

[M A F F I N] MUFFIN

COPIA GRATUITA

Un giornale dolce o salato... che può lievitare

Voce del volontariato cuneese per la salute mentale

Supplemento al N. 11 del 14 marzo 2012 de "L'Unione Monregalese" - Dir. resp. Corrado Avagnina - Sped. in a. p. 45% - art. 2 comma 20/b legge 662/96 - aut. 668/D.C.I./CN del 18/10/2000 - Filiale di Cuneo - Tassa riscossa - Abbonamento posta - 12100 Cuneo c.p. Italy Fotocomposto da CEM Mondovì - Tipografia Alma Villanova Mondovì

ANNO II - NUMERO 2 - MARZO 2012

Solitudine... quante facce!



Solitudine significa isolamento, mancanza di affetti e di sostegno.

Esiste una solitudine subita, come quella di un anziano abbandonato che non ha risorse economiche e non può farcela da solo.

E' solitudine anche quella del lavoratore che ha soggezione dei comandi del suo capo.

La solitudine è una disfunzione da correggere. Ogni tanto è il corso dell'esistenza stessa che porta a ritirarci sdegnati e confusi nella solitudine, perché siamo a disagio in un mondo che corre velocissimo.

La solitudine è la sensazione di sentirsi persi. Qualcuno ha paura di perdere gli amici per stare con altri e a volte si perde tutto e diventa inevitabile la solitudine e si sta malissimo. Si perde la speranza di non trovare più amici veri che ci sostengono quando la vita è più dura.

La solitudine non è una scelta volontaria, incide

molto negativamente sul nostro benessere psicologico più di quanto si possa immaginare.

La sensazione di non essere importanti per nessuno è causa di depressione e solitudine. Timidezza e diffidenza sono fattori che possono contribuire a peggiorarla.

A volte quest'ultima può essere sconfitta facendo lo sforzo di aprirsi con gli altri. Alcune persone invece respingono gli altri adottando inconsapevolmente un atteggiamento troppo rigido e critico.

Pure a me, succede ogni tanto di sentirmi sola, ma cerco qualche cosa che mi distraiga e torno come prima anche se, ormai, sono sola da molti anni e di conseguenza penso di averci fatto l'abitudine.

Il mio consiglio è di scappare dalla malinconia reagendo con il pensarci poco e tentare ugualmente di rimanere insieme ad altri.

Marilena Salomone

Quindi?!!

Amica dal tratto leggero disegno con tiepido e caloroso impegno te.

Andrea Castellino



A Lourdes

per sperimentare i limiti della vita

Utenti ed operatori uniti in un'esperienza di maturazione

Dal 22 al 28 luglio un gruppo di 26 utenti e 7 operatori del servizio di salute mentale di Ceva ha partecipato al pellegrinaggio mariano a Lourdes organizzato dall'Opera Diocesana Pellegrinaggi di Mondovì.

L'idea di questo pellegrinaggio è stata raccolta nel corso di riunioni di discussione con gli utenti ed è stata portata avanti grazie ad un gruppo di operatori che hanno aderito a questa esperienza su base volontaria.

L'iniziativa ha avuto per molti partecipanti una motivazione spirituale. Del resto nella nostra realtà portiamo avanti da circa due anni un Gruppo di Spiritualità (aperto a tutti, credenti di ogni fede e non credenti) ispirato in parte alla logoterapia o analisi esistenziale, un approccio psicoterapeutico che si pone, come obiettivo primario, la riscoperta del significato dell'esistenza dell'essere umano.

Anche grazie a tale approccio abbiamo avuto modo di apprezzare come il lasciare spazio e confronto sulle idee legate al senso della propria vita e al significato della sofferenza e della malattia sia stato un elemento di aiuto, consolazione e talora maturazione psicologica per molte persone.

Ma, oltre all'esperienza religiosa, il pellegrinaggio è stato una profonda esperienza umana, condivisa proprio da tutti i partecipanti, anche non credenti.

L'incontrare persone provenienti da tutte le parti del mondo, respirare l'atmosfera di dignità e speranza che pervade tutto l'ambiente, vedere



tante persone ammalate e invalide che accettano i limiti della propria esistenza, vedere così tanti giovani e adulti rinunciare a giorni di ferie per dedicarsi all'aiuto volontario dei pellegrini e dei malati, ebbene, tutto ciò è stato per tutti noi un'esperienza profonda, che ha messo in discussione tanti pregiudizi e ridimensionato radicalmente le lamentele personali.

Molti ospiti, in genere ritrosi e chiusi, hanno fatto conoscenza e stretto amicizie, trovandosi a passare delle ore e la serata con volontari, spesso giovani stranieri, per parlare, stare insieme, andare a pregare alla grotta o andare a bere una birra: "in questi ambienti c'è chi ti considera, anche se sei disoccupato e con problemi psicologici", qualcuno diceva. E' stato insomma un periodo intenso e profondo, direi a tutto tondo, nei vari risvolti dei vissuti personali.

Il rapporto tra "operatori" e "malati" ha avuto modo di ridefinirsi in termini di relazione umana. I momenti condivisi, la collaborazione alle attività di aiuto (diversi nostri utenti si sono resi disponibili per fare da "barellieri"), la condivisione di momenti di particolare intensità emotiva hanno rotto quella asimmetria (formalità) che spesso il lavoro istituzionale e le regole della professionalità finiscono per imporre a detrimimento delle relazioni umane.

Vogliamo pertanto formulare un grazie a tutti coloro che hanno reso possibile questa esperienza e in particolare all'Opera Diocesana Pellegrinaggi di Mondovì, che ci hanno autorizzato a portare avanti una iniziativa inconsueta, contagiati forse dalla felice incoscienza con cui ci siamo lanciati in questo progetto.

Il gruppo dei pellegrini



Si è riunita la comunità che guarisce dell'ASL CN1

Una rete per promuovere la salute mentale

Venerdì 2 marzo 2012, presso il Seminario Vescovile di Cuneo si è riunita la "Comunità che guarisce" della provincia.

La "Comunità che guarisce" (CCG) è "un Tavolo di lavoro del Piemonte e Valle d'Aosta per la Promozione della Salute Mentale. Il Tavolo è composto da Caritas Diocesane, Dipartimenti di Salute Mentale, Enti non profit, Associazioni di famiglie e di volontariato, Cooperative sociali, Assessorati alle Politiche Sociali.

Le azioni principali del Tavolo sono: attivare reti di solidarietà, rimuovere ostacoli culturali sociali e strutturali, potenziare il funzionamento dei Servizi, sollecitare politiche sociali.

La rete vorrebbe essere una proposta di città-comu-

nità che sappia affrontare le sfide di una società segnata dalla sofferenza e dal disagio, per dare risposte significative".⁽¹⁾

Erano presenti operatori dei vari Centri di Salute Mentale del Dipartimento interaziendale dell'ASL CN1, oltre a volontari della Di.A.Psi. (Associazione Difesa Ammalati Psicici), di MenteInPace - Forum per il ben-essere psichico, dell'A.V.O. (Associazione Volontari Ospedalieri) provenienti da Savigliano, Mondovì, Ceva, Fossano e Cuneo.

I lavori sono stati aperti da un'introduzione di Roberto Leverone, della CCG regionale, il quale ha informato sulla situazione attuale della rete della CCG. Sono state organizzate iniziative di notevole interesse, specie nel

nord-est della regione, a Biella e Novara, sul tema della salute mentale che hanno riscosso molta attenzione anche da parte di un pubblico di non addetti ai lavori e di giovani. La CCG, sempre secondo Leverone, deve chiarire il proprio ruolo a due livelli, se vuole essere un punto di riferimento ed influenzare le politiche regionali: quello locale, con ampia autonomia da parte di chi opera sul territorio per quanto riguarda le iniziative, e quello centrale o regionale mirato a far conoscere la CCG ed a confrontarsi con la Regione Piemonte, portando avanti proposte ed iniziative di carattere generale.

Dalla discussione è emersa la necessità di non disperdere le varie esperienze, di fare comunità confrontandosi e

scambiandosi il materiale prodotto onde evitare di ripetere errori o doppioni.

Due sono stati i principali temi affrontati.

Il primo è il progetto chiamato "Dopo di noi", che tende a prevedere forme di aiuto e supporto per pazienti psichiatrici, tali da evitare istituzionalizzazioni e consentire loro un'autonomia anche quando i parenti non ci siano o non ci saranno più. Una specie di "agenzia" che utilizzi tutti gli strumenti, anche le strutture pubbliche, ma che non si basi solo sul pubblico affinché sia garantita una continuità di autonomia e non si dipenda da scelte politiche e/o contingenze economiche.

Il secondo si riferisce all'attività per informare e sensibilizzare l'opinione pub-

blica sulla proposta di legge d'iniziativa popolare che dovrebbe, rispettando i principi della riforma psichiatrica del 1978 promossi dalla Legge 180 o Legge Basaglia, colmare le carenze che attualmente ancora esistono per quanto riguarda la prevenzione, la cura e la riabilitazione della malattia mentale a livello territoriale. Per questo tale proposta di legge è stata chiamata, dal movimento "Le Parole Ritrovate" di Trento (che l'ha proposta e la sta portando avanti in tutta Italia), Legge 181. Su tale tema si organizzerà un evento per il prossimo autunno.

La Comunità che guarisce, ASL CN1

(1) Per maggiori informazioni si veda: <http://www.e-rav.it/pub/index.php>

"Trekking Etna 2012"

Progetto "La Montagna che aiuta"

a cura del Gruppo Montagna del DSM ASL CN1 Cuneo, C.A.I. Sezione di Torino

Dopo le interessanti e stimolanti esperienze degli anni scorsi, il Gruppo Montagna della Psichiatria Territoriale ASL CN1 di Cuneo e la Sezione di Torino del CAI promuovono, ciascuno nei propri ambiti di azione, un progetto pilota rivolto a persone con sofferenza emozionale che prevede interventi terapeutico-riabilitativi di integrazione ed inclusione sociale attraverso esperienze in montagna, ambito questo già sviluppato e oggetto di ricerca a vari livelli. Questa significativa collaborazione prevede un percorso comune a tappe intermedie che permetterà di mettere in cantiere nella primavera del 2012 il Trekking in quota attorno all'Etna. La scelta di questa meta, nello specifico il vulcano più alto d'Europa e la cima più alta dell'Italia del Sud, ha un importante valore simbolico e vuole lanciare un messaggio di vicinanza e unità tra le persone che amano le montagne della nostra penisola e si concretizza in una ideale "staffetta tra le Sezioni del CAI", che parte da Torino e dal Monviso e passa il testimone a Catania, ad un anno



La cima dell'Etna, in basso i resti di un rifugio ricoperto dalla colata del 2002 - Foto di Andrea Fontanelli

dal 150° della fondazione del Club Alpino Italiano ad opera di Quintino Sella.

Nel dettaglio il progetto prevede verso la fine di maggio p.v. per il gruppo composto da 12 persone, cioè 2 infermieri ASL CN1, 2 accompagnatori CAI TO, 1 volontario per riprese e foto, e 7 partecipanti, la partenza con volo aereo da Torino a Catania e successiva salita al Rifugio Sapienza sulle pendici dell'Etna, base di partenza e luogo di ritrovo per le escursioni sul vulcano.

Nel giorno successivo è prevista una escursione che prevede la salita in quota per vedere (relativamente) "da vicino" i crateri. Dopo un giorno e 2 notti di acclimatamento si partirà per il vero trekking in quota attorno all'Etna utilizzando la Pista Altomontana Etna, attraverso i Rifugi Galvarina, Poggio La Caccia, di Monte Scavo, Rifugio Case Neve, Monte Spagnolo con 2 pernottamenti previsti in Rifugi non custoditi, per poi rientrare al Rifugio Ragabo

nel Comune di Linguaglossa. La distanza da coprire a piedi, zaini in spalla, è di circa una quarantina di km distribuiti sulle 3 giornate, il dislivello massimo giornaliero è di 300/400 metri. Le 2 notti da passare in gruppo nei rifugi non custoditi saranno dei momenti in cui la tenuta del gruppo sarà messa alla prova: dovremo cucinarci qualcosa, attrezzarci per la notte e al mattino darci una lavata, fare colazione e ripartire...ma questo è il bello della

montagna!

Nell'ultima giornata prima del rientro all'aeroporto saremo in compagnia di un gruppo che fa riferimento ad un Dipartimento di Salute Mentale di Catania per un interessante incontro che sarà anche una sorta di gemellaggio tra nord ovest e sud insulare della nostra bella Italia.

Il progetto che ha una serie di obiettivi riguardanti l'autonomia crescente, il superamento dello stigma attraverso attività ad alta inclusione sociale, specifiche e modulate azioni sul piano fisico e psichico è coordinato dalla Psichiatria Territoriale di Cuneo (Dott. Risso e Palomba), supportato dal CAI Torino con il suo Presidente e gli Accompagnatori Volontari ed è reso possibile dalla collaborazione con alcune ditte di materiale tecnico di montagna, con il CAI di Linguaglossa (Catania) e i suoi volontari, col Corpo Forestale locale e con i Servizi di Salute Mentale delle ASL Catanesi per la cui sensibilità e disponibilità siamo qui a ringraziare fin d'ora tutti quanti.

Buona Montagna a tutti!

Il gruppo montagna di Cuneo

Cinzia, Guido, Marco, Diego, Mario, Andrea, Marco, Giancarlo, Sebastiano, Ornella



Per una comunità terapeutica

Riflessioni di **MenteInPace** sulla proposta di legge "181"

Pubblichiamo il documento approvato dal Direttivo e dagli iscritti di MenteInPace.

L'Associazione "MENTEINPACE - Forum per il ben-essere psichico" di Cuneo già dalla sua nascita individuò nella legge 180 del 1978 un caposaldo imprescindibile per l'assistenza psichiatrica. Tale legge, riconosciuta come punto di riferimento a livello internazionale, attuò un cambio di cultura e, più specificatamente, determinò:

1. la chiusura dei manicomi (concretizzatasi, in alcuni casi, purtroppo molti anni dopo);

2. la regolamentazione dei ricoveri coatti (o Trattamenti Sanitari Obbligatorii - TSO);

3. il territorio come ambito privilegiato della cura e della riabilitazione.

A oltre trent'anni di distanza l'unico testo legislativo promulgato in materia di assistenza psichiatrica è il DPR del 1 novembre 1999 noto come "Progetto Obiettivo Tutela Salute Mentale 1998-2000".

Da più parti ci si è lamentati dei limiti attuali della legge 180, in particolare quello di non aver dato indicazioni precise per l'assistenza psichiatrica sul territorio. A tali limiti vengono date risposte diverse.

Da un versante si cerca di smantellare l'impianto culturale della 180 dando voce a paure verso il malato mentale ipotizzando, ad esempio, regolamentazioni più severe per i trattamenti coatti, vedi testo unificato depositato alla Camera dei Deputati il 29 luglio 2010. Tale impostazione è stata da noi più volte respinta perché giudicata un tentativo di rispondere in modo emarginante, accentuando i pregiudizi verso la patologia psichiatrica.

Dall'altro, invece, si sta cercando di colmare il vuoto legislativo relativo alla struttura ed ai compiti del Dipartimento di salute mentale (DSM), mantenendo salvi i principi ispiratori e la stessa legge 180. Non a caso la proposta di legge d'iniziativa popolare, che è stata presentata dal movimento "Le Parole Ritrovate", porta il numero simbolico di 181.

Senza analizzare specificamente il testo della proposta di legge segnaliamo come si dia spazio ("fare assieme") nella gestione delle strutture psichiatriche agli utenti ed ai loro familiari ed alle associa-



zioni di volontariato, coinvolgendole esplicitamente nel Comitato di Dipartimento (con funzioni di gestione delle attività) e nella Consulta della Salute Mentale (con funzioni di indirizzo e controllo). Inoltre vengono previste formalmente come parte integrante del personale del DSM le figure degli UFE o Utenti e Familiari Esperti.

Sulla proposta di legge 181 il movimento "Le paro-

le ritrovate" ha organizzato numerose iniziative in tutta Italia, culminate nella presentazione a Roma il 3 dicembre 2011. Tale testo di legge, che sinora consta di 24 articoli (vedi i siti www.leparoletrivolate.com e www.fareassieme.it), è considerato dai promotori come una proposta per contribuire alla riflessione e per, eventualmente, migliorarla, modificandola.

Noi consideriamo senz'altro necessario promuovere un dibattito sulla attualità o meno della 180 e sulla sua integrazione per quanto riguarda l'organizzazione territoriale dell'assistenza psichiatrica e riteniamo che la 181, oltre a proporre un modello, possa realmente favorire la riflessione su questi argomenti.

E' necessario altresì iniziare a pensare a come realizzarla, ragionando con le varie forze politiche affinché si crei un consenso tale da permettere alla proposta di legge di non arenarsi a livello parlamentare.

A livello locale crediamo sia giusto avere un confronto con i dirigenti delle struttu-

re psichiatriche, gli amministratori, le forze politiche, le associazioni e la cittadinanza affinché si valuti la 181 e quanto è possibile attuare, stante la normativa vigente.

A tal fine consideriamo utile riprendere il cammino, iniziato a suo tempo, della "Comunità che Guarisce" come incontro e confronto fra diverse realtà interne ed esterne alle strutture psichiatriche, per promuovere una cultura per la salute mentale basata sul senso di comunità nella quale, come afferma Aldo Bonomi "si esca dalla nostra individualità, ... e non si riviva il dolore, la sofferenza altrui, come qualcosa che non ci interessa", affinché si formi "una comunità di destino... quando ciascuno di noi sappia sentire e vivere il destino di dolore, di angoscia, ... di gioia e di speranza dell'altro come se fosse, almeno in parte, anche il proprio destino: il destino di ciascuno di noi" (1).

(1) Bonomi Aldo, Borgna Eugenio, *Elogio della depressione*, Einaudi, Torino, 2011, pp. 14-15



Avvo Mondovì ha augurato Buon Natale in Ospedale con un concerto

L'AVO di Mondovì, in collaborazione con la Direzione Sanitaria, il Personale dell'Ospedale Regina Montis Regalis di Mondovì e tutti i volontariati del monregalese che operano in ospedale, in occasione del NATALE 2011, ha proposto ai degenti, ai loro parenti e a tutta la cittadinanza, un momento di serenità con il concerto del coro monregalese "CUM CORDE", diretto da Sara Milano e Antonio Floccari, che ha presentato il suo repertorio di canti classici, popolari e natalizi.

Il concerto si è tenuto nell'atrio dell'ospedale DOMENICA 18 DICEMBRE. Al termine alcune volontarie e una "Babbo Natale" accompagnate dai **Nasi Rossi di Mondovì** si sono recate nei reparti offrendo a tutti i degenti un augurale rametto di pino.

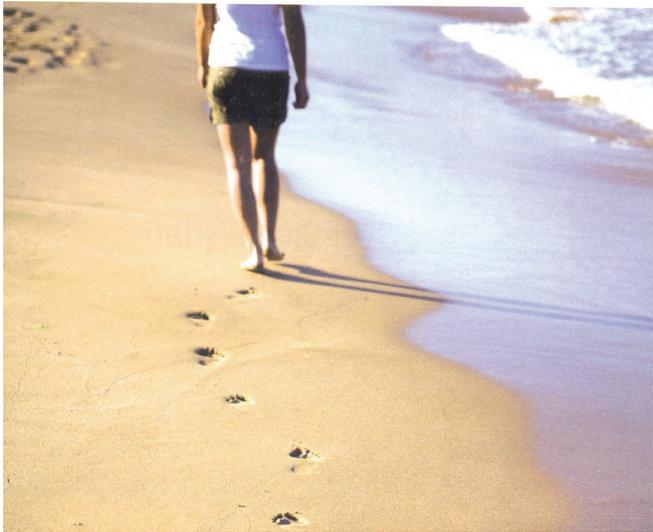
LA SOFFERENZA EMOZIONALE... un incidente di percorso

"Il fare assieme" è un modo efficace e costruttivo di affrontare la malattia e l'ammalato. Questo modo rivoluzionario che l'ASL di Trento ha inserito nelle buone pratiche di diagnosi e cura, consiste nell'affrontare il problema psichiatrico del paziente inserendo quest'ultimo nell'équipe medica, costituita ora da pazienti e famigliari formati, infermieri, operatori e ... last but not least, medici! Hanno quindi creato l'UFE (Utenti e Familiari Esperti) che integra insieme allo staff medico; la giornata inizia con un briefing, le pareti del reparto sono colorate, le porte sono aperte verso un giardino dove i degenti possono guarire meglio e le barriere architettoniche sono meno invasive. Credo che anche per il resto del Bel Paese ci sia sensibilità e che l'Italia ben presto sappia cogliere al volo l'opportunità ghiotta di agire in questa direzione: dove la legge 180 (più conosciuta come legge Basaglia), che ha permesso di chiudere i manicomi e applicare le buone pratiche, venga applicata interamente e non più a sprazzi come succede in altre realtà della nostra società. La sorella legge 181 che coincide perfettamente con "il fare assieme", potrebbe affiancarla ed esserle complementare. Dal mio punto di vista di paziente, anche a Cuneo c'è qualche timido tentativo, di portare, ad esempio, chi sta male in giardino e con loro giocare a petanque, o con la chitarra cantare insieme canzoni e vivere meglio l'incidente di percorso. Sicuramente questo comporta l'impegno e la buona volontà di medici ed infermieri, operatori che diventano per l'occasione dei "clown di reparto", come si fa normalmente con le persone giovani di altri reparti. Poi c'è la riabilitazione, calvario in cui l'ammalato viene seguito, a seconda del trauma, in comunità o a casa. Questa fase è altrettanto delicata e va, secondo me, vissuta in un ambiente sereno. Superare la crisi è molto difficile, ma se non c'è la persona giusta al momento giusto diventa più difficile che l'ammalato guarisca e questo non deve capitare: "il fare assieme" diventa indispensabile. Riportare il paziente al tran tran del quotidiano, insieme si può, per chi ha ancora un briciolo di sensibilità dovrebbe diventare "una missione" propedeutica e non un problema di altri.

Andrea Castellino,
Associazione
MenteInPace, Cuneo



Anche il più lungo cammino inizia con un primo passo



Per prima cosa ringrazio il signor Fabrizio Sablone per gli apprezzamenti fatti al mio articolo sulle buone pratiche possibili in psichiatria, apparso nel numero scorso di "Muffin".

In quell'articolo volli, ricordando l'Associazione "SPDC NO RESTRAINT" (reparti psichiatrici in cui non si legano i pazienti e dove le porte sono aperte), suscitare una riflessione affermando che "si può fare".

A chi afferma che non è possibile evitare le contenzioni meccaniche rispondo: è vero o no che il 30% dei reparti psichiatrici non le usa? E se sì, come è, perché loro ci sono riusciti? Mi si risponde che loro hanno alle spalle un lungo cammino di cambiamento

culturale. Allora io domando: come si fa ad iniziare questo lungo cammino? L'assistenza sul territorio è organizzata in modo tale da prevenire il più possibile la crisi ed il ricovero? Si affiancano efficacemente le famiglie nell'assistenza quotidiana? Perché se è vero che evitare una logica reclusiva e punitiva della malattia richiede un cambio di mentalità ciò deve pur avere un inizio. Non deve, però, limitarsi ad un generico atteggiamento empatico e democratico verso il matto, ma basarsi su di un pianificato progetto di liberazione, non solo delle logiche e delle strutture psichiatriche ma anche della nostra mente.

Non mi si venga a dire che, ad esempio, non si può non legare al letto un paziente in delirium tremens o agitato per esotossicosi etilica acuta (la classica "ciucca"). Anche chi si sveglia in Rianimazione, dopo un intervento chirurgico, può trovarsi legato per evitare che inavvertitamente si sfilii sondini, drenaggi o cannule. Non parlo

di questo. Parlo della scelta di trattare l'urgenza psichiatrica con la contenzione fisica. Ciò, eventualmente, deve avvenire dopo aver provato, inutilmente, a capire i motivi superficiali e profondi dell'agitazione ed aver tentato, se occorre, di trattarla farmacologicamente. Purtroppo, spesso, il paziente, prima di giungere dallo psichiatra in reparto, ha già "soportato" parecchie frustrazioni, incomprensioni, pregiudizi che inevitabilmente non favoriscono la calma, pur tenendo ovviamente conto della patologica modalità di affrontare gli eventi.

Al riguardo della convinzione che non è possibile evitare le contenzioni fisiche mi viene in mente l'inizio del film "Mississippi burning" in cui si vedono le fontane per i negri separate da quelle per i bianchi. Pensare, negli U.S.A. degli anni sessanta, ad un'integrazione fra bianchi e neri era una pazzia, un'utopia; ora sembra un'assurdità pensare il contrario. Come ha affermato, secondo me giustamente, la Presidente del Collegio Infermieri di Cuneo, Laura Barbotto, in

occasione di un convegno sulle contenzioni, una volta era impensabile proporre la presenza delle madri accanto ai figli ricoverati in Pediatria; ora è assurdo pensare il contrario.

Realisticamente mi accontenterei di una riduzione al minimo delle contenzioni, sapendo che ciò è possibile farlo

e che questa è la strada che porta ad un approccio più empatico alla malattia psichiatrica.

Che è poi, in definitiva, l'approccio più terapeutico, quello che dà più soddisfazioni agli operatori.

Gianfranco Conforti,
Associazione
MenteInPace

A QUELLI....

Monologo di chiusura dello spettacolo teatrale "Il Castello dei poveri", tratto dall'omonimo libro di Paola Ferrari e diretto da Vanni Castella e Cristiano Ferrua. Ogni castello una dimora, ogni dimora un'esistenza vissuta, smarrita, lasciata, incontrata, sputata! Queste vite forse troppo uniche e sole ci consegnano ad un unico amaro destino. Ognuno a modo suo, ognuno col proprio fardello di disillusa speranza. Vittime dei labirinti impenetrabili delle nostre menti, ricettacoli dei più insondabili e oscuri fantasmi. O forse siamo soltanto delle marionette, dei malnati burattini scagliati sulla scena del mondo dalle mani di un ignoto giullare forse impazzito, autore di una drammaturgia rozza e blasfema che si chiama dolore? Oppure siamo solamente delle aberrazioni o dei miserabili scherzi di natura, tanto diversi da essere temuti, ripudiati, invisibili alla terra e all'universo intero? Chissà!....

Ma l'universo è immenso e suo è l'infinito, come la vita è immensa nel suo effimero respiro e le mani del sapere forse troppo esigue per afferrarne tutti i significati. Ma anche se non fosse così, in realtà siamo soli, soli con le nostre angosce, soli con le nostre paure, soli con la nostra disperazione e soli nella nostra amara speranza. Proprio a queste persone è dedicato questo lavoro: a quelli che hanno patito le discriminazioni più abbiette, a quelli che hanno subito le stigmatizzazioni più efferate, a quelli che hanno sostenuto con dignità il peso del dilleggio, dell'oltraggio, dell'ironia, dell'odio e del disprezzo. Ma, soprattutto, a quelli che non ce l'hanno fatta, a quelli che non ce la faranno.

Vanni Castella, regista del gruppo teatrale "Gli Intronauti"

Centro Servizi per il Volontariato "Società Solidale"

I NOSTRI SERVIZI

I servizi e gli strumenti offerti dal Csv "Società Solidale" a tutte le realtà del volontariato sono gratuiti.

Consulenza: Assistenza tecnica per la redazione, le modifiche e la registrazione dello statuto. Supporto per l'iscrizione al Registro del Volontariato. Consulenza fiscale, tributaria, contabile, legislativa, gestionale. Per informazioni: consulenza@csvsocsolidale.it.

Progettazione: Supporto nell'individuazione di idee progettuali e nella loro elaborazione e presentazione. Per informazioni: progettazione@csvsocsolidale.it
Ricerca, aggiornamento e comunicazione dei bandi di finanziamento pubblici e privati. Collaborazione a progetti di Associazioni di volontariato per l'avvio e la realizzazione di specifiche attività. Analisi delle esigenze del territorio e promozione di progetti che ad esse sappiano rispondere, in collaborazione con le istituzioni pubbliche e private. Monitoraggio dei progetti sul territorio. Per informazioni: monitoraggio@csvsocsolidale.it.

Formazione: Attività formative e di approfondimento organizzate e proposte da Società Solidale su temi e problematiche di interesse per il volontariato al fine di qualificarne l'attività e di diffondere la cultura della solidarietà. Attività formative di settore in collaborazione con una o più associazioni di volontariato. Per informazioni: formazione@csvsocsolidale.it.

Promozione: Favorire la crescita del volontariato attraverso iniziative di coordinamento, eventi solidali, campagne promozionali per reclutare volontari. Organizzazione della Fiera del Volontariato

to a carattere provinciale. Sito Web www.csvsocsolidale.it con realizzazione di pagine nell'apposita sezione "Associazioni". Per informazioni: redazione@csvsocsolidale.it. **Progetto scuola-volontariato:** promuovere l'incontro e la collaborazione tra mondo della scuola e mondo del volontariato. Per informazioni: scuola@csvsocsolidale.it

Documentazione: Diffusione di informazioni utili e di notizie sul volontariato mediante l'invio di News ogni quindici giorni dal sito www.csvsocsolidale.it, spedizione della Newsletter mensile "Società Solidale News" e della rivista periodica "Società Solidale". Per informazioni: redazione@csvsocsolidale.it. Aggiornamento costante del Data Base delle associazioni presenti in Provincia di Cuneo. Centro di documentazione presso la sede di Cuneo con Biblioteca ed Emeroteca del Volontariato.

Comunicazione: Sostegno alla comunicazione e alla promozione d'immagine delle associazioni di Volontariato mediante lo studio, l'ideazione e la stampa di depliant, locandine, volantini. Realizzazione di Video sul Volontariato. Ufficio stampa solidale: stesura e invio di Comunicati stampa, servizi televisivi da proporre alle tv locali per le Associazioni di Volontariato. Video e filmati di promozione del Volontariato. Per informazioni: ufficio-stampa@csvsocsolidale.it

Logistica: concessione in comodato d'uso gratuito di attrezzature per la formazione e la promozione del Volontariato alle Associazioni di Volontariato (videoproiettore, telo per proiezione, lavagna luminosa, griglie...)

Centro Servizi per il Volontariato Società Solidale
Via Mazzini n. 3 - 12100 Cuneo - Tel. 0171 605660 Fax. 0171648441. E-mail: segreteria@csvsocsolidale.it - Siti: www.csvsocsolidale.it; www.fieradelvolontariato.it

La presente copia del giornale è distribuita gratuitamente in virtù del sostegno fornito dal Centro di Servizi per il Volontariato Società Solidale di Cuneo. Le idee ivi espresse, i testi, le immagini qui pubblicati sono sotto l'esclusiva responsabilità del direttore responsabile e dell'editore del giornale.

INDIRIZZI ASSOCIAZIONI

- AVO (Associazione Volontari Ospedalieri) Mondovì, Via S. Arnolfo 2, 12084 Mondovì, cell. 333.5824889 - 334.1112372
- MENTEINPACE - Forum per il benessere psichico, Via Busca 6, 12100 Cuneo, Tel.0171.66303, Email: menteinpace@libero.it
- DiAPsi (Difesa Ammalati Psichici) Ceva/Mondovì, c/o Comunità Psichiatrica, Piazza S. Francesco 3, 12073 Ceva, tel. 0174.723845
- DiAPsi (Difesa Ammalati Psichici) Fossano/Saluzzo/Savigliano, Corso Roma 49, Savigliano, Tel. 0172 717878 - 0172 717144 - 0172 716010 cell. 333.3876189, Email: info@diapsi.it, Sito web: www.diapsi.it
- Invitiamo singoli o associazioni varie a collaborare con il giornale **Muffin** inviando lettere, articoli, suggerimenti, informazioni su eventi o altro a uno degli indirizzi sopraelencati.