

## Chi siamo

Siamo un gruppo di cittadini che si riunisce da più di un anno per riflettere su alcuni temi a partire da esperienze legate al disturbo mentale.

Nella prospettiva della riflessione che si è avviata, sia la particolarità di queste esperienze, sia la sofferenza che le accompagna vengono considerate come finestre che consentono uno sguardo originale sulla vita di ciascuno: occasioni per affacciarsi a bisogni, pensieri, affetti, sensibilità, valori, istinti che spesso stentano ad essere riconosciuti e che sostengono dal profondo molta parte del nostro essere, tanto delle nostre qualità, quanto delle nostre fragilità. Sono aspetti che ritroviamo anche nei nostri pensieri collettivi, nelle diverse costruzioni culturali, nelle strutture della vita sociale.

L'intenzione è quella di non restare prigionieri di un desiderio di "normalità", cercando piuttosto di dilatare lo sguardo della nostra mente e arricchire le nostre capacità di relazione. Ma senza perdere di vista quei punti fermi che ci consentono di navigare con sicurezza.

Proponiamo quindi alcune iniziative culturali e momenti d'incontro su temi come il giudizio, la paura, l'appartenenza, la sicurezza, la fragilità, il dolore... per promuovere un confronto tra persone che desiderano ascoltare o hanno qualcosa da dire su questi temi.

Sono spunti per guardare queste dimensioni vitali non solo come portatrici di sofferenza, non solo come sintomi di disagio, ma anche come occasioni di cambiamento e crescita. Per cercare di affrontare il mondo, interiore e non, con coraggio e stupore. Pensiamo che lavorare insieme sia un'esperienza importante e profonda, per poter "sentire e toccare" da vicino realtà a volte difficili e tuttavia ricche di potenzialità.

In queste iniziative, incontri di un paio d'ore per alcune decine di persone, desideriamo stimolare una riflessione partecipata, introdotta da tre voci differenti, tutte riconosciute di pari autorevolezza: quella di un "esperto per esperienza" (che il disturbo mentale l'ha toccato con mano), quella di un professionista del mondo psichiatrico o psicologico e una terza proveniente dal mondo sociale e culturale. Tutte voci a cui si chiede di entrare nel merito dei temi proposti con uno sguardo vigile, curioso e nello stesso tempo coinvolto e partecipativo, ma da punti di vista certamente differenti.

Ci interessa aprire un varco attraverso il quale addentrarci in un rispettoso viaggio, con il desiderio di illuminare zone d'ombra. I temi che suggeriamo fanno parte della vita di ciascuno e possono promuovere una sensibilità più fine, in grado di arricchirci con nuove modalità di osservazione delle nostre esistenze.

Proponiamo gli incontri in contesti differenti: spazi pubblici, come biblioteche, Comuni e anche Centri Sociali o luoghi in cui d'abitudine già le persone si incontrano.

Stiamo valutando, inoltre, la possibilità di creare un blog che raccolga il resoconto del lavoro fatto, affinché gli stessi partecipanti possano attingere a risorse comuni oppure proporre contributi innovativi.

## "Di normalità si può anche guarire"

quando il disturbo mentale ci racconta qualche cosa di noi

**APPARTENENZA**

**CURA CURARE  
AVERE CURA**

**IL BISOGNO  
DI SENSO**

### Incontri per la città

*"Esperti per esperienza" - persone che conoscono il disturbo mentale per esperienza di vita - professionisti e cittadini si confrontano interrogandosi su quanto esperienze di malattia e vita comune si possano illuminare a vicenda. Sofferenza e malattia mentale vengono accostate come finestre che consentono uno sguardo originale sulla vita di ciascuno.*

**Quartiere S.Stefano**

**sabato 5 novembre, sabato 19 novembre, sabato 3 dicembre**



## APPARTENENZA

Sabato 5 novembre dalle 15.30 alle 17.30

Quartiere S. Stefano – Sala Consiliare, via S. Stefano 119

Sembra che sia impossibile non appartenere. Apparteniamo a gruppi sociali, a ruoli professionali, a ideologie. Possiamo sentire di appartenere ad una persona. È forse quando siamo più fragili che cerchiamo appartenenze forti.

Ci sono rotture traumatiche di questi legami che possono portare a disturbi mentali; e a volte sono considerati patologici alcuni rapporti di appartenenza particolarmente esclusivi.

Ma è anche da queste esperienze che possiamo meglio comprendere il “mare dentro” delle nostre appartenenze.

*I legami di appartenenza: in quali rapporti li troviamo? Come si esprimono?*

*Siamo noi a sceglierli? Su che si fonda il bisogno di appartenere?*

*È indice di debolezza? È un comune bisogno di base?*

*Sentirsi “parte” di qualcuno o di qualcosa: che cosa ci dà, che cosa ci toglie?*

*Che cosa possiamo imparare dalle crisi da rottura di una appartenenza?*

Intervengono:

**Un “esperto per esperienza”**

**Roberto Maisto**, psichiatra

**Luigi Nardacchione**, Social Street di via Fondazza

Conduce la conversazione: **Michele Filippi**, psichiatra

## CURA, CURARE, AVERE CURA

Sabato 19 novembre dalle 15.30 alle 17.30

Quartiere S. Stefano – Sala Consiliare, via S. Stefano 119

Accuratezza, prendersi cura, trascurare, essere in cura, curare... C'è un filo che lega esperienze anche molto diverse: se ci pensiamo, tutte di grande rilievo nella vita di ogni giorno. Non solo nella vita personale. Anche le realtà collettive è importante che si esprimano con cura, e hanno bisogno di cura. Ma forse è quando si sta male che si fa più chiaro che cosa soprattutto conta nelle relazioni di cura.

*Cura nelle relazioni umane, cura come terapia, cura nella vita delle istituzioni (aziende, scuole, servizi...): c'è una matrice comune? Quali le differenze? Quando si può dire che c'è cura nel rapporto tra le persone? Che cosa favorisce la nascita di una relazione di cura? Che cosa la interrompe? Perché fa bene? E perché qualche volta fa male?*

Intervengono:

**Un “esperto per esperienza”**

**Franca Errani**, formatrice InnerTeam, Dialogo dei sé interiori

**Marinella Alberghini**, consigliere delegato della Marchesini Group

Conduce la conversazione: **Michele Filippi**, psichiatra

## IL BISOGNO DI SENSO

Sabato 3 dicembre dalle 15.30 alle 17.30

Quartiere S. Stefano – Sala Consiliare, via S. Stefano 119

Dare un senso alla nostra realtà è un bisogno; che può diventare sogno, o magari illusione. A volte lo si costruisce, a volte lo si trova. Se capita di smarrirlo è difficile non entrare in una crisi, e in qualche caso la crisi finisce per essere considerata un disturbo mentale. Ma vivere significa anche accettare realtà che apparentemente sono senza senso. E poi, quando si è in felice risonanza con le cose, del loro senso non ci si preoccupa più.

*Come cambia la nostra vita quando si trova un senso? E quando lo si perde?*

*Che cosa ci spinge a cercare un senso alla nostra giornata, alla nostra esistenza? Quando il senso in cui ci ritroviamo non è condiviso con gli altri: che cosa succede? Che cosa si rischia?*

*Qual è la funzione delle culture condivise: valori comuni, credenze comuni, progetti comuni?*

Intervengono:

**Un “esperto per esperienza”**

**Giorgio Rosini**, psichiatra

**Guido Armellini**, insegnante

Conduce la conversazione: **Michele Filippi**, psichiatra

La partecipazione è gratuita

Per informazioni 349 210 3479 / 331 891 4497

Dal 28 Gennaio 2017 altri incontri saranno tenuti presso il Centro Sociale

A. Tonelli a S. Lazzaro di Savena, via Galletta n. 42