

PRENDERSI CURA DELLA SOFFERENZA PSICOLOGICA

Dossier CNCA
Lombardia
2021

**Il dossier è stato curato
da Altreconomia.**

Redazione ed editing:

Massimo Acanfora

Grafica:

Laura Anicio

Con il contributo di

Paolo Cattaneo,

Rita Ceraolo.

Grazie a tutte le realtà
di CNCA Lombardia
per la loro disponibilità
e i contributi.



**Il dossier è disponibile
in formato elettronico
su richiesta a
massimo@altreconomia.it
oppure sul sito
cncalombardia.com**

CNCA Lombardia Aps

via Petrarca 146,

Sesto San Giovanni (MI)

Presidente:

Paolo Cattaneo, 340 4530739,

presidenza.lombardia@cnca.it

Segreteria:

Rita Ceraolo, 340 9835834,

segreteria.lombardia@cnca.it

cncalombardia.com

Stampato in proprio



Indice

Nota sulla comunicazione e per i media	pag. 5
Come leggere questo dossier	
Premessa	
L'incontro con la fragilità	pag. 7
<i>di Paolo Cattaneo, Presidente CNCA Lombardia</i>	
Che cos'è il CNCA	pag. 9
IL CNCA Lombardia	9
PRIMA PARTE:	
I DATI	pag. 11
Le organizzazioni	13
Le province lombarde di riferimento	15
La forma giuridica	16
I dati in sintesi	17
Il personale	18
I soci	19
I volontari	20
Servizi per utenti	21
Servizi per tipologia	22
Tipologie dei servizi residenziali	23
Tipologie dei servizi non residenziali	24
Tipologie di utenti	25
Utenti divisi per categoria	26
SECONDA PARTE:	
LA FRAGILITÀ PSICOLOGICA	pag. 29
Premessa	
Gli anni della sofferenza psicologica	pag. 31
LE STORIE	pag. 35
FONDAZIONE ARCHÉ Per ricominciare c'è bisogno di un ConTeSto	36
COOPERATIVA IL CALABRONE Per dare un nome alle cose vissute	39
COMUNITÀ NUOVA Tagliati fuori: perché il Covid ha esacerbato le disparità	41
COOPERATIVA BESSIMO Nelle immagini, la capacità di "resilienza"	43
COOPERATIVA LA GRANDE CASA Adolescenti nel mezzo. La comunità potenziata	47
COOPERATIVA LOTTA CONTRO L'EMARGINAZIONE aMl città per una comunità accogliente e inclusiva	51
FONDAZIONE SOMASCHI "La forza, fragile, di una farfalla"	57
COOPERATIVA ARIMO Fermarsi, darsi obiettivi, riprendersi gli spazi	61

Nota sulla comunicazione e per i media

Come leggere questo dossier

Questo secondo Dossier CNCA ha utilizzato la stessa duplice modalità di raccolta dei dati del 2020, con una *ratio* e un'attenzione ulteriore al tema dell'anno, la fragilità e la sofferenza psicologica.

La prima fase è stata "quantitativa".

I numeri della prima parte del Dossier si riferiscono infatti a quanto è stato cristallizzato nei Bilanci Sociali o nei report delle organizzazioni di CNCA Lombardia che si riferiscono al 2021.

La raccolta dei dati è stata confermata dalle organizzazioni stesse attraverso la compilazione di un questionario nella primavera 2022.

Una seconda fase è stata invece "qualitativa".

I materiali della seconda parte del Dossier, ovvero relazioni, interviste, racconti, fotografie e video si riferiscono in particolare a iniziative e progetti che si contraddistinguono per l'attenzione al tema della **sofferenza psicologica**, in particolare quella dei giovani.

L'obiettivo è stato quindi scattare una fotografia della situazione dopo l'emergenza Covid-19 e delle sue pesanti conseguenze sulle persone più fragili.

Questo Dossier rappresenta quindi un fermo immagine che racconta il "patrimonio" straordinario di CNCA Lombardia attraverso i dati consolidati di 38 importanti organizzazioni che forniscono uno "spaccato" del non profit sociale in Lombardia.

Ma è anche una conferma del dinamismo e della capacità di "resilienza" di queste organizzazioni, soprattutto grazie al loro "capitale umano" di operatori.

Ottobre 2022

*"Siamo fragili come esseri viventi,
sono fragili le nostre relazioni,
è fragile il pianeta che abitiamo.
Forse è il tempo che queste
nostre fragilità non vengano
più nascoste, ma riconosciute,
accolte, valorizzate".*

*Da "Luce nelle ferite",
Lettera dalla Lombardia*



PREMESSA

L'INCONTRO CON LA FRAGILITÀ

di Paolo Cattaneo, presidente CNCA Lombardia

Questo dossier è una sfida, tra le mille che ci propone il lavoro quotidiano nelle nostre organizzazioni, nella relazione con le persone che incontriamo, nel rapporto con le istituzioni, con le politiche e la burocrazia, nell'incontro con le reti ed alleanze territoriali, quelle formali e quelle informali, nell'impegno a coltivare passioni e motivazioni, a lasciare spazio, a rinnovare le nostre basi sociali.

Un impegno di coerenza, che chiama CNCA Lombardia a mostrare chi siamo, quanti siamo e dove andiamo. I numeri, i luoghi, le azioni, le professionalità e i gruppi sociali. Ma proviamo ad andare oltre le consuete categorie, i numeri e le "torte" esplicative. Attraverso la "qualità" del nostro operato. Sarà il prossimo impegno che ci prendiamo, per raccontare e comunicare sempre meglio la complessità, la fluidità e le connessioni multiple del nostro sistema.

Un sistema dentro cui resta comunque centrale l'incontro con le persone, con le storie individuali e collettive, spesso con le loro diverse sofferenze. Per questo motivo abbiamo voluto dedicare la seconda parte del Dossier alla raccolta di storie di "sofferenza psicologica", all'impatto del disagio post Covid sugli adolescenti e sui giovani, alla nostra fatica di reggere il peso di un fenomeno che è "pubblico" e clamoroso.

Lo abbiamo fatto provando a darci la libertà di esprimerci e raccontare in maniera libera e creativa: testi, voci, immagini, video.

Un groviglio comunicativo i cui fili intendono uscire dai bordi, superare i nostri confini, raggiungere nuovi soggetti.

Questo dossier, il secondo della nostra storia ormai ventennale, mette dunque in scena questi diversi sguardi:

- I dati delle nostre organizzazioni che sommano una maggioranza qualificata e militante di lavoratori del sociale, ad una importante presenza di volontari, spesso giovani, donne, pensionati.
- La forma dei nostri servizi, per scoprire quasi con sorpresa, forse con nostalgia, o meglio con soddisfazione che i servizi residenziali non sono più la maggioranza e che quelli speciali, difficili da catalogare, sono numerosissimi: dal protagonismo giovanile, alla cittadinanza attiva, dallo sviluppo delle reti territoriali alla crescita delle competenze specialistiche, dall'agricoltura urbana, alla circolarità e al riuso, dall'accoglienza turistica alla produzione di gelati.
- I numeri delle persone incontrate che sono sempre più significativi, quasi impressionanti se pensiamo che dietro ad ogni cifra si fa strada una faccia, una storia, un viaggio, una frattura, un'intelligenza, una fuga, un impegno.
- Le storie del post pandemia che abbiamo scelto tra tante possibili e che raccontano la sofferenza psicologica dovuta alla perdita, alla solitudine, all'incertezza sul futuro.

Buona lettura

CHE COS'È IL CNCA

di Massimo Acanfora, Altreconomia

Il Coordinamento Nazionale Comunità di Accoglienza (CNCA) è una storica associazione nazionale di promozione sociale nata negli anni 80 a cui aderiscono 260 enti del terzo settore fra cooperative sociali, associazioni di promozione sociale, associazioni di volontariato, enti religiosi, fondazioni. È presente in tutti i settori del disagio, della tutela, dell'accoglienza, dell'integrazione e dell'inserimento sociale, con l'intento di promuovere diritti di cittadinanza e benessere sociale.

Le organizzazioni che aderiscono al CNCA fanno parte di una rete articolata su due livelli. Un livello regionale, costituito da tutti gli associati in una medesima regione o più regioni limitrofe, che fanno capo a una Federazione regionale, soggetto con una propria personalità giuridica; e un livello nazionale che è rivolto alla totalità degli associati (<https://www.cnca.it/gli-associati>). Il CNCA è presente in 16 regioni d'Italia con una propria federazione.

*Via di Santa Maria Maggiore, 148 - 00184 Roma
Tel. 06 44230403 · 06 4429 2379 · Cell. 348 8017100
segreteria@cnca.it · www.cnca.it*

Il CNCA Lombardia

La Federazione CNCA Lombardia si costituisce formalmente il 31 gennaio 2006. Oggi CNCA Lombardia raggruppa 38 realtà aderenti che operano nel territorio della regione Lombardia, in 12 diverse province della Regione. La Federazione ha come sue principali finalità quelle di:

- incentivare il confronto tra i gruppi aderenti per favorire la coerenza e l'efficacia degli interventi di accoglienza e di promozione posti in atto dagli stessi;

- elaborare i contenuti che le organizzazioni aderenti esprimono in sede di dibattito regionale e locale, sia sugli indirizzi politici, economici e sociali delle istituzioni e degli altri soggetti della comunità, sia sugli aspetti tecnici relativi alle politiche sociali e ai diversi settori di intervento;
- favorire la collaborazione dei propri aderenti al fine di elaborare e attuare progetti comuni ad alto contenuto sperimentale per individuare modelli di intervento e buone prassi da diffondere nel proprio tessuto associativo e nella più ampia comunità locale.

L'orizzonte di riferimento di tale riflessione è la costruzione di "comunità accoglienti", capaci di accompagnare, condividere, sostenere la vita delle persone, in particolare di quelle che più faticano.

Che cosa facciamo

Le attività svolte dalla federazione in questi ultimi anni possono, in modo schematico essere raggruppate in tre categorie:

1. confronto e formazione interna che si esplica in modo principale attraverso il lavoro dei gruppi tematici (Gruppo Dipendenze e Carcere, Gruppo Infanzia, Adolescenza e Famiglie, Gruppo Tratta, Gruppo Accoglienza Migranti, Gruppo Giovani Politiche) composti da aderenti che intervengono nel medesimo settore;
2. presenza culturale e politica nel territorio attraverso la partecipazione ai tavoli istituzionali (Ceal, Forum del Terzo settore, Tavolo di Sistema Terzo Settore) e l'organizzazione di occasioni ed eventi specifici (conferenze e dibattiti su area dipendenza, politiche minorili, politiche di accoglienza...);
3. partecipazione alle attività a carattere nazionale attraverso il lavoro dei delegati lombardi al Consiglio Nazionale, dei referenti lombardi ai Gruppi tematici nazionali (il Cnca Lombardia esprime i referenti nazionali dei gruppi Dipendenze e Carcere, Tratta, Infanzia Adolescenza e Famiglie, Giovani Politiche) e attraverso la partecipazione Commissioni di lavoro ministeriali, all'Osservatorio Infanzia.

*Sede regionale CNCA Lombardia
via Petrarca 146, Sesto San Giovanni (MI)
Presidente: Paolo Cattaneo, 3404530739,
presidenza.lombardia@cnca.it - Segreteria: Rita Ceraolo,
3409835834, segreteria.lombardia@cnca.it*

PRIMA
PARTE:
I DATI

Le organizzazioni

1. Associazione Solidarietà Educativa Odv - Mantova
2. Centro Ambrosiano di Aiuto alla Vita - Milano
3. Cooperativa Sociale A.E.P.E.R. - Bergamo
4. Cooperativa Sociale Arimo - Milano
5. La Sorgente S.C.S. - Montichiari (BS)
6. Cooperativa Sociale Lotta contro l'Emarginazione Sesto San Giovanni (MI)
7. Cooperativa sociale Diapason - Milano
8. Cooperativa Sociale Comunità del Giambellino - Milano
9. Cooperativa Sociale Novo Millennio Monza (MB)
10. Cooperativa Sociale Comin - Milano
11. Istituto Pavoniano Artigianelli Monza (MB)
12. Cooperativa Sociale L'Alternativa - Villa Ticinum - Pavia
13. Associazione Comunità Il Gabbiano Odv - Calolziocorte (LC)
14. Cooperativa Sociale Generazioni Fa - Bergamo
15. Fondazione Somaschi Onlus - Milano
16. Cooperativa Sociale Famiglia Nuova - Lodi
17. Associazione Comunità Nuova Onlus - Milano
18. Cooperativa Sociale Contina - Rosate (MI)
19. Cooperativa Sociale Il Cantiere - Albino (BG)
20. Cooperativa Sociale La Grande Casa - Sesto San Giovanni (MI)
21. Associazione Progetto N Onlus - Milano
22. Cooperativa Sociale Nazareth Impresa Sociale - Cremona
23. Associazione Ce.A.S. Centro Ambrosiano Di Solidarietà - Milano
24. Cooperativa Sociale Il Calabrone Ets - Brescia
25. Cooperativa di Bessimo Onlus Concesio (BS)
26. Cooperativa Sociale Nivalis - Milano
27. Cooperativa Sociale Cosper Società Impresa Sociale - Cremona

28. Consorzio Passepartout Cooperativa Sociale - Milano ¹
29. Cooperativa Sociale La Cascina Onlus - Desenzano del Garda (BS)
30. Cooperativa Sociale Comunita Familiari - Lodi
31. Associazione Promozione Sociale I Tetragonauti Aps - Milano
32. Cooperativa Sociale La Cordata - Milano
33. Fondazione Arché - Milano
34. Fondazione Progetto Arca - Milano
35. Istituto Figli Di Maria Immacolata Opera Pavoniana - Brescia
36. Cooperativa Sociale Fuoriluoghi - Peschiera Borromeo (MI)
37. Cooperativa Equa (nel 2021 Tuttinsieme) - Milano
38. Associazione Micaela Onlus - Torre Boldone (BG)

Nota

1. Nel 2022 Passepartout è uscita da CNCA Lombardia

Le province lombarde di riferimento

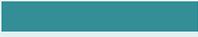
Dal punto di vista territoriale le 39 realtà di CNCA afferiscono in prevalenza al territorio di Milano, ma sono diffuse con i propri servizi in 12 province lombarde.



12 province

La forma giuridica

Le 38 organizzazioni non profit (ONP) che nel 2021 fanno parte di CNCA Lombardia appartengono in grande maggioranza (25) alla categoria delle Cooperative Sociali, regolate dalla legge 381/91 e dal decreto 112/2017 ove siano Impresa Sociale. Sono finalizzate alla realizzazione di servizi alla persona (di tipo A) o all'inserimento lavorativo di soggetti svantaggiati (di tipo B) o possono avere natura mista. Negli altri casi si tratta di enti di natura associative, ovvero di Organizzazioni di Volontariato (OdV) o di Associazioni di promozione sociale (Aps). In tre casi le realtà hanno la natura di Fondazione e in due di Istituti religiosi.

Cooperativa sociale	 25
Associazione	 8
Fondazione	 3
Istituto religioso	 2

Totale: 39

I dati in sintesi



39
realtà



circa 5.000
lavoratori



oltre 2.000
volontari



2.600
soci



950 servizi
(unità di offerta)



17 categorie di
utenti



oltre 81.000
singoli utenti dei servizi



192
comunità



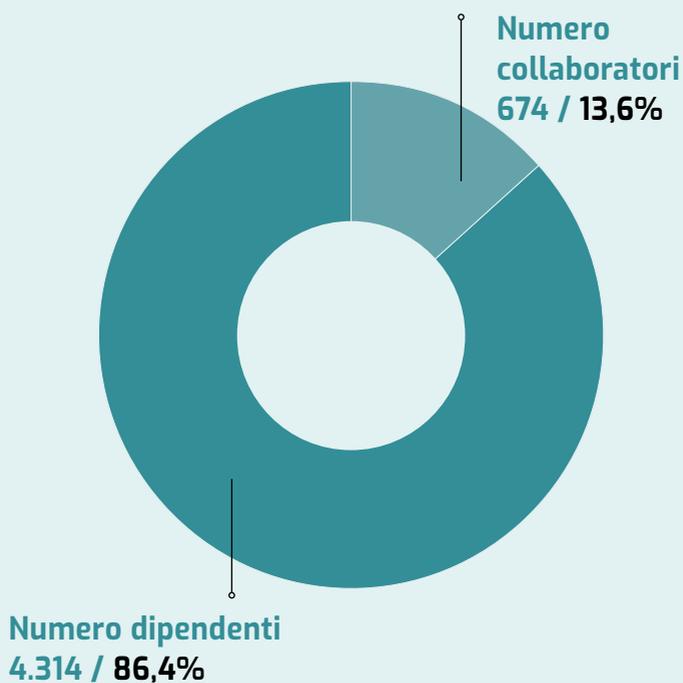
223
appartamenti
e residenze



450
servizi non
residenziali

Il personale

Le realtà del CNCA impiegano 5.000 persone. In grande maggioranza i lavoratori delle cooperative sociali e delle altre realtà aderenti sono dipendenti.



Totale: 4.988

I soci

La governance delle realtà - in particolare quelle cooperative - del CNCA vede la presenza di oltre 2.600 soci, che costituiscono una compagine associativa ricca, assicurando la democraticità dei processi decisionali e la partecipazione dei cittadini all'interno delle imprese sociali.

2.603 soci



**compagine
associativa ricca**

**democraticità
dei processi
decisionali**

**partecipazione
dei cittadini
all'interno delle
imprese sociali**

I volontari

La partecipazione della società civile alle realtà di CNCA Lombardia coinvolge inoltre più di 2.000 volontari, persone che a titolo gratuito supportano le attività di cooperative, associazioni, fondazioni.



2.190
volontari



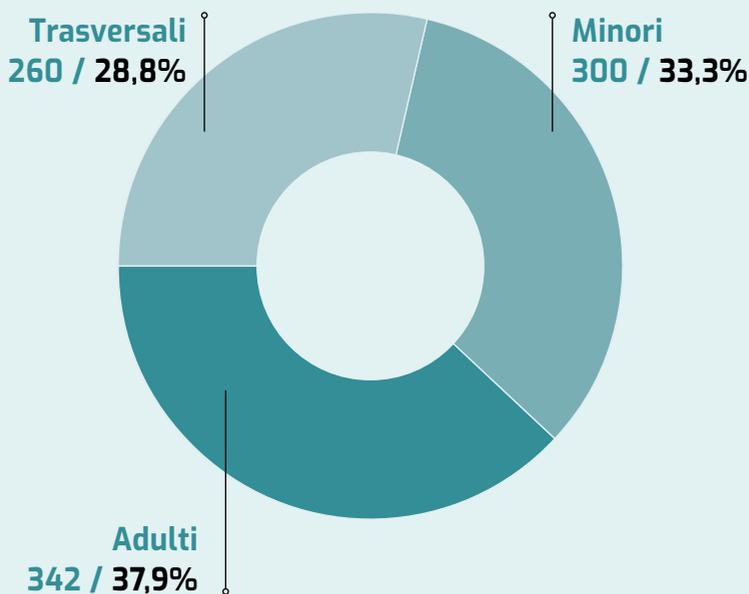
I dati relativi al personale impiegato a vario titolo nelle organizzazioni di appartenenza e nei loro servizi raccontano cose importanti sul non profit lombardo e CNCA.

- 1. la maggioranza dei lavoratori è dipendente e contrattualizzato; un dato che non solo risponde a quanto previsto dalle normative per molte delle nostre organizzazioni, ma che chiarisce il necessario impegno professionale e la competenza specifica del lavoro sociale, oltre a garantire la tutela del diritto al lavoro attraverso l'utilizzo di contratti nazionali ed il coinvolgimento di soggetti svantaggiati nel caso delle cooperative di tipo B.*
- 2. questo dato non sminuisce l'importanza dei volontari, in maggioranza donne, che rappresentano una presenza da mostrare e valorizzare e che ancora una volta anticipa scenari e indica nuove tracce alla società e al mondo delle imprese.*

Servizi per utenti

I servizi offerti da CNCA Lombardia sono stati computati nelle statistiche come "unità di offerta".¹

La rilevazione dei servizi indica che sono quasi equamente divisi tra servizi rivolti agli adulti, in lieve maggioranza, e servizi dedicati ai minori, oltre a una consistente presenza di servizi "misti".



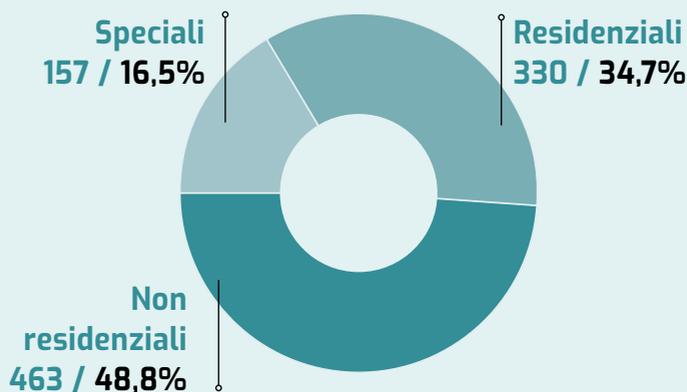
Totale: 902

Nota

1. Le "unità di offerta" possono comprendere più strutture coordinate tra loro (es. un gruppo di appartamenti).

Servizi per tipologia

I servizi offerti da CNCA Lombardia sono divisi in due macroaree, quella dei servizi che prevedono un'accoglienza stabile in un luogo dove si pernotta e gli altri servizi "non residenziali". In questa seconda categoria sono inoltre rilevate alcune progettualità speciali e innovative.



Totale: 950



I dati sui servizi erogati di questa e delle seguenti pagine mostrano la differenziazione degli interventi: dalla strada alla casa, dalla panchina al centro di aggregazione, dal marciapiede all'appartamento protetto. In ogni caso servizi e attività che si mostrano, che chiedono di essere visti e di farsi attraversare dagli sguardi, che chiedono incontro e partecipazione.

Come si vede sono spesso servizi trasversali, senza uno specifico target, perché sempre più di frequente sono interventi che coinvolgono l'intera famiglia, tanto nei percorsi riparativi quanto che in quelli preventivi. A volte si tratta anche di servizi speciali ed innovativi, che trasformano le nostre realtà in "imprese sociali", "cooperative di comunità" o comunque organizzazioni capaci di crescere e trasformarsi nell'incontro con il territorio e con le persone che vi abitano. (pc)

Tipologie dei servizi residenziali

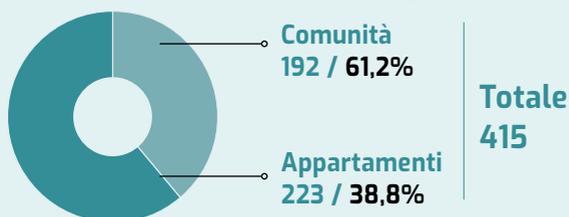
La rilevazione approfondisce poi il dettaglio delle singole *strutture*: nel computo dei servizi residenziali il dato si discosta - di poco - da quello di pagina 22 perché nel calcolo alcuni servizi sono stati accorpati. Per i servizi non residenziali, vedi in dettaglio la pagina successiva.

Residenziali
415 / 48%

Non residenziali
444 / 52%

Totale 859

I servizi residenziali in dettaglio



Comunità

Adulti 80

Minori 70

Misti 42

Totale: 192

Appartamenti

Adulti 101

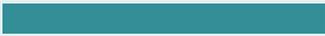
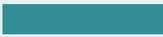
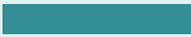
Minori 19

Misti 103

Totale: 223

Tipologie dei servizi non residenziali

I servizi non residenziali in dettaglio¹

<i>Centri Diurni</i>		76
<i>Servizi Affidò</i>		29
<i>Servizi Domiciliari</i>		73
<i>Servizi Di Strada</i>		39
<i>Tutele Minori</i>		37
<i>Servizi per la Genitorialità</i>		35
<i>Sportelli</i>		40
<i>Servizi Specialistici</i>		43
<i>Nidi</i>		27
<i>Altri Servizi</i>		45

Totale: 444¹

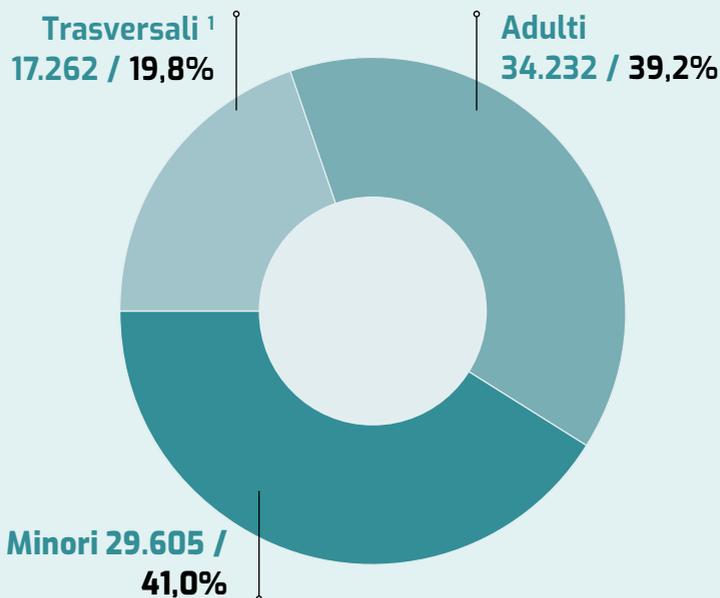
Nota

1. il dato non tiene conto di servizi innovativi, annoverati a parte

Tipologie di utenti

La brutta espressione "utente" identifica le persone che accedono ai servizi o che sono raggiunte dai servizi stessi. Nel 2021 i singoli utenti dei servizi sono stati più di 81.000. ²

Utenti per età



Totale: 81.099

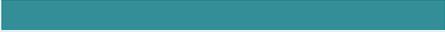
Note

1. ad es. genitore-bambino o nuclei familiari che usufruiscono dei Servizi
2. Il numero è lievemente diverso da quello delle pagine seguenti perché è differente il computo fatto per singola tipologia e in alcuni casi per famiglia.

Utenti divisi per categoria

Sono oltre 77.000 le persone e i nuclei familiari raggiunti dai servizi residenziali e non residenziali di CNCA. La rilevazione li ha divisi in 17 categorie di utenti, che testimoniano l'ampio spettro degli interventi delle realtà di CNCA Lombardia.

Utenti per categoria

Minori		29.585
Giovani		13.263
Famiglie Affidatarie		575
Disabili		2.740
Famiglie in difficoltà		5.877
Anziani		3.113
Donne vittime violenza/tratta		2.224
Psichiatrici		260
Immigrati		3.921
Nomadi		301
Carcerati		1.114
Dipendenti		4.346

Hiv		583
Prostitute	█	926
Trans		273
Cittadinanza generica	██████████	8.140
Multiutenza		128

Totale: 77.387



I dati relativi agli utenti, o meglio, a tutti i beneficiari, alle persone con le quali costruiamo i nostri progetti e i nostri servizi sono forse sottostimati dalla rilevazione.

Sono infatti considerate le categorie raggiunte, ci sono le persone con le quali costruiamo percorsi temporanei e progetti di vita più articolati, ci sono gruppi e soggetti collettivi (le famiglie ad esempio), ma c'è tutto un mondo intorno a noi che non viene rappresentato in questa statistica: si tratta di centinaia e a volte migliaia di persone che partecipano agli eventi sociali di CNCA Lombardia, alle proposte culturali, agli spettacoli musicali e teatrali, alle feste di quartiere. Ci sono i clienti dei nostri circoli, dei nostri servizi di ristorazione, delle nostre produzioni agricole e vitivinicole; le famiglie sempre più numerose che incontriamo negli hub alimentari. Ci sono le reti territoriali di associazioni, cooperative di abitanti, parrocchie, comitati di quartiere, gli amici di chi aiutiamo direttamente. Tutti mondi diversi, così lontani ma così vicini a cui raccontiamo il nostro mondo possibile di cura, di attenzione, di vicinanza. (pc)



“L'arte da imparare in questa vita non è quella di essere invincibili e perfetti, ma quella di saper essere come si è, invincibilmente fragili e imperfetti”.

Alessandro D'Avenia

SECONDA
PARTE:

**LA
FRAGILITÀ
PSICOLOGICA**

PREMESSA

GLI ANNI DELLA SOFFERENZA PSICOLOGICA

La fragilità psicologica nella crisi

Questa seconda parte del Dossier racconta il lavoro delle realtà del CNCA Lombardia su un tema importante: la fragilità psicologica nel periodo pandemico e post pandemico, nel 2021.

La pandemia di Covid-19 - lo dicono un'infinità di studi e ricerche ma lo possiamo toccare con mano- ha determinato effetti a breve e a lungo termine sulla salute mentale. Sono molti e diversi gli effetti psicologici che la pandemia ha generato e continuerà a generare, in particolare sui giovani e sulle persone psicologicamente più fragili o più esposte alla crisi economica conseguente all'emergenza sanitaria, esacerbata oggi dalla guerra e dalle manifestazioni del cambiamento climatico.

Ad esempio, uno studio Dipartimento di Scienze Biomediche di Humanities University, certifica che la pandemia di Covid-19 ha impattato in maniera significativa sulla sfera psicologica ed emozionale degli individui. Il 21% degli intervistati ha notato un peggioramento nei rapporti con il partner e il 13% con i propri figli. Inoltre, il 50% del campione ha rivelato di aver subito un incremento della fatica percepita durante lo svolgimento di attività lavorative e il 70% degli studenti ha invece dichiarato un sensibile calo della concentrazione nello studio.

Il 14% degli intervistati ha dichiarato di aver iniziato - durante il periodo pandemico -ad assumere ansiolitici o sonniferi e il 10% ha fatto ricorso ad antidepressivi, mentre chi invece già faceva uso di questi farmaci prima della pandemia ha dovuto ricorrere a un incremento di dosaggio (19%). Inoltre, «il 21% ha riportato sintomi ansiosi clinicamente significativi e interferenti sulle proprie attività quotidiane, mentre il 10% ha avuto almeno un attacco di panico nel mese precedente la compilazione, senza mai averlo avuto prima nella vita.

Il 20% inoltre ha riportato sintomi clinicamente significativi di disturbo post-traumatico da stress (PTSD) in relazione a esperienze legate alla pandemia, mentre il 28% ha lamentato sintomi ossessivo-compulsivi disturbanti e interferenti con il proprio funzionamento quotidiano»,

Se queste sono le conseguenze su un campione di persone comuni, possiamo immaginare l'impatto su persone già fragili o svantaggiate. Il Dipartimento di Salute Pubblica dell'Istituto Mario Negri, ha voluto verificare attraverso una raccolta dettagliata di informazioni la risposta degli italiani al periodo di quarantena, utilizzando il Covid-19 Peritraumatic Distress Index (CPDI), un test validato in Italia e in altre nazioni. I dati analizzati hanno definito un preciso identikit delle persone più colpite da stress causato dal Covid-19. L'intensità dello stress psicologico è maggiore nel caso di:

- donne
 - basso livello di istruzione
 - problemi di salute
 - disoccupati
 - abitanti in case con meno di 2 camere
- e altri "fragili", come i giovani.

Altre ricerche (Ordine degli psicologi del Piemonte) specificano infatti che a patire è stata soprattutto la popolazione dei giovani adulti, particolarmente nella fascia tra gli 11 e i 17 anni. Negli ultimi dieci anni è aumentato anche il numero di persone che soffrono di ansia climatica, fenomeno che riguarda ormai più di 284 milioni di persone, secondo l'Università di Washington.

Le conseguenze "diseguali" sono confermate da altre ricerche.

"La pandemia ha comportato fin da subito un inasprimento delle disparità già esistenti, con maggiore incidenza ed esiti della malattia nelle fasce più deboli - dichiarano Massimo di Giannantonio ed Enrico Zanada, copresidenti della Società Italiana di Psichiatria - le disegualianze generate dal Covid hanno avuto riflessi anche sulla salute mentale, aumentando il disagio psichico soprattutto tra le fasce più fragili della popolazione, con minor accesso alle cure e ai servizi". (https://www.ansa.it/canale_saluteebenessere/notizie/sanita/2021/10/08/crisi-della-salute-mentale-ondata-di-disagio-da-pandemia_cdf3c6f0-6403-435e-8559-6af24b62e0fd.html).

Le prime stime mondiali riportate su Lancet riferiscono di 53 milioni di casi in più di depressione maggiore (+28%) e 76 milioni di casi in più di disturbi d'ansia (+26%) nel 2020 direttamente collegati alla pandemia. La stessa Organizzazione Mondiale della Sanità ha infine stabilito che il Covid-19 ha aumentato del 25% i casi di ansia e depressione. L'ultimo studio "Global Burden of Disease" mostra che la pandemia ha influenzato la salute mentale dei giovani, che rischiano in modo sproporzionato di sviluppare comportamenti suicidi e autolesionistici. Indica anche che le donne sono state colpite più gravemente degli uomini e che le persone con problemi di salute preesistenti hanno più probabilità di sviluppare sintomi di disturbi mentali.

Non è un caso che - dopo una lunga attesa - sia stato approvato il "Contributo per sostenere le spese relative a sessioni di psicoterapia", il cd "bonus psicologo" che prevede l'erogazione di voucher ai cittadini (con tetto max di 600 euro e reddito Isee inferiore a 50 mila euro), per l'accesso ai liberi professionisti. Il presidente dell'Ordine degli psicologi ha chiosato: «Il 31% degli italiani ha sintomi depressivi, lo psicologo non è un lusso»
(ma)

*"Desti a me quest'anima
divina e poi la imprigionasti
in un corpo debole e fragile,
com'è triste viverci dentro".*

Michelangelo Buonarroti



LE STORIE

FONDAZIONE ARCHÉ

Per ricominciare c'è bisogno di un ConTeSto

Arché, nata nel 1991 a Milano, accompagna i bambini e le famiglie vulnerabili nella costruzione dell'autonomia sociale, abitativa e lavorativa offrendo servizi di supporto e cura.

"Mi dicono che sono in quarantena dalla vita e non so come uscirne". Giorgia è entrata, si è seduta e poi, evitando con un misto di vergogna e dolore lo sguardo dell'operatrice di Arché, ha pronunciato queste parole. Le ha buttate sul tavolo come pietre: erano il suo grido di allarme, la sua inequivocabile richiesta di aiuto. Sua e di tutte quelle persone che dalla pandemia sono uscite vive, ma malate dentro. Malate di quel dolore dell'animo che le chiusure imposte dal Covid hanno esacerbato e fatto emergere chiaramente.

Un disagio psichico diffuso a cui Fondazione Arché ha cercato di dare risposta, mettendo in campo la professionalità dei suoi operatori e operatrici. Da oltre un anno, infatti, è attivo il nuovo progetto ConTeSto che vuole essere "uno spazio di presenza da vivere insieme – *con te sto* –, un punto fermo sul territorio – *contesto* – dove poter mettere mano alla propria vita e ai propri vissuti in una presa in carico leggera, ma non per questo superficiale", come spiega la psicoterapeuta Elena Giovanardi che accoglie gli utenti presso i locali del CAM di Quarto Oggiaro in Via Lessona 20.

Da maggio 2021 qui sono passate persone di ogni estrazione e di ogni provenienza, ma accomunate da una condivisa difficoltà a stare bene e a sentirsi bene all'interno della società e con se stesse.

C'è chi ha introiettato la condizione della quarantena nella propria quotidianità, c'è chi ha ancora difficoltà a riprendere i ritmi di prima, c'è anche chi ha perso il lavoro e ha visto aggiungersi alle difficoltà economiche quelle psicologiche e relazionali.

A un anno dal suo avvio, sono state ben 78 le persone prese in carico gratuitamente dai professionisti del progetto ConTeSto: le più giovani

avevano tredici anni, mentre il più anziano ne aveva settantotto. La gran parte viene dal quartiere di Quarto Oggiaro, ma non solo, a testimonianza di un disagio mentale diffuso a prescindere da età e luogo di provenienza.

Commenta la dottoressa Giovanardi: "L'assenza di vincoli legati ad un limitato numero di sedute o a un investimento economico ha in sé un valore politico: il promuovere un'idea di uomo capace di prendere in mano la propria vita indipendentemente dal contesto socioeconomico in cui vive o dalla propria storia".

In effetti la gratuità del servizio ne ha favorito l'attrattività tra le persone, come puntualizza lo psicologo Tommaso Magatti: ciò "ha permesso di intercettare una ampia porzione di popolazione che, non solo per questioni economiche, difficilmente si sarebbe rivolta a uno psicologo. Infatti nel modo di pensare comune l'idea di intraprendere un lavoro psicologico su di sé non è una priorità; al contrario si ricorre all'aiuto di un professionista solo quando la gravità e dei sintomi o dei problemi diviene insopportabile. Lo sportello di Arché permette invece di affacciarsi più liberamente a questa possibilità". E le persone, numeri alla mano, questa possibilità non se la sono fatta scappare.



“È il privilegio della prima giovinezza di vivere in anticipo sui propri giorni, in quella bella continuità di una speranza che non conosce né pause né introspezione. Ci si chiude alle spalle il piccolo cancello della fanciullezza e si entra in un giardino incantato, dove anche le ombre splendono di promesse e ogni svolta del sentiero ha una sua seduzione”.

Joseph Conrad

COOPERATIVA IL CALABRONE

Per dare un nome alle cose vissute

Il Calabrone è una Cooperativa Sociale nata a Brescia nel 1981 grazie all'iniziativa di un gruppo di persone sensibili ai problemi del disagio e della emarginazione giovanile.

Altro che "sdraiati", apatici e lazzaroni, gli adolescenti post Covid sono confusi e smarriti, hanno paura, anche se il loro grido d'aiuto, spesso, non si sente. Gli "under venti", dopo due anni di "clausura domestica" non sono impazienti di riabbracciare il mondo della socialità, ma titubanti e ansiosi, e "urlano" un disagio che gli adulti iniziano a percepire. Del resto, i numeri parlano da soli: basta contare gli accessi e i ricoveri negli ospedali delle diverse città italiane, gli atti di autolesionismo, i quotidiani attacchi di panico registrati nelle scuole della Penisola e il quadro rifletterà il malessere generalizzato che lambisce ogni categoria. Un disagio che travalica ogni fascia sociale e colpisce anche i giovani con le spalle coperte da famiglie più attrezzate sia a livello economico che culturale.

Nella maggior parte dei casi non si assiste ad un disagio da "codice rosso", ma lo stare male assume contorni che si confondono o si mimetizzano con i tratti tipici dell'adolescenza. Ad esempio, il ritiro sociale, la paura del confronto, il rifiuto delle novità e il ripiegamento su se stessi sono anche caratteristiche fisiologiche dell'età che porta alla ricerca della propria identità, ma non per questo è tutto "normale". Anzi, questo "dolore giovanile contemporaneo" diventa senza contorni e con molte sfumature che sconfinano in situazioni, comunque, da prendere in carico.

La storia di Alessia che raccontiamo qui non fa eccezione e s'inserisce nel solco dei vissuti di tanti altri coetanei. Sedici anni, appassionata di karatè, con tanti amici e tanta voglia di vivere, Alessia ad un certo punto, dopo due anni di ritiro forzato a causa della pandemia, decide di proseguire a vivere la propria socialità solo "online". Non esce di casa con le amiche, lascia lo sport praticato da anni, rifiuta le possibilità di

autonomia offerte dai genitori e, di fronte a questi ultimi confusi e preoccupati, ribadisce che "è tutto normale, ormai si fa così".

La tecnologia diventa la sola chiave di volta e il cellulare l'unico ponte con il mondo. La mamma non è proprio sicura che sia solo questione di tempi o di una modernità incomprensibile per gli adulti, quindi sollecita Alessia ad uscire dalla propria *comfort zone*, anche se la figlia ribadisce il proprio disinteresse alle proposte dei genitori e li rassicura sulla sua serenità. Eppure la mamma di Alessia avverte quel grido silenzioso che accomuna molti adolescenti alle prese con un passaggio delicato della propria vita, un percorso dove le diverse esperienze sono fondamentali, ma anche fonte di ansia, un tratto di cammino dove "nascondersi" diventa la soluzione migliore per vincere il giudizio dei pari.

Gli anni appena trascorsi ci stanno costringendo a modificare la nostra quotidianità, a re-inventare il modo di stare al mondo. Anche Alessia, come tutti gli adolescenti, sta affrontando la fatica di dare un nome a quanto vissuto. Un compito particolarmente complicato per chi già sta imparando a "spiccare il volo". Come adulti possiamo farci carico della responsabilità della relazione, accogliere domande, fatiche e intuizioni. In poche parole accompagnarli a muoversi, insieme a noi, in questo nuovo mondo.

Ecco in video due risposte della cooperativa Il Calabrone riflettono sulla condizione di smarrimento di tanti ragazzi.

VIDEO 1

DA DOVE NASCE IL DISAGIO PSICOLOGICO

Smettiamo di dare la colpa alla pandemia. Il disagio dei ragazzi è il portato di un mondo in cui regna l'incertezza. Forse ci vuole un "maestro".

Link <https://ilcalabrone.org/da-dove-nasce-il-disagio-psicologico>

VIDEO 2

IL LABORATORIO DIXIMUS

La scrittura come terapia per i ragazzi che fanno fatica ad esistere, la rivista "Diximus".

Link <https://ilcalabrone.org/diximus-la-parola-ai-giovani>

COMUNITÀ NUOVA

Tagliati fuori: perché il Covid ha esacerbato le disparità

Comunità Nuova è una storica associazione presieduta da don Gino Rigoldi, cappellano dell'Istituto penale per minorenni "Cesare Beccaria" di Milano che dal 1973 opera nel campo del disagio e della promozione delle risorse dei più giovani.

Il grande impatto della pandemia Covid-19 sulla nostra associazione ha avuto a che fare con la doppia responsabilità con cui fanno i conti operatori e operatrici: se da un lato si è cercato di mitigare la fatica degli ospiti e delle ospiti delle nostre comunità, dall'altro si avvertiva la necessità di alleggerire anche il vissuto delle équipes di lavoro in una situazione di emergenza mai conosciuta prima per riuscire a rispondere ai nuovi bisogni emersi. La responsabilità verso le persone che incontriamo e la responsabilità verso noi stessi si sono intersecate con delle conseguenze importanti sui gruppi di lavoro.

Gli utenti dei nostri servizi residenziali hanno dovuto fare i conti con chiusure che li hanno "tagliati fuori".

I bambini e le bambine della nostra comunità per minori, ad esempio, hanno dovuto rinunciare agli incontri con i genitori: lo spazio neutro è stato sospeso. Le restrizioni subite dai piccoli ospiti sono state maggiori dei loro compagni di classe e amici che hanno vissuto le chiusure nei loro contesti famigliari. Per i minori che vivono con regole ben definite, come succede appunto a chi vive in comunità, il Covid ha ri-segnato le differenze profonde delle loro vite rispetto a quelle degli altri.

I ragazzi della nostra comunità per persone con problemi di dipendenza si sono sentiti tagliati fuori: per loro la pandemia ha significato non poter incontrare famigliari e figli, appuntamenti fondamentali nel loro percorso di autonomia. Il percorso della comunità prevede una fase introspettiva, molto concentrata sull'interno, e una seconda fase in cui l'apertura verso l'esterno, l'incontro con gli altri segna un'evoluzione del nuovo progetto di vita. Rinunciare a questo ha significato rallentare le tappe della crescita: per loro è stato come stare chiusi in una bolla dove

il tempo si era fermato, in attesa che le cose cambiassero fuori. Nei servizi non residenziali, come il nostro centro diurno, le attività sono state ridimensionate: l'accesso era contingentato, il gruppo di ospiti più piccolo e il tempo a disposizione più grande. Se questo ha permesso l'instaurarsi di rapporti privilegiati, riprendere poi i normali ritmi di lavoro è stato difficile per gli ospiti e per le équipe.

In una situazione di questo tipo l'impatto sulla nostra organizzazione è stato importante: tutto andava impostato in modo diverso.

La semplice organizzazione dei turni si è rivelata molto complicata a causa della gestione delle quarantene: bastava che fosse positivo il familiare di un educatore o una educatrice per mettere in crisi il sistema. Abbiamo constatato la fragilità dei nostri sistemi, ma la "disponibilità" è stato il fattore chiave che ci ha permesso di affrontare la situazione.

Le persone della nostra associazione non si sono concentrate su loro stesse, hanno condiviso la responsabilità dei servizi, avendo chiaro l'obiettivo del dover continuare a offrire aiuto a chi ne ha più bisogno.

Hanno affrontato la precarietà e la sospensione della vita, i continui cambiamenti e riorganizzazioni con grande plasticità, sostituendo i colleghi malati o in quarantena, ma anche, semplicemente, andando al supermercato a fare la spesa per le comunità.

Operatori e operatrici hanno dato tempo, energie e supporto anche per servizi nei quali non lavoravano. Hanno saputo valorizzare molto il lavoro dei colleghi dei servizi residenziali, riconoscendone il valore e mostrando grande disponibilità e generosità a supportarli.

Oggi poi, con la vera riapertura, anche se in alcuni casi si è rivelato più difficile abbandonare il nuovo ritmo, tutti noi abbiamo manifestato un grande desiderio di socialità e di relazione, che è ciò che poi da sempre ci contraddistingue.

COOPERATIVA BESSIMO

Nelle immagini, la capacità di “resilienza”

La Cooperativa di Bessimo opera dal 1976 prevalentemente nel campo del recupero e reinserimento di soggetti tossicodipendenti.

«La capacità di resilienza»: questo il titolo che vorrei declinare ripensando a tutti gli avvenimenti accaduti da marzo 2020 ad oggi. Capacità che hanno sviluppato utenti e operatori dei servizi residenziali e territoriali. L'iniziale paura di non sapere cosa fare, come organizzare le attività, come gestire i servizi e nello stesso tempo proteggere i colleghi, le persone che vi afferiscono. Ascoltare i loro timori e non essere in grado di dare risposte esaustive, sentirsi soli e impotenti davanti alle incertezze.

La sofferenza e il disagio si percepivano, anche da lontano, da remoto... Poi gradualmente si sono adeguati gli strumenti, si sono coltivate relazioni a distanza – fisica, non empatica – e ogni operatore si è reinventato “costruttore” di nuovi metodi e ogni utente si è affidato e fidato.

Le chiusure, la lontananza dagli affetti hanno forse aumentato in un primo momento l'isolamento e la solitudine ma ci si è fatti carico anche di questi vissuti. Si sono rivisti gli spazi e gli orari lavorativi, si sono appresi nuovi comportamenti, nuovi linguaggi e si è cercato di costruire un sistema di lavoro tutelante per tutti: dalla sorveglianza sanitaria a percorsi di formazione costante. Piano piano ognuno ha preso consapevolezza delle proprie paure e ha dato spazio e spinta a quella capacità che ci consente di dotarci di ammortizzatori per affrontare i cambiamenti.

Gli impatti di questi due anni di pandemia li raccoglieremo ma con maggiore consapevolezza e più strumenti. Ogni singola persona, a modo suo, ha affrontato questi lunghi mesi, ha risposto ai cambiamenti riscoprendo anche l'importanza dell'aiuto e sostegno degli altri, ognuno con le specifiche competenze. Grazie...a tutti!

Elena Ciusani

Vicepresidente Cooperativa di Bessimo ONLUS

Responsabile Procedure di Prevenzione Infezioni da SARS-COV-2



Queste foto ripercorrono la paura, le nuove disposizioni, le mascherine, il distanziamento, i momenti meno belli ma anche quelli belli, felici e tutto ciò che – nonostante tutto – abbiamo sempre continuato a fare e raccontare.





Comunità di Molino

Per una panoramica completa e alcuni video è possibile seguire questi link:
<https://bessimo.it/emergenza-coronavirus-la-nostra-esperienza/>
<https://bessimo.it/unannodicoronavirus/>
<https://bessimo.it/il-2020-in-un-video/>



Adolescenti nel mezzo. La comunità potenziata

Deborah Radice è educatrice e coordinatrice di Arcobaleno, comunità per adolescenti de La Grande Casa scs. Dall'intreccio tra il suo lavoro e il suo percorso di studi, nasce la tesi "La comunità potenziata. Per un'integrazione possibile tra bisogni educativi e sanitari in adolescenza". Un breve estratto.

Il disagio psico-emotivo tra bambini e adolescenti è in costante aumento e gli effetti della pandemia da Covid-19 sono e saranno visibili proprio sulla salute mentale dei più fragili, andando a peggiorare uno scenario già preoccupante. Negli ultimi anni si sta registrando, infatti, una netta tendenza all'aumento di adolescenti e preadolescenti collocati in comunità terapeutiche.

Esiste poi un'ampia fascia di giovani per i quali si deve faticosamente scegliere tra il collocamento in comunità terapeutica o educativa, pur restando convinti che nessuna delle due sia il luogo più "appropriato" per i loro bisogni. Gli ultimi dieci anni (almeno) sono stati caratterizzati dalla percezione di una progressiva "irruzione" delle psicopatologie all'interno delle comunità educative ma in Lombardia non esiste ancora un servizio pensato per accogliere chi presenta queste caratteristiche. La sensazione degli educatori che lavorano al loro interno è quella di dover andare oltre al limite della flessibilità degli strumenti educativi per potersi occupare di questi giovani, correndo il rischio di portare il dispositivo a non essere più efficace o addirittura a implodere.

Negli ultimi anni infatti, è stata soprattutto la comunità educativa, rispetto agli altri servizi minorili, a essere sollecitata dall'invio di giovani che presentano un importante "corredo" di sintomi di natura psichica. Gli operatori, nel tempo, hanno imparato a comprendere la domanda di aiuto di questi ragazzi ma, di fatto, non riescono a essere realmente di sostegno quando l'insorgenza di un disturbo psichiatrico si fa preponderante e la presenza di questi ragazzi all'interno della comunità può mettere in grande affanno la struttura e gli altri ospiti.

Il disturbo psichico, il cui esordio si colloca nell'età adolescenziale, richiede infatti la predisposizione di un ventaglio di risorse che devono tenere conto dell'integrazione tra il mondo sociale e il mondo sanitario.

Le nuove forme di disagio adolescenziale nascono e si nutrono, infatti, delle trasformazioni sociali che sono sempre anche trasformazioni del modo di intendere, studiare, classificare e gestire il confine fluido tra disagio e benessere, tra salute e sofferenza, normalità e devianza. Il confine tra salute e malattia, apparentemente reso netto e definito dai criteri diagnostici, in realtà è continuamente oggetto di rinegoziazioni e revisioni e, pertanto, non può esserci neppure una distinzione netta tra comunità educativa e terapeutica.

In Lombardia, da alcuni anni, è prevista la possibilità per gli enti inviati di accedere ad una quota di integrazione sanitaria nel momento in cui sono presenti dei bisogni sanitari in bambini e adolescenti accolti nelle comunità socio-educative. Esistono, infatti, dei fondi regionali, previsti dalla DGR 7600/17, che lo permettono, ma vi sono difficoltà nell'accesso da parte dei Servizi sociali a questi fondi che rendono oggi assolutamente minoritaria la quota di comunità che sono riuscite a completare l'iter per richiederne l'attivazione.

La realizzazione, in Regione Lombardia, di comunità intermedie tra quella terapeutica e quella prettamente educativa potrebbe favorire la realizzazione concreta di un lavoro multidisciplinare che rappresenta un passo in avanti che occorre, nel post pandemia più che mai, avere l'audacia di compiere.

È per questi motivi che all'interno della nostra cooperativa si è costituito a partire dal 2019 un tavolo di lavoro sulla realizzazione di comunità "potenziate" e, a partire dal lavoro di progettazione di questa *équipe* e dalla collaborazione con la UONPIA del Policlinico di Milano, si sta sperimentando un nuovo modello organizzativo capace di mettere in rete diverse categorie di professionisti (operatori sociali, psicologi, educatori, neuropsichiatri infantili, ecc.) e che si propone di utilizzare strumenti orientati a valutare, documentare e narrare il cambiamento, le trasformazioni che i minorenni vengono incoraggiati a compiere nel loro percorso, a narrare storie di trasformazioni piuttosto che a formulare diagnosi, a metter in luce dinamiche evolutive, piuttosto che a scattare istantanee, che troppo spesso degenerano in pericolose quanto superficiali etichette.

Il 31 gennaio 2022 la comunità Arcobaleno ha accolto la prima ragazza in formula "potenziata". Giulia, in carico alla UONPIA del Policlinico di Milano dal 2019, a seguito della valutazione clinica, presenta disturbi

evolutive delle abilità scolastiche, competenze cognitive non adeguate all'età, storia di maltrattamenti subiti durante l'infanzia e problemi legati all'adattamento al contesto comunitario. Precedentemente accolta presso altre comunità educative, Giulia è stata dimessa dall'ultima a seguito di un'escalation di malessere, atteggiamenti sfidanti e aggressivi verso educatori e altri ragazzi della comunità e alcuni accessi al pronto soccorso, fino a un episodio di piromania. Presso la comunità Arcobaleno Giulia ha avuto la possibilità di riprendere con gradualità e continuità i rapporti con la famiglia d'origine, proseguire con il supporto psicologico e il monitoraggio della terapia farmacologica presso la UONPIA e partecipare a percorsi laboratoriali ludico-terapeutici.

La presenza di un proficuo e assiduo lavoro di rete e di una psicologa all'interno dell'équipe educativa, grazie all'integrazione della quota sanitaria, ha permesso alla ragazza e all'équipe stessa di risignificare molti dei suoi agiti, accompagnando Giulia nella *descalation* nei rari momenti di attivazione che si sono presentati.

Anche se è ancora presto per valutare gli esiti di questa prima esperienza, Giulia sembra essersi ben inserita in comunità, dove sta instaurando relazioni molto positive con le altre ragazze accolte, con gli educatori e sul territorio. Gli agiti provocatori e aggressivi e il malessere della ragazza sembrano essere in regressione. (...)

La speranza è che quella di Giulia possa essere solo la prima di numerose accoglienze davvero misurate sul bisogno che ciascun ragazzo o ragazza porta.



COOPERATIVA LOTTA CONTRO L'EMARGINAZIONE

aMlcittà per una comunità accogliente e inclusiva

La Cooperativa Lotta contro l'Emarginazione nasce da un'istanza di impegno civile di cittadini e cittadine del quartiere Parpaglia di Sesto San Giovanni. Dal 1980 progetta e gestisce interventi sociali innovativi e servizi di accoglienza e cura rivolte a persone con disabilità e con disagio mentale, adolescenti e giovani, adulti in difficoltà, tossicodipendenti, alcodipendenti, stranieri e vittime della tratta, donne vittime di maltrattamento.

aMlcittà, di cui Cooperativa Lotta contro l'Emarginazione è stata capofila, è un progetto di Fondazione Cariplo realizzato nel triennio 2019-2021, rivolto al bacino territoriale del Dipartimento di Salute Mentale dell'ASST Grande Ospedale Metropolitano di Niguarda. Aveva l'obiettivo di promuovere lo sviluppo di una comunità accogliente e inclusiva, affiancando le persone con disagio psichico nel costruire il proprio progetto di vita e nell'essere una risorsa per gli altri.

In aMlcittà è stato sperimentato il Budget di salute di comunità (BDS), un progetto riabilitativo individualizzato rivolto a persone con disagio psichico, spesso discriminate dal mercato immobiliare, del lavoro e dai contesti socio-culturali, che interviene con strategie elastiche e innovative, in una logica di superamento delle rigidità e dei modelli prestabiliti. In questo percorso i beneficiari sono stati supportati dagli Esperti in Supporto tra Pari (ESP), persone che hanno vissuto l'esperienza del disagio mentale e che ora sono in grado di mettere le proprie capacità e competenze a disposizione di chi ha maggiore bisogno di aiuto.

All'interno del progetto, con l'obiettivo di sensibilizzare la cittadinanza al tema della salute mentale, nel 2019 sono stati realizzati diversi laboratori in 14 classi dell'Istituto Russell di Milano – la scuola più vicina a Niguarda - in cui gli educatori e gli ESP hanno raccontato la loro storia.

Il lavoro con gli studenti aveva due obiettivi: informare i giovani sul tema della salute mentale perché diventassero agenti di cambiamento e trovare volontari giovani a supporto delle attività di sensibilizzazione del territorio. Era molto forte la visione che i giovani potessero farsi da portavoce di un'idea di salute mentale culturalmente diversa.

Tutto questo, però, succedeva prima della pandemia.

Il lockdown e la DAD hanno stravolto la quotidianità dei giovani: l'epidemia ha cancellato punti di riferimento importanti per loro, costringendoli a stare rinchiusi in casa - in situazioni abitative spesso complesse sia dal punto di vista degli spazi ambientali che delle relazioni familiari - proprio nella fase della vita in cui dovrebbero conquistare indipendenza. Con l'emergenza legata al COVID-19, il numero degli adolescenti che ha iniziato a manifestare segnali di disagio mentale è aumentato in maniera esponenziale. Nel 2021, tornando a scuola per un confronto con la coordinatrice del PCTO che aveva seguito fin dall'inizio questa parte del progetto, si è cercato di capire se e come riproporre l'esperienza della prima annualità. È emerso immediatamente un grido di aiuto: "i ragazzi stanno malissimo, che cosa potete fare per noi?"

Si sono pertanto realizzati una serie di incontri online, con cadenza settimanale, all'interno del percorso di PCTO (Percorsi per le Competenze Trasversali e l'Orientamento) illustrando il format esperienziale "Trova la via... oltre la Pandemia". Si tratta di un percorso esperienziale rivolto alla cittadinanza, sui disturbi derivanti dal lockdown e con l'obiettivo di sensibilizzare sul tema della salute mentale. Agli incontri era presente anche un ESP che oltre a spiegare il senso del format, raccontava le tappe del suo percorso di vita, dalla caduta alla lunga e faticosa ripresa. È stato molto importante che i ragazzi abbiano conosciuto il progetto dalle voci degli esperti per esperienza e che abbiano potuto utilizzare questi momenti per mettersi in gioco ed elaborare il loro vissuto. I ragazzi hanno così trovato uno spazio dove poter raccontare le loro esperienze, le loro fatiche, i loro disagi, anche perché gli ESP hanno favorito il loro coinvolgimento in un clima di assenza di giudizio. La consapevolezza più importante è stata quella di capire che la loro non era una sofferenza individuale, ma una cosa successa a una comunità più ampia: quello che era mancato era il senso di una rielaborazione collettiva.

Si è quindi pensato di attivare un percorso di co-progettazione della versione "young" del percorso "Trova la via... oltre la Pandemia" già sperimentato con gli adulti in precedenza. L'idea originaria era nata dalla consapevolezza che le persone stavano sperimentando un momento di particolare stress e fragilità e avevano bisogno di azioni concrete da mettere in campo per contenere ansie e paure. Così è stato pensato un percorso in cui gli ESP accoglievano le persone nel CPS di Niguarda e

facevano loro esperire sei tappe in un percorso. Ad esempio "l'incubo" era rappresentato da una stanza buia con ragnatele e musiche inquietanti: all'uscita un'operatrice spiegava come ristabilire il benessere notturno. Gli studenti si sono entusiasmati all'idea di progettare una versione young del percorso e di parlare di salute mentale agli adulti e ai coetanei utilizzando il loro linguaggio. Insieme agli ESP e agli educatori sono stati avviati i laboratori e in seguito gli studenti sono andati a visitare il Centro Psicosociale di Via Cherasco e hanno organizzato la loro versione del percorso di "Trova la via... oltre la Pandemia-Young", portando molte idee fresche (ad esempio narrando il malessere attraverso i meme Instagram o Tik Tok) e muovendosi in maniera autonoma.

Un resoconto fotografico dell'iniziativa è qui: www.facebook.com/media/set/?vanity=progetto.aMlcitta&set=a.1934442730075849









FONDAZIONE SOMASCHI

“La forza, fragile, di una farfalla”. Un video su IG

La Fondazione Somaschi, da oltre 500 anni, sull'esempio di San Girolamo Emiliani, offre accoglienza e aiuto alle persone più vulnerabili. Ai Padri Somaschi si sono aggiunti, nel tempo, educatori e volontari e nel 2011 è nata Fondazione Somaschi.

Il progetto visivo di Fondazione Somaschi - disponibile sulla pagina di Instagram - si intitola **“La forza, fragile, di una farfalla”**.

Ecco come viene presentato:

Guardare da vicino la sofferenza dell'altro ma anche la propria è un atto di estremo coraggio e forza.

La sofferenza non è il dolore fisico mentale collegato a un avvenimento nelle nostre vite, bensì le emozioni e le modalità di pensiero che mettiamo in atto.

È profonda e spesso incontrollabile, talvolta così dura che da soli non è possibile venirne fuori.

Ascolta, accogli e abbraccia e non allontanare chi ha bisogno.

Ecco il [link](https://www.instagram.com/p/CjPc2coq5U-/) al reel di Instagram disponibile sulla pagina [fondazione_somaschi](https://www.instagram.com/fondazione_somaschi/): www.instagram.com/p/CjPc2coq5U-/

COOPERATIVA ARIMO

FERMARSI, DARSI OBIETTIVI, RIPRENDERSI GLI SPAZI

Arimo è una cooperativa sociale fondata nel 2003. Accoglie e accompagna verso l'autonomia lavorativa, abitativa, relazionale, emotiva, adolescenti in difficoltà. Gestisce comunità e appartamenti educativi per neomaggiorenni e per genitori e figli, realizza percorsi per l'inserimento lavorativo e attività di consulenza e formazione pedagogica.

Le sue attività sono tutte ispirate dal proposito di rompere il cerchio di un destino già scritto da contesti sociali emarginanti o da esperienze di fallimento e sopruso, per ristabilire diritti e per promuovere nei giovani il senso di responsabilità verso se stessi e verso la comunità.

Luca Natili, autore del testo, è responsabile della comunità Casa di Camillo. Il racconto, in forma narrativa, inizia qui.

Verifica di messa alla prova.

Appuntamento con il giudice onorario.

Modalità online.

Fissata alle Ore 14. 4 maggio.

Sono sdraiato sul letto, le tapparelle abbassate. Sono le 12, non mi presenterò a tavola per il pranzo.

Sono angosciato, sono triste, oppure?

Il dottore mi chiede spesso di definire meglio come stia, può aiutare ad affrontare le emozioni, dice.

Lo vedo solo online da settimane, per il lockdown.

A volte mi sembra che stia peggio di me, o è solo distratto, spettinato.

Alle due ho l'udienza di verifica e Fabio il mio educatore di riferimento mi ha chiesto di fare un bilancio del mio percorso durante il colloquio di ieri.

Sono fermo come tutti da febbraio, in ogni ambito del percorso.

Gli ho detto: Voglio andare a casa, non riesco più a stare qui.

Fabio è stato bravo con me, parecchio. Sono dieci mesi che sono in comunità, le cose iniziavano a funzionare, perché all'inizio non avevo capito niente di questo posto, ora invece lo conosco bene. Arrivo qui e mi trovo in mezzo ad un gruppo di ragazzi della mia età in parte simili per linguaggio ed esperienze e niente, mi sembrava di stare in piazza, oppure al campeggio.

Perciò sbaglio.

Risbaglio.

Di nuovo.

Però Fabio e gli altri non è che mi fanno prediche oppure urlano, semplicemente mi fermano e mi danno obiettivi che mi servono a riprendere i miei spazi, ad avere un po' di fiducia da loro, in me.

Dopo qualche mese va meglio, sto meglio. All'inizio faccio tutto per non avere problemi. Sono puntuale, faccio i lavori e vado in seduta, ad esempio.

Poi cazzo ad un certo punto sto meglio.

Capirai, fumavo qualcosa come dieci-quindici canne al giorno, niente scuola ed avevo interrotto il calcio.

Con tutte queste canne finisce che smetto di parlare con le persone, mi viene tipo la paranoia. All'inizio ridevo e vedevo il mondo leggero e colorato.

Poi silenzio, fame e paranoia. E sonno.

Poi la gente, gli amici, ti cagano giusto per le canne o il fumo. Quelli buoni invece non ti cagano più e niente, mi sembrano sfigati. Gli unici che si sono fatti sentire dopo l'arresto, quelli del calcio, quelli della scuola.

Va beh.

Quindi torno lucido e sono meno ansioso, più pulito e mi alleno.

Mi scuso con i miei che prima manco riuscivo a guardare in faccia. Mio padre è un tipo all'antica e ha un fratello che è morto d'overdose. Mi arrestano per spaccio e lui manco sapeva che fumavo cannabis, perché prendevo mille precauzioni e dunque altre paranoie, milioni. Forse in fondo lo sapeva. Sicuro.

Tutto bene Giovà?

Mi diceva, mi vedeva fatto in pieno, lento. Tra noi non corrono milioni di parole, ma amore sì. È un bravo vecchio. Che delusione.

Piano piano trovo pure un tirocinio e in qualche mese ottengo una

borsa lavoro. Faccio pure un corso di improvvisazione teatrale.

Fabio mi dice:

Così tutte le stronzate che dici a tavola, le porti su un palco, e capisci che non fanno ridere.

Forte, davvero forte. Qualcuno ride invece.

Poi arriva 'sta merda di Covid chiude tutto, da un giorno all'altro. Ricomincia il vuoto, ma senza cannabis che di fatto riempie.

La comunità è cambiata. Di solito non stiamo sempre tutti insieme.

Ognuno fa il suo, chi studia, chi lavora esce la mattina. Ognuno ha le sue attività, spazi e uscite. La sua famiglia.

Dico mia madre è infermiera.

È stanca e solo cinque anni fa l'hanno operata di cancro.

Ero piccolo, mica mi dicevano niente.

Ora viviamo tutti insieme, tutti annoiati o incazzati o tristi e c'è gente che non si sa comportare che tutto il giorno litiga o urla, non vuole fare i turni o pianta grane. Altri, come me, se li mangia la noia e diventano passivi, qualcuno s'è fissato con le serie e lo sport. Io sto al telefono e cucino torte.

Poi qualcuno ha iniziato a far entrare alcool e fumo. E niente.

Tanto il Sert è chiuso, penso.

La prima canna che fumo ho ansia, tachicardia e senso di colpa. La seconda ci vado. Fumo tipo due tiri e va meglio, dalla terza è uguale a sempre, dormo, mangio e sto zitto.

Fammi andare a casa inizio a dire a Fabio.

So che stare a casa è meglio, così mando tutto a monte, sto peggiorando.

Fabio dice: Ma il giudice, ma il progetto, ma, ma, ma.

È una situazione temporanea, mi ripete.

Nessuno dice quando e come finirà, non sembra temporanea.

Lui non ascolta me, io non riesco a dirgli che ho paura, ho ricominciato a chiudermi, a stare zitto. Cerco di fare passare tempo e ansia con le canne e mi isolo. La mia ragazza al telefono cazzeggia, parla di niente. Mi promette un pompino super per quando esco, così dice. Allora mi masturbo.

Quando mi offrono qualche goccia di benzodiazepine penso: vabbè cosa sarà mai. Non penso che qualcuno possa averle rubate dall'armadietto dei farmaci, né a niente in particolare.

Sono così stupido da non chiedere quante gocce ci sono nel bicchiere di carta, perché?

Nessuno in gruppo l'ha chiesto. Sembrerebbe una domanda vigliacca, ci affidiamo al più esperto, si decide insieme e in fretta per evitare ripensamenti.

Finiamo al pronto soccorso, veniamo segnalati e mio padre viene a prendermi e siamo daccapo, io ho la testa bassa e lui fuma lentamente fuori dal pronto soccorso, chino. Dice sempre che le parole non contano, contano i fatti.

Vorrei dirgli: portami a casa,
invece lo guardo da dentro l'ingresso in silenzio.

Fabio è stanco, il nostro colloquio viene interrotto da grida che arrivano da fuori dell'ufficio. È un tipo calmo e preciso, sempre organizzato e pacato. La sua calma ha avuto un buon effetto sulle mie ansie, mi ha dato tempi giusti e risposte di senso.

Adesso le cose ci capitano a tutti addosso, giorno per giorno e nessuno sa bene cosa fare. Il nostro colloquio riprende più tardi, mi legge la relazione e mi chiede cosa ne penso.

Tutto vero dico.

Lo penso, ma non mi aiuta affatto,

Poi salgo in camera.

Proverò a chiedere al giudice di tornare a casa, anche se non credo di riuscirci in fondo. Dovrei dare spiegazioni e mi mancano le parole ora.

Contano i fatti penso, mentre scendo le scale.



Cooperativa Arimo





Coordinamento Lombardo Comunità di Accoglienza