

Numeri Primi

Magazine

ARTICOLI DI QUESTO NUMERO:

Buona Estate a Tutti – 2, 3

Quanti Pigiama- 4

Laboratorio Teatrale-4

Bb- 4



IL 16 GIUGNO PRESSO PALAZZO REGIONE LOMBARDIA, SI È SVOLTO L'INCONTRO DEL GRUPPO PROESP

Dopo più di 3 anni, è stato una occasione per riprendere i contatti in presenza, post pandemia, con quelle realtà interessate a promuovere e potenziare iniziative volte al protagonismo degli utenti nella salute mentale.

L'incontro, aperto alla partecipazione di operatori, utenti, familiari e volontari che hanno a cuore la tematica sopra riportata, ha visto la presenza di rappresentanti di Enti, Associazioni e Terzo Settore.

Apertura da parte delle **dr.ssa Vanna Poli** (collaboratrice Rete territoriale- DG Welfare) a supporto del ruolo dell'ESP. Porta i saluti del Dr. Giovanni Pavesi (Direttore Generale Welfare) e della Dr.ssa Rosetta Gagliardi (Dirigente Unità Organizzativa Rete Territoriale DG Welfare)

Successivamente, con l'obiettivo di far emergere gli interessi, le proposte, le collaborazioni utili per nuove progettualità e la condivisione di quelle esistenti, ci si confronta sulle seguenti tematiche:

-mantenimento e ridefinizione dei rapporti con i Funzionari Regionali;

-**eventuale corso di formazione al ruolo di ESP.** La RUL si rende disponibile a raccogliere eventuali candidature

all'indirizzi reteutentilombardiaodv@gmail.com o tramite messaggio WhatsApp al N. di cellulare 3791326285

-**I'ESP nelle Case di Comunità.** Il gruppo ProESP comunica di avere presentato un progetto alla Regione. Ad oggi non vi sono opportunità concrete/economiche per la sperimentazione; -aggiornamento sugli incontri del tavolo nazionali per il riconoscimento del ruolo dell'ESP;

Il presidente della Rete Utenti Lombardia condivide le iniziative, le collaborazioni e la mission dell'associazione

<https://www.reteutentilombardia.it/>

Prossimi incontri 15/9 e 15/12 da confermare. Grande affluenza, aspettative, idee, proposte, condivisione. Si riparte anzi no si prosegue in continuità.

MG Pisoni



BUONA ESTATE A TUTTI!

Dato che siamo nel periodo giusto, vorrei raccontarvi una piacevole esperienza che ho vissuto qualche mese fa: la mia seconda crociera che ho avuto occasione di fare e che è stata movimentata e indimenticabile, ho visitato diverse città storiche in vari paesi: Venezia, Brindisi, Mykonos, Atene e Spalato.

La prima cosa che ha catturato la mia attenzione quando sono salito sulla nave è stata la gentilezza e l'attenzione che il personale aveva nei confronti dei passeggeri, (tuttavia a mio parere per evitare fraintendimenti e vivere questa esperienza al meglio, è necessario saper comunicare piuttosto bene in Inglese poiché l'equipe è completamente internazionale).

Per quanto riguarda l'interno della nave devo dire che è una vera e propria città galleggiante con ristoranti negozi casinò teatri piscine e altro... ci si ambienta facilmente nonostante le dimensioni, se si seguono attentamente le istruzioni che vengono date. Il personale di bordo tra l'altro propone moltissime attività, tra cui una molto particolare: un tour all'interno degli spazi della nave chiusi al pubblico (sala macchine ecc..), ci sono inoltre veramente tante cose che si possono fare, gli spettacoli alla sera per esempio, sono proprio da non perdere!

La prima città che abbiamo visitato è stata Brindisi, mi ha colpito in modo particolare il castello normanno, su cui mi ero già informato da diversi libri riguardanti Federico II. Il Museo della città lo consiglio vivamente, è pieno di antichi reperti ed è presente la riproduzione a grandezza reale di una nave greca, si poteva inoltre ammirare una parete adibita ad acquario al cui interno è stato ricostruito un tipico fondale del Mare Ionio. Il lungomare con le sue grandi palme è memorabile.

La seconda tappa è stata Mykonos. Quando si arriva per la prima volta in Grecia, l'atmosfera cambia completamente, l'ambiente si fa più caldo e secco, ci sente in un luogo esotico, ti ritrovi davvero dall'altro lato dell'Europa, ti senti davvero ad un passo dall'oriente, l'isola trasmette un senso di divertimento e tranquillità, con una spiaggia praticamente a ridosso del centro della città con i suoi vicoli stretti pieni di boutique.

Le case hanno i tetti color' acqua marina, molto caratteristici anche i mulini a vento e il locale disco Scandinavo!



La terza tappa è stata Atene. Quando arrivi in questa città, l'emozione è forte e l'impressione che si ha, è quella di trovarsi all'interno di un libro di storia; c'è da dire tuttavia che per visitare bene Atene una giornata non basta assolutamente; l'Acropoli è il luogo più affascinante della città, ma anche l'accademia d'Arte che si trova nel centro storico secondo me è affascinante. La città di Atene è piena di contrasti e possiede un fascino che se pur decadente, è pur sempre intrigante e particolare, infatti ad Atene si alternano monumenti d'inestimabile valore a decine di locali a luci rosse di tutte le forme e colori.



segue



il Centro storico della città è Medioevale vi è presente una torre campanaria dalla cui sommità si può avere una vista panoramica di 360 gradi sulla città. Il Museo cittadino è davvero memorabile, vi sono esposte miniature bellissime con colori sgargianti e ben conservati; ho trovato particolarmente bello un ritratto di Sant'Anastasia. Ma la parte che ha suscitato in me più curiosità è stato il Lungo Mare. Qui sono ormeggiate dozzine di navi, l'atmosfera è internazionale, si incontrano personaggi di ogni genere a partire da stravaganti turisti provenienti da altre crociere, giovani coppie di studenti, hippie dai capelli cotonati che sembrano arrivati direttamente dagli anni 70 e uomini anziani vestiti in abiti tradizionali, a mio parere molto belli, che trascorrevano la mattinata pescando lungo il porto, seppur inquinato.

La quarta città che abbiamo visitato è stata spalato in Croazia. Qui il paesaggio torna ad essere familiare, ci si sente un po' in Italia, l'aspetto della città può ricordare quella di uno dei tanti centri storici presenti lungo la costa adriatica della penisola. Tuttavia quando si leggono le prime insegne pubblicitarie appena fuori dal porto, ci si rende conto che la lingua e probabilmente anche la cultura sono molto diverse. Un incontro che mi ha incuriosito molto è stato quello con un'artista slovena che aveva una modesta bancarella verso la fine della buia galleria che collegava il porto alla cittadella medioevale. Era una donna alta dai capelli dritti, sulla cinquantina, i suoi dipinti erano provocatori e divertenti allo stesso tempo, quando gli ho chiesto il significato di essi, mi ha risposto che non avevano alcun significato se non quello di far divertire lei e le

persone che la circondano. Aveva molto talento i suoi dipinti e disegni erano ben fatti e i dettagli molto curati, gli ho fatto i miei complimenti. In seguito mi ha raccontato di essersi laureata a pieni voti a Vienna anni fa, e di essersi trasferita in Croazia per cambiare stile di vita.



L'ultima sera prima dell'attracco a Venezia ho cantato per la prima volta al karaoke della nave e mi sono divertito moltissimo, li ho avuto occasione di fare amicizia con un gruppo di ragazzi appassionati di grafica e musica grunge.

Buona estate a tutti!
Con affetto, Matteo

AL FIVE DI MAGENTA IL VII MEMORIAL VALERIO VALLI.

Magenta – Non più tardi di due settimane orsono presso il campo sportivo di via della Pace a Legnano si è disputato il 1° Torneo di calcio "Pari & Dispari", categoria esordienti organizzato dall'associazione Pari & Dispari. Ad affrontarsi Calchetto dei Campioni di Legnano, Devils Magenta, APS Novara Partenopea e C.r.a.l. Ospedale Magenta in un quadrangolare disputato sotto un sole cocente alla presenza dell'assessore allo Sport, Politiche Giovanili, Politiche per la famiglia e Pari opportunità Mariarosa Cuciniello e della Dott.ssa Giovanna Valvassori dirigente medico responsabile UOSD di Magenta. Nonostante il caldo torrido un pubblico numeroso ha assistito agli incontri che hanno visto prevalere il Calchetto dei Campioni di Legnano grazie anche alla maiuscola prestazione di Franco Cappa, al termine premiato come miglior cannoniere del torneo nonostante un serio infortunio subito durante la disputa della finale. Citazione di merito per Vincenzo Montella che ha curato la perfetta organizzazione del torneo, un altro tassello che si va ad aggiungere alle tante iniziative portate avanti da "Pari & Dispari" in un percorso di crescita che vedrà l'associazione attiva anche nei prossimi mesi per promuovere idee e concetti che hanno a che fare con la salute mentale.

Sergio La Torre



QUANTI PIGIAMI

Al ricovero, sotto un manto di stelle, una trama di tessuto così ci suggeriva.
Era un'oasi di righe e anche sfregi in faccia di dolore.
Sentivo profumo di vestaglie, tratte dalle valigie e piegate dai nostri familiari.
Ognuno, con la sua trama, chiedeva responsabilità per starci vicino.
Strisce grosse; colori un po' dimenticati...a coprire cuori contusi.
Si può almeno con permesso sognare? Essa è una, malattia!
Uno, ricordo, portava una veste a pallini; altri, grosse strisce. Alcuni, avevano Perso un bottone. Ma non importa, sopra di essi c'è sempre un cuore che batte e che lotta!

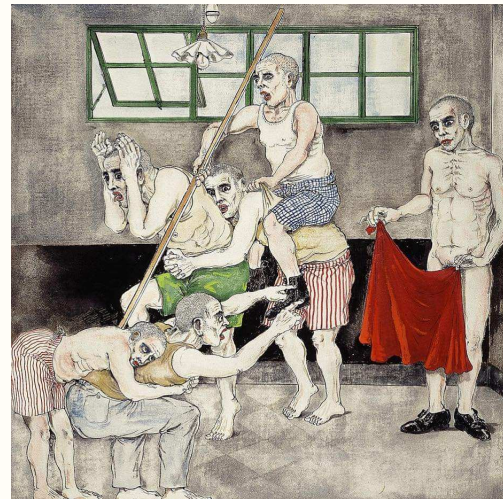
Un pigiama di stelle a tutti noi!
Anche dopo il varco. Profumi per sempre ricordano voglia di ricominciare, valigie e casseti stipati, un urlo alla creazione!

I nostri pigiama divenuti fuori di casa così coatti.

Il mio pigiama invece, l'ho dato ad un amico, per conservarlo ancora valido.

Non rattristarti, se la trama delle tue righe, possono apparire distorte!

Ottavio



IL NOSTRO LABORATORIO TEATRALE

Quest'anno, con alcuni soci, abbiamo provato a formare un piccolo gruppo di «attori dilettanti». All'inizio ero un'po' indecisa a partecipare poi ho provato andare e mi è molto piaciuto e ho partecipato fino alla fine del corso.

Le lezioni si dividevano in due parti: la prima parte era dedicata agli esercizi di respirazione e di ascolto fra di noi. Poi con dei brevi copioni si recitava le parti assegnate.

E' stato molto interessante, soprattutto si stava insieme e il maestro è stato molto bravo e paziente e ci metteva al nostro agio facendoci fare grandi risate.

Poi ci ha invitato a vedere uno spettacolo presso il teatro Dante di Castellanza. Il

gruppo è sempre composto da attori non professionisti e vi partecipa anche la nostra socia Gabriella che è molto brava. Ho visto lo spettacolo che è stato molto divertente e interessante.

Elisa



BODY SHAMING E DISTURBI ALIMENTARI

In parlamento è stata depositata una mozione per far riconoscere il disagio alimentare come “malattia sociale” e contemporaneamente stigmatizzare i comportamenti denigratori nei confronti di chi offende una persona per il suo aspetto fisico, il così detto **body shaming**.

Nel mirino dello stigma, da anni, sono finiti gli obesi. Con l’obesità c’è un problema in più. E non è solo quello dei chili di troppo da evitare perché incide profondamente sullo stato di salute e inoltre si accompagna a importanti malattie quali il diabete.

Le persone obese sono oggetto di stigma, ovvero di un giudizio negativo costante, pervasivo e ampiamente tollerato, che rende difficile la loro vita e peggiora anche più o meno direttamente la loro salute mentale.

Occorre soffermarsi su iniziative di sensibilizzazione verso anoressia, bulimia e alimentazione incontrollata, che rappresentano un problema in continua crescita. Ogni anno, nel nostro paese, questi disturbi causano circa tremila morti soprattutto tra i giovani sotto i 25 anni.

Body shaming e disturbi alimentari argomenti apparentemente distanti ma in realtà paralleli e ancor più con duri giudizi perlopiù rivolto alle donne in quanto volto a denigrare il corpo di un’altra persona non conforme agli attuali canoni estetici.

Occorre un impegno che è stato ribadito dall’intergruppo parlamentare su **Body shaming e disturbi alimentari** a Roma in diretta streaming. Tra gli intervenuti: la psichiatra Laura dalla Ragione, la modella «curvy» Giulia Accardi, che hanno raccontato la loro esperienza.

Il Narratore



Dunque faceva caldo, era bel tempo, tutto in ordine tranne la mia testa.

F. Kafka



in breve

Appuntamenti - Attività

- ✓ **Martedì 15,30-16,30 sede:**
Gruppo lettura
- ✓ **Spazio Canazza: Laboratorio Teatrale** (arrivederci a settembre)
- ✓ **Mercoledì 17,00 – 18,30 Sballando** Magenta palestra Casa Giacobbe: (arrivederci a ottobre)
- ✓ **Sabato 15,00 – 17,30** Magenta presso Sacra Famiglia di Via Cadorna 15, incontri di gruppo liberi a cura della sezione di P&D magenta.
- ✓ **Sabato 15,00 – 17,30** Legnano sede, incontri di gruppo liberi.