si confrontavano con gli altri. Ad esempio, il fatto di vedere un ragazzo che da cinque anni non usciva di casa, venire là e dire: "È molto bello. Mi sento bene, sto bene a stare qua con voi" è stata la cosa più bella che potesse accadere. Fosse stato anche solo per quello, ne è valsa la pena fare Le parole ritrovate a Giarre o in altre zone. Perché questo è quello che manca: sentirsi insieme, la solidarietà e il condividere. E il fatto che tanti familiari, tante persone che soffrono hanno potuto vedere che c'è la possibilità, che si può fare, ha dato loro, ha dato a noi, a tutti quanti una grande speranza. Grazie.

RITA BARBAGALLO
Associazione "Il melograno - insieme nella diversità", Giarre, Catania

Io sono Rita e vengo da Giarre. Io mi sono ammalata molto giovane, all'età di venti anni; adesso ne ho quaranta. Sono passati tanti, ma tanti anni e devo dire che sono stata un po' da sola durante il mio percorso della vita, quindi mi sono arrangiata da sola. Agli inizi, per me, è stato terribile, perché non sapevo cosa fare, poi, piano piano, con gli anni e con l'aiuto del Dipartimento di salute mentale di Giarre, ho imparato a combattere, ad andare avanti, anche se ci sono dei momenti che ti lasciano così… Però piano piano, sono andata avanti. In questi anni è successo anche che mi sono sposata ed ho avuto un bambino. Il mio bambino, purtroppo, non cammina. Sono successe tante di quelle cose, però devo dire che sono riuscita ad andare avanti ed andrò sempre avanti, sperando di migliorare e di poter fare del mio meglio per il mio bambino e per i miei parenti. Grazie.

SIRI LEOTTA
Associazione "Il melograno - insieme nella diversità", Giarre, Catania

Io sono Siri. Ho cominciato a sentirmi male a diciassette anni. Prima avevo qualcosa, ma non sapevo che cos'era. Già sentivo le voci, quando ero bambina, e dicevo sempre: "Io non sono me stessa, io sono qualcun'altra, quando potrò riuscirò ad essere diversa" e non mi curavo. Appena ho cominciato a sentirmi male, con i miei problemi, è uscito fuori qualcosa che io non sapevo: ho cominciato a curarmi, sono riuscita a diplomarmi, grazie al mio dottore. Ma questo non è bastato, mi sono ristabilita varie volte e poi sono ricrollata altrettante volte, fino a quando si è giunti al momento del ricovero. Nel frattempo conosco Il melograno. Ed è una prospettiva diversa, perché io di amici ne ho avuti tanti, anche se mi hanno dato coltellate davanti e di dietro, ma nel momento in cui io mi sono sentita veramente male io mi sono ritrovata con mio padre, mia madre, il dottore e qualche parente.

Poi c'è stato un altro ricovero e quando sono uscita c'è stata qualche prospettiva in più: comincio a frequentare il Dipartimento di salute mentale di Aci Reale, faccio teatro, qualcos'altro, vado all'Associazione Il melograno. Adesso sto cercando di portare avanti - già questa esperienza è nata - un gruppo che si dovrebbe chiamare "*Fantasy*" che è facilitato da Maria Grazia, e che cerchiamo di continuare a portare avanti, perché secondo me dovrebbe essere una bella esperienza di crescita. Comunque faccio queste piccole cose e spero che possa andare avanti, perché, nel momento in cui stavo male, che avevo una crisi, le persone come Alfredo mi sono state vicine, fisicamente e psicologicamente.

Vorrei leggere una relazione dei miei genitori sull'esperienza del Melograno, di quattordici anni di sofferenza.

Dopo quattordici anni di solitudine nell'affrontare privatamente, da genitori, il disagio psichico di nostra figlia, siamo venuti a conoscenza, nel giugno scorso, della presenza a Giarre di un'associazione di familiari di persone con disagio psichico: "Il melograno, insieme nella diversità".

La prima volta che abbiamo partecipato ad un incontro di familiari dell'associazione non nascondiamo di essere stati quasi presi da un pizzico di emozione. In tutti gli anni passati sapevamo di non essere gli unici, ma era stato quasi impossibile parlare dei nostri grandi problemi con altri che si trovavano nelle stesse condizioni. Solo nelle sale di attesa di psicologi, psichiatri, neurologi più o meno illustri avevamo visto e scambiato qualche parola, quasi furtiva, con altri familiari travolti anche loro da amaro destino.

In quel momento si sono concretizzati davanti ai nostri occhi le esperienze, i problemi di altre famiglie, ci è stato facile aprire il nostro affranto cuore e far partecipe gli altri delle nostre tristi vicissitudini. All'improvviso abbiamo avuto la sensazione che una piccola e lontana luce si fosse accesa: non siamo più soli, qualcuno ci capisce veramente, qualcuno vive e condivide i nostri problemi, ci possiamo scambiare consigli frutto di dolorose esperienze.

Sono seguiti altri incontri, si sono discusse problematiche ed iniziative, certo il nostro problema rimane ed anzi ultimamente si è un po' aggravato, ma proprio negli ultimi momenti difficili abbiamo avuto, da parte di qualcuno dell'associazione, il conforto morale, il conforto della presenza fisica, le parole di incoraggiamento anche telefoniche che ci hanno dato la forza di affrontare certe situazioni. Non sentirsi soli, stare insieme, poter scambiare esperienze, incoraggiarsi reciprocamente vuol dire tanto. Ma si sta pure insieme per lottare, per individuare e discutere insieme nuove proposte, per spingere le istituzioni ad occuparsi di questi gravi problemi ed aiutarci. Antonino Leotta, Caterina Marino.

ALFREDO LONGHITANO
Associazione "Il melograno - insieme nella diversità", Giarre, Catania

Vi leggo il contributo di una madre e di una sorella.

Queste anime che si perdono in mondi sconosciuti di cieli lontani, di vagabondaggi irrequieti, queste anime che chiedono e non sanno cosa, hanno bisogno di noi, di noi tutti del nostro amore, del nostro coraggio, della nostra disperazione a volte, della forza di non mollare, anche quando tutto sembra inutile. Hanno bisogno di essere protetti da un recinto umano di solidarietà, che si stringa intorno a loro nel momento della crisi, che li abbracci anche con violenza, se necessario, ma sempre con amore.

Costruiamo un recinto umano i cui steccati siano mani che si stringono, braccia che si rendono disponibili all'apertura allorquando queste anime hanno la gioia, a loro volta, di diventare recinto umano di amore e solidarietà. Perché la cosa che mi auguro per mio figlio e per tutte le persone che in questo momento soffrono è che si riprendano la vita. Dobbiamo lottare ed armarci tutti di certezze che questo possa avvenire. La sicurezza della certezza è l'arma bianca, non intesa nel senso tradizionale, ma concepita come forza che non fa nessun male, che ci permette di penetrare anche nei cuori più apatici. La forza della certezza l'ho trovata nel gruppo, nell'associazione "Il Melograno, insieme nella diversità" di cui faccio parte, nelle persone speciali che ho incontrato e che hanno aiutato me e mio figlio a poter crescere insieme, a seguire un percorso comune. Persone che dedicano la loro esistenza, la loro vita, il loro tempo che va oltre l'orario di

lavoro a far si che in questo mondo così ingarbugliato di indifferenza e pregiudizi qualcosa cambi.

Grazie di cuore a tutti voi, grazie alle Parole Ritrovate, Rita.

Mi chiamo Maria, ho trent anni, sono sposata ed ho due meravigliosi bambini. Faccio parte del "Gruppo famiglie" avendo un fratello che soffre di schizofrenia. Si chiama Rosario, ha trentadue anni, un ragazzo molto riservato che parla poco, difficile da capire e testardo nel farsi aiutare, rimasto colpito dalla morte del padre, all'età di tredici anni. Prima circondato da tanti amici, anche per la sua passione per la pesca subacquea e dire che adesso ha una paura terribile del mare. Via via che la malattia andava avanti, sempre meno amici andavano a trovarlo, lasciandolo adesso completamente solo, nella sua sofferenza.

Siamo entrati a far parte del gruppo un anno fa, quando Rosario è stato dimesso dopo un ricovero avvenuto in TSO. All'inizio eravamo una barca alla deriva, ignari di tutto. Lui, nei suoi silenzi e nelle sue allucinazioni visive che lo perseguitavano e noi nella nostra difficoltà di non sapere come aiutarlo. Poi, grazie a tutti i componenti del Centro Diurno, abbiamo iniziato a capire cosa stesse succedendo. I problemi sono tanti, difficili da affrontare quotidianamente, ma con l'appoggio e l'aiuto psicologico si può andare avanti. Ringrazio tantissimo gli amici del gruppo, per l'appoggio che mi hanno dato in primavera psicologicamente e fisicamente, ho avuto modo di potermi allontanare per un weekend andando loro personalmente a casa a trovare mio fratello, insieme agli infermieri che ringrazio tanto per la loro disponibilità nel dialogare coi pazienti. È con le nostre esperienze che confrontandoci con altri come noi possiamo convincerci che è possibile poter vivere e fare qualcosa anche per gli altri, pur nella diversità della malattia. Maria.

DAVIDE NERI

Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Io mi chiamo Davide Neri ed ho trent anni. Penso che quelli che sono presenti qua oggi e che erano presenti l'anno scorso mi conoscono un po'. Faccio parte dell'Associazione Diversamente uguale del Dipartimento di salute mentale di Adrano. Voglio leggere una cosa che ho scritto.

Non so come ringraziare Dio per essere qui e le persone che l'hanno desiderato. Mi ha recato una non poca soddisfazione l'essermi diplomato: è stato un motivo per capire le grandi gioie della vita. Questo diploma ha alimentato i sogni più belli della mia vita, perché sono fatti d'amore. Questi sogni sono il mio lavoro, la mia ragazza, la mia casa. Nel lavoro non riesco ad essere una persona pienamente realizzata, perché le mie capacità e l'impegno esprimono la loro potenzialità in quello che io amo più fare. Per questo non riesco a trovare un lavoro. Mi sono fatto, però, una ragione di vita nel voler lavorare per qualcosa che, facendola perché mi piace farla, io capisco quanto sia importante il lavoro. Esprimere le mie potenzialità in quel lavoro adatto a me, mi fa uscire dal disagio della mia vita.

La prima pietra che vorrei alzare per la mia realizzazione è quella del lavoro, prima di tutto, ma c'è una realtà davanti a me che è difficile e lo è ancora di più se

chi mi può aiutare, o non mi aiuta, o non può, e sta decidendo al posto mio. La vita, a volte si sa - l dico con un po' di tristezza – a volte ti costringe a piegarti al suo volere. E se non mi posso realizzare nel lavoro e nel matrimonio, mi realizzerò nel convento. Delle inclinazioni per la vita del convento ce le ho, ho la mia piccola esperienza sulle spalle. Se me ne vado nel convento vorrei, però, portare con me sempre questo: "Perché tu vita ci porti dove vuoi tu, ma ci fai fare certi sogni che è meglio non vederli per non andarsene con loro, anche se loro non vogliono?".

ANNAMARIA PARATORE
Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Io mi chiamo Annamaria ed è il secondo anno che vengo qui. Volevo dirvi qualcosa sulle Parole ritrovate che si sono tenute in giugno ad Adrano, il paese dove sono nata, cresciuta e ci vivo tuttora.

Si respirava un'aria di solidarietà favolosa. Trento ha dato a noi la voglia di partire con una marcia in più. Noi dell'Associazione Diversamente uguale siamo riusciti con l'aiuto dei trentini, di Renzo De Stefani, di Roberto Pezzano e del Dipartimento di salute mentale di Adrano a fare qualcosa di importante per noi e, in quella sede, ho scoperto che anche ad Adrano esiste una carica umana che mai mi sarei aspettata di poter scoprire a 47 anni. Questo è quello che desideravo dirvi.

DONATELLA PINZONI
Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Io mi chiamo Donatella Pinzoni e faccio parte dell'Associazione "Diversamente uguale", ma nello stesso tempo sono anche una ex utente. Sono stata una di quelle che si è allontanata dal suo paese, perché io non sono di Adrano, ma di Maniace e mi sono allontanata dal mio paese per lo stigma. Io ho fatto il mio percorso, ma non ne sono pentita, perché con il mio percorso ho trovato le parole e queste hanno gridato forte dentro di me e così ho cominciato a scribacchiare.

Io vorrei parlare dell'importanza delle parole. Oggi si chiacchiera tanto, facendo bla bla, ma non ci sono mai parole vere uscite dal cuore e non si ascolta, non c'è l'ascolto. È molto importante una parola uscita dal cuore e penso che, a volte, le parole vere escono dalla sofferenza, perché questa fa germogliare le più belle parole. È importante, oggi, avere anche una sola parola uscita dal cuore. Dicono che non si risolvono i problemi parlando, però le parole ti aiutano a stare assieme. Penso che in ognuno di noi ci sia ancora una parte bambina che ancora vuole sognare.

Io vorrei leggervi una favola che ho letto alle Parole ritrovate di Adrano: "Le parole che fuggono".

C'era una volta, in una galassia lontana, un gran castello rosso: la fortezza del cuore, ove regnava la regina Penna con le sue dolci ed allegre creature: le parole. Nel castello si stava bene, mentre fuori spirava il vento impetuoso della diffidenza che gelava dentro. I pacchi di fogli si dibattevano e lottavano tutti i giorni con lui per non perdersi nell'abisso del tempo, ma non sempre ci riuscivano da soli. Avevano bisogno di qualcosa

o di qualcuno che li aiutasse, li fortificasse, come le parole. Qualche foglio andò dalla regina a chiedere aiuto, ma le parole, spaventate, fuggivano e si nascondevano in posti immaginabili. Avevano paura di uscire dalla fortezza così calda e confortevole; avevano paura di non riuscire a sopravvivere al gelo di quel vento impetuoso. La regina Penna provò in tutti i modi a persuadere le parole ad uscire per aiutare i fogli, ma non ne vollero sapere, erano troppo impaurite. Avvilita ed intristita per non essere in grado di aiutare i fogli, si ammalò ed un velo di tristezza cadde sulla fortezza. Le parole, preoccupate per la loro regina, fecero di tutto per alleviare il suo dolore. Lei, a malapena, accennava un sorriso per poi ricadere nella malinconia. Disse alle sue creature: "Io vi amo tantissimo, ma ditemi, che regina sono se non aiuto i fogli a sopravvivere, se non sono un'orma nel tempo, se non lascio qualcosa di autentico alle future generazioni? Su cosa si stabilirà il presente se non hanno il passato?". Le parole rifletterono tanto su quello che aveva detto la regina ed allora arrivarono ad una conclusione. Loro stavano bene, ma se fossero state male avrebbero chiesto e voluto che qualcuno le aiutasse; era giusto combattere questa battaglia insieme ai fogli. Intimorite e tremanti cercarono di farsi coraggio e, senza ascoltare la paura, uscirono dalla fortezza, unendosi ai fogli nella battaglia. Alcuni si persero nell'abisso del tempo, altri sopravvissero, dando una carezza a chi li ascoltava e a chi li ascolta. La Penna si ristabilì e dal suo castello sbocciarono tante parole che volano libere nel tempo, perché c'è sempre bisogno di parole e di cuore.

Vorrei leggervi anche una poesia che ho dedicato alle Parole ritrovate dell'anno scorso quando sono stata qui.

I miei occhi gridano nel silenzio,
i tuoi occhi gridano nel silenzio.
Urlano parole,
pezzi di cuore stanchi di tacere
nei geli della solitudine.
Gridano forte per spegnere
questa notte d'oblio fredda,
gridano parole
stanche nel silenzio.

ANNAMARIA PARATORE
Associazione "Diversamente uguale", Biancavilla, Catania

Desidero dirvi una cosa: per me è stato importante il cammino della sofferenza, perché io ho trovato una serenità che non avevo neanche quando ero bambina. Quindi non scoraggiatevi, attraverso la sofferenza si cresce.

PIETRO LAUDANI
Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Buongiorno. Come ho detto ieri sera, io, per parlare, devo mettermi in piedi, perché seduto non so parlare, non mi so esprimere.

Cosa debbo dire? Il risultato delle Parole ritrovate sono queste cose qua. Noi del gruppo di Adrano abbiamo ritrovato persone come Donatella che noi conoscevamo semplicemente perché veniva nel nostro Servizio a fare una visita, si prendeva i medicinali ed andava via. Dato che era di un comune distante da Adrano e non era neanche del nostro Distretto, non sapevamo cosa c'era dietro le spalle di Donatella. L'anno scorso abbiamo scoperto che Donatella è una scrittrice, scrive poesie. E che razza di poesie scrive, perché quelle che ha letto sono solamente un pensiero ed una poesia, ma ha un malloppo grossissimo di poesie e si esprime benissimo.

Dopo l'intervento che ho fatto ieri sera, mi hanno chiesto in tantissimi di sapere cosa si fa ad Adrano. Un ragazzo mi ha detto: "Io sono siciliano, non lavoro in Sicilia, ma non sapevo che in Sicilia si fanno anche queste cose".

Noi abbiamo una squadra di calcetto che gioca a pallone, si fanno i campionati. Andiamo in una casa famiglia dove facciamo attività, tipo il gruppo giornale. A Biancavilla facciamo il gruppo all'interno di altri istituti, come le suore, un'associazione di carabinieri che ci mettono a disposizione i propri locali.

Noi ce ne siamo accorti l'anno scorso, venendo per la prima volta qui alle Parole ritrovate, che nel nostro piccolo facevamo le Parole ritrovate, ma moralmente non sapevamo che eravamo associati a questa grande realtà che sono Le parole ritrovate. Noi, quando facciamo i gruppi, non siamo io infermiere, io medico, io psicologo e tu, utente, che devi ascoltare me. No. Noi, quando facciamo i gruppi, diamo la parola ai ragazzi, per ascoltare i ragazzi, per farli sentire che c'è qualcuno pronto ad ascoltarli, perché, purtroppo, nella società - parlo del Sud, parlo della mia zona - c'è ancora una certa emarginazione di questi ragazzi. Noi facciamo sentire ai ragazzi che sono come gli altri.

Allora, in questo contesto, l'anno scorso, in un giro di iniziative che si fanno nella provincia di Catania, alla villa comunale di Adrano, in un giorno che faceva caldo e la gente si riversava nella villa comunale perché lì si trova un po' di fresco fra gli alberi e le fontane che ci sono, abbiamo fatto un'iniziativa dove venticinque utenti con le tele facevano un'estemporanea di pittura. Intorno a noi si sono riunite sette-ottocento persone che hanno detto: "Chi sono questi pittori?". Si sono confusi perché non sapevano che erano ragazzi che avevano dei disagi mentali. Quando l'hanno saputo da me e da altri operatori che stavamo parlando, la risposta è stata: "Ma sono persone come noi". Allora il disagio non è dei ragazzi, ma è di quelli che si credono normali, ma invece non è così.

Un altro episodio, che voglio raccontare e che è successo tra l'anno scorso e quest anno. Noi abbiamo fatto l'avviamento al lavoro di quattro ragazzi nel comune di Adrano. Nessuna ditta li ha voluti. Dovevano lavorare completamente gratis. La ditta aveva la manodopera di questi quattro ragazzi e doveva pagare solamente 25 Euro di assicurazione per tutto il periodo. Non li ha voluti nessuno. Il Comune di Adrano, dietro nostra insistenza, ha preso questi quattro ragazzi. Il caposervizio, che mi conosce personalmente, mi ha detto: "Laudani, ma mi stai mettendo in un mare di guai. Io con i pazzi non ho mai avuto a che fare". Scusate la definizione che non è mia, ma lui ha detto proprio così. Io gli ho risposto: "Non è vero, perché quando io ero vice presidente del Consiglio, tu hai avuto a che fare con me, che sono un pazzo, io, Pietro Laudani, tu hai avuto a che fare con me. Ti ho creato pro-

blemi?". Mi ha risposto di no. "E allora - dico io - non avrai problemi neppure con questi ragazzi".

Noi, durante il periodo del lavoro di questi ragazzi, facciamo sempre delle riunioni, anche per sapere come vanno. Io ho messo a disposizione del caposervizio il mio telefonino e gli ho detto: "Puoi chiamarmi di notte e di giorno se ci sono problemi". Dopo che abbiamo fatto tutta l'esperienza e abbiamo fatto la riunione definitiva, questi ha detto una cosa molto importante: "Io ho parlato con Laudani ed avevo paura. Alla fine sono stati i ragazzi che hanno insegnato a me". E questo è un altro risultato molto importante.

Torno - due minuti - sulle Parole ritrovate che abbiamo fatto ad Adrano. È stata una bella esperienza, come hanno detto i ragazzi. Non ritorno su questa cosa, ma è stato un momento importante anche per noi operatori. è venuto un gruppo di operatori di Paternò, un comune vicino ad Adrano. Volevano venire anche qua, ma per problemi di organizzazione non sono potuti venire. Ci siamo confrontati e lo psicologo di questo gruppo di Paternò ha lanciato un'idea. Ha detto: "Io ho la possibilità di portare dei ragazzi a Roma". Il risultato è stato questo. Noi, otto giorni fa, siamo tornati da Roma. Siamo stati sette giorni a Roma, abbiamo avuto l'udienza dal Papa, siamo stati ospiti per sette giorni, vitto ed alloggio. L'autobus l'abbiamo pagato noi con 55 Euro a testa che abbiamo versato tutti, pazienti ed operatori. Ma quella era una somma irrisoria. Siamo stati sette giorni ed abbiamo fatto una cinquantina di chilometri a piedi, non abbiamo pagato neanche un Euro in nessun museo. Sembra strano, ma dove ci presentavamo avevamo il nostro progetto e ci facevano entrare senza soldi. Siamo stati ospiti dell'Istituto Don Orione completamente gratis. All'Azienda è costato soltanto sei giorni di missione per gli operatori. Ma eravamo in cinquantaquattro a Roma e quel ragazzo di cui parlavo ieri sera - quello che quando stava insieme a due o tre persone, già si sentiva handicappato e si metteva da parte perché non ce la faceva e gli venivano le crisi - è andato a vedersi la partita Lazio - Milan. Lui, tifoso del Milan, è capitato in mezzo ai tifosi laziali ed ha dovuto tifare per la Lazio. Però è stato assieme ad ottantamila persone, uno che quattro anni fa aveva preoccupazione di stare assieme ad altre due persone.

Le Parole ritrovate le ho definite una malattia infettiva che, quando ti prende, non ti puoi curare più, ti prende tutto, dalla testa ai piedi. Grazie.

SANTINO PAPOTTO
Associazione "Diversamente uguale", Biancavilla, Catania

Io sono un utente che ha costruito, insieme al mio psicanalista che mi segue, un rapporto di libero scambio di idee e di amicizia e mi trovo molto bene. All'inizio, come tutti, ero resistente perché credevo di non essere sofferente, ma che fossero loro ad accusarmi della mia sofferenza. Poi, invece, ho capito che qualcosa c'era. Il mio psicanalista ha conquistato la mia fiducia, è stato ed è un amico.

Volevo anche dire che dalla mia esperienza di sofferenza, ho capito molte cose della vita. Le parole ritrovate sono importanti, perché chi sta male deve dirsi la pa-

rola che lo identifica col suo malessere per inquadrarlo e combatterlo in qualche modo in compagnia degli operatori.

La mia formazione è filosofica, perché io ho studiato molto la filosofia, per cui dico che quando un uomo cade, ha bisogno di rialzarsi e le medicine sono un pensiero degli operatori che si preoccupano per lui. Per cui io devo dire che la sanità ha il compito di curare anche gli aspetti più oscuri della nostra psiche.

Rudolf Steiner ci insegna ad usare, quando si sta male, non la ragione, perché questa ritorna sempre su problemi ormai definiti, ma di usare la volontà del cuore che elimina i pensieri e dà serenità per rialzarsi. Grazie.

VINCENZO RICCERI
Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Buongiorno a tutti. Ho sentito il bisogno, e lo sento tuttora, di mettere per scritto i miei pensieri affinché, attraverso una attenta scrittura, possa darmi un'educazione sia a livello etico, sia a livello spirituale. Ho scritto un romanzo dove le storie sentimentali, che sono di pura fantasia, sono un pretesto per parlare di me. Il titolo è un'allegoria: "Il re sul trono di pezza". Il re sul trono di pezza sono io, perché mi sento superiore a tutti in tutto, ma in realtà sono io ad essere un gradino sotto gli altri. Dovete sapere che sono un perfezionista: ogni cosa deve essere al suo posto, ogni cosa deve essere fatta nel modo giusto, vale a dire "come dico io" e questo è causa di stress.

La mia ambizione, unita alla perfezione, rende questo perfezionismo una condizione ancora più antipatica da sopportare. La perfezione si tramuta in intransigenza che, appunto, è causa di maggior stress. Parlando con un'amica, che è qui presente e che si intende di psiche, mi sono accorto che questa perfezione ad un certo punto la pretendo anche dagli altri, ma siccome ognuno ha un proprio modo di essere, non posso pretendere che tutti gli altri siano come dico io. Quindi non posso avere un mondo a mia immagine e somiglianza e non avendo un mondo a mia immagine e somiglianza, mi innalzo su tutti e su tutto con pareri, giudizi e idee che in realtà sono formulate con i paraocchi. Come vedete è tutto un circolo vizioso, tutto ritorna a sé.

Quando riuscirò a dominarmi, allora potrò dire di essere un re seduto su uno stabile e robusto trono. Un giorno riuscirò a relazionarmi con gli altri senza tutte queste pretese e senza intransigenze, senza volere che gli altri siano a mia immagine e somiglianza, perché un mondo così non lo può avere nessuno.

Potete credermi sulla parola in quanto questa volta non parlo per megalomania, io, per altri versi, sono già un sovrano. Ma tutti noi possiamo essere sovrani, seduti su stabili troni se ognuno di noi riuscisse a risolvere i propri problemi. È vero che in passato, quando è sopraggiunto qualche pensiero a preoccuparmi, ho perso un po' di sicurezza nel riuscire a risolvere questo problema, ma non per questo ho smesso di lottare, anzi, tirando fuori la grinta, sono riuscito a migliorare la mia vita e adesso ci manca poco per riportarla ai livelli di prima.

Secondo me ognuno, nella propria vita, deve porsi un obiettivo da raggiungere affinché, una volta raggiunto, potrà dure di aver realizzato la propria vita. Que-

sta meta non deve essere per forza un qualcosa di grandioso, ma può essere anche la risoluzione del proprio disagio così, una volta raggiunta la meta, potrà dire di essere felice.

Avrete di certo capito che non sono qui per mettermi in mostra. L'esternazione della mia forza di volontà è un incoraggiamento per voi che ascoltate ed un esempio per coloro che hanno perso la speranza. I nostri problemi sono risolvibili, basta metterci un po' d'impegno. L'unico aspetto negativo che rende i nostri problemi diversi dagli altri è la durata di guarigione, in quanto sono tempi molto lunghi. Io non mi sono mai sentito diverso da qualcun altro, anzi, per alcuni versi, a volte mi sono sentito anche migliore di qualcun altro e ciò che mi ha permesso di sentirmi superiore, sicuramente lo devo alla mia autostima. L'autostima è molto importante per risolvere i propri problemi.

Come tutti i cattolici praticanti, so che non si può ottenere nulla senza l'intervento di Dio. Il Signore ha detto: "Cercate e troverete. Bussate e vi sarà aperto". Attenendomi a questa promessa del Signore, io trovo la forza per reagire ed è da qui che deriva il mio spirito battagliero ed è la ragione per la quale sono vicino alla guarigione, perché, appunto, pregando con fede, chiedendo e bussando, noi otterremo.

CARMELA PANTANO
Servizio di salute mentale, Castiglione di Sicilia, Catania

Io mi chiamo Carmela e vengo da Castiglione. Ringrazio la dottoressa Re per avermi seguito e incoraggiato. Ora ho preso la patente, ho ripreso gli studi e frequento il quarto anno del liceo psico socio pedagogico. Vorrei dire grazie a tutti e arrivederci.

MARIAGRAZIA MARCELLINO
Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Buongiorno, mi chiamo Mariagrazia. Come qualcuno ha già accennato, faccio il facilitatore al gruppo *Fantasy* a Giarre. Finora ho fatto coraggio a loro per parlare. Io il coraggio l'ho perso strada facendo. Per fortuna ho qui accanto Roberto che mi fa coraggio e di fronte ho Renzo.

Il gruppo *Fantasy*. Bello, significa fantasia. Fantasia per certi versi, perché la fantasia la stiamo cercando di mettere insieme piano piano, però portandola alla realtà. Sono quasi tre mesi che stiamo costruendo questo percorso. Stiamo crescendo, ci stiamo conoscendo. Tre mesi di coraggio, perché non è facile parlare, non è facile scommettersi; qualcuno è andato via, perché non è riuscito a farlo. Oggi qui siamo in cinque ed è questo che mi dà forza, anche se sto tremando. Mi dà forza perché è stata una scommessa con me stessa. Tutto è iniziato a maggio, grazie a qualcuno che sta di fronte a me, che è Renzo. A maggio è sceso giù in Sicilia ed ha fatto un corso di auto mutuo aiuto. All'inizio l'ho fatto perché ero stata qui lo

scorso anno alle Parole ritrovate; anche noi, giù, abbiamo ritrovato le parole, ma soprattutto le ho ritrovate io, ho trovato le parole, le persone.

Oltre ad essere facilitatore a questo gruppo, da poco faccio parte di un altro gruppo, ad Adrano, sempre un gruppo di auto mutuo aiuto che ancora non ha un nome, ma prima o poi ci daremo anche lì un nome.

Spero che questo viaggio che ho iniziato ci porti a qualcosa di nuovo. Grazie.

MARIELLA PAPOTTO
Servizio di salute mentale, Biancavilla, Catania

Buongiorno, io sono Mariella Papotto. penso che sia quasi inutile la mia voce e che vi dica quello che sono per noi, per me, Le parole ritrovate, perché quello che sono state ve lo hanno detto i ragazzi. Sono bellissime. Qualcuno non voleva lasciare la parola, perché qui ha ritrovato la sua parola. Non sono solo Le parole ritrovate, questo progetto che abbiamo condiviso già dall'anno scorso. Le parole ritrovate per noi sono lo spazio che non abbiamo; sono un progetto continuo per dialogare con le istituzioni.

Lo scorso anno, per la prima volta, ci abbiamo provato ed abbiamo costruito tutto anche con molta spontaneità. Abbiamo scritto al direttore sanitario, al direttore generale, al capo del dipartimento, abbiamo mandato le lettere ai sindaci, che anche quest anno hanno deciso di darci una mano per il viaggio e l'hanno fatto condividendo questi valori. Quando io sono andata a parlare con alcuni sindaci, insieme al gruppo, non è stata una cosa facile, perché ognuno di noi, nel posto in cui sta, parla con le parole più diverse di questo mondo, e allora Le parole ritrovate, per noi, sono state le parole della condivisione, come diceva qualcuno; le parole per ritrovare lo spazio comune.

Noi siamo venuti qui l'anno scorso, ci siamo venuti quest anno, abbiamo condiviso per un anno questo progetto. I trentini sono venuti giù ed abbiamo continuato a dialogare. Quest anno abbiamo portato anche altri progetti e penso che nel pomeriggio o magari anche domani porterò le cose che ci hanno dato i ragazzi sulle Parole ritrovate, perché Le parole ritrovate sono le parole che loro hanno ritrovato per parlare gli uni con gli altri.

Voglio dirvi una cosa che mi è capitata l'anno scorso. Quando, dopo sei mesi, hanno rimborsato il viaggio ai ragazzi, tutti ci chiamavano "Quelli delle parole ritrovate". E questa è stata per noi una cosa straordinaria, perché ci accettavano di più, eravamo più simili. Le parole ritrovate diventavano un linguaggio comune, il linguaggio su cui, praticamente, riconoscersi. Noi lo viviamo come un movimento, perché parlare con le istituzioni, parlare con il direttore, parlare con i sindaci è molto difficile, è molto complicato per noi, per me in particolare, anche per il lavoro che faccio. Io sono qui non soltanto per il lavoro, ma perché ho vissuto direttamente questa esperienza. Sono qui anche perché coinvolta dalla storia di una persona che amo moltissimo, che è mio fratello e che oggi è qui a parlare insieme a me. E questo è il regalo più bello, non che io ho fatto a lui, ma che lui ha fatto a me.

Io ho iniziato a lavorare in salute mentale 13 - 14 anni fa in un luogo che è quasi fuori posto, perché lì ci sono soprattutto i medici e gli infermieri e un sociologo, che ci stava a fare?. Allora abbiamo inventato il lavoro, ma non l'ho inventato io, l'ho inventato assieme alle persone che avevano una storia difficile. Stare con loro mi ha insegnato ad essere una persona migliore. È difficile capirle, però mi hanno permesso di essere una persona migliore e di fare le cose che faccio in maniera migliore. Mi hanno fatto capire quanto le cose che noi riteniamo certe volte importanti - la carriera, i soldi, i progetti - sono assolutamente inutili se non ci sono le persone, se non c'è il cuore.

Questo è ciò che volevo dire: Le parole ritrovate, per noi, sono il linguaggio comune per parlare con le istituzioni e finalmente, quest anno abbiamo parlato con i nostri primari che hanno definito Le parole ritrovate un grande progetto umanitario e tutto questo è stato condiviso anche da alcuni amministratori, da alcuni sindaci e penso che qualcuno di loro sia qui con noi.

Ieri, mentre venivamo qui, dicevo ad Annamaria che gli amministratori ci possono costruire le scuole, le strade e tutti quei servizi che sono assolutamente necessari, però, quando ci ascoltano, loro ci permettono di parlare di questa esperienza ai miei figli, ai miei fratelli, ci permettono di costruire valori e questi si costruiscono parlandoci, ascoltandoci e quindi Le parole ritrovate sono per noi le parole del dialogo con le istituzioni. Per questo vogliamo che questo movimento continui e non muoia, che ci possa accompagnare, perché in Sicilia è difficile, ma con Le parole ritrovate noi abbiamo ritrovato la speranza di continuare in un sogno, di non essere più da soli come persone, come operatori, come istituzioni, come utenti a cui dico grazie, perché è da loro che viene la nostra forza.

Quando noi abbiamo creato l'associazione, che è fatta di famiglie, utenti, operatori e cittadini, noi ci vivevamo con delle separatezze. Ebbene, quando ultimamente ci siamo visti qualcuno ha detto: "Perché non ci separiamo e facciamo i gruppi sulle parole degli utenti, sulle parole dei familiari, sulle parole degli operatori?". Sapete che cosa è successo? È successo che ad un certo punto qualcuno ha detto: "Io vi racconto la mia storia. Sono qui come volontario, ma vi racconto come io sono stato utente, come io sono stato familiare e come mi sento, certe volte, operatore. Come è possibile essere un ruolo? Noi siamo innanzitutto persone".

Voglio dirvi un'altra cosa, per concludere. Le parole ritrovate per noi rappresentano una straordinaria operazione di *marketing* sociale - permettetemi di dire questa parola, anche sociologica - perché è anche un modo per promuovere quello che noi facciamo, perché noi intendiamo costruire molto nel territorio e quest anno siamo venuti qui anche con un progetto. Ne abbiamo parlato con i sindaci e con il nostro capo dipartimento, noi vorremmo fare il calendario delle Parole ritrovate e dentro ci vorremmo scrivere: "Non sono le parole di chi oggi è alle Parole ritrovate, ma di chi si riconosce in questo movimento". I sindaci di Adrano, Biancavilla, Maniace. lo hanno approvato. E dentro metterci tutte le associazioni che si occupano di disagio, di salute mentale e dire che noi esistiamo, che noi ci siamo. Soltanto questo. Volevo chiedere a Renzo - non so se poi è possibile - che chi vuole far parte di questo calendario può mandare qualcosa. Magari poi non sarà esattamente tutto quello che manderete, perché penso che ognuno di noi cerca la visibilità. Mandare una foto dell'associazione di cui si fa parte, qualcosa che si vuole testimoniare agli

altri, al sito delle Parole ritrovate per il calendario che noi distribuiremo nelle scuole della Sicilia. Avevamo pensato di distribuire gli Atti delle Parole ritrovate, però pensiamo che sia più efficace un calendario in ogni classe, in ogni aula, dove gli insegnanti, ogni mese, si ritrovano in nostra compagnia.

L'augurio che vorrei fare è che il percorso delle Parole ritrovate iniziato cinque anni fa - per noi qualche anno fa - possa non finire mai, e che Le parole ritrovate possano mettere radici nel futuro. Grazie.

LUCIA RE
Servizio di salute mentale, Giarre, Catania

Non vorrei tediarvi ulteriormente, ma sono anch'io siciliana e quindi subitevi quest ultimo intervento, poi togliamo il disturbo, ce ne andiamo e lasciamo spazio agli altri, che sicuramente sono numerosi.

Io sono Lucia Re, sono una psichiatra e mi occupo del Dipartimento di salute mentale di Giarre. Qui con me ci sono questi amici che hanno voluto fare questo viaggio insieme a me. È stato un viaggio faticosissimo, soprattutto per quello che ha preceduto questo viaggio. Siamo stati molto impegnati per cercare di far capire ai nostri amministratori l'importanza di questo incontro e non ci siamo riusciti, però non ci siamo scoraggiati, nel senso che siamo qui comunque, perché l'abbiamo voluto, perché ci crediamo, perché, al di là di quello che gli altri possano pensare di queste esperienze, crediamo molto che vadano fatte, che sono importanti, che la parte umana di ognuno di noi debba uscire fuori dai ruoli, fuori dai contesti ed essere lì presente e mettersi a disposizione degli altri.

Quello che volevo dire è che io personalmente devo ringraziare un po' Renzo, perché l'incontro con lui è avvenuto dopo tanti anni. Renzo l'ho conosciuto circa dodici anni fa, forse un po' di più. Io ho cominciato a lavorare venendo con un incarico in Piemonte, nella provincia di Cuneo, e lì - siamo nell'85-86, quindi sono molti di più di dodici anni - si lavorava molto con gruppo degli alcolisti. E in questo giro di Club degli alcolisti in trattamento incontrai Renzo, che in quel periodo cominciava ad occuparsi di auto aiuto. Questa esperienza, in qualche modo l'ho continuata e l'ho portata un po' anche in Sicilia. Poi forse gli entusiasmi vanno sempre un po' coltivati. Altre cose hanno preso il sopravvento e l'auto aiuto l'avevo un po' non dico messo da parte, però ho lasciato che altre cose prendessero il sopravvento, come dicevo prima.

Poi, casualmente, Renzo ed io ci siamo incontrati di nuovo l'anno scorso in un convegno a Caltanissetta e questo incontro mi ha riattivato sotto tutti i punti di vista, mi ha rimesso un po' di gioia nel fare, nel continuare ad essere combattiva. Ecco, mi ero un po' stancata, pensavo di non riuscire più a rimettermi in movimento. Facevo le cose con i ragazzi come le ho sempre fatte, con tanta passione e con tanto amore, però era cose se aspettassi che, comunque, ci fosse sempre qualcun altro che dovesse fare le cose e soprattutto le lotte.

Con questa riattivazione di Renzo, ripresi i collegamenti con Roberto, ci siamo un po' resi conto, insieme al gruppo dei familiari - e Alfredo, in questo senso, è stato veramente prezioso - che forse era il momento di cominciare ad aprirci, di rico-

minciare a costruire delle cose. Il gruppo dei familiari, per noi, al centro diurno, è stato molto prezioso. Qui c'è anche Maria che si vergogna tremendamente e non vuole parlare, ma che è una mamma attentissima, veramente amorevole e fa da mamma un po' anche a noi operatori, qualche volta. Grazie a loro siamo riusciti ad organizzare un gruppo teatro, siamo riusciti a fare qualche gita, siamo riusciti a continuare a vederci nei gruppi e a costruire insieme piccoli progettini, perché noi operatori siamo molto pochi, quindi sono i familiari che ci aiutano tanto nel continuare a fare attività di tipo riabilitativo.

Quindi, questa esperienza delle Parole ritrovate a Riposto, è venuta in un momento in cui, inconsapevolmente, un po' tutti sentivamo il bisogno di aprirci, e di poter trovare un altro modo di comunicare, che non fosse quello attraverso un tavolino di separazione. A proposito di questo, abbiamo trovato la collaborazione nel Comune di Riposto, che ci ha fornito la sala, ci ha dato la disponibilità di vederci in una sala molto bella col mare davanti. E gli amministratori hanno partecipato a questo incontro e, stranamente, non c'era né il mio primario, né altri miei colleghi. Questa cosa me la sono sudata tutta insieme a loro, però sono rimasti presenti, per tutto il giorno, il sindaco e l'assessore di questo Comune, gradendo notevolmente e partecipando attivamente. L'assessore mi ha pregato - se avete solo due minuti di pazienza - di portarvi i suoi saluti ed ha scritto una cosa molto bella e la vorrei leggere per dare testimonianza del fatto che, al di là dei ruoli che ognuno di noi riveste, quando si parla dei nostri vissuti, della nostra sofferenza o della nostra gioia, quando si parla di emozioni, di sentimenti, siamo tutti insieme sullo stesso piano: ci emozioniamo, soffriamo, combattiamo, andiamo avanti con le stesse cose di sempre. L'assessore scrive questo:

Quel giorno è stata per me una grossissima sorpresa. La delega ai Servizi socio assistenziali mi aveva portato a conoscere diverse situazioni particolari di disagio psichico, ma la prima cosa che mi colpì quel giorno fu certamente la disposizione della sala, posta in modo diverso dai soliti i convegni o incontri: la collocazione circolare delle sedie. Immediata la mia reazione più intima: perché? Non ci volle molto a capirne il significato non appena si iniziò il dibattito. Mettere tutti sullo stesso piano, tutti uguali, tutti importanti, poiché quel giorno tutti avevano importanti esperienze da comunicare ai presenti.

È stata per me una giornata di arricchimento personale su tematiche che conoscevo già, ma fino a un certo punto.

La nostra amministrazione, attraverso una cooperativa di tipo B, dà, ad alcuni giovani con lievi disturbi psichici, la possibilità di lavorare per alcuni giorni la settimana e il nostro obiettivo era di far sì che questi giovani potessero riacquistare fiducia in loro stessi, sapere delle proprie capacità lavorative, e di sentirsi utili alla comunità, di sentirsi accettati. Possiamo con certezza oggi affermare che alcuni dei giovani inseriti in questa nuova realtà ha raggiunto la più alta conquista. Si è costituita una nuova cooperativa formata da giovani che prima erano nel buio e che ora sono entrati nella luce della società a pieno titolo, con tutta la dignità di persone che hanno ritrovato le loro Parole, dove per Parole io intendo sicuramente una vita *sociale, economica ed affettiva degna di essere pienamente vissuta.*

Ho ascoltato in commosso silenzio i giovani e le loro mamme che hanno trasmnesso ai presenti le loro esperienze, il loro vissuto anche se un po' impacciati, ma solo perché si presentavano dinanzi a persone che conoscevano appena. È stata l'emozione più forte per tutti, credo. Per me, certamente.

Nel mio modesto intervento di quel giorno dissi - e lo riaffermo con assoluta convinzione - che i familiari di questi ragazzi non devono chiudersi nella loro tristezza e tenere i propri figli dentro un tunnel di solitudine, ma bensì bisogna uscire e parlare con le associazioni. Accettare l'aiuto grande e forte che le strutture esistenti sul territorio possono dare e confrontarsi con le associazioni dei genitori poiché loro, in prima persona, hanno vissuto le stesse tragedie e sono coloro che meglio e più di altri possono aiutare ad aiutarsi.

Sono spiacente di non poter essere con Voi per impegni lavorativi, ma auguro ai partecipanti un buon lavoro e di dare ad essi le stesse emozioni, le stesse belle sensazioni che io ho provato quel giorno. Vi porgo, inoltre, i saluti del nostro Sindaco Carmelo D'Urso e di tutta l'Amministrazione di Riposto.

La vostra amica Annamaria Scuderi.

GABRIELLA MIDILI
Servizio di salute mentale, Magenta, Milano

Prima di presentarmi, vorrei fare dei ringraziamenti, al di fuori di ogni retorica. Prima di tutto ringrazio Renzo, Elena e tutto il gruppo delle Parole ritrovate che mi ha permesso di essere qui, di essere partecipe di questa grossa esperienza che condivido da soli quattro anni e che spero che mi accompagnerà ancora per molto. E poi, soprattutto, vorrei ringraziare le persone che, insieme a me, stanno credendo in questa esperienza e che hanno partecipato. Volevo ricordare che l'anno scorso eravamo solo in sette e che quest anno, in questa sala, siamo in ventidue. Una parte si trova qui sul palco insieme a me.

Sono Gabriella Midili, educatrice del Centro diurno di Magenta. Noi, come gruppo, oggi portiamo l'esperienza di Magenta e anche di Abbiategrasso sul tema delle Parole ritrovate, in particolare di come poi si sono evolute queste esperienze.

L'anno scorso, nel mese di novembre, per l'esattezza, eravamo impegnati a lavorare alla prima organizzazione dell'evento "Le parole ritrovate" sul nostro territorio di Magenta in collaborazione con Abbiategrasso. Il titolo che abbiamo dato è stato: "Un coro a più voci: uscire dal silenzio". L'opportunità di poter *uscire* da quel silenzio che, fino a poco tempo fa, è appartenuto a tutti, dagli operatori ai pazienti, ai familiari, agli utenti, ma che può diventare un *coro* che con passione si fa sentire, che declama il senso di appartenenza ad una comunità che forse vuole superare lo stigma della psichiatria, una comunità che vuole dare una voce e forza per non cadere nei luoghi comuni della psichiatria che conosciamo.

Ricordo l'esperienza dell'anno scorso come singolare, unica, che ha appassionato tutti in questa pratica del fare insieme. A distanza di un anno, posso dire che quel convegno ha avuto una ricaduta abbastanza grossa sul nostro territorio. Se volessi fare una fotografia di quello che sto vivendo e vedendo posso dire che Le parole ritrovate hanno permesso di mettere più in comunicazione le diverse realtà

del territorio. Attualmente si è formato un coordinamento in cui le cooperative Il fiore e La Cometa, i gruppi di auto mutuo aiuto, i volontari, gli utenti ecc… si stanno impegnando ad organizzare e promuovere formazione, informazione, prevenzione su entrambi i territori sul tema della salute mentale. Questo significa che il *metterci insieme* ha aperto un canale di comunicazione, di confronto e di scambio.

Siamo ancora ai primi albori, consapevoli del fatto che non funzionerà sempre tutto bene. E poi si sa: là dove crescono gli impegni, in agguato ci aspettano i problemi. Speriamo di farcela!

Passo la parola a Massimiliano che è il presidente della Comunità "L'azzurro dell'amicizia".

MASSIMILIANO AROSIO
Comunità "L'azzurro dell'amicizia", Magenta, Milano

La comunità protetta "L'azzurro dell'amicizia" di Magenta è stata aperta nel novembre 2003 e si pone come servizio pionieristico nel mandato e nell'organizzazione. Si tratta di una comunità riabilitativa a media protezione e ad alta intensità riabilitativa che vede la collaborazione del pubblico con il privato sociale e tutto questo in Lombardia è una novità promossa dal Piano regionale per la salute mentale approvato nel luglio 2004.

Il problema più grosso che abbiamo incontrato nel primo anno di lavoro è stato quello di promuovere un cambiamento culturale nei servizi, nelle istituzioni locali, nelle famiglie e nei pazienti stessi.

In tutto questo Le parole ritrovate rappresentano l'identità culturale che cerchiamo di raggiungere e in cui le varie componenti della rete che gravita intorno alla malattia mentale collaborano e sono responsabilizzate nel percorso di cura.

Purtroppo, spesso ci sono connivenze che spingono verso l'istituzionalizzazione e l'essere qui a Trento con pazienti, operatori e volontari è una vittoria culturale prima di tutto.

Ringrazio tutte le persone che lavorano con me ed i "pazienti" per la "pazienza" che hanno avuto nel veder crescere la nostra realtà e per la fiducia data nella possibilità di modificare insieme la nostra realtà sociale, ritrovando le parole. Grazie.

GIUSEPPE BERARDINO
Comunità "La cometa", Abbiategrasso, Milano

Ciao, io sono Giuseppe e sono presidente della Cooperativa "La Cometa" ed abbiamo iniziato a collaborare sul progetto Le parole ritrovate per il forte entusiasmo che aveva portato Gabriella.

Io ho conosciuto la psichiatria così, per caso, perché mi hanno sempre parlato male della psichiatria e mi hanno detto: "Non metterti mai a lavorare con gli psichiatri, perché è un gran casino". Invece mi sono accorto che le conoscenze fanno tanto. Forse sarà stata la Provvidenza - non lo so - ma le persone giuste al momen-

to giusto hanno fatto cambiare tante cose. Il movimento delle Parole ritrovate ci ha preso e così è cambiato anche il nostro modo di vedere e di fare insieme con le istituzioni, quindi abbiamo preso un po' più di coraggio.

Noi, ad Abbiategrasso, gestiamo dei microappartamenti mono o bilocali per persone che sono state dimesse dalla comunità psichiatrica, oppure non possono più stare in casa con i familiari, proponendo varie attività. Siamo agganciati a cooperative di tipo B, oppure facciamo attività di ippoterapia, insegnando ai ragazzi anche un mestiere, non proprio ippoterapia come attività a cavallo, ma proprio la cura del cavallo. Infatti si sta creando questo sodalizio tra noi e la Icos per formare anche dei ragazzi che poi possono essere un aiuto a noi come cooperativa.

Sul nostro territorio, dove non ci si parlava da tanto tempo, ha voluto dire tanto anche il cambio delle persone a livello di responsabilità. L'arrivo del nuovo referente della psichiatria a Magenta, ha mosso le acque. Ha una forte volontà ed è un primario che crede anche nelle Parole ritrovate. Ha voluto tantissimo Parole ritrovate ed ha cercato fare unione sul territorio, mentre molti, sia a livello politico che non, invece di unire, disuniscono, quindi creano più barriere.

Noi andiamo in giro per i vari enti, i vari comuni a chiedere appartamenti per i ragazzi, dando la nostra garanzia come cooperativa per avere questi appartamenti, perché altrimenti molti fanno fatica a darli e ti trovi, anche qui, molta ostilità da parte degli enti comunali ad attivare un appartamentino sul territorio, perché hanno paura che succedano degli screzi, oppure preferiscono che i ragazzi rimangano dove sono, senza andare a vivere sul territorio.

È difficile operare in questa situazione, però abbiamo visto che insieme si riesce a fare un qualcosa in più. Adesso passo la parola ad Andrea.

ANDREA FUSÈ
Gruppo orto "I fiori di zucca", Magenta, Milano

Buongiorno, sono Andrea. Noi siamo un gruppo di ragazzi che lavora nell'orto comunale con Ambrogio, Marco, Cristian e Luca. Come gruppo ci siamo chiamati "I fiori di zucca". L'aiuola ci è stata concessa nel marzo del 2003 dall'AUSER, nella persona del signor Enrico Ferrario a cui siamo molto grati. Il nostro orto fa parte degli orti comunali, che coltiviamo insieme ad altre persone di Magenta ed è distante dal nostro centro diurno 1800 metri. Dall'orto abbiamo ricavato dieci grandi prode e del resto ne faremo un bel giardino.

È stato un duro lavoro. Abbiamo recintato il terreno, poi abbiamo tolto i sassi e le erbacce e alla fine abbiamo vangato le aiuole. Poi abbiamo seminato con vari ortaggi ed alberi da frutto.

Nel primo anno non avevamo tanta esperienza, allora abbiamo letto qualche libro ed abbiamo chiesto qualche consiglio agli altri compagni ortolani. Quest anno, con le esperienze degli anni passati, ci siamo organizzati meglio ed il nostro orto ha fruttato di più. Questa estate, gli amici ortolani, a volte irrigavano per noi e ci prestavano alcuni attrezzi. Insieme, dopo tanto lavoro, abbiamo avuto il giusto premio, cioè la raccolta dei frutti tanto agognati. È stata un'esperienza nuova, utile

per il futuro. Non si sa mai che, un giorno, ognuno di noi possa avere un orto proprio.

La cosa più importante per noi è stata il sentirsi utili. Questa è una buona esperienza di vita e ci fa stare bene con noi stessi e con gli altri e se siamo "Fiori di zucca", fioriremo. Grazie.

FABRIZIO CHIESURA
Gruppo di auto aiuto, Cinisello Balsamo, Milano

Io sono Fabrizio Chiesura e sono un facilitatore di Cinisello Balsamo. Cosa ci sta a fare qui uno di Cinisello Balsamo? Dico subito con una frase, che forse sembrerà uno slogan, Abbiategrasso, Magenta, Cinisello Balsamo: realtà in comune. Questo, perché lo dico? Lo dico perché in una occasione sono stato invitato ad un gruppo di Abbiategrasso. E cosa ho imparato? Perché non è molto quello che ho da dire: ero agli inizi, quando iniziavo a fare il facilitatore, ed ho imparato quello che, con grande semplicità e con grande pertinenza ha detto Gabriella, uscire dal silenzio.

Che cosa significa e che cosa ha significato per me? Nei momenti in cui si riunisce un gruppo, si creano dei vuoti, delle voragini, alle volte, che sono addirittura raggelanti. Benché il numero dei partecipanti fosse esiguo ad Abbiategrasso, questo non è successo. Per questo dico grazie ad Alessandra Garavaglia, che non è qui, ma è comunque presente in questo discorso, perché ha adottato un comportamento che io non mi immaginavo neanche si potesse fare come facilitatori, cioè frasi smorzate, brevi, con un finale a scoprire. Questa capacità di essere naturali, di essere bravi non nel condurre, perché è una brutta parola, ma nell'interpretare il cuore degli altri, è grande per me. Grazie.

LUISA CRAPPA
Gruppo "Fiori secchi", Magenta, Milano

Sono una signora di cinquantaquattro anni. Non ho niente da leggere, dico solo quello che ho provato in certi momenti della malattia. Ho dedicato la vita solo al lavoro: non so se ho fatto bene o se ho fatto male in quel momento. Mi sono trovata i figli grandi ed un marito che, purtroppo, non c'è più e che mi ha detto di arrangiarmi. Allora, in questa circostanza, non sapevo più cosa fare e sono caduta in un buio profondo dove non vedevo più la luce per uscire. Allora mi sono detta: "Qua, o perire o uscire". Ho cercato con tutte le mie forze di uscire, però non ce la facevo ed ho tentato il suicidio. Allora mi hanno portato in psichiatria e lì ho trovato una comunità che mi ha accettata volentieri e cerco di uscire da questo tunnel buio che ti fa soffrire immensamente, più che avere una brutta malattia. Vorresti solo morire e non pensare più alla vita, perché non hai più scelta. Tutto qua.

GIUDITTA PANZANI
Cooperativa "Il fiore", Magenta, Milano

Io sono Giuditta, sono presidente di una cooperativa che è nata due anni fa e si chiama "Il fiore", però il mio passato è di quindici anni di volontariato presso il Centro psichiatrico, perché quindici anni fa i medici cercavano dei volontari per creare dei laboratori, per fare delle attività. L'unica cosa che io sapevo fare erano i fiori secchi e ho detto: "Io ci sono. Se volete, facciamo i fiori secchi". Ed è stata un'esperienza bellissima, perché gli utenti venivano a fare queste composizioni che poi portavano a casa e dicevano: "Che bello vedere un lavoro fatto da me!".

Tre anni fa, una ragazza molto giovane mi guarda e mi dice: "Sai, Giuditta, voglio dirti una cosa molto importante. Quando faccio le composizioni, sono talmente concentrata a scegliere i fiori, a colorarli che mi sembra di non aver più le voci in testa, mi sembra di essere un'altra persona, una persona guarita". Questa frase l'ho tenuta proprio con me e mi ha fatto riflettere, perché dopo quindici anni di esperienza qualcosa l'avevo capita anch'io, anche se non ho mai avuto la presunzione di essere una psicologa o una psichiatra.

Quando parlavo con queste persone che venivano in laboratorio, per me erano uguali alle altre, perché se io pensavo che una fosse schizofrenica, una fosse nevrotica, una depressa, chiaramente avrei fatto una grande confusione. Per me erano persone normali che venivano da me ad imparare a fare i fiori secchi, che era l'unica cosa che sapevo fare. Questa ragazza mi ha dato un *flash* e mi sono detta: "Ma perché, allora, non continuare e anziché fargli fare due ore di laboratorio, fargliene fare quattro, o cinque e magari dare vita ad una cooperativa sociale". E di questa cosa ne ho parlato con gli educatori, perché, nonostante tutto, per me sono angeli custodi, perché mi hanno sempre aiutato.

In quindici anni, a volte, ho avuto delle grosse difficoltà di relazione, non è che è andato sempre tutto a meraviglia, però con il loro aiuto. Per fare questo occorreva un locale che non avevamo. Ne ho parlato anche con il primario, che era una grandissima persona, e mi ha consigliato di chiedere aiuto all'ospedale ed infatti ci hanno dato questo locale presso il Centro psichiatrico, che era una vecchia palestra, e per ora siamo ancora lì. Sono passati due anni, abbiamo assunto - lo dico con gioia - due dipendenti, due ragazze giovani che lavorano con noi. Facciamo anche degli inserimenti lavorativi, sono solo delle prove per vedere se questi ragazzi reggono un'ora, due ore, tre ore. Ho chiesto collaborazione a Giuseppe e lo ringrazio veramente tanto, perché quando gli dico: "Giuseppe, non ho lavoro!". Lui mi risponde: "Sta tranquilla, arriva". E finora, con fatica, ma con tanta voglia, ci siamo riusciti.

Dico una cosa molto importante che, onestamente, è una mia esperienza personale. Io non conoscevo Le parole ritrovate e me le ha fatte conoscere Gabriella e questa era in assoluto la cosa di cui avevo bisogno: il confronto, confrontarmi con le altre realtà, faccio bene, faccio male, il bisogno di conoscere voi, di essere consapevole anche delle cose a cui si va incontro, perché mettere su una cooperativa sociale non è poi così facile. Però il confronto, la comunicazione, conoscere Giuseppe, o la signora di Cinisello, il cui figlio sabato si è sposato; aveva saputo che noi facevamo le bomboniere e a suo figlio le ha fatte la Cooperativa "Il fiore". Se non parte-

cipavamo al convegno delle Parole ritrovate, questa cosa non succedeva. Questo è un grazie a tutti, perché con la consapevolezza che non sei solo, se per qualsiasi cosa tu fai una telefonata e c'è qualcuno dietro le spalle che ti dà una bella spinta, perché ne abbiamo bisogno, non avremmo raggiunto questa cosa. Vi ringrazio.

LUCIA CAUZZO
Gruppo di auto mutuo aiuto "Polvere di stelle", Milano

Buongiorno, io sono Lucia. Ho avuto un periodo della mia vita molto buio. Sono sposata, ho due figli grandi, una famiglia normale che mi ha sempre voluto bene e me ne vuole tuttora. Però io, purtroppo, cadendo in questo buio totale, ho sofferto tantissimo, sono stata ricoverata in psichiatria e per me è stato un trauma, perché non accettavo l'ambiente, l'ospedale, la malattia e tutto quello che c'è dietro a questa patologia. Comunque, poi, trovando la terapia che poteva farmi uscire dall'ospedale e ritornare nel mio ambiente, ho partecipato ad una riunione tenuta da un coordinatore di Cinisello Balsamo che era rivolta più che altro ai familiari degli utenti.

Sentivo che c'era questo rapporto tra familiari, che si incontravano e che parlavano dei loro problemi. Io non conoscevo il Centro, perché mi curavo privatamente. Alla fine di questa riunione io mi sono alzata e ho chiesto: "Scusate, ma per chi soffre non c'è nessuno con cui parlare, con cui dialogare?". Perché io sentivo dentro di me che avevo bisogno di qualcuno che non fosse il familiare, qualcuno che avesse la mia stessa problematica e che mi potesse capire ed ho incontrato Giuditta che mi ha detto: "Noi ci siamo. Se tu vuoi venire, tutti i mercoledì noi siamo al Centro. Facciamo dei piccoli lavoretti, stiamo insieme, parliamo. Se ti va, noi ci siamo". E da lì è iniziato il mio percorso nel piccolo laboratorio, poi siamo saliti e si è formata questa cooperativa. Io, tuttora, sono partecipe come volontaria per tre giorni alla settimana e questo mi fa molto piacere. Mi ha fatto molto piacere vedere crescere questa cooperativa, cioè dare il nostro contributo con le bomboniere per aiutare questi ragazzi che sono di là tutti uniti, che parlano tra di loro, ridono, condividono dei momenti assieme. Tutto questo mi fa sentire felice. Io torno a casa alla sera e sono contenta, ho ritrovato la vita.

Poi ho trovato anche il gruppo di mutuo aiuto "Polvere di stelle" che era facilitato sempre da Giuditta e, partecipando a questo gruppo, mi sono resa conto che non ero sola nella sofferenza. C'erano molte altre persone con sofferenze diverse e comunque avevo la possibilità di parlare della mia sofferenza, nel gruppo ci si ascolta, ci si capisce, ci si vuole bene, non sei giudicata. Da lì è nata la consapevolezza di formarmi come facilitatrice. Ho fatto un corso, adesso non sono niente, sono lì e ascolto, perché io più di dare, porto a casa.

Per me è il primo anno che vengo a Trento ed è un'emozione fortissima trovarmi qui davanti a tante persone e sentire che molte hanno avuto le mie stesse problematiche e che con la forza e l'aiuto di chi ti ascolta puoi superare tantissimo. Dal buio ritrovare la luce ed io questa luce l'ho ritrovata proprio attraverso Le parole ritrovate. Grazie.

PAOLA COMERIO
Centro di salute mentale, Magenta, Milano

Buongiorno, mi chiamo Paola Comerio. Sono ormai diciotto anni che soffro di schizofrenia. Da dodici anni sono in cura al Centro diurno e da due anche Centro di salute mentale. Nell'arco di questi anni ho frequentato una serie di attività al Centro diurno, tra cui il gruppo disegno, il cineforum, fiori secchi e palestra. Queste attività mi hanno permesso di crearmi un impegno quotidiano, ma soprattutto mi hanno dato la possibilità di uscire dall'isolamento sociale in cui vivevo da tempo. Ricordo come fosse ieri la vita che conducevo: una vita caratterizzata da tanti divertimenti di gioventù, la mia carriera come stilista, pittrice, tutte cose che mi impegnavano giorno e notte. Voglio ricordare la vita che sto facendo adesso. I farmaci che assumo mi hanno gradualmente gonfiata e mi impediscono di trattenere il senso di fame, anche se ci metto la massima volontà per mangiare meno. Le voci, fino a poco tempo fa, ne sentivo tre, ora non più. Sento che la mia malattia si è stabilizzata e per questo devo ringraziare i medici e gli operatori che hanno creduto in me. So che dovrei lavorare, ma in realtà in questo momento ciò che desidero di più è la pensione di invalidità e quindi che venga accettata da tutti la mia malattia.

Volevo fare un ringraziamento al primario dell'Unità psichiatrica di Magenta, dottor Ceraldi, che mi segue personalmente, il dottor Belloni che è il mio psichiatra, la dottoressa Valvassori, gli operatori che sono qui presenti, Giuditta che tanti anni fa ho lavorato con lei in Fiori secchi. Volevo dire che è la prima volta che vengo alle Parole ritrovate e ho pensato molto alle esperienze che ha detto Ron Coleman e che sono state molto pesanti anche per me, e le esperienze degli altri ammalati che mi hanno aiutata molto a riflettere. Grazie.

GIUSEPPE BERARDINO
Comunità "La cometa", Abbiategrasso, Milano

Una cosa che non ho detto prima, una cosa bella che mi ha detto mia figlia, quando mi ha detto che la psichiatria è un gran casino. Ho una bambina di sei anni e facciamo le ferie insieme ai ragazzi. Una volta vede un ragazzo che parla da solo e mi dice: "Papà, ma cos'è che ha quel ragazzo? ". Io non sapevo che cosa rispondere. Lei mi guarda in faccia e mi dice: "Ha troppi pensieri!". Questa è la risposta data da una bambina con molta semplicità.

Volevo concludere con una cosa mia personale. Ieri, Ron Coleman, mi ha tirato via una parte di peso quando parlava dei sogni. Io porto dentro di me un sogno da quando avevo quindici anni ed è quello di creare una comunità con famiglie e persone che vivono insieme e che hanno dei problemi e dei disturbi. È da venti anni che sto pensando a questo, e non riesco, quindi mi sono detto, parliamone, condividiamolo con altri, che se non posso realizzare io questo sogno, qualcun altro lo può portare avanti. Il nostro progetto lo abbiamo chiamato "Una cascina solidale". Abbiamo in mano il progetto, siamo andati a presentarlo a varie fondazioni.

Questo potrebbe essere il momento giusto per condividere il nostro sogno di queste tre famiglie che vogliono vivere insieme. La cosa che ci piaceva era proprio la semplicità dove ognuno aveva la sua parte, aveva la sua *privacy*, però insieme potevamo condividere alcuni momenti della giornata, dal semplice caffè, al mal di testa, al mal di pancia che ognuno poteva avere in casa propria. Quindi se qualcun altro in qualche altro posto, in qualche altra regione realizzerà questo sogno, se non l'aveva in testa, adesso ce l'ha e mi farà piacere.

Concludo con una poesia: "Come una rosa blu".

Jenny è una bambina,
un'adorabile bambina.
Se i capelli le cadono sugli occhi, li scosta,
ma la mano non va diritta alla fronte.
Prima si curva come un fiore
al primo schiudersi dei petali,
poi scosta i capelli dagli occhi.
Jenny è diversa.
Diversa?
Sì, è diversa.
Da quasi tutte le altre.
Ma chi ha detto
che tutte le persone sono uguali?
Pensare, agire, apparire uguali?
Per me Jenny è come una rosa blu.
Avete mai visto una rosa blu?
Ci sono rose bianche, rose rosse, rose gialle
un'infinità di rose rosse, ma blu...
Un giardiniere sarebbe felice
di avere una rosa blu.
La gente verrebbe da lontano
per vederla.
Sarebbe rara, diversa, bella...
Anche Jenny è diversa.
Ecco perché, in qualche modo,
è come una rosa blu.
Ci sono molte cose
che Jenny non capisce
e ci sono molte cose di Jenny
che gli altri non capiscono,
che Jenny è come un gattino senza coda,
che Jenny sente una musica diversa,
che Jenny ha le ali corte,
che Jenny deve essere protetta.
Jenny è come una rosa blu:
delicata e bellissima.
Ma le rose blu sono così rare

che sappiamo poco, troppo poco.
Sappiamo solo
che hanno bisogno di essere curate di più
e di essere amate di più.

GABRIELLA MIDILI
Servizio di salute mentale, Magenta, Milano

Io volevo concludere ringraziando di nuovo tutti, perché, veramente, quest anno mi porterò a casa qualcosa ancora di più buono. E poi volevo dire anche un'altra cosa: ringrazio anche molto Luisa, perché penso che abbia fatto una grossissima fatica, a raccontare la sua esperienza. L'anno scorso ha vissuto la stessa esperienza a Magenta dove aveva raccontato la sua sofferenza ed anche di come era riuscita ad affrontare e a reagire a questa grossissima malattia che è la depressione. Io l'ammiro perché quest anno forse non è riuscita a raccontare come l'ha affrontata, ma forse perché in questo momento non sta riuscendo ad affrontarla. Però l'ammiro tanto perché è riuscita a raccontare la sua sofferenza ed è tantissimo e molto difficile. Grazie.

CINZIA VALENTINI
Servizio di salute mentale, La Spezia

Mi chiamo Cinzia Valentini e sono uno psichiatra presso uno dei Centri di salute mentale di La Spezia. Innanzitutto ringrazio di cuore gli amici di Trento che mi hanno permesso di essere qui oggi.

Per una serie di circostanze solo apparentemente casuali, e vi dirò perché, mi sono trovata negli ultimi due anni ad occuparmi di gruppi di auto aiuto e di mutualità, e delle potenzialità che l'interazione tra operatori, utenti, familiari, volontari può generare. Circostanze solo apparentemente casuali in quanto, proveniente da una scuola di specializzazione ad impronta prevalentemente biologico farmacologica quale quella di Pisa, reattivamente o meno mi sono avvicinata prima all'approccio dinamico, come formazione personale, poi alla dimensione sistemico relazionale partecipando come coterapeuta o dietro allo specchio ad alcune sedute di terapia familiare che venivano condotte da colleghi formati in questo senso presso il Centro di Salute mentale dove anche attualmente lavoro.

Con il tempo le famiglie singole sono diventate un gruppo e non si è più parlato di terapia familiare, ma di sostegno e di accoglimento del disagio, e per la prima volta si è parlato di auto mutuo aiuto, una risorsa contemplata nel Progetto Obiettivo ma che non conoscevo concretamente.

Incuriosita da questa nuova esperienza, assieme alle persone interessate del servizio ho preso contatti con gli amici di Trento e insieme abbiamo realizzato in due anni successivi due corsi di sensibilizzazione e formazione alla mutualità a La Spezia, che hanno visto una grande partecipazione di operatori anche di altri Servizi, utenti, familiari, volontari, e soprattutto hanno dato il via alla creazione di

gruppi spontanei di persone con disturbi psichici che si riuniscono all'insegna della mutualità. Il ruolo dei Servizi è stato quello di favorire queste iniziative prestando, per il tempo necessario, un operatore che faciliti la comunicazione e l'interscambio all'interno del gruppo.

In questo momento esistono presso il Servizio Territoriale di La Spezia tre gruppi di auto mutuo aiuto, uno per ciascun Centro di Salute Mentale, dei quali uno misto formato per la maggior parte da persone che avevano partecipato ai soggiorni estivi promossi da Comune e Salute Mentale e animato i fine settimana di apertura del Centro Diurno; uno formato da donne e facilitato da un'educatrice del Servizio di Sarzana; un altro presso il Centro dove io lavoro, rappresentato da due ragazze qui presenti per raccontare la loro esperienza, costituito da donne accomunate da disagio e solitudine, facilitato da una volontaria del Servizio Civile, coadiuvata da un operatore del Servizio.

Quando sono arrivata a questo tipo di lavoro, pensavo che la buona clinica fosse lo strumento fondamentale dell'operare psichiatrico. Tuttavia, nel territorio dove le persone con disagio non solo soffrono, ma hanno bisogno di abitare, lavorare, divertirsi e avere relazioni, la buona clinica da sola non basta, deve essere affiancata dallo sforzo di creare benessere in ogni campo dell'operare quotidiano.

Questo è possibile solo se crediamo che la cultura si fonda sullo scambio tra diversità apportatrici di novità e di risorse.

Permettetemi una frase di Bertold Brecht che mi ha colpito e mi sembra sottolineare il nostro modo di sperimentarci: "Beate le società che non hanno bisogno di eroi, in cui tutti sono protagonisti e non delegano la soluzione dei propri problemi". Lascio la parola alle mie compagne.

MARIA VITTORIA ARENA
Associazione "Arcobaleno", La Spezia

Salve a tutti. Mi chiamo Arena Maria Vittoria. All'età di 21 anni, dopo essermi sposata, sono emigrata in Canada. Tre anni fa sono ritornata in Italia nel paesino delle Grazie, in provincia di La Spezia, dove ora vivo.

La mia vita in Canada è stata un susseguirsi di momenti di luce e oscurità, di speranza e disperazione, di vittorie e sconfitte come lo era stata la mia infanzia e giovinezza. Un ciclo senza fine in cui i momenti sereni erano coperti da una fitta nube di paura del domani. Vivere è sempre stato difficile per me poiché in ogni luogo e in ogni situazione mi sentivo un'estranea, un'intrusa, indegna di essere voluta, capita, amata. Tutto ciò viveva dentro di me nascosto agli sguardi indiscreti degli altri. Non una parola né un gemito trapelava, mentre la tensione interiore si faceva sempre più insostenibile sino al giorno in cui il mio cuore si fermò per un attimo.

Avevo 49 anni. Da quel momento il male oscuro si impadronì del mio essere trasportandomi in una spirale di morte, un susseguirsi di ricoveri in Ospedale che nessuna terapia farmacologica sembrava poter arrestare. Sino a che un giorno incontrai la mia fata turchina, la dottoressa Michele che pronunciò la formula magica che accese la speranza nella disperazione. "Quando uscirai di qui cosa vorresti fa-

re? Cosa pensi potrebbe aiutarti a guarire?". "Andare in Messico da sola e sdraiarmi in una spiaggia sino a che il sole scioglierà le tenebre in cui vivo" - fu la mia prima risposta. Lei annuì e non disse niente. Fu allora che mi resi conto di essere ammalata di un male terminale senza speranza, ma che avevo una possibilità di tentare una via tutta mia, scelta da me. Si, solo io conoscevo la soluzione del mio problema. "Vorrei tentare una terapia intensiva a lungo termine"

Dio volle che esistesse e Dio volle che m'introducesse in un mondo variegato di terapie, soprattutto di gruppo, in una comunità di trenta persone, nel reparto di terapia intensiva dell'ospedale psichiatrico di Whitby, nell'Ontario, in Canada: psicodramma, arte terapia, terapia di rilassamento, terapia di gruppo terapeutico, incontri giornalieri di tutta la comunità, risoluzione dei problemi, educazione sull'abuso sessuale, economico e spirituale, gruppo di terapia per l'abuso sessuale nell'infanzia e adolescenza e, nelle ore libere, libertà, tanta libertà di scegliere tra attività artistiche, attività ricreative, libere uscite in riva al lago, a cena fuori con i nuovi amici, gite, festicciole tra di noi con musica canzoni, balli, e cibo. Fu lì che fui introdotta alla splendida luce del muto aiuto che più del sole messicano dovette sciogliere le tenebre in cui vivevo. Fu quel mutuo aiuto che m'insegnò a dire e poi solo pensare ed accettare "questa sono io". Fu quel mutuo aiuto che m'insegno non più a giustificare gli altri e colpevolizzare sempre e solo me stessa, ma a rapportarmi con le mie e le loro emozioni; a non soffrire in silenzio ma a offrire e ricevere come un dono le sofferenze, le mie e quelle altrui; a confrontarmi con le mie pecche ma anche i miei pregi. A tollerare che non a tutti posso essere simpatica né che mi devo fare amare da tutti.

Questi tre anni passati in Italia non sono stati facili per me. Difficoltà familiari, di salute fisica e di solitudine emotiva mi hanno fatto ripiombare negli abissi del male oscuro dove l'unica via d'uscita è la fine della vita. Questo fino a non molti mesi fa quando, più per compiacere gli operatori del Centro di salute mentale di via Zara, la dottoressa Bonatti e la psicologa Bellofiore, che per me stessa, ho accettato, se pur impaurita, di unirmi al gruppo di muto aiuto Arcobaleno di via Sarzana a La Spezia.

Lentamente, con i miei compagni di questo nuovo viaggio, ho sentito riaffiorare la speranza e la memoria di un altro viaggio di rinascita che, alla fine del mio percorso terapeutico, mi aveva indirizzato verso le associazioni dirette e gestite da utenti e da sopravvissuti a tutte, incluse le più serie, condizioni psichiatriche.

Ho condiviso con il mio gruppo queste memorie e le mie esperienze. Insieme abbiamo deciso di prendere la nostra vita nelle nostre mani e unirci in un'associazione di salute mentale multiforme in cui ogni socio può avere una voce, trovare il suo gruppo di mutuo aiuto, partecipare alle terapie e le attività a lui più consone, esprimere le proprie opinioni e attuare le proprie scelte. Soprattutto, abbiamo deciso di iniziare un viaggio di guarigione in una comunità pronta ad accogliere ognuno di noi come siamo, che riesce a vedere oltre la nostra etichetta psichiatrica, evidenziare le risorse umane in ognuno e farne tesoro, coltivandole amorevolmente.

Abbiamo un sogno, un sogno che solo insieme possiamo realizzare. Ci vorrà tempo, ma non abbiamo fretta. Sappiamo che le grandi conquiste si fanno un passo alla volta ed ogni passo è prezioso e completo in se stesso. Siamo felici oggi di es-

sere qui con voi per condividere le nostre e le vostre parole, i vostri e i nostri sogni, le nostre e le vostre conquiste. Abbiamo un sogno, un sogno che solo insieme a voi possiamo realizzare. Vediamo un futuro in cui il mondo ci vedrà come siamo e non come la nostra malattia e ci considererà una vera risorsa da apprezzare e valorizzare.

DEBORAH MAGNANI
Associazione "Arcobaleno", La Spezia

Buongiorno a tutti, io mi chiamo Deborah e anch'io ho scritto alcune cose che vorrei leggervi. Questa è una cosa che ho scritto due anni fa in Spagna, nel patio della casa di mio nonno. Si intitola "Vilela". Vilela è il paese dove vivevano i miei nonni.

Nel patio il gatto mi guarda con diffidenza. È bianco e slanciato, con il pelo rasato. Non si lascia accarezzare e rimane a distanza. Ora è sotto la macchina di mio padre. Piove a Vilela, qui sembra che il tempo si sia fermato, tutto è rimasto come sette anni fa. Sette: numero magico. Ogni sette anni sembra che si contrappongano eventi che segnano una svolta nella mia vita. Un cielo grigio, ma luminoso, si specchia nelle pozzanghere, mentre gocce di pioggia disegnano cerchi. Vilela, tu sei il mio *pueblo*, le mie radici affondano nella tua terra rossa.

Ho sempre sentito il bisogno di capire cosa mi succede quando mi ammalo. Per questo motivo, in seguito al primo ricovero in ospedale, ho ripreso gli studi approfondendo la conoscenza della malattia mentale.

Dopo il diploma mi sono iscritta all'Università dove ho sostenuto solo un esame di storia della filosofia il cui corso monografico era sulla malattia mentale. Tra i vari libri da studiare c'era quello di Ron Coleman "Guarire dal male mentale" e, per la prima volta, ho sentito parlare dei gruppi d'auto aiuto.

L'anno scorso, in seguito ad una ricaduta, ho chiesto alla dottoressa Valentini se era possibile nei nostri servizi partecipare a questi gruppi. Dopo qualche mese è nato il gruppo di auto aiuto "Arcobaleno".

Ho scoperto così di non essere sola con la mia malattia, di non essere poi così diversa dagli altri ed è bello potersi confrontare e condividere le proprie esperienze con persone capaci di capirti.

L'importanza del gruppo di auto aiuto non è solo nella condivisione delle esperienze, ma anche nei legami che si creano tra le persone. Sono legami profondi, intimi, che non si limitano all'incontro settimanale poiché fuori del gruppo l'amicizia e la solidarietà creano una rete che aiuta e protegge.

Maria Vittoria mi è stata molto vicina in un momento in cui riemergevano disagio e ricordi legati alla mia prima infanzia. Immersa in quei ricordi, provavo una sofferenza tale da viverli come se stessero accadendo nel presente.

Maria Vittoria è riuscita a farmi riflettere su ciò che provavo, sulle mie emozioni riportandomi alla realtà, nel presente. La bambina che soffre ora è adulta e ciò che ricorda, reale o no che sia, appartiene al passato e non può essere giudicato dalla Deborah bambina ma dall'adulta, consapevole del presente e della sua capaci-

tà di uscire da quella spirale di sofferenza che inghiotte dando vita ad immagini e sensazioni che sembrano reali.

Partecipare al gruppo mi ha dato maggiore sicurezza ed ha stimolato in tutte noi la spinta per realizzare un progetto finalizzato alla guarigione attraverso varie attività.

Ci stiamo attivando per costituirci come associazione ONLUS rivolta agli utenti dei servizi di salute mentale ed ora ci sentiamo realmente partecipi nel processo di guarigione. Sentiamo la presenza degli operatori come accompagnatori nel nostro percorso.

Personalmente ringrazio in particolare la dottoressa Valentini, che molti anni mi sta seguendo e incoraggiando, e vorrei aggiungere che la dottoressa Valentini non è solo il medico psichiatra che mi segue, ma anche Cinzia, amica e compagna in questo viaggio.

AGNESE GREGUOLDO
Associazione "Arcobaleno", La Spezia

Buongiorno. Mi sono chiesta fino ad adesso "Che cosa ci faccio qua?", perché, sinceramente, loro avevano preparato un discorso ed io no. Comunque, se sono qua, vuol dire che servo. Forse, non lo so, mi auguro di sì. Però voi mi servite tantissimo; voi siete utili per me più di quanto non crediate e ve ne ringrazio.

Spero di rivedervi. Anzi, io mi auguro che il nostro Centro di salute mentale organizzi, insieme a noi, un invito, perché vorremmo fare uno scambio di idee a casa nostra, perché è bello essere a Trento. Grazie per averci invitato, ma vorremmo ospitarvi anche noi. E non solo voi, ma anche i signori della Sicilia, di Milano, di tutto il Paese e di tutti quelli che hanno bisogno di sentire uno scambio di idee, come abbiamo fatto finora, perché è troppo bello ed a me è servito tantissimo. Però vorrei invitarvi a casa nostra, se è possibile. Grazie.

CLARA PIERINI
Servizio di salute mentale, Gubbio, Perugia

Buongiorno a tutti. Mi presento, io sono Clara Pierini e sono psicologa al Centro di salute mentale di Gubbio.

Volevo solo dire due parole su come si sta muovendo il nostro servizio e mentre pensavo che cosa dirvi, riflettevo sul fatto che è molto tempo che noi crediamo e lavoriamo con questa logica del fare insieme e di collegarci a tutto il resto del mondo che ci sta intorno e soprattutto a quello psichiatrico. E infatti già nel '91 nasceva a Gubbio l'ASAP - Associazione per l'attuazione della riforma psichiatrica - che era stata fortemente voluta da un gruppo di familiari, tanto che al primo incontro delle Parole ritrovate, nel 1993, partecipò anche quella Associazione.

Già da allora, avevamo creato dei gruppi nei quali utenti, operatori volontari interessati al problema della psichiatria lavoravamo intorno ad alcune esperienze da fare insieme, come il teatro. Quindi sono molti anni che lavoriamo intorno a

questo discorso ed è diventato un po' più strutturato da quando abbiamo incontrato Renzo e Roberto, i due vecchioni che ogni tanto ci vengono a trovare. Diciamo che dopo questo incontro, questa pratica del fare insieme, che comunque sentiamo molto importante nel lavoro dei servizi psichiatrici, è diventata - dicevo - più strutturata.

Per questo vorrei anche dire due parole su delle cose che sentivo ieri. Sentivo dire "il farmaco sì, il farmaco no", sentivo dire "bisogna creare degli spazi dove non c'è l'ascolto del personale dei servizi". Beh, io credo e spero che in realtà queste esperienze che noi facciamo non siano uno strumento dove non c'è un altro strumento, ma solo uno strumento in più che anche noi operatori - e non solo - possiamo utilizzare e che si aggiunga agli strumenti che già noi possiamo avere. Quindi non dove falliscono altre cure, ma sempre, dove c'è la possibilità, devono essere utilizzate.

Dicevo di questa esperienza che stiamo facendo. Siamo diventati promotori di gruppi di auto mutuo aiuto. Attualmente abbiamo due gruppi per persone depresse, un gruppo per attacchi di panico, un gruppo dell'abitare, cioè di persone che vivono all'interno della nostra struttura e il gruppo voci. Poi, con la formazione che abbiamo fatto insieme a Renzo a Gubbio, siamo diventati, come Servizio, promotori di gruppi che, comunque, non riguardano strettamente problematiche psichiatriche, come il fumare, o dimagrire insieme che hanno come punto di riferimento il nostro Centro, ma che però poi vengono attuati da persone che non frequentano il nostro Centro.

Come ultima cosa vorrei dire che stiamo organizzando, per il 13 novembre, Le Parole ritrovate a Gubbio. È sorto un comitato formato da utenti, operatori, cittadini e ne fa parte anche il vicesindaco. Quindi il prossimo mese faremo questa prima esperienza, per cui speriamo che l'essere venuti a Trento ci porti bene per l'esperienza eugubina. Lascio la parola a Paolo che ci racconterà di un'esperienza del fare insieme.

PAOLO TOSTI
Fotografo, gruppo attività CAD, Gubbio, Perugia

Buongiorno, io sono Paolo Tosti. Io qua c'entro poco, nel senso che io faccio il fotografo di professione e lavoro sempre fuori dalla mia città, soprattutto negli ultimi quattro anni, da quando ho iniziato una collaborazione con la *Reuter*, quindi mi sposto sempre più lontano per lavorare.

Quando ho iniziato il lavoro con il CAD, più che un vero progetto era un passatempo. Ogni martedì passo due ore con i ragazzi del CAD. Questa è diventata una regola: ovunque io sia ed ovunque io vada, so che il martedì pomeriggio ho queste due ore da dedicare a loro. Il mio impegno è piccolissimo, ma è dettato da una regola che è quella di non voler insegnare niente a nessuno, ma quella di voler trovare degli amici con cui condividere un progetto, che è poi un atto creativo, sono dei sogni da realizzare.

Durante questi sei anni di attività, noi abbiamo portato avanti dei progetti. Quello che ci sentiamo di condividere è la realtà al di fuori della struttura CAD. Ho

cercato sin dall'inizio, senza nascondere difficoltà anche tra i tanti operatori e il personale medico, di portare la struttura CAD fuori, nella città e non viverla come una struttura che sia all'interno di un Centro di salute mentale, anche perché questa cosa non mi tocca, non sono del settore, non penso e non agisco come uno del settore. Non ho veli quando entro, né tanto meno vorrei che le persone che sono con me li avessero.

Ciò che faccio lo faccio d'istinto, proprio perché non lo faccio né per remunerazione economica, né per fede in chissà che cosa, ma semplicemente per il gusto di farlo. Quindi, quando io sono entrato, ho cercato di mettere dei veti, che erano quelli che gli operatori e i medici restassero al di fuori della struttura, perlomeno in quelle due ore che c'ero io. Dentro eravamo io ed un gruppo di amici. Io non ero l'insegnante, ma si cercava di raggiungere delle realtà concrete, come fare delle esposizioni, delle mostre, partecipare a dei concerti facendo delle scenografie, stare insieme anche ad altri fotografi artisti o a pittori, che magari da una società al di fuori del CAD erano considerati "sani". E noi abbiamo interagito e giocato con questo; giocato a tal punto che non sono venute meno organizzazioni con un evento che era visibile oltre l'invisibile, in cui si cercava di far capire l'arte e la psiche. Sono intervenuti sociologi, psicologi, antropologi... Erano tante cose che alla fine non si capiva niente, però sono servite comunque per far conoscere la struttura.

Una cosa a cui puntiamo, oltre a questa collaborazione con strutture, con agenzie che fanno arte, è quella di promuovere feste ed attività che comunque fanno parlare di noi, ma senza che noi diciamo chi siamo e che cosa vogliamo, perché questo creerebbe caos e confusione.

Quando ho iniziato, le difficoltà sono state tantissime, perché parli con i medici e raramente, o poco poco, ti capiscono, ma non perché non vogliono. Dopo, piano piano ho cominciato a far capire delle cose che, se anche non erano giuste, mi sentivo di dirle e venendo qua ho sentito una grande soddisfazione, perché anche voi lo fate. Il parlare di fronte alla gente, il voler uscire è quello che noi cercavamo di fare, lo facciamo con le opere pittoriche, con le fotografie, con qualunque cosa, l'importante è il sentirsi liberi, il voler realizzare una cosa semplicemente per il gusto di farla, senza pensare a chissà che cosa, il voler farlo da soli senza aver a fianco uno che ti dice: "Ma quanto sei bravo". No, se vedete, le nostre opere tutto sono meno che *en plein air*, cose astratte, semplicemente gesti, perché sono i gesti che ognuno di noi vuole comunicare, sono il frutto della creatività che ognuno di noi ha, però raramente - compreso me - riesce ad esprimere. Semplicemente perché non guardiamo mai per terra, ma cerchiamo di andare avanti in maniera troppo veloce.

Ho una grande remunerazione quando sto con loro, perché a me serve per riconoscere i miei limiti e imparare da loro ed è per questo che se anche fossi a New York a fotografare una sfilata, il martedì io chiamo loro e gli dico: "Danilo, dimmi quello che fai, dimmi come possiamo andare avanti". Grazie.

DANILO TURBESSI
Servizio di salute mentale, Gubbio, Perugia

Buongiorno, io sono Danilo Turbessi, sono un utente del Centro di salute mentale di Gubbio. Nel '97 mi sono ammalato di depressione e sono stato indirizzato a Gubbio. Lì ho trovato operatori, infermieri e dottoresse che mi hanno capito e mi hanno risolto il problema. Prendo ancora gli psicofarmaci, comunque adesso sto bene. Tre volte alla settimana lavoro con il SIL e poi faccio anche attività di pittura insieme a Paolo Tosti.

Vorrei ringraziare la dottoressa Lorenzetti che mi ha risolto il problema.

MATTEO MORELLI
Cooperativa Asia, Perugia

Buongiorno, mi chiamo Matteo Morelli e sono un operatore sociale della cooperativa "ASAD" di Perugia. Noi lavoriamo con il Centro di salute mentale di Gubbio in tutti i servizi e le strutture che ha, quindi dalla comunità terapeutica, all'assistenza domiciliare, i gruppi appartamenti e ai CAD. Nel caso specifico, faccio parte anch'io del laboratorio d'immagine con Paolo Tosti, insieme ad altri tre colleghi.

Diciamo che l'avvento di Paolo è stato come un fulmine a ciel sereno, nel senso che ci ha cambiato il modo di lavorare. Infatti noi lì diamo un sostegno logistico durante le due ore del martedì, cercando di fornire tutto quello che serve e distaccandoci un pochino per lasciare il loro spazio, per considerarli come artisti. Il mio auspicio è quello di andare a finire a fare il magazziniere, oppure di fornire dei pennelli, perché allora vorrà dire che gli artisti stanno lavorando bene insieme a Paolo. Grazie.

SIMONETTA PROCACCIO
Servizio di salute mentale, Gubbio, Perugia

Salve a tutti, sono Simonetta Procaccio, una infermiera del Centro di salute mentale di Gubbio.

Io opero presso il CAD, una struttura semiresidenziale del Centro di salute mentale di Gubbio e messa in rete con due gruppi appartamento a bassa protezione che hanno dieci posti letto e una comunità terapeutica con altrettanti posti letto. Il CAD, come struttura, è nato nel 1992, anche se già prima avevamo delle attività. Da allora, come ha detto la Clara Pierini, il nostro credo è sempre stato quello del fare insieme: operatori, utenti e volontari. Il CAD è aperto otto ore al giorno e, durante la settimana ci circolano circa quaranta utenti e altrettanti tra operatori e volontari. Abbiamo scelto di strutturare il CAD per attività, nel senso che è aperto dalle otto a mezzogiorno e dalle tre alle sette della sera, rimanendo chiuso nell'ora del pranzo. Ci sono circa quattordici attività. Per attività, proprio perché in base ai progetti terapeutici degli utenti, questi vengono a svolgere alcuni laboratori, tra

cui il laboratorio d'immagine, musica, percussioni, *pet terapy*. Ci sono attività strettamente riabilitative terapeutiche e attività più risocializzanti.

Prima Paolo ha detto: "Io ho scelto che gli operatori sanitari non vengano nell'attività". Abbiamo delle attività in cui gli operatori sanitari non ci sono per niente; abbiamo altre attività in cui servono e ci sono. Paolo ha detto: "Assolutamente non vi voglio, perché voi contaminate il campo", proprio "contaminate".

I quaranta utenti che vengono al CAD, non è che lo frequentano durante tutte le ore. Ci sono alcuni utenti, ad esempio, che, in base al progetto terapeutico vengono il lunedì dalle dieci al mezzogiorno, all'attività di cucina e poi tornano il venerdì dalle cinque alle sette all'attività di percussione.

Quello che volevo sottolineare del CAD, e che secondo me è importante, è anche come noi operatori andiamo. Noi andiamo lì non perché dobbiamo andare, ma perché scegliamo le attività a cui andare per divertimento, nel senso che non dobbiamo essere lì perché dobbiamo, ma perché vogliamo essere lì, perché ci divertiamo. Il divertimento è importante nel fare insieme, è quando ci divertiamo che diventiamo creativi, come ha detto ieri Renzo De Stefani.

Un'altra cosa che volevo sottolineare e che ha già detto Paolo è che le attività del CAD non sono chiuse, ma abbiamo cercato di aprirle alla rete sociale della città, per cui sono nate interessanti collaborazioni, per esempio, con il Gruppo Sentiero, con il Club Alpino Italiano, con l'associazione di Paolo, Associazione italiana fotografia infrarosso, il gruppo di teatro con l'Accademia del Teatro dei Riuniti, oppure importanti collaborazioni con le scuole, quindi ci facciamo conoscere dai ragazzi, perché i ragazzi sono il nostro futuro.

Vi rubo un altro minuto per dirvi che un'ulteriore evoluzione che c'è stata nell'ultimo anno nel nostro Centro accoglienza diurna è stata quella della nascita dell'Associazione "Crisalide", associazione fortemente voluta dai nostri utenti e che è promotrice di cultura, perché organizza eventi sia collegati con il CAD, quindi fa conoscere la salute mentale nel nostro territorio, sia eventi esterni non collegati con il CAD. Dico associazione fortemente voluta dagli utenti, perché loro sanno benissimo cosa significa fare insieme, ma sanno anche benissimo quali sono i problemi, le lungaggini burocratiche che si hanno se non si è riconosciuti come figura giuridica e l'Associazione "Crisalide" vuole dar voce e rappresentanza a chi ha poca voce e poca rappresentanza nel mondo sociale. Grazie.

UGO MASPERO
Associazione "Scacco matto", Milano

Sono Ugo Maspero dell'Associazione "Scacco matto" e molto tranquillamente vorrei dire che non sono contrario a questo legame con i servizi. Dico semplicemente che il discorso andrebbe un po' più ampliato nel senso che quando ad una persona gli sono state date le capacità di staccarsi un attimo dal servizio, magari può fare le stesse attività che si fanno all'interno del servizio, quindi arte terapia, musicoterapia ecc., però forse è importante capire che tutto non si racchiude lì, all'interno dei CentrI di salute mentale, ma che ci sono anche altre realtà che sarebbe meglio sviluppare con altre persone, sennò altrimenti si crea un circolo chiu-

so. Chiaramente tutto questo quando la persona ha raggiunto una certa socializzazione.

Poi, per quanto riguarda “terapia si, terapia no”. Io mi ricollego a quello che diceva Coleman “Quando prendevo gli psicofarmaci non mi facevano nulla”. Questo vuol dire imparare anche a convivere con i farmaci, imparare a conoscerli, venendo chiaramente aiutati, e se alcuni farmaci servono è giusto prenderli, altrimenti torno alla contrattazione che dicevo ieri che è quella di contrattare col proprio medico psichiatra la terapia da seguire. Quindi, se occorrono, per esempio, 5 milligrammi di un farmaco, uno ne prende 5, ma se non occorrono, perché ci si deve rimbambire? Grazie.

ROBERTO PEZZANO
Servizio di salute mentale, Catania

Va bene. Grazie a tutti gli amici che sono intervenuti. Ci rivediamo alle due e un quarto e buon appetito.

Venerdì 8 ottobre, pomeriggio

ESPERIENZE, CONFRONTO E DIBATTITO

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

ELENA VAN WESTERHOUT
Servizio di salute mentale, Trento

Bene. Riprendiamo con l'esperienza trentina. Mi presento, sono Elena, lavoro qui solo da un mese anche se sono nelle Parole Ritrovate dall'inizio. Arrivo da un Centro di salute mentale della provincia di Milano per cui volevo cogliere questa occasione per ringraziare tutti i colleghi di Trento della accoglienza che mi hanno fatto e per dire che ho trovato quello che mi aspettavo e cioè che le Parole ritrovate le sto vedendo davvero nel concreto e nel quotidiano. Si respira davvero un fare assieme, con tutte le difficoltà, ma con una grande motivazione e entusiasmo da parte di tutti. Grazie di cuore.

IRMA FAES
Servizio di salute mentale, Trento

Buonasera a tutti e grazie a Elena per la sua introduzione. Noi siamo qui in un bel gruppo. Io parlerò dell'esperienza di Leopoldo e poi lascerò la parola agli altri amici che parleranno delle altre esperienze, esperienze che sono tutte collegate tra loro.

Leopoldo rappresenta una buona pratica del fare assieme, un buon esempio di spazio comune tra utenti, familiari, operatori i quali assieme si incontrano, discutono, si ascoltano, si confrontano, propongono, ma soprattutto pongono in essere iniziative di miglioramento nella pratica quotidiana, iniziative che di solito venivano realizzate separatamente, ciascuno sul proprio tavolo, utenti con utenti, operatori con operatori. Essere insieme ha un altro significato, disegna un altro futuro. E allora questo spazio comune che abbiamo creato e che ha trovato un così largo consenso, molte volte ci siamo trovati in 40-50, deve diventare soprattutto uno spazio nella nostra mente, nella nostra quotidianità, uno spazio che dobbiamo assieme curare e rispettare.

Ma chi è questo signor Leopoldo? Torniamo indietro con la memoria a circa 3 anni fa quando utenti familiari e operatori hanno cominciato a trovarsi negli spazi del nostro servizio sopratutto sulle aspettative che ognuno aveva rispetto all'altro. Nel marzo 2001 è nata una lettera ad un immaginario signor Leopoldo che poteva rappresentare tutti gli utenti del nostro servizio. Questa lettera iniziava così: "*Caro*

Leopoldo nei mesi scorsi abbiamo iniziato tra utenti familiari e operatori a ragionare e a discutere sugli atteggiamenti sulle relazioni sui modi di porsi che tu e i tuoi familiari vi aspettate da noi operatori del servizio e su quanto noi ci aspettiamo da voi".

Questa lettera è stata spedita a numerose famiglie del nostro servizio e abbiamo invitato ad un primo incontro tutti gli utenti e i famigliari che avevano voglia di percorrere questa strada. L'accoglienza è stata molto positiva. Nei primi incontri sono stati individuati alcuni argomenti molto forti quali il comunicare meglio in famiglia, il TSO, proposte pratiche di miglioramento del Servizio sulle quali poi sono stati attivati dei sottogruppi di lavoro. Una prima iniziativa nata è stato un questionario somministrato a utenti e familiari del servizio che voleva rilevare opinioni rispetto al grado di soddisfazione generale, ad alcune opportunità di miglioramento del servizio, ad alcune opportunità di realizzare delle iniziative innovative rivolte a utenti e familiari. E le risposte al questionario sono state molto interessanti. V ne leggo qualcuna: "*Relazioni più significative, più uscite dal reparto, più iniziative con i familiari, riduzione dei tempi di attesa, più disponibilità negli operatori, una sensibilizzazione interna per medici operatori e utenti, rapporti più frequenti tra medico e paziente, una riunione periodica dei familiari, incontri sulla malattia, di nuovo comunicare meglio, possibilità per i familiari di trascorrere una giornata tipo al centro diurno, più disponibilità, ascolto e concretezza da parte degli operatori e dei medici*".

Ne tralascio altre. Queste risposte ci hanno portato a riflettere e hanno portato il gruppo Leopoldo ad attivare alcune iniziative legate a questi suggerimenti. Incontri con i vari ambiti del servizio: ci sono stati incontri tra il gruppo di Leopoldo il Centro di salute mentale, il Reparto, il Centro diurno, 2 edizioni di un Corso di comunicazione aperto a utenti, operatori, familiari e cittadini. Un corso su come comunicare meglio in famiglia. Ha influito non poco una proposta già in essere sulla opportunità di prolungare l'orario del Servizio per cui siamo arrivati l'anno scorso ad aprire il sabato pomeriggio e la domenica mattina, ma sopratutto ha posto in essere una riflessione sul diritto dell'utente e del familiare ad essere informato nel processo di cura, soprattutto legato all'utilizzo dei farmaci e ad una corretta informazione. Poi sono nate 3 'cartoline' su argomenti diversi più una quarta che abbiamo stampato come gruppo Leopoldo. Sono cartoline che riassumono in formato cartolina il tema dell'auto mutuo aiuto, le esperienze del fare assieme, una cartolina intitolata "Chiedere non costa nulla" su come la persona informata può partecipare più responsabilizzante alla sua cura e un'ultima cartolina che riassume in breve che cos'è il servizio di salute mentale. Tutto questo ci ha dato la possibilità di comprendere l'importanza dell'ascolto reciproco quindi del ruolo importante dell'altro. Le discussioni successive ci hanno portato a pensare ad un gruppo già attivo formato da utenti familiari operatori che si preoccupasse di intervenire a domicilio di quelle persone che tendono a isolarsi. Dopo avremo qualcuno che ci racconterà qualcosa di questo gruppo che si chiama "*Zo dal let*" che tradotto in italiano vuol dire "Giù dal letto". Delle serate sui farmaci con la presenza di un medico che ha aiutato i partecipanti a chiarire tanti aspetti misteriosi sul farmaco. Incontri dedicati alla medicina naturale, allo Shiatsu, ai Fiori di Bach e poi una sorta di libretto sanitario-diario che il gruppo ha pensato, su proposta di una mamma che diceva: "*Perché il medico gli operatori hanno una cartella clinica e noi non possiamo avere un nostro strumento per raccogliere le nostre idee il nostro percorso*". E quindi

abbiamo creato assieme questa sorta di libretto che prima si pensava potesse avere al suo interno una traccia. Poi in realtà è venuto fuori un libretto bianco da consegnare a chi aveva voglia di fare questo percorso molto liberamente, che sia un utente o un familiare. Poi abbiamo pensato alla creazione di una piccola biblioteca: libri utili per chi ha voglia di leggere qualcosa sul tema della salute mentale. Concludo ricordando che gli incontri di Leopoldo sono a cadenza bimestrale. L'ultima riunione è caduta in estate, eravamo meno di 40 ma ci siamo chiesti perché chiudere in estate? Meglio vederci più spesso e lascio la parola a *zo dal let*.

TIZIANA BOVE
Servizio di salute mentale, Trento

Introduciamo l'argomento del gruppo *Zo dal let*, raccontandovi una storia che è presente nel nostro volantino. "Storia del principe ammalato

Un re e una regina sono disperati perché il loro unico figlio si è improvvisamente ammalato e nessuno riesce a guarirlo. Vengono interpellati tutti i migliori medici ma senza risultato alcuno. Sembra proprio che non ci sia più niente da fare. Ma ecco che un giorno si presenta a corte un contadino che dice di avere forse un rimedio miracoloso: "Conosco una fonte magica, quella è forse l'unica acqua che può salvare il principe, ma la magia funziona solo se l'acqua è bevuta direttamente sul luogo dalla persona dopo aver camminato nella foresta per cercarla. "Oh poveri noi", dicono il re e la regina. "Ma come potrà il principe percorrere la foresta per ore ed ore debole com'è?" Ma visto che ormai non c'erano altre alternative il giorno dopo il principe, lui che non si era mai alzato prima di mezzogiorno, parte all'alba insieme al contadino. Quando finalmente raggiunge la fonte comincia a berne avidamente l'acqua e poi si sdraia, sfinito ma contento. E così i giorni passano e il principe continua ad alzarsi all'alba, a camminare insieme al contadino per varie ore, finché arriva alla fonte per berne l'acqua e riposare contento prima di tornare a casa. Ma ecco che a poco a poco sente che gli stanno tornando l'appetito, l'energia, il colorito sulle guance e la voglia di vivere senza sapere né perché, né cosa è successo. Il principe guarì presto e l'acqua magica ora non serviva più, ma continuò ad uscire all'alba a camminare nella foresta insieme al suo amico contadino. La magia è quella… non ne esistono altre."

NATASCIA SESTER
Servizio di salute mentale, Trento

Dopo questo bel racconto in cui si vede come è fondamentale la relazione che si instaura con la persona, voglio raccontarvi la storia di questo gruppo che è nato circa un anno e mezzo fa da un'idea nata all'interno di Leopoldo per fornire un aiuto a tutte quelle persone che avevano difficoltà ad uscire di casa, che non avevano quasi più relazioni, che non avevano amici, che chiuse nel loro malessere, senza stimoli trascorrevano intere giornate a letto aumentando in questo modo il loro stato di emarginazione e il loro senso di inadeguatezza.

La proposta venne da subito accolta dai partecipanti del Centro diurno che ben conoscevano questo stato emotivo perché da loro vissuto in prima persona. È così che inizialmente si è sviluppata tra di loro, tra persone che si conoscevano attraverso una vicinanza più attenta, fatta di telefonate, di visite a casa, accompagnamenti, fino a raggiungere un sempre maggior reciproco sostegno ed instaurare rapporti di amicalità. In alcune occasioni le persone si organizzavano per trascorrere il fine settimana, per condividere momenti di piacere e abbattere la solitudine di tutti quei momenti in cui il Centro era chiuso e gli operatori non erano presenti, attivando brillantemente le loro risorse.

Questa esperienza dal Centro diurno si è spostata verso il Reparto con visite in piccoli gruppi a persone che avevano partecipato al Centro diurno e con cui si era sviluppato un rapporto di vicinanza affettiva. Attualmente il gruppo si sta evolvendo sempre di più, aprendosi al territorio, accogliendo le "segnalazioni" degli operatori, dei familiari o delle persone stesse che si presentano con una domanda di aiuto dopo aver letto il volantino presente al Centro di salute mentale.

Prossimamente sarà aperta la linea telefonica "Siamo con te" che offrirà, come per altri gruppi dell'auto aiuto e del fare insieme, una nuova possibilità per rispondere meglio ai bisogni delle persone. Fatta questa premessa illustro brevemente come funziona il gruppo *Zo dal Let* che si trova tutti i lunedì alle 11 presso il Centro Diurno. È un gruppo aperto e vario e tutto in divenire. Vi partecipano tutti coloro che lo desiderano in quel momento e presenti al Centro diurno, più alcuni "fedelissimi". Le persone spesso cambiano, ma per il momento preferiamo lasciare questa apertura anziché chiuderci in una stanza. Una persona legge il verbale della volta precedente e man mano le persone raccontano come è andato l'incontro, come si sono sentite, quello che hanno vissuto ed insieme si decide come continuare le visite. Poi vengono prese in considerazione eventuali nuove richieste e si parla delle persone di cui da tempo non si hanno notizie. Ci si organizza per sentirle, per invitarle ad una gita, andarle a trovare in base ad una scelta personale tra i presenti.

A questo punto è necessario sottolineare come queste visite siano emotivamente forti per coloro che le effettuano. Spesso possono far rivivere situazioni passate e così verificare resistenze, timori, paure. Ecco che il gruppo allora crea sostegno, possibilità di crescita e forza per il partecipante e spesso si sceglie di effettuare le visite in due. In tutto questo l'educatore ha un ruolo di facilitatore dell'organizzazione della relazione, offre spazi di riflessione reciproca, ma poi sono le singole persone che mettono in pratica, che offrono il loro aiuto sulla base dell'esperienza, convinti che, così come loro, anche gli altri ce la possono fare. Perché insieme è meglio!

OTTAVIO SGARBOSSA
Servizio di salute mentale, Trento

Io ho conosciuto questa iniziativa, *Zo dal let*, mentre frequentavo il Centro diurno a causa di una forte depressione che ho avuto e che adesso, ringraziando Dio, con l'aiuto anche del Centro, ho superato. Sto meglio, ne sono uscito.

Qualche mese fa ero a casa e ho ricevuto una telefonata da una persona che frequentava il gruppo da tempo e che mi chiedeva se volevo andare a trovare un nostro amico-utente che stava male. Io la conoscevo bene questa persona, eravamo anche diventati un po' amici quando frequentavamo assieme il Centro, ed ho accettato volentieri. Sono andato con la macchina perché abita fuori città. L'ho trovato piuttosto teso, irrequieto, però stando lì parlando del più e del meno, dei suoi disturbi, di altre cose, ho visto che si era un po' tranquillizzato. Dopo sono andato a trovarlo ancora alcune volte e l'ho trovato più sereno, più disteso. Questa iniziativa io la trovo molto positiva in quanto la persona che sta male e che si va a trovare ha un occasione di distrazione, di sfogo delle sue angosce e delle sue paure.

Sono contento anche perché mi ricordo di quando ero io a star male e penso che per lui vedere me che ne sono uscito sia motivo di incoraggiamento e nello stesso tempo mi arricchisce perché posso aiutare delle persone che mi piace aiutare e così ne traggo vantaggio per me.

ROSA VALER
Servizio di salute mentale, Trento

Buongiorno a tutti, sono Rosa. Il 20 maggio alla Casa del Sole c'è stata una grande riunione organizzata dal Servizio di salute mentale dove noi utenti, i familiari, gli operatori e i medici, abbiamo condiviso delle cose assieme ed è nata questa nuova iniziativa. L'abbiamo chiamata "Siamo con te" per sottolineare lo spirito di solidarietà e di confronto che vi abita. Vuole essere una sorta di sportello informativo gestito autonomamente da utenti e familiari, a fasce orarie. Siamo una ventina di persone e ci riuniamo da un mese circa per mettere in piedi questo sportello. Sarà una stanza all'interno del Centro Diurno con un telefono con una linea indipendente e una o due persone per turno, tre ore al giorno, dal lunedì al venerdì, dalle 11 alle 12 e dalle 16 alle 18.

Le informazioni che daremo a utenti e familiari che ci cercheranno riguarderanno tutti i progetti del "Fare insieme", Gruppi di auto aiuto, Leopoldo, Cicli di familiari, Sensibilizzazione, La Panchina, Zo dal let. Il gruppo però immagina che le telefonate che potrebbero arrivare conterranno una possibile, implicita, richiesta di aiuto e di supporto-confronto. Immaginiamo un familiare ai primi contatti con il Servizio che telefona allo sportello per raccogliere informazioni sui gruppi di auto aiuto. È molto probabile che da una richiesta di questo tipo possa nascere una chiacchierata su mille altri aspetti che possono preoccupare o incuriosire la persona che ha telefonato. È per questo che il gruppo ha voluto scrivere sul depliant di presentazione "*Vuoi conoscere meglio il Servizio di salute mentale? Vuoi conoscere altri utenti e familiari che frequentano questo Servizio? Vuoi partecipare ad un progetto in cui altri utenti o familiari sono coinvolti? O hai semplicemente voglia di chiacchierare un po'? Telefonaci o vieni a trovarci.*"

Il gruppo ha voluto prima di partire per questa avventura avere la possibilità, insieme, di darsi una infarinatura, una sorta di informazione di base riguardante tutti i progetti in essere. È chiaro per esempio che se uno di noi che risponde al telefono frequenta un gruppo di auto aiuto è possibile che, ad esempio, sul progetto

sensibilizzazione non saprà dare molte informazioni. E questo è il bello del gruppo che si è formato. Il gruppo stesso si fa formazione. Si racconta rispetto a ciò che i vari progetti portano avanti e lo fa in modo divertente, simulando possibili telefonate che potrebbero arrivare allo sportello. In più aggiungiamo che il gruppo rappresenta finalmente un punto di raccordo tra i vari progetti che senza questa occasione rischiano di rimanere un po' isolati e senza collegamenti. Io non vedo l'ora di poter iniziare e auguro al mio gruppo un lungo cammino!

MARIA ELENA GHEZZI
Servizio di salute mentale, Trento

Anch'io ho cominciato a partecipare a questo gruppo. Mi chiamo Maria Elena, frequento il Centro da un po' di anni, prima in quanto sofferente di depressione, poi, da quando ho cominciato a stare bene, un po' da "volontaria", da "amica" del Centro, disponibile a dare una mano, a dare quello che posso dare.

Perché mi è piaciuta molto questa iniziativa? Perché quando stavo male, quando ero proprio nel tunnel della depressione cercavo disperatamente una voce amica, qualcuno che mi ascoltasse, ma che non fosse necessariamente coinvolto emotivamente, come i miei familiari. Gli amici li avevo in buon parte stressati con le mie angosce, con altri mi vergognavo a parlare ed allora mi sarebbe piaciuta avere una linea telefonica, un numero, delle persone che gratuitamente, senza dover chiedere in cambio qualcosa, mi ascoltassero.

Quando si sta male ci si sente un po' rifiutati da tutti e trovare una persona che vive gli stessi tuoi problemi, fa bene e da questi scambi di idee può nascere una scintilla che innesca un processo di miglioramento, di guarigione. E si pensa che se quella persona sta gratuitamente con me, vuol dire che anche io esisto, ho un valore anche io.

Questo impegno può servire anche a noi che lo facciamo perché ci sentiamo parte di un progetto giusto, di un'azione utile ad altre persone. E ci fa sentire un tassello di una rete virtuosa che ci permette di mettere a frutto quel sapere acquisito in anni di sofferenza e di scavo interiore. Quella conoscenza raccolta non studiando i testi sacri della psichiatria, ma ascoltando le nostre vicende interiori e quelle dei nostri compagni di viaggio. Ed è anche un'occasione per fare insieme una cosa buona, accresce il nostro star bene, ci rende complici di un progetto, in una parola è empowerment.

MARIA CARLA FRANCESCHINI
Servizio di salute mentale, Trento

Sono Maria Carla e sono qui con Milva per presentarvi il nostro gruppo di uditori di voci. Breve introduzione. Questo gruppo si chiama *The voices*. È nato nel 2001 e all'inizio c'erano poche persone. Poi è diventato sempre più grande, anche se la frequenza è un po' altalenante. Massimo ci sono 15 persone, alle volte c'è chi fa più fatica a venire. È formato da persone che sentono le voci, e che riescono ad

essere consapevoli. Il difficile è questo. Sentire il bisogno di condividere e confrontarsi su questo disagio. Sentire che questa percezione è una loro ricchezza, una cosa loro.

Anche nel seminario fatto nei giorni scorsi con Ron Coleman emergeva questa cosa, questa marcia in più. Il sentire le voci al gruppo viene accettato, cosa che penso sia la più difficile. Ci incontriamo una volta alla settimana, il mercoledì, dalle 14.30 alle 15.30. io sono il facilitatore del gruppo e il mio è un ruolo un po' più marginale, quello di creare occasioni di incontro e di scambio.

A me questo gruppo piace tantissimo, vi devo dire che è una delle cose importanti della settimana a cui tengo molto. Penso sia valido per tanti motivi. Il fatto di incontrarsi, creare uno spazio di incontro, una cultura, un clima tra le persone che vivono con inevitabile sofferenza questa esperienza. Raccontarsi lenisce l'inquietudine che sentire le voci comporta. Sentire le voci spesso vuol dire sentirsi diversi rispetto ad amici e familiari. Spesso nel gruppo esce questa cosa. L'averne parlato a casa e sentirsi rispondere "Pensa ad altro". Poi il fatto di non sentirsi unici nello sta male, di non essere soli. Il fidarsi e l'affidarsi, il superare il senso di vergogna.

E qui ci tengo anche a dire questa cosa dei tempi. Ognuno di noi ha dei tempi diversi. Ho fatto un bel lavoro con Marianna nei giorni scorsi e credo che ho scoperto delle cose di lei che non sapevo e probabilmente erano quelli i tempi giusti per "scoprirli". Senza mettere fretta, senza correre.

Il gruppo è una palestra di allenamento nel fronteggiare le voci. Per me ogni mercoledì è una occasione per capire un po' di più. E poi è bellissimo vedere questa capacità di reagire, questa forza, questo coraggio. Spesso a me capitava in passato quando parlavo con delle persone con le voci di dire loro "Non pensarci, lasciale perdere". Invece adesso ho capito che imparare a fronteggiarle, anche a dialogarci assieme, è una cosa che paga, paga tanto.

Poi, ed è l'ultima cosa che dico, penso che ognuno di noi ha qualcosa che non va. Ed è importante vederla, questa cosa che non va, qualunque essa sia, sotto un profilo positivo, come una risorsa che ci può essere utile. Ciao!

MILVA MARCHI
Servizio di salute mentale, Trento

Penso che più o meno avete capito quello che potrei dire anch'io. Condivido quello che ha detto Maria Carla e non lo ripeto. Prima di conoscere il gruppo voci ero entrata nel gruppo della depressione. Poi ho conosciuto il gruppo delle voci e come tutti all'inizio l'ho rifiutato. Poi piano piano ci sono andata. Un giorno per miei motivi ho deciso di iniziare a frequentarlo e da allora lo sto vivendo in modo diverso.

La cosa importante che voglio sottolineare è che dalla mia esperienza nel partecipare al gruppo ho imparato ad apprezzare le persone ad apprezzare i piccoli rumori quotidiani. Con le voci no. Mi piace sentire le campane che suonano, mi ricorda una cosa bella che capita in quel momento. E allora ti senti ricca perché hai voglia di vivere e apprezzi le cose che normalmente non apprezzi per tanti motivi.

Però è molto importante il percorso che sto facendo col gruppo. Io sono curiosa e al gruppo posso ascoltare. Poi mi fermo perché non devo chiedere troppo. Come adesso che continuo a parlare e devo interrompere. Ho finito.

MARIANNE HOLZKNECHT
Servizio di salute mentale, Trento

Io voglio parlare dell'esperienza della Casa del Sole a cui tengo moltissimo. Quando io vado a fare le notti[2] condivido con i ragazzi anche le gioie, come con la Dolly che è una signora che vive alla Casa del Sole. Io con lei ho un feeling bellissimo e riesco a comunicare anche quando sta male. Un giorno le ho detto: "*Dolly ho da condividere con te una gioia, io divento nonna e ti diventi bisnonna*". Queste sono cose che io voglio dividere con loro. Anche la gioia mia, non solo le sofferenze.

Un giorno c'era l'Ivano e gli ho detto "*Guarda che domani vengono alla casa un gruppo di ragazzi che hanno i loro problemi e non hanno soldi. Quindi non insistere a chiedere che ti paghino il caffè come fai con tutti noi*." Con l'Ivano ci incontriamo la mattina dopo, io ero di servizio al bar e vedo l'Ivano che mi dice "*Guarda che non ho chiesto il caffè perché tu mi hai detto che non hanno i soldi*". E allora io gli ho detto "*Ivano tu sei un grande uomo*" e gli ho offerto io il caffè. Questi sono i miei rapporti con i ragazzi della Casa del Sole

ROBERTO SACCARDO
Servizio di salute mentale, Trento

È arrivato il mio turno. Buonasera io mi chiamo Roberto e racconto un po' la mia storia. Ho un figlio di 29 anni e circa 6 anni fa….Scusate sono un po' emozionato perché rivivere la storia, la sofferenza che si prova quando succedono queste cose…

Mio figlio ha cominciato ad avere dei disturbi. All'inizio non ci si da tanto peso, si pensa che magari ha preso qualche sostanza, è andato un po' fuori di testa, ha bevuto un po' troppo. Fino a che, ad un certo punto, mi sono accorto che viveva in un delirio continuo, e mi chiedevo cosa diavolo gli sta succedendo, cosa hai combinato. Non capivo che il ragazzo stava male, fino a che un giorno ha avuto una crisi, mi ha picchiato, sono successe delle cose sgradevoli ed è stato ricoverato nel reparto psichiatrico. E lì ci siamo accorti che il ragazzo aveva disturbi, disturbi grossi.

Però nonostante tutto per noi genitori accettare quella situazione era insostenibile. Vi giuro è una cosa….non si riesce ad accettare quella malattia. Si accetta un tumore, una gamba rotta, la testa rotta. Per un familiare una malattia è qualcosa di straziante. Io sapevo a malapena che esisteva questo Centro di salute mentale. L'ho conosciuto meglio dopo parecchi anni. Insomma questo ragazzo continua-

[2] Marianne si riferisce alla presenza la notte di soci dell'Associazione La panchina che accompagnano in un clima di amicalità gli ospiti della Casa del Sole, in assenza di operatori.

va con questi disturbi, la cura l'accettava, non l'accettava e quando delirava era sempre uno scaricarsi le colpe tra me e mia moglie. "*La colpa è tua. Guarda cosa hai fatto. No è tua e avanti così*." E in queste situazioni entra anche in crisi il matrimonio, i fratelli stessi non accettavano la malattia del loro fratello, continuavano a dirgli smettila, [redacted]. Gli dicevo vai a letto e lui andava a letto, ma io non capivo.

Da notare una cosa, questi ragazzi è con noi che passano la maggior parte del loro tempo e noi dovremmo essere il primo sostegno per loro e purtroppo non abbiamo né la preparazione, né la capacità per aiutarli.

Sono stato avvicinato dagli operatori del Centro, ho fatto dei corsi e poi mi hanno parlato di un gruppo di auto aiuto. Ho detto che male per male…i rapporti con mia moglie si erano interrotti, il ragazzo continuava la sua cura, a volte stava bene a volte male, io e i suoi fratelli a non capirlo…. Ho cominciato a frequentare questo gruppo e la prima volta che sono entrato nel gruppo ho chiesto al facilitatore - è un nome brutto, io vorrei chiamarlo amico, sostegno – ho chiesto quale era il senso di questi incontri. Mi fa "Condividere". All'inizio non volevo buttarmi, sono rimasto lì a vedere, raccontare la storia di mio figlio, sapete com'è… Si pensa sempre, meglio non raccontare, tenere le cose nascoste, quando si va al Centro si cerca di far in modo che nessuno ti veda entrare…

Un po' alla volta però ci siamo aperti un po' tutti e abbiamo cominciato a raccontare le nostre storie e l'unica cosa che ho capito veramente è che ho trovato un grande sostegno quando tutti mi raccontavano le loro storie. E mi dicevano di cercare di condividere tutto quello che dice mio figlio, di mettermi al suo stesso livello sul suo stesso piano, di lasciare da parte il mio orgoglio e di ascoltarlo in silenzio, senza dire niente, senza bloccarlo, senza criticarlo, di rimanere con lui ascoltandolo.

E dico la verità sono 3 o 4 mesi che io riesco ad ascoltare mio figlio. Sono riuscito domenica scorsa, dopo tanto tempo che glielo chiedevo di portarmelo in montagna, a fare una camminata. Sono riuscito a tirarlo giù dal letto, perché lui il sabato e la domenica si rifugia nel letto, non vuole, anche se per fortuna gli altri giorni si alza e va al lavoro. E fare questa camminata è stata una grande vittoria, una cosa che mi ha aiutato molto, e questo è successo grazie al gruppo di auto aiuto. Ho finito, grazie.

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

ROMANO TURRI
Associazione Italiana per la Salute Mentale, Livorno

Buon pomeriggio a tutti. Sono Romano Turri e sono qui soprattutto per portarvi il saluto del Consiglio nazionale dell'Associazione Italiana per la Salute Mentale che io qui rappresento. Tutti i Consiglieri dell'AISME salutano e augurano un'ottima riuscita al Convegno. E su questo non ci sono dubbi.

Vorrei dirvi che la nostra Associazione ha organizzato per il 22 e 23 ottobre a Prato la 3ª Edizione di un Seminario internazionale dal titolo "Sistemi di salute

mentale, tra sociale e sanitario. Associazioni, Enti locali e Servizi." Cosa vuol dire Sistemi di salute mentale, penso che tutti lo sappiamo. Se parliamo di sistema solare sappiamo che è un insieme di pianeti che gira intorno al sole, quindi sistema vuol dire un insieme di cose che hanno lo stesso obiettivo o che girano attorno a qualcosa che li accomuna. E gli esempi sono infiniti. Quando si parla di sistemi di salute mentale si parla di enti o di servizi che hanno a cuore la salute mentale, che vogliono arrivare dal disagio alla malattia mentale tramite approcci farmacologici se si parla di servizi, tramite altri approcci se si parla di associazioni, del privato sociale. Il sistema più importante è quello dove ci sono varie articolazioni collegate tra loro, il Reparto, il Centro, le case famiglie etc. Tutte cose che girano intorno alla salute mentale. L'altro sistema riguarda le associazioni che non si occupano di curare con i farmaci, che questo è un compito dei Servizi, ma che cercano di arrivare alla salute mentale con l'auto aiuto, con l'arte, il teatro, lo sport, in mille modi. Anche questi sono sistemi che vogliono creare salute mentale. Sarà un esperienza molto forte. Ci saranno ospiti stranieri, dall'Inghilterra dall'Olanda dalla ex Jugoslavia. Sono relatori importanti e vogliamo mettere assieme i diversi sistemi. Vi invito tutti.

L'ultima informazione riguarda questo Convegno. Io tutti gli anni sbobino tutti gli interventi per permettere la pubblicazione degli Atti che tutti voi avete ricevuto. È un lavoro impegnativo e lungo. Se fatto in un certo modo, se gli interventi sono scritti o meglio ancora se ci sono interventi su dischetto, tutto si semplifica. Ma quest anno abbiamo trovato una strada ancora migliore. Io adesso vi do il mio indirizzo mail e così voi me li mandate direttamente e io in pochi giorni posso fare il lavoro che altrimenti mi costa alcuni mesi. Grazie

SARA MORANDO
Servizio di salute mentale, Torino

Buon pomeriggio a tutti. Sono qui in rappresentanza di operatori e utenti che fanno capo alla Blu Acqua che è una Associazione che opera in collaborazione con l'ASL 2 di Torino. Mi soffermo poco per dire che è la prima volta che interveniamo alle Parole Ritrovate. Le abbiamo scoperte quando siete venuti a Torino per un Corso sul mutuo aiuto. Purtroppo a Torino, come abbiamo sentito, i gruppi di mutuo aiuto non sono ancora così radicate. Però un segnale positivo è arrivato perché abbiamo ricevuto un finanziamento dalla Banca San Paolo per far nascere gruppi di mutuo aiuto.

Quello che portiamo oggi è la nostra esperienza del fare insieme. Una forte esperienza per quanto mi riguarda, per quanto ci riguarda, del fare assieme, operatori, utenti e familiari. Noi lavoriamo in 3 gruppi appartamenti gestiti dalla Blu Acqua per cosiddetti malati psichiatrici. Abbiamo in tutto 23 ospiti, ma sono gruppi appartamento un po' a se stante nel senso che noi abbiamo una copertura sulle 24 ore, quindi ci poniamo un po' come un ponte tra le comunità terapeutiche e i gruppi appartamenti classici, con minore copertura. Questa nostra proposta educativa è nata dal poter offrire ad una certa tipologia di paziente una possibilità di inserimento nel tessuto sociale e infatti abbiamo rivolto la nostra attenzione a quelle

persone che erano impossibilitate a vivere in un gruppo appartamento vero e proprio, quindi con una assistenza limitata e comunque offrire loro una alternativa alla comunità che fino a poco tempo fa era l'unica possibile.

Per noi il fare insieme è l'utilizzo di un'èquipe che non è suddivisa in 3 èquipe su 3 gruppi appartamento, ma è una èquipe unica che gira tra i vari gruppi appartamento. Questo ha permesso un lavorare con i ragazzi, assieme, nel non avere 1 o 2 operatori di riferimento, ma avere tante persone a cui potersi riferire, a cui chiedere aiuto e poi avere più luoghi e non più una casa sola.

Questo ha permesso di ottenere risultati molto gratificanti, come ad esempio la creazione di gruppi spontanei nel tempo libero, di incontrarsi, di fare vacanze insieme e soprattutto quello di avere uno stile di attaccamento non solo all'operatore singolo, ma al gruppo, sia gruppi di utenti, che gruppo di operatori.

Quello che noi volevamo fare con la nascita di questa idea era di dare ai ragazzi la "proprietà" della loro casa, assumendosi i propri spazi, le proprie responsabilità, soprattutto rispetto alla convivenza e alla gestione della casa. Questi risultati, anche se mi da un po' fastidio parlare di risultati, sono stati ottenuti stando con i ragazzi, dandogli tanto affetto, dandogli tutte le nostre emozioni, ricevendo da loro le loro emozioni, tanto affetto, tanta ricchezza. E abbiamo costruito così un clima amicale e familiare, che è riuscito a togliere quella stigmatizzazione anche rispetto al territorio, che era all'inizio ostile alla nostra presenza. Perché questi appartamenti sono nel centro di Torino, anche in zone "bene" dove eravamo guardati con diffidenza. Questa affettività, questa voglia di esserci, di farci vedere ha portato grossi risultati anche rispetto a tutto il territorio.

Chiudo qui e vi presento il filmato girato da un nostro collega e dove i ragazzi racconteranno meglio di me questa esperienza. Grazie mille.

È seguita la proiezione di un video girato negli appartamenti Blu Acqua di Torino.

MARIA GLORIA DE BERNARDO
Formatrice, Università di Verona

Sono molto felice di essere qui tra voi oggi, perché veramente si respira un'aria di distensione. Mi sento amica tra gli amici. Io mi occupo di problemi etici delle persone che hanno dei disagi psichici, quindi cerco di fare in mood che le relazioni tra gli operatori e i pazienti siano corrette e adeguate. Mi occupo del processo del consenso informato perché finalmente siamo sulla via del rendere sempre più consapevoli queste persone della propria cura.

Avevo preparato un certo tipo di intervento. Però conoscendovi ieri, sentendovi parlare, e anche oggi, ho deciso di cambiare, perché le vostre parole mi hanno toccata in modo particolare.

Ieri Ron Coleman diceva "*La mia mamma si è sempre presa cura di me fin da quando ero piccolo, anche quando mi sono ammalato, anche adesso, anche da distante, si prende cura di me*" Marianne diceva "*Io ho imparato a prendermi cura di me stessa perché nessuno si è mai preso cura di me*." Renzo De Stefani e ancora Coleman dice-

vano "*Noi dobbiamo avviare le persone che hanno questi disturbi non alla guarigione, ma alla riappropriazione della propria cura, della propria vita*."

E allora dal momento che sono un pochino anche antropologa, perché insegno queste cose, proprio agli operatori sanitari, oggi voglio raccontarvi una storia. Voi sapete che i miti sono stati creati dall'uomo per dare delle risposte a quesiti a cui la ragione non riesce a dare spiegazioni. Voglio raccontarvi di mito di "Cura" perché secondo me tutto quello che io ho sentito finora rispondo essenzialmente al senso della cura.

"Un giorno la dea Cura stava attraversando un fiume e vide del terreno argilloso, lo colse e comincio a dargli forma. Passò Giove e chiese alla dea Cura cosa stesse facendo e la dea Cura disse "*Sto cercando di dare forma a questo essere. Vorresti tu dargli lo spirito?*" E il dio Giove disse "*Con molto piacere*." E diede spirito a questa forma. Poi passò la dea Terra e disse "*Ma questa cosa la state facendo con qualcosa che io produco quindi vorrei che le fosse dato il mio nome*." Allora la dea Cura "*Ma l'idea è stata mia, quindi deve portare il mio nome*." Intervenne Giove "*Ma no, io le ho dato lo spirito quindi questa cosa deve portare il mio nome*." E non ne venivano a capo. Allora fecero intervenire un giudice, Saturno, il Tempo, che disse "*Poiché Giove diede lo spirito a questa cosa, quando questa cosa non ci sarà più si riprenderà lo spirito. Poiché Terra diede la materia a questa cosa, quando questa cosa non ci sarà più Terra si riapproprierà di questa cosa. Ma poiché fu Cura che gli diede forma, Cura dovrà accompagnarla per tutta la vita. Per quanto riguarda il nome chiamiamolo uomo, visto che proviene dall'humus*."

Ecco qui c'è dentro tutto il senso della nostra vita, tutto il senso dell'esistenza umana. Secondo me tutto quello che io ho sentito ieri e oggi, tutti questi esempi, le Parole ritrovate, tutti questi gruppi aiutano queste persone a dare veramente un senso alla loro vita e quindi io applaudo a voi. Grazie.

MICHELE FILIPPI
Dipartimento di salute mentale, San Lazzaro, Bologna

Dico io due parole di introduzione a 3 esperienze che vengono riportate da Bologna. Io sono uno psichiatria di un Dipartimento di salute mentale della periferia di Bologna. Due esperienze riguardano 2 gruppi di auto aiuto formatisi recentemente e composti da familiari di pazienti psichiatrici, l'altra riguarda un gruppo che fa attività di calcio.

Dico 2 parole che riguardano noi operatori. Credo che le cose migliori, questo lo si vede oggi, che succedono tra operatori, utenti e familiari succedono quando si incontrano i bisogni delle persone, compresi i bisogni degli operatori. Quali sono i bisogni degli operatori? Credo che i bisogni fondamentali degli operatori, e che da noi sono particolarmente sentiti e particolarmente in sofferenza in questo periodo, sono i bisogni di senso, i bisogni di partecipazione, il bisogno di essere coinvolti con la propria soggettività dentro alle relazioni, il bisogno di trasformazione, di creatività, il bisogno di fare insieme.

Quel benessere che stamattina qualcuno diceva esserci quando si torna a casa la sera dopo aver passato una giornata a fare insieme le cose, è un bisogno che tut-

ti sentiamo, anche noi operatori. In questo senso credo che questo spirito fa molto bene e questo fatto di potersi mettere, in senso positivo, dentro alle relazioni sia qualche cosa che già avviene da tante parti, ma che deve essere comunicato.

L'altra cosa che vorrei dire è questa: nella nostra realtà, pur in sofferenza, ci sono tante cose che si fanno, tante cose che funzionano, tante relazioni partecipate, vive e attive. Il problema è che spesso queste cose positive fanno fatica a comunicare tra di loro, a riconoscersi, a riconoscere il valore l'una dell'altra. In questo senso noi siamo ancora agli inizi, si stenta a riconoscere il valore che familiari e pazienti hanno non solo come singoli, ma come portatori di una sensibilità, di apporti nuovi.

Questo fatto che parole dotate di senso possano cucire queste esperienze è qualcosa di cui noi abbiamo particolarmente bisogno. Ultima nota. Mi ha molto colpito che una parola molto ricorrente in queste giornate è stata 'grazie'. E in un convegno di psichiatria che ricorra la parola grazie è una cosa particolare e importante. Credo che sia più difficile ricevere che dare, soprattutto il riconoscere, anche per noi operatori, quanto sia importante ricevere oltre che dare.

Infine, non avrei troppa paura in questo spirito fortemente improntato al positivo, a cui Renzo ci richiama spesso, di affrontare e dirci anche le cose che non vanno. Come si va nel gruppo *Zo dal let* dalle persone che sono chiuse in se stesse, anche le situazioni più barricate in senso oppositivo possano essere raccolte, anche un po' più di discussione sulle cose che non vanno può non fare male, se lo spirito costruttivo rimane quello "dominante".

MARA BRANDOLI
Gruppo di auto mutuo aiuto "La Speranza", Bologna

Sono molto emozionata, ma comunque provo. Sono un familiare e vengo da Bologna. Mio figlio si è ammalato all'improvviso a 17 anni. Per me e mio marito è stato come l'esplosione di una bomba che ci ha trovati completamente impreparati e spaventati. Dopo vari tentativi di cura è stato ricoverato per nove mesi in Ospedale, con periodi di contenimento. È stata un'esperienza molto faticosa in particolare per mio marito che successivamente ha avuto un crollo psichico con ricovero di un mese in Clinica. Ora a distanza di 14 anni posso testimoniare che mio figlio ha una vita quasi normale. Il disturbo era ed è 'schizoaffettivo – bipolare'. Ora ha un lavoro, l'automobile, molti amici. Continua le cure ed è consapevole della sua malattia.

Da alcuni mesi io faccio parte di un gruppo di auto mutuo aiuto per familiari di malati psichici. Posso portare le mie esperienze e condividere con altri i momenti più difficili. Occorre avere sempre speranza e non lasciarsi andare. Confido nei medici, operatori e medicinali, cercando di migliorare la vita dei pazienti e dei familiari. Per questo, ripeto, il gruppo di auto mutuo aiuto è un notevole sostegno ed è una condivisione.

Condivido molto quello che ha detto quel papà che ha parlato prima e gli sono molto vicina. Grazie per la possibilità che ho avuto di partecipare alle Parole ritrovate. Scusate l'emozione, ma non ho mai parlato in pubblico.

ALESSANDRO RIZZO
Gruppo di auto mutuo aiuto "Armonia", Bologna

Mi sono emozionato anch'io! Mi chiamo Alessandro, sono il figlio di una utente. Una cosa che caratterizza molto i gruppo di auto aiuto è l'unione, ed è questa una unione che da la forza per affrontare il problema. Io avevo scritto delle righe e vi racconto un po' quello che stiamo facendo. Io sono venuto qui con altri 2 gruppi che si chiamano Amicizia e Speranza. Sono venuto qui insieme a 9 nove persone, a 9 compagni di viaggio.

Sono venuto a dirvi che anche a Bologna non mancano le parole per ritrovarsi e per raccontarsi e poter superare quel disagio che mina la nostra serenità. Sono qui in rappresenta di 3 gruppi, 2 di familiari di utenti ed un altro gruppo che nel piacere di stare assieme e di fare delle cose assieme cerca di dimenticare i momenti di solitudine e di insoddisfazione. Armonia, Speranza, Amicizia, questi sono i nomi dei 3 gruppi. Si riuniscono almeno 2 volte al mese, secondo il principio dell'amicalità con l'intento di migliorare il proprio rapporto con il disagio.

Io che qui rappresento il gruppo Armonia. Fino a 7 mesi fa non sapevo cosa volessero dire le parole auto mutuo aiuto. La prima volta che le sentii nominare pensai ad un gruppo che potesse aiutarmi a capire e comprendere più da vicino la malattia mentale. Non mi ero sbagliato. Infatti oggi che ho un po' più di esperienza posso dire che ogni volta che ci incontriamo è un continuo dire grazie all'altro per ciò che sta facendo per noi. La nostra esperienza, giusta o sbagliata che sia, è una grande risorsa per lavorare insieme con l'intento di equilibrare il nostro comportamento con il familiare malato. Tutti noi siamo al centro di un disagio. Le parole degli altri sono un modo per non rimanere fermi ad aspettare, ma provare ad abbandonarci alla possibilità di agire con la consapevolezza che non siamo soli. Abbiamo un gruppo che può comprenderci e non ci giudica. Ogni cosa che diciamo nessuno può dire che è sbagliata.

Noi agiamo secondo il nostro istinto, la forza delle parole è quindi fondamentale per darci fiducia nell'affrontare il disagio ed è importante che vengano dette da persone come noi, e non da operatori e facilitatori. Noi siamo tutti facilitatori. La sintonia che si è venuta a creare da quando il mio gruppo si ritrova ha fatto si che gli incontri diventassero non solo un'esigenza, ma sopratutto un piacere. Questo ci ha permesso di ritrovare sempre le stesse persone e posso dire di ritenermi molto soddisfatto di ciò che sto facendo. Ringrazio tutti voi per avermi dato l'opportunità di parlare e consentitemi di dire un'ultima cosa. L'unione di operatori, familiari, utenti è una possibilità in più per darci forza ad affrontare meglio il disagio e questo Convegno ne è un esempio. Grazie a tutti voi.

MARIA ROSA DEGLI ESPOSTI
Coordinamento auto aiuto, Piani per la Salute, Bologna

Io sono Maria Rosa e non sapevo di 'dover' fare questo intervento. 'Devo' parlare di una cosa che sta succedendo. Dopo il corso sull'auto aiuto, ci siamo trovati coinvolti in un'avventura… L'hanno chiamato Coordinamento, promosso dall'ASL

di Bologna. Abbiamo cominciato a riunirci una volta al mese, i facilitatori, le persone interessate, gruppi di auto aiuto di tutti i tipi, non solo sul disagio psichico, ma anche gruppi di donne operate al seno, di familiari di persone con l'Alzheimer, l'autocoscienza maschile, insomma di tutto. Ci siamo riuniti fino all'estate e contiamo di continuare a farlo. In queste riunioni ci confrontiamo. Dove andremo non lo sappiamo. Certo vorremmo essere un punto di riferimento nella zona di Bologna per chi vuole partecipare ai gruppi di auto aiuto. Grazie.

RITA LAMBERTINI
Gruppo Sportivo "I Diavoli Rossi", Bologna

Siamo qui a presentare l'esperienza di un gruppo sportivo che si chiama "I Diavoli Rossi" e che fa sport assolutamente non agonistico, ma che fa sport con uno spirito di integrazione sociale, con le persone capaci e quelle meno capaci, per fare delle cose assieme. Lascio a Cristina le parole giuste per presentare la nostra esperienza.

CRISTINA CAVECCHI
Gruppo Sportivo "I Diavoli Rossi", Bologna

Buonasera. Il Gruppo I Diavoli Rossi esiste da 6 anni. Veniamo da Casalecchio, San Lazzaro e Vergato, vicino a Bologna. Siamo persone che abbiamo bisogno di aiuto e che affrontano i loro problemi anche attraverso lo sport. Pratichiamo diversi sport, ma soprattutto il calcio e un po' la pallavolo. Ci troviamo tutti i mercoledì per fare allenamento e per mangiare assieme.

In che modo troviamo giovamento da questa attività? Stando insieme agli altri con spirito di squadra, affrontando le insicurezze, cercando di dare il meglio di noi, avendo accanto persone di cui fidarsi e con le quali aprirci, come la Rita, Mino, Giuliano e Giorgio. Grazie.

MINO DI TARANTO
Gruppo Sportivo "I Diavoli Rossi", Bologna

Due parole anch'io. Faccio parte di questa squadra e sono un infermiere. Cosa c'entra il calcio, lo sport, direte voi. C'entra, c'entra molto. Viviamo in una società dove fare dello sport, fare qualcosa, essere, diventa sempre più difficile.

Lo sport se lo stanno prendendo, quei signorini con i fermacapelli, pagati e strapagati. Per noi il calcio è stare assieme. Fare un partita, noi contro una squadra di cosiddetti normali sembra una cavolata. Vi assicuro che non è così. Quando riceviamo un complimento, oppure ci dicono "Ma dove sono le persone coi disturbi?" Oppure "*Avete perso, ma ci avete dimostrato cosa è essere squadra*", vuol dire che abbiamo fatto qualcosa.

Lo sport per noi significa anche riappropriarsi, non solo delle parole, ma anche dei gesti, del proprio corpo. Il proprio corpo utilizzato per il proprio benessere. Per riappropriarsi anche di altri diritti. Un diritto fondamentale è il diritto di non essere dei campioni, di non essere dei fuoriclasse, il diritto di essere.

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

VITTORIO ARTONI
Dipartimento di salute mentale, Brescia

Buonasera a tutti. Sono un medico di Direzione sanitaria prestato a fare in modo che il Dipartimento di salute mentale di Brescia possa essere organizzato al meglio. Così come chi mi sta a fianco si occupa di problemi etici, io dovrei far si che l'organizzazione del Dipartimento di salute mentale che conta più di 250 operatori, con professionalità diverse, valorizzi al meglio la loro attività e far si che le cose che ho sentito qui oggi, almeno per quanto riguarda gli operatori, entrino nella pratica e negli obiettivi.

Io dovrei far si che quell'alleanza, quel patto, quel consenso informato, tutto quello che se messo bene in atto fa stare meglio le persone con le patologie psichiatriche, tutto questo avvenga.

Qualcuno dice che non ci sono le risorse. Non è vero. Le risorse ci sono. Si tratta di usarle bene, si tratta di far si che siano finalizzate agli obiettivi che dicevo prima. Quindi dire che mancano è un nascondersi dietro alla mancanza di volontà da parte di chi è chiamato, è pagato, per far si che il suo lavoro serva. Se pensiamo poi quanto ci si aspetta venga fatto dagli utenti, dai familiari, dai volontari, e loro dovrebbero soltanto ricevere - e tutto quello che danno è un plus, un di più – a maggior ragione gli operatori non possono chiamarsi fuori.

Dico questo proprio perché io sono venuto a questo Incontro (non voglio chiamarlo Convegno perché Convegno spesso per i medici vuol dire fare del turismo scientifico e non è il mio caso) per ragionare tutti assieme su come deve essere l'attività delle strutture psichiatriche nel nostro paese.

Io sono venuto nella speranza, e in questo ho già avuto conferme, di come si possa fare della buona psichiatria in una realtà come quella di Trento. E anche tante altre realtà qui hanno dato testimonianza di fare cose simili.

Questo mi auguro di poterlo fare anche in quel di Brescia, anche se essere qui da solo non è di buon auspicio. Non penso ci siano operatori e non credo neppure familiari… *(dalla sala si fanno sentire alcune voci)* …ah ci sono, bene, mi fa piacere. Pensavo di esser solo non è così, siamo in più di uno a portare la 'buona novella' e fare in modo che possa prendere piede nella nostra realtà. Perché comunque nella nostra realtà molte cose vengono fatte e adesso vado velocemente alla conclusione.

Molte persone hanno messo in atto una serie di iniziative e vi leggo l'elenco: musica e danza terapia, arti figurative, arti plastiche, decoupage, film, gruppo della Stella d'oriente, gruppo manualità, attività motorie, attività di educazione ambientale, attività equestre, corsi di nuoto e altre cose ancora.

In particolare, nel Dipartimento di salute mentale, ci sono 3 Unità Operative, una che si occupa della Val Trompia, una della Bassa Bresciana e Montichiari e una della città. E quella di Montichiari si sta occupando di un progetto serra su un terreno dato dall'Amministrazione provinciale, terreno appunto su cui è stata costruita una serra. C'è un gruppo di persone che lavorano in questa serra e così si realizzano. Un Centro diurno ha puntato molto sulle attività sportive e hanno una squadra di calcio per persone con problemi psichici. E anche questa è una iniziativa molto sentita e che da buoni risultati.

Si tratta anche a Brescia di coinvolgere tutti quanti, non solo utenti e operatori, ma anche familiari e volontari e per fare in modo che le risorse siano impiegate al meglio. Per attività risocializzanti sono impiegate tramite consulenti esterni ben 3560 ore all'anno, per 100.000 di spesa a cui vanno aggiunti circa 50.000 per finanziare tirocini di avviamento al lavoro. Il budget complessivo è di circa 15 milioni di che non sono proprio bruscolini! Queste risorse è doveroso impiegarle correttamente così potremo ottenere dei risultati.

Chiudo con una storiella per dare anche senso al mio ruolo nel Dipartimento. Una cosa succede all'Inferno e una in Paradiso. All'Inferno c'è una tavolata e ciascun commensale ha dei bastoncini piuttosto lunghi che usa per tenere lontano dal cibo i suoi vicini di tavolo. E tutto è complicato sia per mangiare che per impedire agli altri di farlo. E l'angelo che accompagna i visitatori commenta "*Qui l'organizzatore fa acqua e poi si sprecano un sacco di risorse perché i cibi ci sono, i bastoncini per mangiare ci sono, ma il tempo passa a farsi la guerra l'uno contro l'altro. Adesso vi porto a vedere un altrio luogo dove invece le cose vanno diversamente*" E porta il gruppo di visitatori in Paradiso. Lì tutti sono tranquilli e si vede che ci sono gli stessi commensali con gli stessi bastoncini. E ciascuno prende il cibo e lo mette in bocca al commensale che ha di fronte e tutti mangiano in pace. Questo è quello che noi speriamo che avvenga!

BARBARA ZUCCHETTI
Centro Diurno Conca del Naviglio, Milano

Buonasera sono Barbara, sono una operatrice del Centro Diurno Conca del Naviglio, dell'Azienda ospedaliera San Paolo di Milano. L'Azienda Ospedaliera è un po' come la mensa del bastoncino lungo appena descritta, non ci sono soldi, a me hanno detto, se vuoi fare qualcosa fallo, ma devi arrangiarti.

È dal 2001 che ho cercato di mettere in piedi, e finalmente adesso è in atto, un progetto biblioteca, partendo da donazioni, andando a reperire personalmente l'arredamento per la strada, nel senso che a Milano c'è l'ANSA che sgombera e cantine e quant altro. Io, acuta, andavo a vedere nei pressi del Centro Diurno, vedevo il tavolino o la libreria che mi interessava e andavo poi a recuperarla e la portavo al Centro Diurno. Stessa cosa per i libri. Adesso abbiamo 3000 libri, tutti donati. Prima da una Casa farmaceutica, poi abbiamo diffuso la voce al Comune, alle Biblioteche, alle Case Editrici, a persone conoscenti e sono arrivate un sacco di donazioni. Li abbiamo classificati, collocati in librerie, in parte anche comprati all'Ikea dove

costano poco, computer anche loro donati da una Università privata e tante altre cose.

Questo progetto è gestito da me, da un altra collega che mi ha affiancato, ma anche da altre persone, da utenti del Centro Diurno che volevano partecipare a questo progetto. La Biblioteca è aperta 3 giorni alla settimana e offre anche un servizio sul territorio, nel senso che abbiamo diffuso la notizia e l'informazione è arrivata alla cittadinanza.

Quest anno stiamo cercando di fare una convenzione col Comune di Milano per far si che questa Biblioteca diventi uno sportello per le Biblioteche rionali di Milano. In quella zona non ci sono Biblioteche vicine e la cittadinanza verrebbe a prendere libri che noi abbiamo o a prenotare libri reperibili in altre biblioteche.

Mi piace avere portato questa testimonianza perché la cosa è partita da zero, tuttora va avanti con zero, ma con tanta buona volontà. Ci dicono che non ci sono soldi e noi continuiamo a rompere un po' le scatole e fino ad ora siamo riusciti ad andare avanti. Io spero che la nostra Azienda in futuro lo riconosca come vero e proprio progetto perché adesso è una attività che noi facciamo ma che non arriva ai nostri amministratori. Grazie

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

OLETTA ROSSI
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Che dire? Dopo tutto quello che si è sentito è difficile trovarle adesso le parole. Sopratutto per noi che è la prima volta che siamo partiti con un'avventura. Però credo, da quello che ho sentito e soprattutto dal clima che si respira qui dentro, che il senso del lavoro che abbiamo fatto sia ritrovare le parole, ritrovare un po' noi e condividere insieme agli altri le parole e un pezzo di noi stessi.

MICHELE DALPOZ
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Buonasera a tutti. Noi presenteremo un cortometraggio di laboratori teatrali che abbiamo iniziato ad ottobre dell'anno scorso e che sono finiti quest anno a giugno, per circa 100 ore di laboratori.

La cosa che devo precisare è che forse alcuni interventi non si sentiranno. Ce ne siamo accorti ieri perché in alcuni videoregistratori ci sono problemi di audio. Se sarà così chiamerò uno dei docenti a finire quella parte di percorso che non si sentirà dal video. Possiamo procedere.

Segue il Video del Laboratorio teatrale del Centro Diurno di Portomaggiore

PATRIZIA TUROLLA
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Io sono Patrizia, faccio parte di questo gruppo e sono molto emozionata. Mi ha emozionato vedere il lavoro che abbiamo fatto e vi assicuro che è stato un lavoro lungo, ma molto divertente. Abbiamo imparato a essere liberi con noi stessi, ad essere amici, ci aiutavamo a vicenda e io aspetto il momento di ricominciare questa piccola avventura e di sperare di riportare qualcosa di più l'anno venturo anno al prossimo Incontro di Parole ritrovate.

DANIELA TABALDI
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Buonasera, io sono Daniela e ho partecipato anch'io al Teatro. È stata una esperienza molto positiva per me perché riuscivo in quelle 2-3 ore a non avere più pensieri, ad ascoltare la musica. Mi sono sentita molto bene perché mi gratificava partecipare. Ringrazio Michele, Alberto, Poletta che sono qui presenti e che sono stati molto bravi a sostenerci. Li ringrazio moltissimo.

LUIGINA FALCONE
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Buonasera, io mi chiamo Luigina e faccio parte di questo gruppo del Centro Diurno. Qui ci sono i miei operatori. Credo che ne manchi qualcuno che sul video c'era, ma che qui purtroppo non è potuto venire. Questa cosa è iniziata come un gioco, un passatempo, con i pennarelli a fare righe.

Invece poi ci siamo accorti che era una cosa che ci prendeva, che ci emozionava, che ci ha fatto conoscere tante cose che non sapevamo che esistessero nei nostri pensieri. Io l'ho fatto molto volentieri e inviterei molte Associazioni a fare una cosa simile, perché fa molto bene al corpo, ma soprattutto alla mente, che va da un'altra parte, non va nei pensieri che purtroppo ci sono in queste malattie.

Io sono molto contenta di essere arrivata fin qui perché i miei disturbi mi portavano a stare sempre a letto. Io e il letto eravamo diventati marito e moglie! Per questo se qualcuno ha piacere di farlo, fatelo, soprattutto perché fa tornare la voglia di vivere!

GIORGIO LUCCHETTA
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Buonasera. Sono Giorgio. Il teatro è piaciuto anche a me perché all'inizio ero timido, poi mi sono aperto piano piano a questa esperienza. È stata una cosa bella per me. Poi anche il Centro Diurno che c'è a Portomaggiore mi ha aiutato molto. Basta

GIACINTO POLLINI
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Io faccio parte del Club Amicizia e sono andato nel teatro mediante la mia volontà. Ho fatto molto bene, perché mi sono trovato molto bene, ho trovato degli amici e persone che non conoscevo e adesso il martedì e il venerdì partecipo a questo Centro Diurno e faccio qualche lavoretto perché prima ero molto molto malato.

ALBERTO URRO
Centro Diurno, Portomaggiore, Ferrara

Io non ritrovo le parole, nel senso che ringrazio chi ha sopportato la mia presenza e credo che il video abbia fatto vedere in modo molto realistico quello che abbiamo fatto. Abbiamo tentato di non dare un'impostazione del teatro tipo addestramento per orsi. Abbiamo messo insieme un po' di musica, un po' di voglia di raccontarci e tutto il resto l'abbiamo fatto ognuno con un suo contributo legato alla sua esperienza di vita. E ringrazio tutti perché mi hanno dato molte cose.

ANTONIO SACCOMAN
Associazione La Panchina, Trento.

Buonasera a tutti, mi chiamo Antonio. Ci sono delle esperienze che possono essere raccontate quando è trascorso un po' di tempo e si sono rimarginate le ferite perché le cose si vedono un po' più obiettivamente, con un altro giudizio più ragionato.

Questo vuol dire che quando si riesce a raccontare, vuol dire che si è in salute, nel corpo, ma soprattutto nella mente. In un articolo spiegavano che la depressione si presenta come il soggetto che soffre del nuovo rapporto che la persona instaura con se stessa. Allora io penso che quello che si può dire, e si riesce a dire, serve solo a dare un' idea di come ci si sente e quello che si prova.

Raccontare, significa anche trovarsi davanti al lato oscuro della propria personalità, dato dalla paura e dai timori anche i più inconfessabili. E per le mie esperienze, è nei sogni dove talvolta escono questi timori, ed il sogno è paragonabile a una traccia di circuito stampato che si esaurisce dopo il passaggio di una preoccupazione. E anche nei colloqui o nel dialogo hanno lo stesso effetto a mio avviso.

Quando l'animo si infrange è perché il passato lo rifiuta, il presente non lo si vive e il futuro è incerto. E ci sono alcune volte che, cose pregresse, momenti non capiti, fanno sempre tornare indietro nel tempo, e fanno sperare di tornare a conclusione, e a chiarimento che invece fanno di solito confondere il presente.

E questo al di là di ogni critica o retorica, e chi mi conosce o che mi ha conosciuto sa che in ogni cosa a cui mi sono dedicato ci ho messo del sincero sentimento e impegno.

In altri momenti avrei probabilmente ragionato diversamente perché non vi era la prospettiva del futuro. E questo vuol dire che si tutto è proporzionale allo

stato di salute e si può chiamarlo anche stato d'animo. E cadere in depressione, perdere la cognizione delle cose, vederti precipitare tutto addosso crea una precarietà del vivere ineguagliabile.

Non ho mai sminuito il lavoro altrui, mai deriso la sfortuna o la situazione di disagio di altre persone, ben sapendo quanto basta poco per cascarci anche noi.

Ho sempre chiesto e mi sono fatto aiutare per riuscire a disimpegnare un lavoro un po' oneroso e ho sempre apprezzato e ringraziato chi mi ha aiutato.

E purtroppo non sempre avevo dei precedenti a cui potermi riferire, per la giusta riuscita delle cose, a volte uniche e singolari. A volte è uno sbaglio creare delle tensioni sociali che provocano delle tendenze che possono farci dimenticare degli stili di vita del passato. Mentre ora, e questo lo si vede benissimo, è migliorata la qualità della vita del nostro tempo. E volevo farmi conoscere come sono, come conviene, come era giusto.

Questo sono riuscito a riassumere in breve, questa dinamica di sintomi e sensazioni, ma in realtà sono passati i giorni, i mesi, gli anni, e non vorrei più lasciare spazi vuoti della mia vita. Quelli che scrivevano l'articolo che ricordavo all'inizio dicevano che la mente è il motore del nostro essere e l'elemento al quale ciascuno di noi è individuo unico e straordinario. Grazie.

MAURIZIO CAPITANIO
Associazione La Panchina, Trento

Buonasera a tutti, io mi chiamo Maurizio, e sono Presidente dell'Associazione La Panchina da pochi giorni. Sono veramente fiero di questo incarico e sono contento di essere Presidente di questa Associazione.

Io penso che tutti qua ormai abbiano sentito parlare de La Panchina. È una casa aperta a tutti, noi ci troviamo, ogni giorno, a mezzogiorno, a condividere un piatto di pasta, o qualcosa da mangiare, ci sono delle persone brave a cucinare, ogni giovedì pomeriggio c'è la riunione lavoro alle 13 e 30, poi c'è alla sera dalle sei alle sette c'è la riunione di tutti i soci che vogliono partecipare e ci si racconta quello che è successo in settimana e alla fine si mangia tutti insieme.

Io non voglio solo parlare come Presidente, ma voglio portare le mie esperienze, e quello che ho vissuto in questi anni, perché io faccio parte dell'Associazione dal 1999. Io sono bergamasco e abito a Trento da 5 anni. Sono venuto su per farmi una famiglia, ho conosciuto una ragazza e ci siamo formati una famiglia.

Io faccio parte della 'categoria' dei cittadini, e mi ricordo che all'inizio non avevo esperienza su questi disagi perché non li ho vissuti in famiglia. Le uniche cose che sapevo erano quelle che leggevo sui giornali, tramite la televisione, e la cosa, posso garantire, mi faceva paura. Però la prima volta che sono entrato nell'Associazione ho aperto la porta mi ha colpito che subito mi hanno salutato. Mentre fuori non è che tutti ti salutano…..

L'accoglienza è stata bella, fatta di semplicità. Alla Panchina non è che facciamo chissà che cosa, facciamo forse anche poco ma quel poco, anche andare a trovarsi, o li tutti insieme a mangiare, dare a tutti la possibilità di essere ascoltato, non è poco.

Io sono una persona che mi accontento di piccoli passi, io non vi sto qui a raccontare la mia esperienza, faccio parte di un Club alcolisti in trattamento da 15 anni, con la mia famiglia. Quel problema ormai è passato, ma mi hanno insegnato che il passato ormai nessuno te lo può cambiare.

Io sono una persona che fa un passo alla volta, e noi alla Panchina di passi ne abbiamo fatti tanti. Stiamo facendo delle attività, l'Azienda sanitaria ci ha dato la possibilità di lavare le automobili, il Comune ci dà i pali da pitturare, e svolgiamo qualche altro lavoretto.

La cosa bella e più importante è che io sono entrato con la presunzione di dare qualcosa, in realtà è molto più quello che ho ricevuto. Ricevo tanto, davvero, e poi per me i soci de "La panchina" hanno fatto tanto.

Il 30 febbraio di quest anno mi sono sposato e abbiamo organizzato una festa con l'aiuto de "La panchina", dei soci, degli operatori, e con l'aiuto della Casa del Sole. Abbiamo fatto la festa li alla Casa del Sole. Noi abbiamo preparato gli inviti, una cosa semplice, e abbiamo spedito tutto ai miei parenti a Bergamo e mia moglie ai suoi a Milano, in Piemonte. I nostri parenti sono venuti e tutti ci guardavano in modo strano, e la cosa è stata bellissima, perché ho dei parenti un po' chiusi e alla fine mi hanno detto come è stato bello. La cosa è funzionata bene.

Io credo in quello che faccio, mi piace. Prima di tutto vado perché fa bene a me, poi ho due bambine piccole, ogni tanto loro mi chiedono di portarle con me alla Panchina". Qualcuno di voi era ieri sera alla Panchina, avete visto le mie due bambine una di 4 anni e una di 2, e sono loro che mi chiedono di venire li. E anche da loro ho imparato tanto, dalla loro semplicità, di non giudicare le persone, e li si trovano bene io da loro ho imparato tanto davvero.

Credo che anche fuori si possa cambiare. Io lavoro da un carrozziere e ho portato la mia esperienza sul mio posto di lavoro e vi posso garantire che all'inizio non è che mi trattavano come matto, ma mi guardavano come per dirmi "*ma tu cosa vuoi fare?*", però le cose sono cambiate, credo perché se uno ha la costanza e la voglia di fare e crederci le cose le possa cambiare. Adesso abbiamo iniziato un progetto di lavoro. Io non sono una persona alla quale piace parlare delle cose che non esistono ancora, quindi se il prossimo anno mi inviterete ve lo racconterò. Grazie.

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

CARMEN GIANNUZZI
Servizio di salute mentale, Policoro, Matera.

Grazie a tutti. Voi mi avete conosciuta ieri, sono Carmen, vi ho raccontato molto velocemente la mia esperienza, e alla luce di tutto quello che ho sentito in questi 2 giorni, vorrei raccontare anche la mia esperienza presso un Centro diurno.

Ci sono arrivata dopo che avevo tentato il suicidio e mi avevano tenuto in sala di rianimazione e poi mi avevano tenuto in psichiatria, poi i medici mi hanno permesso di uscire una volta che mi ero ripresa e mi hanno fatta accompagnare dagli operatori a questo Centro diurno.

All'inizio ero molto scettica, molto annoiata, anche perché ero dentro al mio dramma, dentro la mia solitudine, dentro la mia mancanza di voglia di vivere. Quindi non è che guardavo o sentivo gli altri, però era un modo come un altro per uscire dall'ospedale.

Poi ho incominciato a frequentarlo più assiduamente anche perché mi è stato quasi imposto: o frequenti il centro diurno o avrai un altro ricovero. Così ho cominciato a frequentarlo con diffidenza. Invece presso questo Centro Diurno abbiamo cominciato a fare attività di ceramica, c'è il giornalino che presentiamo ogni tre mesi, e ho cominciato finalmente a entrare nel gruppo di auto aiuto.

È stata un'esperienza incredibile, perché quando sono entrata la prima sera ho sentito un abbraccio intorno a me. Mi sono sentita subito libera di parlare del mio dramma scherzandoci sopra. È stato buffo come a distanza di quasi cinque giorni da quello che avevo fatto, ridessi di questa vicenda. Riuscivo a sdrammatizzare perché gli altri raccontavano dei loro problemi e in quel momento erano un po' meno gravi dei miei, e io riuscivo a scherzarci sopra.

Quindi ho cominciato a frequentare il gruppo di auto mutuo aiuto ed è una risorsa grandissima. È un gruppo che non ti permette di essere solo, ti da la forza di andare avanti, ti da il calore umano del confronto, ti da la forza di reagire, la capacità di voltare pagina, di andare avanti, ti fa interagire con l'altro in una maniera spontanea, vivace, colorata, ti fa ritrovare la voglia di vivere.

Volevo dire questa cosa perché ieri in maniera molto coincisa ho detto quello che mi era successo e sono scappata via, quindi non avevo raccontato del mio Centro diurno e del mio gruppo di auto aiuto. Ci tenevo molto e ci tengo molto a ringraziare gli operatori, ringrazio personalmente Renzo che mi ha permesso di essere qui questa sera con voi. Grazie a tutti.

GIUSEPPE LOMBARDI
Centro di salute mentale, Carcare, Savona

Io mi chiamo Giuseppe e per il momento vivo negli alloggi protetti di Carcare, insieme ad Angelo. Circa due settimane fa c'è stato un convegno di Parole ritrovate anche a Savona. E si è parlato di tante cose, della residenzialità, si è parlato di argomenti come l'auto aiuto, e ci sono state molte persone c'è stato l'intervento di Ron Coleman, del dottor Valenti e poi c'era anche Renzo De Stefani, insomma abbiamo passato veramente due belle giornate, tutto qua.

ANGELO ARECCO
Centro di Salute mentale, Carcare, Savona

A integrazione di quello che ha detto Giuseppe, vi racconto che negli alloggi protetti di Carcare siamo in otto. Gli alloggi sono gestiti dal locale Centro di salute mentale. È una struttura aperta nel senso che a parte la reperibilità per quando dobbiamo assumere le terapie siamo abbastanza liberi di muoverci all'interno del

Comune, all'interno del territorio e di relazionarci con il mondo esterno anche tramite borse lavoro.

Io ho tre borse lavoro, una come traduttore, e faccio anche volontariato nella locale Croce Bianca. Per combinazione proprio perché ero impegnato in un servizio con l'ambulanza non ho potuto partecipare al convegno del 24 de Le parole ritrovate a Savona. Però ho partecipato alla giornata del 25 sulla residenzialità e mi è stato detto che il giorno prima ci sono stati tanti interventi di utenti che raccontavano le loro esperienze con la residenzialità in Liguria e in altri posti d'Italia a tutti i livelli. Esperienze di comunità , comunità terapeutiche, comunità tipo la nostra o intermedie diciamo. Poi c'è stato anche un bellissimo spettacolo teatrale al quale io purtroppo non ho potuto assistere

Il giorno dopo c'è stato l'intervento di Don Luigi Ciotti, che ci ha portato la sua esperienza fatta nel gruppo Abele, fatta in realtà diverse ma abbastanza analoghe per certi aspetti a quelle della salute mentale e la cosa che mi è più rimasta impressa nell'intervento di don Ciotti è stato quando lui ha detto: "*Io ho una laurea sola, la laurea in confusione mentale*", questo ci ha molto colpito tutti quanti.

Per quanto riguarda me, per colpa diciamo della borsa lavoro come traduttore, ho avuto la sventura di tradurre "Lavorare per guarire" che è l'ultimo libro scritto da Coleman. È un libro che mi sembra molto importante. La prima parte è una premessa generale sull'argomento del libro, che è come trovare un proprio percorso verso la recovery, che in italiano si può tradurre con guarigione, però è un concetto molto più ampio che vuol dire anche riappropriarsi di sè, riappropriarsi delle proprie esperienze passate in modo da poter riprogettare la propria vita in futuro. Ed è un manuale che andrebbe fatto dal singolo paziente perché ci sono delle parti da compilare, magari con l'ausilio di un operatore che lo aiuti a mettere giù tutto quello che prova, tutto quello che sente. Le due giornate di Savona sono state molto proficue c'è stata una partecipazione veramente molto grande e adesso siamo qui in questo convegno a Trento per portare la nostra testimonianza. Grazie.

GIULIANA CIRESA
Gruppo auto aiuto depressione, Trento

La solitudine mi ha spesso accompagnata nella mia vita, ma adesso, pensandoci, credo che niente è perduto e niente dell' esperienza della vita è negativa. Perché quando si riesce tutto è utile, tutto può essere un motivo per camminare, anche la sofferenza.

Certo, nei momenti di scoraggiamento, anch'io pensavo di non vivere. Però appunto attraverso la solitudine di questi giorni mi sono detta, "*ma io non riesco né ad amarmi, né ad amare i miei figli né mio marito, ma perché mi succede questo?*", e allora vado sempre alla ricerca di qualcosa e allora vi invito tutti a non fermarvi mai a cercare sempre qualcosa che vi può aiutare.

Persone, gruppi, di fatto anche i gruppi del mutuo aiuto mi sono stati molto utili, mi è stata molto utile la medicina, mi è stata molto utile la famiglia, e tutto è stato utile, però forse anche la solitudine, perché a un certo punto la solitudine, anche se forse non mi sentivo nemmeno sola veramente, aiuta anche lei. Cioè ave-

vo bisogno di rompere questa solitudine e riuscire a parlare con gli altri e questo sono arrivata a farlo, e sono arrivata anche a un punto di poter essere di aiuto a mio figlio, e io spero che così continuerà sempre.

FEDERICO CORSATO
Cooperativa "Nuova idea", Abano Terme, Padova

Mi chiamo Federico Corsato. Roberto e io presentiamo il gruppo "Oltre le parole" di Abano. Purtroppo per vari motivi gli altri operatori e i ragazzi non sono potuti venire, e quindi siamo noi due i come rappresentanti del gruppo.

Il gruppo "Oltre le parole" si è costituito nella primavera del 2003 in seguito alla conoscenza del movimento nazionale "Le parole ritrovate" ed è formato da utenti, ex-utenti ed operatori della cooperativa "Nuova Idea", cittadini, volontari.

"Oltre le parole" si sta impegnando con uno spirito di condivisione a sviluppare nel proprio territorio la appartenenza, la partecipazione attiva e la collaborazione a più voci. Attraverso l'approvazione di varie iniziative che possono offrire tempi e spazi per scambi di esperienze tra operatori, utenti, famigliari e cittadini. L'inizio dell'attività coincide con la nostra collaborazione per la realizzazione del convegno regionale "Le parole ritrovate, la comunità accogliente" organizzato ad Abano Terme nell'aprile 2003 da la cooperativa "Nuova Idea"in collaborazione con l'AITSAM, col "Cerchio", il Gruppo Polis, l'USL 16, il Comune di Abano Terme e tante Associazioni del territorio.

Successivamente abbiamo iniziato a partecipare attivamente agli incontri di coordinamento nazionale de "Le parole ritrovate" e a documentare ciò che si sta costruendo insieme. Passo la parola al mio amico e collega.

ROBERTO ZIN
Gruppo di sensibilizzazione "Oltre le Parole" , Abano Terme, Padova

L'autunno ci ha visti protagonisti con l'ideazione di una serata dedicata a Ron Coleman, autore del libro "Guarire dal male mentale". una serata di sensibilizzazione non solo per gli addetti ai lavori, professionisti ed operatori del settore, ma aperta a tutta la cittadinanza per contrastare i pregiudizi sul disagio psichico e favorire un confronto a più voci.

Il gruppo ha poi collaborato con la cooperativa "Nuova Idea" per creare e promuovere degli spazi in cui poter praticare l'auto aiuto. Da questa collaborazione sono nati nel novembre 2003 uno spazio per l'auto aiuto nell'ambito della salute mentale, uno di natura organizzativa e uno spazio libero dedicato alle iniziative per il tempo libero.

Attualmente siamo impegnati nella realizzazione del "Progetto junior, diamoci tempi e spazi per raccontarci", finanziato dalla Regione Veneto per avvicinare i giovani alla cittadinanza del nostro territorio al tema della salute mentale attraverso la rassegna cinematografica, musicale e dei laboratori con le scuole superiori del territorio. Le iniziative del progetto sono rivolte alla sensibilizzazione del terri-

torio di Abano Terme e zone limitrofe, nell'ambito della salute mentale per diminuire l'emarginazione e il pregiudizio verso chi è affetto da questa malattia. Tutto questo è stato possibile grazie all'appoggio della cooperativa"Nuova Idea",del comune di Abano Terme che ci ha concesso gratuitamente lo spazio per le tre serate di cineforum, e dell'USL 16 di Padova. Grazie.

PAOLO SIRONE
Comunità residenziale, Bollate, Milano

Mi chiamo Paolo, faccio l'educatore in una comunità amedia protezione di Milano. C'è una cosa che mi attanaglia e voglio dirla, dopo aver sentito tante tante esperienze soprattutto di persone capaci di raccontarsi e quindi di essere un po' biografi di se stessi.

La comunità in cui lavoro ospita prevalentemente ancora oggi persone che provengono prevalentemente da un ospedale psichiatrico. Quindi invecchiano, hanno tanti anni alle spalle di istituzione e quindi gli strumenti per comunicare per esprimersi, insomma mi sembra che a volte un po' i biografi dobbiamo farlo noi per loro.

Le nuove disposizioni in materia di regolamentazione delle comunità residenziali psichiatriche della Regione Lombardia prevedono che gli ultra sessantacinquenni non ci possono più stare. E questa é la cosa che mi attanaglia.

Ho in mente una persona in particolare che nonostante abbia 69 anni, io faccio il suo biografo suo. È una persona che è stata molto maltrattata, ha avuto esperienze gravi. Adesso da cinque anni, dal '99, ha ritrovato uno spazio e delle possibilità grazie anche alle persone che gli stanno attorno, all'accoglienza che riceve, a una solidarietà "non pelosa". Io credo che se lui se ne dovrà andare da quel posto, a causa di quella legge della Regione, e va in una RSA, muore, questo è il problema.

Vorrei che ci fossero delle deroghe, però quando anche i responsabili sono venuti a descriverci questo processo nuovo voluto dalla Regione non c'eramo spazi di comunicazione. Non era "*proviamo a mettere insieme gli elementi per poter fronteggiare insieme questo, per poter chiedere deroghe*".

Non so il processo è irreversibile, però di fronte a un caso come questo mi sono sentito di raccontarlo perché molte persone sanno raccontarsi veramente bene, e questa è una cosa che veramente apre il cuore. Lui non sa raccontarsi e noi siamo quelli che dobbiamoi farlo al posto, per lottare per qualità della sua vita.

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

ALFIO FLORIDIA
Servizio Psichiatrico Diagnosi e Cura, Vittorio Veneto, Treviso

Io sono un infermiere che conosco da poco la realtà della psichiatria, solo da 8 mesi perché prima ho fatto l'infermiere tradizionale in ortopedia, in medicina e

quindi non conoscevo questo mondo. In febbraio mi hanno chiamato dalla direzione sanitaria dicendomi che dovevo andare in psichiatria e fare questa esperienza.

Io ho detto "*la psichiatria non è cosa mia perché non ne ho la conoscenza*" e un po' avevo anche paura di questo mondo, di questa realtà, di questi pazienti che tutti me li presentavano come persone violente, persone che non sapevano il senso della vita.

Però questa realtà mi ha aiutato perché ho scoperto anche il disagio di mio fratello. Lui si è trasferito con me a Treviso e tutti mi dicevano che mio fratello quando era fuori era un tipo particolare, però non capivo la realtà del disagio vero e proprio di mio fratello. Un giorno ritornando dal lavoro verso le tre e mezzo ho visto mio fratello che stava male. Allora ho detto a mia mamma di preparare la borsa che lo ricoveriamo perché sta male però non sapevo come dire a mia madre che mio fratello aveva questi problemi. Per mia mamma era un disonore che mio fratello avesse questi problemi e tuttora mia mamma non li accetta. A casa lo accudisce, gli da le medicine ad orario, si alza la mattina presto per dargli le medicine perché ha una borsa lavoro. Però io in realtà lo sto accettando piano piano, perché è anche difficile per me sia in reparto che anche a casa fare da assistente a mio fratello.

La realtà di questo convegno mi ha delucidato delle cose che io non conoscevo, sulle associazioni, sui gruppi dei familiari, sull'auto aiuto, eccetera. Vi ringrazio tanto di queste conoscenze che mi avete dato in questi 2 giorni.

ENZA BIACCHI
Centro Diurno, Policoro, Matera

Io sono Enza, vengo da Policoro, paese del profondo sud molto carino, un bellissimo clima, bella gente. Lavoro li da sei anni ormai, sono arrivata da volontaria all'ospedale, poi abbiamo fatto un progetto per aprire un Centro Diurno.

Abbiamo cominciato questa avventura sei anni fa e vi posso dire come sono cambiata io in questo percorso. Nel frattempo io stavo facendo una specializzazione in psicoterapia sistemico relazionale e mi ricordo che il professore mi sgridava perché da dietro lo specchio diceva che io nella stanza di terapia ero troppo direttiva. Cioè le famiglie non le lasciavo agire, ma ero io che tendevo a dare consigli…. scusate questa cosa mi emoziona molto.

Poi sono venuta a Trento, mentre facevo questa specializzazione, a fare un corso sull'auto aiuto e quello che è successo sicuramente è stato che io nella stanza di terapia sono cambiata, tanto che il vecchio professore mi ha detto "*ma cosa è successo?*", lasciavo più libere le famiglie di agire, perché credevo che c'erano molte più risorse dopo aver incontrato l'auto mutuo aiuto. Tant è che adesso, il gruppo funziona, c'è ancora, va avanti e mi ha fatto molto bene.

ALBERTO PATTARELLO
Comunità Protetta, Meda, Milano

Salve, io sono Alberto, sono psicologo. Lavoro da 17 anni nei Servizi Psichiatrici tra Comunità Protette, Comunità Riabilitative e Centri Diurni.

Sono venuto qui un po' sull'onda di quello che diceva l'amico Paolo, senza nulla togliere alle implicazioni socio- culturali- politiche di tutto quello che ha detto lui. Insomma processo irreversibile o no, comunque la situazione è tosta.

Da un punto di vista personale mi ha colpito quella cosa che dicevi: "*quest uomo muore*". Mi vengono in mente le cose che diceva ieri Coleman, sulla speranza, sull'essere noi stessi, e questo non è sempre facile, quasi mai.

Farò il nome di una persona, Elio, che è stato da noi parecchi anni con una situazione di lunga malattia, rimasto orfano di entrambi i genitori, e tante altre sventure, e si è avvicinata per lui anzitempo la possibilità, l'opportunità, l'unica cosa possibile, di una Casa di riposo appunto. La fantasia che c'era fra noi operatori era: "*va lì e muore*". Non si alza più, non ha più quegli stimoli tra il militaresco e l'affettuoso che ha in comunità. È stata una piacevole sorpresa per tutti vedere che comunque lui la sua vita l'ha continuata e le sue risorse, per quelle che erano le ha tirate fuori, ce l'ha fatta.

Ogni tanto viene, si fa vedere, ha le visite col medico, è cambiato qualcosa, è cambiato poco, è cambiato tanto, è stato diverso da come noi ce lo immaginavamo. Questo sia verso la casa di riposo, sia verso le dimissioni, che a volte sembrano impossibili, azzardate, pericolose, rischiose, ed è allora che serve il coraggio, l'incoscienza di rischiare insieme al paziente. Chi ha più paura, chi ha paura di chi o chi ha paura di che cosa.

Quindi ripeto, senza togliere niente alla gravità della situazione delle scelte politiche perché si parla di quello alla fine, c'è sempre un invito, una scommessa possibile.

Per me è stata una grossa carica venire qua, anche da un punto di vista mio personale, l'invito a riuscire, a tentare di sperare un po' di più, non sempre viene spontaneo, non sempre viene facile. Però aiuta. Aiuta e su questo mi tornava un pensiero, mi rimbalzava in testa in questi giorni, pensavo "*O caspita, 17 anni di lavoro in quest ambito, non si sa più che cosa voglia dire la normalità, nella realtà poi dove si lavora, nella Brianza, dove lavoro io, il lavoro, il lavoro quasi fine a se stesso, il lavoro come droga, il lavoro come fuga, cioè sono queste le persone normali? È questo lo standard? Fermate il mondo, voglio scendere*".

LUCIA RE
Servizio di Salute Mentale, Giarre, Catania

Di male in peggio adesso pure una psichiatra. Decisamente sarà lo spazio degli operatori questo, ci sarà un motivo per il quale ci sentiamo adesso di esporci in prima persona. Io sentivo molto forte la voglia di dirvi una cosa che mi è capitata. Vi avevo detto questa mattina che a giugno a Riposto abbiamo fatto questa giornata de Le parole ritrovate e da lì c'è stata un po' una svolta nel gruppo che avevamo.

Questo stare assieme anche fra i vari gruppi dei Dipartimenti di salute mentale vicini, ci ha fatto venire voglia di fare qualcosa assieme anche al di là dei confini del distretto, e in particolare Mariagrazia che è qui con noi e che appartiene al distretto di Adrano, ha continuato a venire a frequentare il gruppo di Riposto-Giarre, del nostro dipartimento insomma. E in questo mettere insieme risorse è stata proprio invitata da parte di qualcuno dei famigliari dei ragazzi, visto che lei aveva fatto il corso di Auto Mutuo Aiuto, a venire anche con l'intenzione di fare un po' il facilitatore di un gruppo di Auto Aiuto.

Questo per me è stata una cosa nuova, subito c'è stata la voglia veramente di cominciare questa esperienza al di là delle varie problematiche e dei vari limiti che poteva avere. E Mariagrazia si è buttata, devo dire amorevolmente, in questa esperienza. Ma quello che un poco ho vissuto io all'inizio è stata una cosa che mi ha fatto pensare a quando ho dovuto riprendere a lavorare dopo la gravidanza e lasciare mio figlio di sei mesi a casa con un'estranea, con una baby sitter. Mi ha fatto pensare a questa scena di quando praticamente questo bambino piccolino con la baby sitter se ne andava in giro durante il giorno con questa ragazza molto affettuosa che se lo portava in ludoteca, se lo portava al parco, e quindi aveva un vita sua che io non conoscevo. E mi capitava a volte di passeggiare per il paese con questo passeggino e tutti salutavano Francesco, e io dicevo "*ma chi è questo, ma come si permette, ma cosa vuole*?" questa sensazione di rendermi conto che già Francesco a sei-sette mesi aveva una sua vita, una sua relazione autonoma da me e questo subito un po' mi ha scioccato.

Ed è la stessa sensazione che ho avuto quando Mariagrazia mi ha detto "*lo prendo io questo gruppo*", e ho pensato "O*ddio, i miei pazienti, darli in mano a lei. E questa chi è?*" allora questa difficoltà ad uscire fuori dal ruolo che istituzionalmente ci danno, un po' anche la mia tendenza a fare la mamma, un po' con tutti i miei ragazzi a cui voglio tantissimo bene, e però nello stesso tempo rendermi conto di come invece a volte poi è piacevole abbandonare questo ruolo, questa corazza, questo sentirsi padroni di qualcuno, sentirsi quelli che devono seguire, quelli che devono controllare. Abbandonarsi proprio, cercare di fare uscire fuori la fiducia nell'altro, la piacevolezza di sentire che l'altro sta crescendo, che ha la sua rete, la sua capacità, la sua possibilità di crescere, al di là di me. Perché poi alla fine anche io sono un granellino, con quello che so, con quello che ho, ma sono anch'io un pezzettino di una storia infinita, e qui pubblicamente volevo ringraziare Mariagrazia, per questo impegno che sta mettendo, per le difficoltà che ha, ma per la forza e la tenacia perché ogni tanto io mi dico: "C*e la fa, non ce la fa, va avanti, non va avanti?*" ogni tanto la vedo stanca, però so che c'è, e io la vedo così ferma in questa decisione di andare avanti, e la voglio proprio ringraziare davanti a tutti. Grazie Mariagrazia.

ANNA LOMBARDO
Associazione Familiari "Punto di Partenza", Palermo

Per me è stato sempre difficile parlare, sono venuta qui per la prima volta quattro anni fa. Non sto qui a dirvi i problemi, mi affianco alla mamma che ha parlato prima e sapete cosa significa essere mamma, e vivere questo problema.

È accaduto come un miracolo, ho conosciuto Renzo De Stefani quattro anni fa venendo qui a Trento, chi mi ha spinto non lo so, è stato un viaggio lunghissimo assieme a Roberto, al dottor Mulè, che mi dicevano sempre che incontrarsi a questi gruppi di Trento era importante perché la realtà di Trento è completamente diversa da quella che viviamo a Palermo.

A Palermo, è inutile che sto a dirvi quale realtà viviamo, però io sono una persona molto ottimista. A mia figlia è successo il miracolo, ora sta bene. Io, insieme ad altri familiari, 10 anni fa abbiamo costruito un'associazione, e per anni abbiamo avuto e abbiamo ancora oggi grandissime difficoltà. L'unica cosa che siamo riusciti a portare avanti è stato un progetto: gli operatori d'appoggio, venti operatori si sono rivolti a 80 famiglie. È stata per la prima volta un'esperienza a Palermo bellissima. Finalmente ottanta famiglie hanno potuto avere quella goccia che va nel mare, la possibilità di avere una volta alla settimana qualcuno che si dedicasse ai propri figli. Questa esperienza è durata solo per un anno. Il Comune non ci ha riapprovato il progetto ed è finita. Io, molto testarda, ho portato ancora avanti questo progetto perché secondo me era importantissimo per le famiglie. Gli operatori d'appoggio purtroppo privatamente, a pagamento, hanno continuato il loro lavoro. Un gruppo di ragazzi che stavano da anni a letto a dormire per tutto il giorno, ora si incontrano le sere, non tutti i giorni ma almeno due o tre volte la settimana riescono a mettersi insieme, andare in pizzeria, le feste, i compleanni, grazie a questa esperienza degli operatori di appoggio. Oggi fra di loro si telefonano e si incontrano anche da soli, ma sono solo 10 ragazzi su ottanta famiglie che sono riusciti ad ottenere questa bellissima esperienza.

Io quando sono venuta e ho incontrato questa realtà di Trento, ho capito veramente che cosa significasse l'Auto mutuo aiuto. Ho portato questa esperienza a Palermo, ma non vi dico quale difficoltà enormi ho trovato. Oggi questo gruppo di auto mutuo aiuto lo faccio a casa mia con 10 mamme, di cui fanno parte anche 10 papà. E io mi propongo appunto di portare avanti questa esperienza e fare altri gruppi perché l'auto mutuo aiuto è importantissimo. E soprattutto ad esempio quello che mi propongo di portare avanti è di fare un gruppo di auto mutuo aiuto per i ragazzi perché voglio portare l'esperienza di Trento a Palermo, spero anche che Renzo porti questa esperienza anche a Palermo perché per noi è fondamentale. Ripeto è una cosa importantissima: assieme all'organizzazione trentina e di tutti voi, dobbiamo andare a Palermo perché dobbiamo assolutamente smontare questo muro che è enorme. Io ci credo. E insieme a voi voglio lavorare.

ROSANNA PEDULÀ
Ospedale Psichiatrico Giudiziario, Castiglione delle Siviere, Mantova

Ciao a tutti io sono Rosanna Pedulà, sono assistente sociale in un ospedale psichiatrico giudiziario. Secondo me è il primo anno che si parla anche di psichiatria legata ai reati, quando cioè una persona che purtroppo è stata male e ha commesso un reato viene messa in una struttura carceraria come misura di sicurezza.

Tutti abbiamo sempre visto la struttura carceraria come un luogo di chiusura, dove non ci sono progetti, dove le persone rimangono dentro. Per fortuna questo non succede sempre, nella realtà di Castiglione delle Stiviere che è una realtà totalmente riabilitativa, che permette alle persone di uscire fuori dalla struttura e di collaborare con l'esterno. Sia a livello di progetti, sia a livello di inserimento che nel lavoro di rete. Insieme a me c'è un mio collega, uno psicologo che forse vi potrà chiarire un po' meglio la parte riabilitativa, e quello che succede nell'ambiente di una struttura carceraria.

FILIPPO NOCINI
Ospedale Psichiatrico Giudiziario, Castiglione delle Siviere, Mantova

Io sono sei anni che lavoro a Castiglione delle Stiviere, e ho una formazione lacaniana, è una formazione un po' particolare, perché da ascolto alle parole, e io mi sono posto in questa posizione, proprio di dare ascolto alle parole e al disagio che c'è a Castiglione delle Stiviere.

Devo dire che questo dare ascolto alle parole della sofferenza mi ha aiutato molto. Io arrivai a Castiglione come volontario e devo dire che da volontario all'inizio le persone che sono a Castiglione mi hanno veramente aiutato a continuare e a portare avanti il mio lavoro. E il mio lavoro mi ha permesso di poter dare uno spazio a queste persone che sono isolate dal mondo e poter dare la possibilità a queste persone di uscire e di poter vivere il mondo all'esterno. Perché essendo Castiglione delle Stiviere un Ospedale Psichiatrico Giudiziario le persone non potrebbero uscire, se non attraverso dei permessi dati dal magistrato. Quello che abbiamo cercato di fare, nell'èquipe di questi reparti tra cui c'è anche l'educatrice che è presente, è stato quello proprio di aprire le porte e di permettere a queste persone di vivere il mondo al di fuori di questa realtà molto chiusa che è quella di Castiglione. Ci siamo anche riusciti…[3]

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

[3] L'ultima parte dell'intervento di Filippo Nocini non è presente sul nastro. Ce ne scusiamo.

Sabato 9 ottobre, mattina

MALATTIA MENTALE, STIGMA E PREGIUDIZIO: LIBERALAMENTE

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini e il Coro delle Parole ritrovate

RENZO DE STEFANI
Servizio salute mentale, Trento

Abbiamo iniziato nel migliore dei modi perché la musica fa gioia e allegria, gli amici del Coro e gli amici di Rimini sono stati una presenza bella e importante. E qui avete un futuro assicurato, vi prenotiamo già per il prossimo anno raddoppiandovi l'ingaggio. Che ne dite? Zero per due fa sempre zero quindi ci stiamo dentro…

Ieri vi dicevo che Bebbe Lumia era stato bloccato dai lavori parlamentari a Roma e questa mattina vi devo di Clara Sereni. Clara Sereni, per come l'ho conosciuta io in questi anni, è una persona molto cara, molto impegnata, molto tante altre cose, anche molto fumatrice, vi ricordate che lo scorso anno ogni tanto scompariva a fumare come Ron.

L'anno scorso era venuta alle Parole Ritrovate. Era la prima volta, non conosceva con nessuno di noi in modo particolare. Era andata via molto entusiasta perché aveva trovato il clima che credo abbia catturato anche voi. Per cui avevamo concordato che sarebbe venuta anche quest anno, per ripetere la bella esperienza. Chi di voi c'era lo scorso anno sicuramente la ricorda.

Clara ha telefonato pochi giorni fa per dirmi che veramente le dispiaceva, ma non ce la faceva a venire. Clara sapete ha una situazione famigliare veramente difficile per tanti motivi che in parte ci ha raccontato e proprio non era in condizione di essere qui con noi. Mi ha pregato veramente di cuore di trasmettervi il suo dispiacere.

Il tema della mattinata è stigma e pregiudizio. Sentiremo esperienze di come si stia cercando di contrastarli, di cosa stiamo facendo in varie parti d'Italia per contribuire a cambiare quella cultura che ancora spesso e volentieri pesa sulle nostre comunità e spiega come mai nei cosiddetti paesi del terzo mondo il decorso della malattia sia più favorevole. Uno dei motivi fondamentali è che non c'è lo stigma, non c'è il pregiudizio, non c'è l'idea di inguaribilità. Vi ricordate i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità che ci riportava giovedì Ron? Andiamo a iniziare!

ROSA VALER
Servizio di salute mentale, Trento

Io sono Rosa, sono qui per parlarvi del gruppo di sensibilizzazione, prima però vi parlo un po' di me. Sono una utente da 27 anni che ha fatto un lungo percorso e quest'anno posso dire per la prima volta che sono contenta di aver fatto questo percorso che è stato lungo e faticoso e durante il quale sono stata aiutata moltissimo dagli operatori del Centro salute mentale di Trento, dagli infermieri e dallo psichiatra, ma soprattutto sono contenta di essere stata coinvolta in tutti questi gruppi che mi danno molto. Sono molto emozionata e devo ringraziare una persona della mia famiglia che oggi è qui presente mia nipote Chiara che ha dimostrato di essere sensibile al disagio mentale.

Ora vi parlo del gruppo di sensibilizzazione un gruppo al quale io do tanto e che mi ha dato tanto e nel quale io sono maturata e cresciuta molto. È un gruppo di utenti, famigliari, operatori e medici, nato nel 1997 all'interno del servizio di salute mentale, che si è incontrato con la comunità per sconfiggere quella vergogna, quel pregiudizio che esiste ancora sul disagio mentale.

Siamo stati in molti sobborghi della città, abbiamo distribuito molto materiale per far conoscere alla cittadinanza che a Trento esistono molte strutture che curano le persone che stanno male. Abbiamo poi deciso di entrare anche nelle scuole, in particolare le scuole superiori. Noi andiamo in circa 10 classi all'anno e contattiamo circa 200 persone. Posso dire di avere ricevuto molto anche dai cittadini i quali si sono attivati all'interno del Centro diurno dando molto ascolto, vanno a passeggio con loro.

Come mia esperienza personale gli studenti ci hanno regalato particolari risorse. Io ad esempio quando sono entrata per la prima volta in una classe ho avuto molta paura perché gli studenti avevano l'età di mio figlio, un figlio che tra l'altro è stato affidato per sette anni a mio fratello perché oltre a non stare bene io, non stava bene mio marito, non stava bene nemmeno lui. Per me era una sofferenza grandissima stare di fronte a questi ragazzi perché non sapevo cosa potessero capire quando parlavo della mia esperienza, soprattutto quando parlavo dell'affidamento di mio figlio.

Invece ho trovato molto aiuto in loro, chi mi abbracciava, chi mi chiedeva perché era successo questo, ho trovato dei ragazzi che si sono anche sbilanciati.. all'inizio dicevano che avevano un amico con un papà che stava male, invece erano loro che avevano in famiglia la persona che stava male, allora mi chiedevano "*se vengo con te mi porti al Centro di salute mentale*", ed io poi ho trovato persone che sono venute al Centro assieme al loro famigliare ed li ho accompagnati fino al secondo piano e poi hanno camminato da soli. Anche quest anno siamo stati in 10 classi ed anche quest anno ho ricevuto molto

Il gruppo però non deve fermarsi solo su queste cose, ma deve cercare di crescere ancora. Anche quest anno abbiamo cercato di farci conoscere di più anche al Centro di salute mentale e dagli operatori, perché in effetti ci sono molti operatori che lavorano e che non sanno bene dell'esistenza dei gruppi.

Abbiamo dato un nome al nostro gruppo denominandolo "Giù la maschera" ci siamo creati un logo e poi stiamo facendo un depliant che distribuiremo ai conve-

gni, ai corsi sull'auto mutuo aiuto, nelle scuole per farci conoscere meglio e lottare contro il pregiudizio.

ELENA GHEZZI

Servizio di salute mentale, Trento

Io sono Elena Grezzi. L'impegno nel gruppo "Giù la maschera" significa per me mettere a frutto il sapere acquisito durante l'esperienza della mia depressione, significa combattere contro lo stigma, il marchio che per noi utenti del Servizio di salute mentale quasi sempre ci appiccichiamo addosso. Ci sentiamo in colpa, unici responsabili del nostro dolore di vivere, ci sentiamo degli inetti, deboli senza carattere, in balia delle correnti di vento che di volta in volta ci spingono da una parte e dall'altra. Invece quando ci mettiamo in gioco da protagonisti e prendiamo un microfono in mano e diciamo pubblicamente che i pregiudizi sulla malattia mentale vanno sconfitti e che questa è una buona battaglia allora il coraggio arriva, le parole giuste, quelle vere si trovano, si mettono in circolo e forse vanno a cadere proprio su qualcuno che in quel momento le stava cercando.

Comincia il passaparola una parola un verbo, come passa, il male passa, una frase, possiamo farcela, una storia di vita, vengono colte da qualcuno del pubblico e possono trasformarsi in motore di cambiamento o in motivo di speranza.

Si tratta di esperienze di viaggio a volte anche concrete. Ci mettiamo in viaggio per andare a testimoniare da qualche parte. Recentemente siamo stati a Frascati, la conoscenza fra di noi si approfondisce, aumenta la complicità, ci si sente parte attiva di un giusto processo per il quale vale la pena di impiegare le nostre energie e le nostre capacità.

Qualche volta è faticoso mettere insieme tante persone con tante idee e poca disciplina ne sanno qualcosa Daniele e Leonardo, ma forse stiamo imparando ad ascoltarci un po' di più e a non parlare tutti assieme. Dopo ogni riunione ci accorgiamo di aver impegnato energie, ma ci si sente anche appagati per il calore umano ricevuto per le parole dette ascoltate, ricevute ed affidate.

MARIANNE HOLZKNECHT

Servizio di salute mentale, Trento

Io sono andata a fare le serate di sensibilizzazione nelle parrocchie, mi è piaciuto. Sono una donna che vorrebbe fare tanta sensibilizzazione alla società non solo alle persone qua, ma anche all'esterno. Ho scritto anche al Costanzo Show un anno fa, spero che mi chiami perché la gente non deve avere paura di noi. Io sono pronta ad affrontarli e anche a dire che ho la psicosi 'cronica', che in fondo mi fa anche piacere avere questa malattia .

FABRIZIO CHIESURA
Membro gruppo di auto aiuto, Cinisello Balsamo, Milano

Io volevo dire qualcosa a proposito del pregiudizio. Noi ci accorgiamo che tante volte, troppe volte, c'è della frizione all'interno delle famiglie, la gente non si capisce, i figli si rivoltano nei riguardi dei padri, i padri danno legnate ai figli e poi intervengono le madri a dire una buona parola.

In passato mi è stato detto, e io me ne sono convinto, che il pregiudizio è frutto di una ipocrisia. Questo vuol dire che le persone che ci fanno violenza, o che hanno fatto violenza alle persone uditori di voci o utenti di altro tipo, sono persone ipocrite. No, non è vero. Credo di poter mettere il cuore su un piatto d'argento, sono persone ignoranti puramente ignoranti.

Che cosa è successo almeno per quanto riguarda la mia famiglia? Siamo in cinque, tre figli maschi io sono il primogenito e i due genitori, mio padre è venuto a mancare due anni fa. Bene, io quando sono guarito, nel '97, ero al bivio, ero fuori dalla famiglia, abitavo con una compagna e mi sono chiesto se riallacciare i rapporti con la mia famiglia oppure considerarli definitivamente morti. Ho scelto la prima strada. Però la prima strada che cosa vuol dire? Non vuol dire sedersi a un tavolo e mangiare la minestra insieme e bere un bicchiere di vino. Non vuol dire una adesione formale o un abbassare la testa secondo il loro punto di vista. No, io ho adottato uno slogan, la parte più debole, cioè io, da una parte e quattro dall'altra. Questo deve essere chiaro. Perché gli ignoranti sono coloro che ignorano, che non capiscono, cioè coloro che adottano un comportamento sufficientemente buono, ma non altrettanto buono da poter esser considerato di aiuto alla nostra malattia. Le persone così vanno invitate a capire, a comprendere. Allora di qui parte tutto un lavoro sottile, che dal punto di vista esterno può essere considerato come un lavoro di autostima, ma invece non lo era, un lavoro di riconsiderazione, era un lavoro di solleticare un interesse nei confronti di un certo mondo…

Ora io posso dire, oggi come oggi, che un certo traguardo è stato raggiunto. Sappiamo benissimo quali sono i pregiudizi nel mondo cattolico. Mio fratello più piccolo tiene una rubrica sulla storia spirituale della Chiesa a Radio Maria. È un ragazzo in grado di svolgere un ruolo molto importante all'interno della famiglia. Quindi è la punta di diamante al quale mi sono rivolto….

Partendo da questa considerazione gli ho chiesto di darmi il suo libro sulla Storia spirituale della Chiesa. Lo ho letto, è un libro molto arido, però molto ricco di cognizioni, cioè c'è dietro una mente che sa lavorare e dal momento in cui io gli ho teso una mano lui me ne ha tese due.

LEONARDO MARCHIORI
Servizio di salute mentale, Trento

Io lavoro come medico al Servizio di salute mentale di Trento. In questi anni, dal 1997, da quando abbiamo iniziato a fare degli incontri pubblici con persone che portavano le loro esperienze, ho sentito molte storie, così come le ho sentite qui in questi giorni. E di sentire queste storie non mi stuferò mai. Sento le storie di per-

sone che hanno avuto una vita più difficile, più sofferente, ognuno di noi ha una biografia. Una forma costruisce questa forma, si sente che anche lì c'è una forma che questa forma se viene poi raccontata e viene vista fino al momento che poi è avvenuta ha una dignità e un valore maggiore rispetto a quella di una persona "normale". Allora lì si riconosce che all'interno di quella storia, all' interno di quella persona, c'è diciamo un io, un qualcosa che costruisce quella forma.

Il gruppo di cui faccio parte si è dato il nome "Giù la maschera", ce lo siamo dato assieme. Un altro nome che a me piace è "Oltre il muro", oltre il muro significa ciò che Ron diceva l'altro giorno. Per la psichiatria bisogna sempre aver la forza di guardare oltre, ce la ha avuta Basaglia, c'era un muro reale, ha guardato oltre, e anche noi oggi, abbiamo questo compito. La psichiatria per molto tempo e forse anche oggi, e forse un po' ovunque e forse lo faccio anch'io, non sa guardare oltre i muri. Cioè la storia della psichiatria è quella di non valorizzare, di non riconoscere, questo io in modo paritario, ma in qualche modo di schiacciarlo, di non permettergli di costruire la sua forma.

Ultimamente mi sono anche commosso a sentire queste storie. La strada credo sia quella giusta. Ho visto un po' di futuro, ho visto ancora una volta che questo io non può lavorare da solo, questo io deve incontrare gli altri e in questo incontro, se c'è un riconoscimento, nasce appunto il fare assieme e nasce questa gioia. Nasce finalmente questo incontro, un po' diverso da quello che come sentimento si ha partecipando a un convegno medico sui farmaci e su altre cose, c'è un calore umano, è una cosa molto evidente. Il muro è abbastanza forte ancora oggi, non si può parlare di una sensibilizzazione semplicemente andando nelle scuole e in una città a dire che è male discriminare la persone che hanno una diversità. Il pregiudizio è ovunque e il primo luogo dove c'è pregiudizio siamo noi stessi, per cui c'è un autostima. La persona che ha una sofferenza, soprattutto nel tempo, la interiorizza come un vestito, e questo diventa disistima, sfiducia, diventa difficoltà a fare un progetto. C'è nelle famiglie, perché è un fatto culturale oltre che una sofferenza reale, per cui c'è la vergogna, c'è l'isolamento, ci sono una serie di fattori. C'è nei servizi, c'è nel pubblico esterno e soprattutto c'è nelle istituzioni, molto nelle istituzioni, forse è il passo più difficile. Ci può essere un'amministrazione comunale, ci può essere un pronto soccorso, una casa di riposo, quando noi andiamo a chiedere qualcosa alle istituzioni.

Quindi abbiamo deciso, dopo un lungo percorso, di fondare una associazione che abbia un nome, un cognome, un suo manifesto, e che ha questi compiti di fare degli incontri, partendo dall'interno del Servizio, per capire qual è il problema dello stigma, perché non lo sappiamo esattamente anche se sembra facile fare degli incontri all'esterno dei servizi e poi essere riconosciuto. Ad esempio si possono raccogliere gli articoli di stampa, oppure creare uno sportello, per cui chi pensa di aver avuto un esperienza di discriminazione possa venir accolto, oppure si può intervenire magari pubblicamente quando ci sono dei fatti eclatanti.

Credo che occorra quindi anche un organizzazione, non basta più lo spontaneismo. Le serate o gli incontri che facciamo sono spesso così, come qui adesso. Magari non si legge, si parla delle esperienze, operatori, persone che hanno il problema, familiari. Naturalmente dopo un po' di tempo che abbiamo iniziato questa operazione di sensibilizzazione, ho capito che era importante che sul palco venis-

sero i familiari e le persone che hanno avuto e hanno il problema, il malessere, per parlarne. Perché non devono essere prevalentemente i tecnici a parlarne.

ROSA VALER
Servizio di salute mentale, Trento.

Leggo una poesia che Sandra, una persona che ci ha ascoltato in un incontro di sensibilizzazione, ha dedicato al nostro gruppo:

Dar voce
Dar voce alla tua storia,
e così conoscerti.
Dar voce per parlarti
e comunicare con te.
Dar voce
e tu meravigliosamente sveli
che ci sei,
che vivi,
che sei con me,
che nel profondo sei con me.

MARIA ELENA GHEZZI
Servizio di salute mentale, Trento

RITROVARE LE PAROLE

Quando ritroviamo le parole
allora le cose cominciano a cambiare
Riusciamo a dare un nome
alle nostre disperazioni, alle infelicità
quelle piccole, quelle grandi
Cominciamo a nominare
i dolori innominabili:
depressione, angoscia, insonnia
Ma anche le cose quotidiane:
il pane, la bicicletta del vicino, la frase del politico

La vergogna di dire "sto male" se ne va
Scopriamo che le nostre colpe, in fondo,
sono infinitamente inferiori a quelle dei Potenti,
i Potenti goffi, sciocchi.
Loro fanno sciocchezze, dicono assurdità
Violano la legge
E non se ne vergognano

E continuano a sorridere

Mentre noi ci nascondiamo quando andiamo in farmacia,
per quelle medicine, per quella prescrizione,…

Adesso le parole le vogliamo ritrovare
E anche la forza di opporre resistenza
La perspicacia di chi è abituato a scavarsi dentro
L'intuizione e l'intelligenza
E poi la tenerezza per chi soffre
La comprensione per chi vaga senza bussola
La pazienza con i deboli
La tenacia con i forti

ANNA FLOR
Servizio di salute mentale, Trento

Io sono una famigliare, sono tre anni che seguo le Parole ritrovate. Purtroppo non sto passando un bel momento, quindi scusatemi se caso mai mi emoziono, ma quando sono più tranquilla riesco a parlare con più lucidità.

Non sono in un momento favorevole perché mio figlio è ricoverato. E questo logicamente mi porta alla sofferenza, penso che mi possiate capire. Penso che molti di voi abbiano passato momenti simili, purtroppo per questo penso che mi capiate.

Sono stufa di questa cosa, sono stufa di soffrire io e logicamente sono stufa di vedere soffrire mio figlio. L'unica cosa che mi porta ad andare avanti è la speranza che la situazione possa migliorare.

Questa speranza l'ho trovata nel fare assieme. Penso che sia l'unica strada che ci rimane, quella di fare assieme. Io personalmente questa strada la sto seguendo. Perché mi è entrata dentro e perché penso che sia l'unica. Spero che questa strada del fare assieme, cominci a capirla anche mio figlio. Che cominci ad andare incontro a chi vuole aiutarlo, e spero che incontri qualcuno che veramente lo voglia aiutare e capire. Io cerco nel mio piccolo, ma è difficile. Forse in molti avranno la mia stessa esperienza e sanno che tante volte i famigliari personalmente con i loro congiunti non riescono a fare tanto, sono più gli altri. Per questo spero che ci sia qualcuno che riesca ad andare incontro a mio figlio perché io più di tanto non riesco a fare. Purtroppo è così per noi famigliari. Però cerco nella concezione del fare assieme di fare qualcosa per gli altri e anche per me stessa. Perché facendo per gli altri riesco anche ad andare avanti io ed a capire meglio il mio problema, avendo di fronte quello altrui.

La spinta maggiore che mi ha avvicinato al fare assieme è stato l'incontro con l'associazione La Panchina di cui faccio parte. Fra le tante attività che propone appunto è quella delle notti alla Casa del Sole. Alla Casa del Sole faccio un po' di tutto. Ieri ho visto qualcuno di voi mentre facevo la barista al bar bianco. Ma la cosa che faccio con maggior piacere è quella di andare a far compagnia la notte agli ospiti della Casa. Sapete che alla Casa del Cole di giorno ci sono gli operatori, durante la

notte ci siamo noi volontari. Non siamo degli operatori, ma come me dei famigliari o delle persone che hanno sofferto in prima persona il disagio e che hanno migliorato la loro situazione e che quindi possono veramente dare qualcosa in più agli altri. Io vado li alla Casa del Sole e ho trovato veramente degli amici, perché man mano ci siamo veramente conosciuti. Quindi sto con loro volentieri, non sento di andare da persone malate. Ieri per esempio sono stata li quasi tutto il giorno, sono andata a un colloquio in reparto per mio figlio e poi sono andata li, e li mi sono rilassata. Sono stata insieme ai miei amici, ho mangiato con loro, dopo sono stata al bar e loro sono venuti a trovarmi, gli ho servito il caffè, e la sera a dir la verità poiché avevo intenzione di venire qua a vedere i due spettacoli, sono stata li anche a cena e dopo sono venuta qua. Qualcuno voleva venire, ma gli è stato consigliato di restare perché si sarebbe fatto tardi, ma volevano venire a vedere lo spettacolo. Quando vado a fare le notti, vado li verso le otto e mezzo le nove di sera, facciamo a turno, con un gruppetto di volontari. La notte molte volte è molto tranquilla e dormo abbastanza bene anche perché è un luogo abbastanza fresco, d'estate si sta benissimo.

Altre volte la cosa è un poco più animata, ma chi di noi va li questa cosa la mette già in conto, comunque non è che sto sveglia tutta la notte, c'è la stanza adibita al volontario di servizio, io sono a completa disposizione di tutti, chi ha bisogno sa già di rivolgersi a me, poi io vedo se posso risolvere il loro problema in quel momento se sono situazioni più gravi chiedo l'aiuto alle istituzioni, ma questo accade molto ma molto raramente. Vi presento un ospite della Casa del Sole, questa è Nadia, la poetessa della Casa del Sole, quindi passerei la parola a Nadia.

MATTIA CIVICO, NADIA CASAGRANDE
Casa del Sole, Trento

Mattia Nel passare la parola a Nadia, chiederei a Nadia se ha voglia di raccontarci qualcosa.

Nadia Qualcosa di quello che sto vivendo, dei 100 anni delle Ferrovie dello Stato, dell'Iliade, dell'Odissea, dell'Eneide del Cavallo di Troia. Una lezione di un paio di orette sull'Iliade, sull'Odissea e sull'Eneide.

Mattia Forse non abbiamo il tempo, però sulla tua esperienza del turismo sociale, se hai voglia di dire qualcosa

Nadia Me ne sto con i miei pensieri e tante altre cose

Mattia Nadia quando vengono i turisti da altre città cosa fai tu?

Nadia Di solito recito una poesia, mostro il foglietto illustrativo

Mattia Poi Nadia li accompagniamo al terzo piano chi è che pulisce le stanze, fa da mangiare?

Nadia Noi altri!!

Mattia Hai voglia di raccontarci una poesia, quella che solitamente racconti quando arrivano gli ospiti?

Nadia Il cavallo di Troia ha vinto finalmente i Troiani…

Lavoranti
Cose buone calde, fumanti
messe su candidi piatti bianchi
queste sono le cose più importanti
che fan felici passi stanchi.
Così nel solenne riunir seral
si ascolta il vecchio raccontar
del giovane l'odierno particolar
e al fin tutti s'appressano a cantar

Il cavallo di Troia viene portato nella città…
Buona notte al secchio!!

Mattia Mi verrebbe da dire che sono mesi che stiamo lavorando sull'Eneide, ma non è vero, bello sarebbe, ma si potrebbe sempre incominciare.
"Buona notte al secchio" tradotto, significherebbe che chiunque voglia può venire a trovarci alla Casa del Sole a passare tre/quattro giorni di relax al terzo piano. Nella cartella che vi è stata consegnata c'è il depliant illustrativo. È un'iniziativa che abbiamo costruito insieme agli ospiti della Casa del Sole. È attiva da circa un anno quando abbiamo aperto all'accoglienza 'turistica' il terzo piano della casa. Abbiamo dieci posti letto. È una possibilità per noi di essere accoglienti, di accorgerci che qualcuno ha voglia di venirci a trovare, di fare il pranzo assieme, di accompagnarli a visitare il Castello del Buonconsiglio e forse è un'occasione, anche per voi, di viaggiare di incontrare altre persone e di ripassare l'Eneide.

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

ENRICO DEL BARBA
Associazione "La Navicella", Sondrio

Io sono Enrico, sono presidente di un'associazione di familiari della provincia di Sondrio, nell'alta Lombardia. La nostra è una realtà un po' particolare anche sul discorso dello stigma e dell'informazione in quanto la nostra è una valle molto vasta, molto lunga e ampia. Calcolate che dall'inizio della valle alla fine della valle ci sono 120 chilometri. Nell'altra valle, la Val Chiavenna, anche lì dal primo paese all'ultimo ci sono 100 chilometri. Ecco questo è una delle grosse problematiche che come associazione dei famigliari, ma anche come servizi psichiatrici, si vive con grossa difficoltà.

Io vorrei dire altre cose sulle Parole ritrovate, perché il tornare a casa al termine di questo convegno, come in quelli precedenti, vuol dire portare con noi una nuova carica, un nuovo modo di credere che il lavorare assieme con utenti, operatori, concittadini che poi è il lavoro che stiamo facendo, è quello giusto.

Le testimonianze che escono da queste giornate, sicuramente sono uno stimolo che ci porta continuamente a progettare, a pensare a fare e a voler fare. 2 anni fa abbiamo organizzato le Parole ritrovate regionali a Sondrio. Purtroppo quel novembre c'è stata l'alluvione, le strade sono state bloccate, s'è bloccata la ferrovia, ma tutto sommato ci siamo ritrovati in un bel gruppo e abbiamo dato anche un segno che per la nostra provincia è stato importante. Così come speriamo sarà per l'anno prossimo perché vogliamo riportare Parole ritrovate in Valtellina.

Sono momenti forti, momenti che ti caricano in questo senso. Dicevo appunto sul discorso dello stigma e del pregiudizio, della nostra difficoltà come associazione di famigliari. Noi esistiamo dal '97. Prima assolutamente non esisteva niente, l'unico referente allora era solo il medico e basta. Dal '97 siamo riusciti a creare questo percorso come associazione famigliari e oggi ci stiamo cominciando a lavorare perché sono passati 5 anni, cose ne abbiamo fatte, però ce ne sono ancora tantissime da fare. E anche da parte delle istituzioni e da parte dei servizi ci sono delle difficoltà di dialogo, di rapporti, non tanto di rapporti nel senso personale, però rapporti istituzionali. Perché tante volte, non tutti i servizi del nostro territorio, però tanti servizi sono ancora chiusi in se stessi. Io quando vedo le attività teatrali, le attività che vengono fatte qui, sicuramente anche i nostri Centri Diurni fanno delle attività, ma secondo me la maggior parte delle attività che sono fatte non sono tanto scelte dagli utenti, ma sono più fatte fare dagli operatori secondo le loro idee. Questa è la mia impressione. Questo nulla toglie che sicuramente i servizi qualcosa facciano, qualcosa operino.

Stavo parlando dello stigma. La nostra valle è molto lunga e ha tantissime valli laterali e noi ci siamo posti questo problema perché guardate che oggi, pur essendo passati 5 anni, e avendo fatto come associazione un lavoro capillare di sensibilizzazione, di informazione con corsi, con incontri con momenti alla radio, alle televisioni locali, però nella nostra mentalità alpina il matto fa ancora paura, il matto tra virgolette diciamo.

Però la battaglia che stiamo cercando di portare avanti è quella di cercare di vincere proprio lo stigma. Come dicevo nella nostra valle con tutte le valli laterali, andiamo, portiamo, cerchiamo di far uscire un dibattito, perché la gente ha delle grosse difficoltà, specialmente nei paesi piccoli di 300-400-500 persone, insomma queste persone sono ancora tenute li, non hanno questa possibilità di dialogo con l'esterno, pian pianino si sta cercando di lavorare, si sta facendo qualcosa.

La nostra realtà ha una percentuale di suicidi altissima, noi nella nostra provincia abbiamo 13,5 suicidi ogni centomila abitanti. Pensate che la nostra realtà conta 170.000 abitanti, in pratica un quartiere di Milano. Purtroppo anche questo è uno dei molti problemi, tante volte l'isolamento è un grosso problema, tante volte abbiamo fatto delle iniziative, anche ultimamente un convegno sul suicidio, ma non siamo riusciti a darci delle motivazioni, a capire quale siano le causa scatenanti, in una realtà come la nostra.

Nella nostra realtà come dicevo stiamo lavorando. A me piace proprio questo discorso utenti famigliari operatori cittadini. Il top sarebbe fare questo come associazione di famigliari. Penso che per chi è all'interno del disagio psichico, per chi opera all'interno del disagio psichico, sia il massimo di essere tutti assieme a lavorare. Noi come associazione stiamo anche facendo degli inserimenti lavorativi, del-

le borse lavoro. La Valtellina, come il Trentino, è famosa per i suoi vigneti, portiamo i ragazzi a lavorare nei vigneti, dalla potatura alla vendemmia. Loro vivono questo lavoro come un momento di vantaggio alla società e nel contempo anche per le famiglie avere per alcune ore il ragazzo impegnato in attività lavorative porta sollievo.

Ecco, sul pregiudizio e sullo stigma, purtroppo nella nostra realtà c'è e ci sarà ancora molto da fare. Ma in questi cinque anni siamo riusciti a scalfire un po' queste problematiche, anche ultimamente stiamo facendo in una vallata laterale dei momenti di sensibilizzazione abbastanza forti e poi stiamo lavorando molto anche sul volontariato perché pur avendo tante persone che ci danno una mano, essendo la nostra realtà abbastanza sparsa nel territorio abbiamo bisogno di forze nuove, di forze che ci aiutino. La malattia mentale è pur sempre una malattia perciò non bisogna vergognarsi e nascondersi, bisogna avere il coraggio di uscire allo scoperto perché uscire allo scoperto vuol dire essere assieme, essere uniti, e l'unione fa la forza, fa la forza per i famigliari, per gli utenti, per tutti noi.

MARIAGRAZIA MARCELLINO
Associazione "Diversamente Uguale", Adrano, Catania

Buongiorno a tutti. Qualcuno mi ha vista ieri, ero nervosissima non stavo molto bene, poi ho parlato con qualcuno che mi ha dato due minuti del suo tempo e sono stati due minuti fantastici. Infatti mi ha fatto ritrovare quella serenità di cui avevo bisogno in quel momento. Lui ha trovato le parole giuste per farmi trovare la serenità. Ho attraversato la depressione, è stato un periodo duro perché la mia famiglia non lo ha accettato. Infatti una cosa assurda è stato che io avevo degli atteggiamenti tra virgolette da pazzi, perché io avevo riconosciuto di avere un problema e quindi sono stata io a cercarmi il medico. Per loro il fatto che io mi cercassi il medico era un atteggiamento da pazza, però non ero pazza.

Non avevo un problema quindi, per fargli capire che alla fine avevo preso una decisione, e nessuno mi faceva cambiare idea ho detto "*bene, visto che mi considerate pazza ho bisogno di un medico*", di un medico che mi aiuti però non di un medico di famiglia, di un medico competente, che capisse quello che mi stava succedendo. E allora sono andata alla ricerca del medico giusto per me, perché doveva avere delle caratteristiche ben precise, e devo dire grazie ai miei dottori perché ho trovato le persone giuste che mi hanno aiutata, in questo lungo cammino, che mi sono state vicine, che mi hanno sopportata anche, molto spesso e volentieri nei miei momenti tristi e proprio duri perché io non avevo fiducia in me. Erano loro che dicevano" *tu ce la fai, tu ne esci*" e io dicevo "*si vabbè c'hai ragione*" tanto per dirgli qualcosa, tanto per dare una risposta a lui. Invece la risposta la davo a me, no?

Perché poi in fondo in fondo dovevo cercare delle certezze, dovevo cercare proprio quella spinta per andare avanti e l'unico punto di appoggio erano loro, che mi stavano vicino, che mi consigliavano, mi aiutavano. Abbiamo fatto questo "lungo cammino", l'ho intitolato così perché quest'estate dopo che Renzo era venuto giù in Sicilia per le Parole ritrovate a me ha fatto trovare le parole scritte, cioè mi sono messa li una sera, non riuscivo a dormire, e quindi ho preso carta e penna e

mi sono messa a scrivere, non finivo più di scrivere. Quando mi sono resa conto di quello che stavo scrivendo, ho visto che era parte della mia vita. Ho messo cioè per iscritto la mia storia. E così l'ho intitolata "un lungo cammino" perché è stato lungo, doloroso, però importante. Ritornando allo scorso anno alle Parole Ritrovate…stupendo, adesso stupendo lo dico perché quando siamo partiti da Adrano era bello il titolo però il significato non lo conoscevo, non capivo che cosa stava a significare "Le Parole ritrovate". Comunque ho detto "*partiamo, ok*" quando me lo hanno proposto e "*vediamo un po' che succede*".

Arrivo qui e trovo tante persone stupende, tante persone simili a me, simili alla mia storia, storia di sofferenza. E quindi sono tornata a casa con una carica pazzesca. Poi Renzo è venuto a maggio a fare un corso di Auto Mutuo Aiuto, anche lì è stata un'esperienza stupenda. Però in quel momento, la frase di una persona, chiamiamolo un addetto ai servizi, un operatore che in questo momento io lo eliminerei dagli operatori che io ho conosciuto, ha detto una frase che non mi è piaciuta proprio e quindi quella sera tornando a casa , non riuscivo a dormire perché mi frullava in testa quella frase e quindi ne esce fuori qualcosa che adesso vorrei leggere a voi:

"PAURA DI…"
Dal buio vorrei uscire
Ma tu società senza cuore non mi aiuti.
Perché hai paura di me, paura.
Perché parlo un linguaggio diverso dal tuo.
Però ricordati sempre che io ci sono.
Anche se tu vorresti sopprimermi,
ci sono e continuerò ad esserci.
Finché tu non capisci che ci somigliamo per tanti versi.

Io sapevo che tutti gli operatori fra virgolette non hanno quella sensibilità. Però sentirlo in quel momento dopo le parole di Renzo, le parole di Roberto, dopo quelle emozioni che mi avevano trasmesso, mi hanno fatto un po' arrabbiare. E quindi mi è venuto fuori questo.

Perché una persona che sta tra i pazienti tutti i giorni, che è a contatto sempre, continuamente e poi in realtà in fondo in fondo non ha capito niente perché se dice determinate cose allora perché stai li? Non ha senso. E quindi mi fa pensare che sia li semplicemente, mi perdonino gli operatori, solo per lo stipendio, perché poi se non hai quella sensibilità, se non hai quel qualcosa in più per stare tutti i giorni fra loro, per trasmettere quel qualcosa in più e quindi dare forza, allora non ha senso.

A giugno Renzo che è seduto di fronte a me è ritornato giù in Sicilia per Le Parole Ritrovate, è stata un'altra bella esperienza, perché mi ha dato tanto, ha fatto innescare nel mio cervello un meccanismo positivo, al punto tale che da le Parole ritrovate di Riposto, la dottoressa Re, che ieri ha parlato, ha dato una data, un ulteriore incontro per vederci e discutere su quello che era successo quel giorno. Io non sono di Giarre, sono di Adrano, però mi sono incuriosita e quindi ci sono andata. Li quel giorno una mamma, dopo che abbiamo parlato, mi ha proposto "*perché*

non mettete insieme voi ragazzi un gruppo?". Il gruppo si chiama "fantasy" lo abbiamo stabilito qualche settimana fa dopo due mesi di percorso. È un gruppo stupendo che mi dà tanto e spero di dare tanto anch'io. E stiamo crescendo insieme come ho detto ieri, stiamo imparando a conoscerci perché è ancora l'inizio, perché sono ancora inesperta del ruolo di facilitatore, quindi ho chiesto consiglio a Roberto in questi giorni per delle situazioni che si sono verificate nel gruppo.

Con ciò significa che di strada ne abbiamo fatta tanta e io a qualcuno in queste ultime settimane ho detto che di strada ce n'è tanta…. però insieme ce la possiamo fare.

Grazie.

GIUSY PALUMBO
Associazione "La Svolta", Cinisello Balsamo

Io sono sempre emozionata quando devo parlare davanti a tanta gente, sono molto espansiva quando ci troviamo nei vari gruppi, sono di facile socializzazione, ma quando sono di fronte a tutti voi con il microfono, comincia a prendermi la palpitazione. E invidio tutti quelli che mi hanno preceduto a parlare. Il disagio ce l'ho io. Io sono di Cinisello Balsamo e faccio parte dell'associazione La Svolta. Sono volontaria, e riguardo alla sensibilizzazione vorrei spendere due parole perché noi ogni anno organizziamo degli incontri nella nostra sede di Cinisello. Fortunatamente il comune di Cinisello, su questo argomento è stato sensibilizzato, tanto è vero che nel '99 abbiamo fatto un corso di formazione alla sensibilizzazione. Per cui abbiamo questa sede, abbiamo invitato i medici, abbiamo invitato anche i cittadini, da parte dei quali c'è stata poca affluenza e anche da parte del Centro di salute mentale.

Ma io sono una persona un po' tosta, non mollo mai. Mi arrabbio perché vedo che non viene gente. Nel fare sensibilizzazione io e il presidente abbiamo deciso di ripetere innanzitutto ciò che diceva poc'anzi qualcuno anche nelle parrocchie. Quest anno ne abbiamo fatta una sola di parrocchia, però mi sono ripromessa di sensibilizzare anche la mia parrocchia dove faccio volontariato, perché avevano partecipato anche alcuni sacerdoti ed era stata apprezzata molto la serata. C'erano i genitori come protagonisti, i miei ragazzi perché per me sono tutti ragazzi, anche se hanno cinquant'anni. Queste giornate le facciamo per renderci visibili, ci siamo, noi siamo tutte persone normali, per me non esiste la diversità esiste la specificità la specialità della persona, la persona è un individuo speciale, tutti noi siamo speciali, ognuno di noi da qualcosa che ha dentro, però qualcuno la tiene ancora dentro e questo è il disagio.

Sentendo la Rosa che fa la sensibilizzazione nelle scuole, ho subito pensato che possiamo farlo anche noi per raccogliere ancora più gente.

Vorrei dire ancora due parole sullo stigma e il pregiudizio, perché anche a livello di condominio sanno cosa faccio perché faccio anche delle giornate di ritiro spirituale. Io sono una volontaria cattolica, lo affermo con piacere, perché se io posso dare una mano ne dò due, la prima sensibilizzazione la svolgo all'interno della mia famiglia. Se sono qua oggi è perché mio marito e i miei figli mi hanno

permesso di essere qui, io ho una famiglia che si è sensibilizzata su questo argomento. Nella scala del condominio mi chiedono come faccio a stare con i matti, come faccio a non avere paura. Io non ho paura perché io non vedo la pazzia, vedo l'estrosità, la fantasia, non vedo diversità, la diversità non c'è, vedo specialità, è speciale una persona che mi compone delle poesie stupende.

Come diceva Roberto Cuni "*la somma delle diversità fa la normalità*" quindi non c'è confine fra diversità e normalità. Nel mio condominio c'è ancora molto pregiudizio, però hanno accettato la presenza del gruppo, io racconto cosa facciamo all'interno del gruppo, noi andiamo a cena, andiamo a mangiare il gelato, giriamo nella città, siamo presenti. Dobbiamo continuare la sensibilizzazione, cosi mi farò dare dalla Rosa delle indicazioni per fare sensibilizzazione nelle scuole e poi decideremo assieme ai ragazzi.

PATRIZIA MIONI
Gruppo Auto Mutuo Aiuto, Parma

Buon giorno sono Patrizia Mioni. Frequento un gruppo AMA con Massimo Costa a Parma. Non voglio criticare, perché nessuno è pazzo, nessuno è matto, siamo tutti uguali. Solo che abbiamo una mente diversa, siamo sempre diversi da un'altra persona, la pensiamo diversamente. Io oggi vi ringrazio di essere stata ospitata però scusatemi , è una settimana che sono molto depressa, ho dei problemi particolari però mi dovete scusare non me la sento di dirli.

Avevamo un gruppo con 15-20 ragazzi e adesso è cambiato un po' tutto. I medici non funzionano, la capa, scusatemi ma io non posso vederla, fa, fa fa, ma alla fine non facciamo nulla. E tutti questi ragazzi, credetemi, sono tutti a disagio. Io adesso ho ricominciato a fare l'auto aiuto con Massimo, però ho visto dei ragazzi che hanno altri problemi, che secondo me vanno messi in un'altra comunità dove qualcuno può starci più vicino perché essere un tossicodipendente non credo che sia una cosa bella. Però questa comunità non funziona più come prima, anche gli operatori sento che si lamentano, sono stanchi, abbiamo anche dei ragazzi con dei problemi famigliari che vengono buttati fuori, non sanno dove andare. Io per fortuna ho una mia piccola casa, pago il mio affitto, un po' mi arrangio.

Però vorrei fare una riflessione a tutti voi. Qui si è solo parlato di psichiatria. Io penso che tutti abbiamo passato dei traumi e quando cresciamo o nasciamo con dei problemi traumatici si sa che poi i problemi crescono, però io vorrei dire a tutti voi, fate un applauso a tutti quei bambini dell'Iraq che sono stati uccisi. Pensiamo a loro. Sono loro che hanno più bisogno. Io guardavo la diretta, stavo guardando un film e l'hanno interrotto e ho visto una scena terribile. Anch'io ho un figlio, un po' particolare, un po' testone come tutti i ragazzi. Però ha un suo lavoro, ha fatto un corso di studio adesso ne farà un 'altro… Però i ragazzi di oggi sono tutti un po' testoni perché vogliono fare, perché sono maggiorenni e poi un domani quando si trovano fuori si trovano sempre in difficoltà. Perché vedo che anche mio figlio tutte le volte che ha problemi, chi è, la mamma… Io sono molto contenta di aiutare mio figlio, è l'unico figlio che ho, però se noi facciamo una cosa io vi dico che a Parma non funziona più niente, siamo tornati indietro a zero, quando io vado al Centro di

salute mentale dovevo parlare con la Cirilli, non ho avuto attenzione per tutta la mattina sono rimasta li fino all'una a voi sembra giusto? Poi a una dottoressa sento dire ad una paziente che piangeva, perché non stava bene:" ma sei matta vai a farti ricoverare fatti curare da un altro medico". Questi sono medici? Per me no.

Anche gli operatori che abbiamo al Centro di salute mentale. Qualche giorno fa ha telefonato un ragazzo un po' particolare anche lui, era un po' nervoso. Forse sente le giornate ogni tanto un po' brutte un po' belle e voleva un'educatrice, voleva l'Elena perché non si sentiva di fare una gita con loro. Però subito l'hanno obbligato. Però io non penso che sia giusto obbligare un ragazzo che non sta bene ad andare in gita. Poi, finita la telefonata, sento che se la ridono. Perché? Non è giusto. Non è giusto prendere un malato in giro. Riderci dietro o parlare dietro le spalle dei pazienti come è successo a me. Però io sono una che quando parlo sparlo in faccia sebbene io abbia i miei problemi. Con Massimo io vado molto d'accordo, riesco a parlare, però Massimo non può fare tutto da solo se la USL di Parma non funziona. E qui siamo tornati in dietro. E adesso siamo rimasti in quattro, Mario, Giuliano, io e Massimo.

MASSIMO COSTA
Servizio di salute mentale, Parma

Buongiorno a tutti. Si siamo in difficoltà per svariati motivi, in primis perché c'è anche il problema del gruppo, dal punto di vista fisiologico, che ha bisogno di energie, di rinnovarsi.

Purtroppo questa logica del fare assieme che contraddistingue le Parole ritrovate è una logica che dalle nostre parti è poco compresa, vanno di moda gli interventi di tipo assistenziale, che risolvono i problemi subito, che danno una risposta immediata. Gli operatori, purtroppo io sono anche un operatore, ma un operatore fortunato perché riesco ad organizzarmi il lavoro, a fare delle cose un po' diverse. Gli operatori sono un po' tutti vittime delle esigenze del servizio, che sono quelle di fare visite domiciliari, di accompagnare le persone a fare gli esami, di somministrare le terapie e quant'altro. E invece tutto il lavoro di relazione secondo me, che è la cosa importante, che è ciò di cui le persone hanno bisogno, viene sottovalutato, poco apprezzato e perciò siamo sempre un po' in apnea, a doverci reinventare continuamente di fare delle cose.

VALERIA DEL BIANCO
Servizio di salute mentale, Rimini

Racconto un po' l'esperienza di Rimini, l'esperienza si chiama "Mirando Babele" ed è da lì che vengono i nostri due trombettisti che hanno cominciato a lavorare assieme, a provare assieme, nell'aprile di quest'anno nell'occasione di questo nostro spettacolo teatrale. Da qui è nata la loro collaborazione e soprattutto la loro amicizia e perciò anche la loro presenza qui.

In una città come Rimini non è molto facile parlare di disagio mentale e problemi di salute mentale perché da noi l'importante è la facciata. Noi siamo la città dove tutto bello, dove ci si diverte sempre. Per cui abbiamo pensato ad un modo un po' diverso, un po' più creativo per accattivare i cittadini, perché si potesse parlare insieme di questo tipo di problemi.

L'idea è stata quella che anche dalla diversità e dalla confusione potesse nascere qualcosa di bello. Da qui il titolo 'Mirando Babele'. Questa mirabile confusione perché dalla confusione potesse venir fuori qualcosa di bello e ammirabile. E quindi sono due anni che in aprile facciamo questa serata in cui il tema è l'espressione artistica: c'è chi balla, chi canta, chi suona, chi propone poesie indipendentemente dal suo stato di salute. Quest'anno la serata è venuta particolarmente bene perché abbiamo invitato un comico abbastanza famoso per cui questo comico ha attirato molte persone e ha introdotto i nostri trombettisti, le nostre poesie. E' stata una serata molto bella alla quale hanno partecipato circa seicento persone. Questo per noi è stato un bel risultato e ci siamo presi l'impegno che ogni anno in aprile faremo questa serata per proporre alla città un modo diverso per parlare di problemi di salute mentale, che ci sono anche a Rimini come dalle altre parti.

MARIELLA PAPOTTO
Associazione "Diversamente uguale", Adrano, Catania

Abbiamo già avuto il nostro spazio, ma abbiamo sentito il bisogno di essere di nuovo qui perché vogliamo tornare in Sicilia con tutti voi perché non vi vogliamo lasciare, perché quello che è successo un anno fa e che ci ha dato la forza per organizzare tutto quello che è avvenuto durante l'anno, lo dobbiamo a tutti voi, lo dobbiamo a Renzo che non ci ha lasciati mai soli, ci da sempre tanta forza .

Allora noi siamo di nuovo qui perché vogliamo dirvi "grazie", perché ogni volta che vi incontriamo andiamo via con un'enorme ricchezza, le vostre storie sono le nostre, le nostre storie sono le vostre. Per superare l'eticchettamento e lo stigma, per non vergognarsi di quello che si è, per questo ho sentito il bisogno di risalire e dirvi "grazie".

Come vedete noi qui siamo tutti assieme e vogliamo che questo senso di unione non si perda durante l'anno, nell'attesa di ritrovarci di nuovo qui, in questo movimento di cuori e di sentimenti. Noi non apprendiamo, come diceva qualcuno ieri, con la ragione, noi apprendiamo quando siamo vicini agli altri, quando sappiamo attirare le emozioni quando sappiamo dirci "Ci vogliamo bene".

La cosa importante è quello di dirvi assolutamente "grazie". Tutti i siciliani che sono stati qua e sono qui in questo momento ci sono perché "Le parole ritrovate" ci permettono ancora una volta di guardare non solo alle differenze, ma soprattutto a ciò che ci unisce.

Per concludere semplicemente vorrei leggervi la poesia di Donatella. Donatella è una persona estremamente importante come siamo importanti tutti noi, perché un anno fa noi siamo venuti qua perché Donatella aveva scoperto di saper scrivere e siamo partiti e siamo arrivati qua per raccontarvi la gioia di aver ritrovato le pa-

role. Questa poesia l'ha scritta quando abbiamo fatto Le parole ritrovate ad Adrano. Ogni volta che ce ne andiamo dalle Parole ritrovate noi scriviamo, non vi immaginate che cosa straordinaria, è come se dentro di noi ci fosse un pezzo di universalità, un pezzo dell'altro, non siamo più soli, e allora Donatella anche quest anno ci da questa gioia e la dedica a tutti voi questa poesia si chiama

"ANCH'IO COME TE"
Anch'io come te ho sentito il gelo
che non penetrava soltanto nelle ossa spezzandole
ma soprattutto nel cuore e nell'anima gelandole.
Anch'io come te mi sono sentita nel fango
ed il mio cuore graffiato dalla sofferenza
ha urlato come una folle per una carezza.
Anch'io come te mi sono persa nel labirinto che c'è in me,
ho cercato nell'oblio della mia solitudine.
Anch'io come te sono una delle tante spighe
che alitano nel grande campo frustrato della foresta
Anch'io come te sono stata solcata da fiumi
di lacrime bramosi e silenti
Anch'io come te ho paura, tremo, mi arrabbio, piango,
gioisco
Anch'io come te desidero,
sogno di stringere nelle mie mani la brezza di vita.

Grazie a tutti.

Donatella vi vuole dedicare un' altra cosa perché noi continueremo a portarvi tutti dentro. Tina di Prino e Biagina Longo ci hanno dato delle cose da leggervi, quindi vi chiedo di ascoltarci ancora per queste due cose. Biagina, presidente dell'Associazione che noi abbiamo creato, oggi non c'è perché ha i genitori anziani ed è lì a curarli, ma è con noi. Le parole di Leonarda sono le parole di Biagina.

LEONARDA LAUDANI
Associazione "Diversamente uguali", Adrano, Catania.

Io sono Leonarda, sono volontaria al Dipartimento di salute mentale di Adrano e ringrazio tanto Mariella Papotto che è qui, ringrazio Pietro Laudani di avermi riportato alle Parole ritrovate perché l'unica esperienza delle Parole ritrovate l'avevo fatta ad Adrano.

Si deve essere uniti nella semplicità perché grazie ad un sorriso si può essere assieme, e attraverso le parole di Biagina anche il mio pensiero è qui. Grazie di essere qui, ringrazio soprattutto i ragazzi del Dipartimento di salute mentale di Adrano, come Davide, Donatella, Santino, Annamaria e Mariagrazia. Vi leggo queste righe di Biagina

"LE PAROLE DA…"
Le parole da pensare, da sentire, da trovare,
da cercare dentro di noi.
C'è un fanciullo dentro di noi.
Le parole per esprimersi per confrontarsi con gli altri,
per esserci le parole da ritrovare.
Ritrovare una parola magica sa di fiaba,
viene subito in mente ritrovare un tesoro
Ritrovare qualcosa che forse ci è vicino, vicino a noi
ma non lo sappiamo, non ne siamo consapevoli.
Ritrovare e scoprire l'affetto di una figlia
nei confronti del padre, un padre forse emotivamente distante o forse no, è la figlia ad essere distante dal padre.
Un affetto non voluto, non ne avevo bisogno,
ne aveva così tanto dalla madre, tanto, troppo soffocante.
Un amore ritrovato immerso in un mondo doloroso
di profonda frustrazione che ha avuto importanza durante una malattia.
Ritrovare tramite il contatto fisico, tattile, verbale qualcosa di mai avuto, mai cercato, mai voluto.
Recuperare tanti anni d'amore represso,
soffocato, non so se sarà possibile.
Mi auguro di avere altrettanti anni per godermi il ritrovato amore nei confronti di mio padre, vi sono e vi sento vicini.
Con tanto affetto Biagina

DONATELLA PINZONE
Associazione "Diversamente uguale", Maniace, Catania

Io chiedo scusa, perché forse vi sto sommergendo troppo di parole, anche a volte il mio computer si arrabbia, mi dice che lo riempio di parole, però io sono innamorata delle parole, delle parole vere e io voglio dire un grazie speciale a Mariella. Come l'anno scorso sono stata affascinata dal nome "Le Parole ritrovate". In questa occasione qui, ognuno di noi, fa vedere le sue fragilità e siamo umanamente assieme.

Io sento il bisogno di lasciarvi il mio grido, il mio urlo per la vita, perché qui stiamo assieme, condividiamo, qui stiamo nella stessa barca, nello stesso modo qui ci sentiamo umani. Io vi voglio salutare, con questa poesia, vi voglio dare il grido d'amore per la vita e di quello di stare ancora assieme e anche se saremo lontani, sparsi, di sentirci sempre assieme. Vi chiedo ancora scusa se sono stata troppo invadente con le mie parole.

La mia poesia:

"E ANCORA"

E ancora voglio correre, volare, urlare alla vita
E ancora voglio piangere, gioire, sperare,tremare
E ancora voglio grondare di sudore, di fatica, di queste lotte temerarie
E ancora voglio stringere a me le emozioni più forti, i brividi più silenti
E ancora inzupparmi sotto la pioggia per asciugarmi al sole
E ancora, ancora voglio essere, voglio vivere.

VINCENZO RICCERI
Associazione "Diversamente uguale", Biancavilla, Catania

Avevo fatto una domanda agli operatori e la risposta era stata rimandata a questo momento di discussione, ora vi riformulo la domanda: "Cosa si può fare di concreto per ostacolare le preoccupazioni?"

MICHELA DAINOTTI
Servizio di salute mentale, Meda, Milano

Io ti vorrei dire di fare questa domanda alle persone normali, di tutti i giorni, non agli operatori. È una cosa che ognuno di noi deve cercare dove abita. Anche io sono una siciliana, so che nel vostro posto è molto difficile. Quindi quello che avete fatto voi, che qui sembra poco, là è il doppio, il triplo, di quello che facciamo noi, perché comunque bisogna sempre guardare il contesto dove si lavora, quindi voi dovete essere orgogliosi di quello che fate, ma non fermarvi, spronare, spronare e poi spronare altre persone.

MASSIMILIANO BERTONCINI
Servizio di salute mentale, Lucca.

Io vorrei dire che a me hanno detto a 8 anni che stavo soffrendo di depressione, poi mi hanno detto che sono schizofrenico. Anche a scuola ero schizofrenico. Spaccavo la roba, tiravo gli ombrelli, hanno detto sempre che sono schizofrenico. Un paio di mesi fa a Lucca andai da un medico, non mi ricordo il nome, perché è passato del tempo. Non mi seppe rispondere, volevo sapere cosa vuol dire essere schizofrenico e depresso e alcolizzato. Perché mi hanno detto anche che sono un ex-alcolista.

GIULIANA CIRESA
Servizio di salute mentale, Trento.

Io è tanto tempo che non stavo più bene. In principio quando sono tornata a Trento, nel mio paese, il dottor Agostini ha fatto un'assemblea nel mio paese, ed è più difficile nel proprio paese parlare perché è più facile essere oggetto di critiche.

Ad ogni modo me le sono buttata alle spalle e ho detto che è importante almeno salutare le persone.

Di fatto quando si sta male, e sono la prima io a farlo, evito le persone e non mi meraviglio di questo, però le rispetto tutte. Però dopo quell'assemblea ho visto che le persone almeno mi salutavano. Poi ho preso coraggio, ogni passo che facevo prendevo coraggio e andavo avanti. Tanto che anche quando ero nella depressione mi facevo forza e uscivo sempre da casa, però non incontravo nessuno e ritornavo a casa uguale come ero uscita. Se invece incontravo qualcuno che mi prestava parola o comunque che mi salutava, era già qualcosa di più.

È importante accorgersi dell'altro, basta anche un saluto, un sorriso, non servono tante parole. Perché danno coraggio anche le piccole cose.

ARIANNA FIORIN
Servizio Psichiatrico Diagnosi e Cura, Cantù, Como

Sono un operatrice in un SPDC a Cantù, una piccola realtà. Abbiamo sentito parole da parte di utenti e di operatori che operano nelle comunità, nelle associazioni. Noi non abbiamo questo tipo di associazioni perché appunto essendo un SPDC arrivano persone che sicuramente non sono in grado di fare questo. Questo solo per dire che le parole le sappiamo però trovare anche noi e che anche se non sembra a volte qualcosa dentro ce l'abbiamo. Questo che adesso leggo, premetto, l'ho scritto un mese dopo che ho iniziato a lavorare in SPDC, quindi quasi subito.

"*Ho incontrato poveri corpi che portano in giro nel tempo le loro anime perse.*
Corpi disordinati e nudi ignari degli sguardi incuriositi.
Il loro incedere ricorda un bizzarro e improvvisato passo di danza.
Lo sguardo puntato su introvabili orizzonti, in cui nessuno di noi apparirà mai.
Leggono nelle pieghe dei muri immagini che non avremo mai il privilegio di scoprire.
Ascoltano nel silenzio, prestando orecchio a bugie mascherate di verità.
Si intossicano di cibo, alcool, fumo, veleni travestiti da piaceri,
si intossicano di parole.
Vedono angeli e diavoli, si sentono loro stessi santi e demoni.
Sono padri, sono madri, sono figli e sono fratelli.
Ciò che vedono e sentono è tutto quello che hanno.
E non hanno proprio niente. Vivono una vita che non è vita.
In un mondo che non è il loro.
Percorrono strade che si dimenticano ben presto di loro.
Incontro ancora i poveri corpi. Ora però non danzano più soli, hanno due occhi in più per cercare nel buio.
Hanno due orecchie in più che gli aiutano ad ascoltare.
Una voce in più che gli aiuta a chiedere e a volte a sorridere.
Due mani in più che li nutrono, li accarezzano, gli sorridono.
Sono ancora solo poveri corpi, ma non saranno più poveri corpi soli".

Questo lo vorrei dedicare ai colleghi della Sicilia, un piccolo passo per costruire il ponte.

ANTONIETTA RUSSO
Servizio Psichiatrico Diagnosi e Cura, San Carlo, Milano

La collega che ha parlato precedentemente mi ha dato coraggio, perché ci sono stati alcuni momenti in questo Convegno in cui io e il mio gruppo ci siamo sentiti un po' fuori posto. Noi siamo operatori che lavorano in un SPDC, e mentre ascoltavo queste tre giornate, l'altro è la prima volta che partecipo, ho buttato giù alcune riflessioni. Sono cortissime e ve la voglio leggere.

Siamo un gruppo di infermieri di un servizio psichiatrico milanese. Siamo quelli dell'ospedale. Siamo quelli che accompagnano il paziente per un breve percorso che è quello della crisi. Siamo quelli cattivi, tra virgolette, perché magari qualche volta può capitare di legare. Siamo quelli a cui viene affidato il paziente in un momento buio della sua sofferenza. Siamo quelli che a volte di fronte a tanto malessere facciamo fatica a trovare le parole, e stiamo zitti. Siamo quelli che l'utente lo vede quasi sempre solo quando sta male. Perché appena sta meglio lo affidiamo ai colleghi del Servizio Territoriale, che saranno quelli che faranno con loro il viaggio di cui ha parlato Ron il primo giorno.

Ecco, anche per noi mi voglio consolare, che siamo quelli tra virgolette cattivi, volevo con questo piccolo intervento sottolineare ma naturalmente senza nessuna polemica, che spesso il viaggio del paziente inizia anche con gli operatori del Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura.

MARIAGRAZIA MARCELLINO
Associazione "Diversamente Uguale", Adrano, Catania

Io so che Renzo è pronto a uccidermi, ma Lucia mi ha obbligata a fare questo, e io lo faccio volentieri. Queste righe sono scritte da una mamma, una mamma del gruppo. La stessa mamma che mi ha proposto di formare il gruppo "fantasy".

"*Chissà dove vanno i pensieri, quando tocchi i capelli e gli occhi si tingono di azzurro.*

Vorrei vederli quei mari profondi, e quelle alghe che ondeggiano frementi alle vibrazioni sotterranee delle onde.

Non riesco a stornare lo sguardo dall'aura che ti circonda.

Vorrei entrare ma tu stai là, immobile, circondato da mille colori che cambiano tono e palpitano restando fermi, immutabili, intorno a te.

E gli occhi si tingono di strani silenzi, mormorii afoni, codificati da strani sorrisi.

Ci sei ma vai e scompari per sempre nei tuoi pensieri."

VINCENZO RICCERI
Associazione "Diversamente uguale", Biancavilla, Catania

Ieri durante un intervento, mi è venuta un'idea. Durante l'intervento della dottoressa De Bernardo la quale mentre si presentava aveva detto di essere una professoressa di etica e di antropologia sociale mi è venuta l'idea di proporle un progetto che potrebbe essere molto utile.

Perché non costituire un periodico dove si parli di informazioni etiche, unite a informazioni mediche nel campo psichico. Potrebbe essere curato da questa professoressa di Verona, e dalla sua èquipe. Cosa ne pensate? Di questa conoscenza non ne ho, quindi non posso collaborare, altrimenti l'avrei fatto volentieri. anzi forse non sarebbe stato necessario creare questa redazione. Cosa ne pensate?

UGO MASPERO
Associazione "Scacco Matto", Milano

Ciao a tutti. In mezzo a tanta sofferenza, una nota, diciamo così, gioiosa. Ho potuto notare che parlando anche con le persone di Trento, sono rimaste colpite da questo convegno, e ne sono rimaste bene impressionate. Devo dire che il modo più bello di ringraziarci, di ringraziarmi è stato questa mattina quando sono uscito dall'albergo. Ho detto "*Allora direttore cosa ne pensi di noi*?" e lui fa:" *Benissimo benissimo, anzi voi ieri sera siete rientrati non vi ho potuto richiamare a differenza di molta altra gente invece che faceva chiasso*".

ADRIANO FRANZOI
Servizio di salute mentale, Mirano, Venezia

Buongiorno a tutti. Questo è il secondo anno che vengo alle Parole Ritrovate, e devo dire onestamente che il primo anno sono uscito sconvolto. Quest anno diciamo che vado via molto più leggero, perché vedo che è un lavoro che riesco a capire e quindi cercherò di riportarlo nella mia USL, nonostante il problema endemico dei soldi, non ci sono soldi non ci sono soldi… Però qui si spera tanto nel buon senso degli operatori e si farà il possibile per riportare a Venezia, quello che penso di aver capito in questi giorni, comunque ringrazio tanto tutti.

Poi un 'altra cosa. Questa mattina ho sentito alcuni suggerimenti da parte di tanti. Ho notato che finito il corso, giorno per giorno ognuno va via per i fatti suoi, mi ricordo a Marzo quando è stato fatto il convegno alle Laste, si erano formati anche dei gruppetti, quindi si poteva anche familiarizzare con le persone che praticamente non si conoscevano e quindi, questi tre giorni li ho fatti anche da solo quindi ho potuto anche riflettere su tante belle oasi, diciamo, che ci sono, nel mondo della salute mnetale. Purtroppo la mia non è una bella oasi.

Tutto sommato quindi me la sono passata da solo perché non sono riuscito a parlare con qualcuno, non sono riuscito a far gruppo con nessuno. Comunque è andata bene così, l'anno venturo ci sarò ancora in maniera che spero di esserci

sempre, lavoro permettendo perché la carenza infermieristica purtroppo è quella che è. Un'altra cosa, si, c'è sempre stato il buon operatore e il cattivo operatore. Sparlare in generale sugli operatori è come sparare sulla croce rossa, con questo chiudo e vi auguro un buon proseguimento.

LORENZO SPINOGLIO
Associazione AMA "Ali della……", Vercelli

Buongiorno a tutti, mi chiamo Lorenzo, ho 57 anni ho sofferto per 16 anni di un disturbo bipolare. Sono 3 anni e mezzo che sono guarito e mi auguro che tanti ammalati come me possano guarire. È il secondo anno che vengo a Trento verrò ancora, e vi auguro a tutti Buona fortuna e statemi tutti bene.

ALBERTO PATTARELLO
Comunità protetta, Meda, Milano

Io ho fatto un brevissimo intervento ieri e poi sono sceso dal palco e mi sono venute in mente sette otto cose. Ma così tante non ho voglia di dirle. Sono Alberto, è da 17 anni che lavoro nei servizi psichiatrici riabilitativi, in provincia di Milano.

Voglio spezzare anch'io una lancia, anche più di una, per gli operatori del SPDC. Quando mi capita di andarci, vedo che girone è. Con il termine girone penso di essermi spiegato, mi viene solo in mente una brevissima cosa parlando proprio di cariche emotive, di dare, avere. Io in questi 17 anni non so sinceramente se ho più dato o ho più avuto a livello di esperienze, di emozioni, di cose trasmesse. Non lo so e non mi interessa stabilirlo, specialmente adesso in questa sede. Spero solo di essere andato in pari, ecco.

FRANCO BRESSAN
Servizio di salute mentale, Gorizia

Buon giorno sono Pressan, lavoro nel dipartimento di Gorizia intervengo anch'io circa il Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura e il Centro di salute mentale.

Facendo una ricerca su Internet, nel sito delle Parole Ritrovate vi sono riferimenti in tutta Italia tranne che nel Friuli Venezia Giulia. Nel Friuli Venezia Giulia c'è un'altra organizzazione chiamata il Forum della salute mentale che si è posta degli obiettivi: il Centro di salute mentale aperto sulle ventiquattro ore, tendere al superamento del SPDC, la presa in carico globale del paziente sull'arco di tutto il suo percorso. Cioè dalla presa in carico del primo contatto fino alla dimissione totale. Naturalmente questo va a toccare anche i fondi quindi abbiamo chiesto il 5% del budget e varie contrattazioni.

MARISA LILLO
Istituto di Riabilitazione, Novi Ligure, Alessandria

Buongiorno, sono Marisa De Paoli Lillo. Sono tre anni che sono in un Istituto dove c'è di tutto, Alzheimer, Parkinson, vecchi e giovani. Tutti insieme, e io mi trovo bene come sanità e tutto il resto. Vengo da Novi Ligure, e non vedo niente di questo che avete fatto voi. Questa manifestazione è stata fatta molto bene, vi ringrazio. Sono riuscita ad avere i vostri depliant attraverso l'ospedale dalla mia dottoressa. Questa manifestazione è stata per me un'emozione, si sente, e adesso vi dico la mia poesia e poi finisco.
"NON SO IL PERCHÉ"
"*Non so il perché di questo mio patire,*
non ho il perché di questo mio fragile vivere,
mi immergo in un doloroso dubbio,
impotente gloria del mio sconnesso essere.
Restaura, ti prego, risuscita l'innato mio istinto di vita".

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento

Bene. Se tutti hanno detto quello che avevano da dire, ci avviamo a concludere. Non sta a me tracciare bilanci, come spesso si fa alla fine di un Incontro importante.

Credo che il bilancio ciascuno di noi lo fa al proprio interno. Per me è un bilancio bello e positivo e così credo sia anche per voi, ma non voglio apparire né presuntuoso né sciocco.

Mi pare invece importante fare due cose. Una è ringraziare, ma non perché si usa farlo ma perché le persone che hanno permesso la realizzazione di questi tre giorni, sono persone che lo hanno fatto esclusivamente per passione.

Voi avete visto in questi giorni stare alla segreteria, Daniela, Nadia, Iris, Francesca, e forse anche qualcun altro che adesso non ricordo. Pregherei Massimo e Antonio di ritornare sul palco per fare l'ultimo stacco musicale e per ringraziarli ancora. Hanno avuto un grande successo, ci hanno aiutato a trascorrere in serenità questi giorni e comunque senza di voi non chiudiamo…

Avete conosciuto, ritrovato Daniele Orvieto che è quel bel giovane che è spesso oggetto di interessi femminili, e che ci garantisce le luci, le registrazioni, eccetera.

Rita Cadonna che è già scappata per le ferie, buone ferie a lei in Sardegna o in Sicilia, la Mariacarla che è quella fanciulla che ha perseguitato voi che avete parlato per prendervi il nome e che sogna Lumia.

Poi tutte le persone che hanno collaborato per rendere più visibili alcune cose che sono state preparate per questo convegno. Rosa, detta la Pantera, che è li che occhieggia, la Lara che ha presentato "lamiacittà", Romano Turri che ci ha dato una mano, Roberto Cuni che è già andato a casa perché avendo un'età ormai avanzatissima dopo una certa ora non regge… E poi Lorenzo Toller che è quel signore che

molti di voi hanno incontrato per telefono e che per telefono soprattutto con le signore è molto gentile. Questo applauso è per Lorenzo Toller? Incredibile non era mai successo! Lorenzo, sei commosso? Vuoi venire a dire qualcosa? Vogliono vederti. Dicono che dovresti dire cosa sono per te "Le Parole ritrovate"…

LORENZO TOLLER
Servizio di salute mentale, Trento

Salve a tutti sono Lorenzo Toller. Ho parlato credo con 348 di voi, 348 persone che mi hanno sentito al telefono, e mi ha fatto molto piacere trovare qui tutti quanti. Spero di essere stato esauriente e sufficientemente chiaro nelle cose che ci siamo detti, penso di sì, e di rivedervi tutti l'anno prossimo.

Immagino che rifaremo questo appuntamento. Riprenderemo i lavori il mese prossimo con le prime lettere, le prime richieste e quindi sarà così, cominceremo e arriveremo a ottobre per ritrovarci tutti insieme qui.

Le parole ritrovate cosa sono per me? Sono una grande soddisfazione. Quando vedo 600 persone, perché 600 persone sono venute in questi giorni, in questa sala, e quando sento i contributi, quando sento le cose che voi portate e che sicuramente fanno parte del nostro sentire quotidiano, ma che però in questa sala hanno un significato, una valenza molto superiore.

Mi fa piacere che in 7 anni le Parole ritrovate siano cresciute fino a questa dimensione. Da un primo momento artigianale, più di 10 anni fa, siano diventate una realtà nazionale come diceva Renzo, un movimento nazionale con più di 20 appuntamenti in tutta Italia, ai quali io non ho mai partecipato. Ecco sto dilungandomi un po' troppo però un po' di protagonismo dopo aver lavorato tanto… grazie a tutti e ci vediamo l'anno prossimo.

Finisco con una cosa che mi è successa in questi giorni e mi pare che si attagli con quello che noi stiamo facendo e dicendo. Abbiamo una persona che segretamente spesso attacca dei tazebao e lascia dei giornalini sulle vetrate del nostro Servizio. Io so chi è però non la trovo mai, non lo vedo mai, arrivo li prestissimo, mi trovo questi grandi tazebao e li leggo. Sono fatti da una persona intelligente anche se un po' particolare. L'altra mattina sono arrivato e lo vedo. È li dietro la casa tutto impegnato su una panchina che scrive questi messaggi allora io che lo conosco, gli dico: "*Alessandro, come stai*?" e lui mi ha dato una risposta alla quale non ho saputo rispondere. Lui mi ha detto: "*Ma perché mi chiedi come stai e non mi chiedi come va*?" Ecco sono andato via e gli ho detto vabbè, mi è mancata un po' la parola, e l'ho salutato dicendogli "*come va*". E qui saluto tutti voi dicendovi che ci vediamo il prossimo anno.

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento

Sul "come stai", voi ricordate cosa ci diceva Ron giovedì. Ci diceva una cosa molto bella, che tutti noi abbiamo quest'abitudine di chiedere "come stai" sapendo

che la persona magari non sta un granché bene. Allora lui ci suggeriva sempre di dire “che cosa vuoi dalla vita”,“qual è il tuo sogno”, “dove stai andando”..

A qualcuno forse potrà sembrare una piccola cosa, ma non lo è. E lo dimostra il fatto che in tanti abbiamo ripreso proprio questo concetto.

Allora dicevo che questi ringraziamenti non sono rituali. Adesso avete sentito Lorenzo, Lorenzo è un persona che tutto l’anno vive di mille cose che riguardano il funzionamento di un Servizio, ma vive anche di Parole ritrovate e Le Parole ritrovate vivono di queste cose, delle passioni di ciascuno di noi. In particolare fino ad adesso hanno vissuto delle passioni di alcune persone che in varie parti d’Italia ci hanno messo un po’ più di cuore degli altri, non perché ne abbiano di più, ma perché hanno cominciato prima. Quando siamo partiti come dicevo giovedì, nel ’93, eravamo credo in due, io e Claudio Agostini, e poco più. Poi ci siamo un po’ addormentati, poi siamo ripartiti e oltre al gruppetto di Trento che ha una sua radice, una sua storia, che voi conoscete, man mano si sono unite casualmente altre persone, ora siamo sempre più numerosi. All’inizio eravamo un gruppetto davvero ristretto, Elena, Roberto, Massimo, Pietro, Roberto, Mariangela e mi perdonino quelli che non cito.

Quello che è importante dire è che oggi davvero le Parole ritrovate sono diventate una grande famiglia, con le porte sempre aperte, in cui possono entrare sempre tutti a tutte le ore e che a quei tutti, che siamo ovviamente noi, appartiene.

Stacco musicale di Antonio e Massimo, i trombettisti di Rimini

UNA RAGAZZA

Io volevo dire solo una cosa. Che secondo me coltivare un sogno non è una piccola cosa. E’ una grande cosa. Perché il sogno può essere anche un progetto da portare avanti insieme, e il sogno può essere anche un qualche cosa che è dentro di noi, che abbiamo dentro, una potenzialità, un talento, che possiamo avere da coltivare, da portare avanti, questo può essere un sogno. Che può aiutare ad uscire da una stato di sofferenza, e io credo nella guarigione e penso che sia possibile guarire e quindi credo che sia una cosa molto importante il sogno. E secondo me non è una piccola cosa ma una grande cosa il saper coltivare un sogno e stimolarlo negli altri a portarlo avanti. Tutto qua.

RENZO DE STEFANI
Servizio di salute mentale, Trento.

Grazie di quello che hai detto. È il modo migliore per augurarci di trovare ciascuno di noi il proprio sogno e di raccontarcelo il prossimo ottobre o prima se avremo l’avventura di ritrovarci. Un grande grande abbraccio a tutti e grazie del dolce tepore di cui avete riempito la nostra città.

CENTRO STAMPA

Finito di stampare nel mese di settembre 2005
a cura del Centro Stampa e Duplicazioni della
Regione Autonoma Trentino-Alto Adige