

# RELAZIONE DI MISSIONE 2021

**Piccoli Passi Per... è:**

**O.D.V. – Organizzazione di Volontariato**

Iscritta a:

**Registro Regionale delle Associazioni di Solidarietà Familiare**

**Registro Provinciale del Volontariato**

Associata a:

<b>URASaM</b>	Unione Regionale Associazioni per la Salute Mentale
<b>C. S. M.</b>	Campagna Salute Mentale - Milano
<b>C. B. I.</b>	Coordinamento Bergamasco per l'Integrazione
<b>C.S.V.</b>	Centro Servizi Volontariato
<b>IL PUGNO APERTO</b>	Cooperativa Sociale – Treviolo (BG)
<b>I.S.P.S.</b>	International Society for Psychological and Social Approaches to Psychosis

## **IN RICORDO**

**L'Associazione Piccoli Passi Per... nell'anno 2021 è stata particolarmente provata dalla perdita di cari amici e collaboratori.**

### **Ricordo di Marco**

*Marco Caselli è mancato improvvisamente il 29 marzo 2021. Tutti noi lo conoscevamo come persona da sempre impegnata nel Sociale, in particolare nel Consiglio Direttivo dell'Associazione L'Orizzonte di Nembro, con la quale si sono spesso intrecciate le attività della nostra Associazione. La sua improvvisa perdita ha lasciato un grande vuoto, al di là della sua famiglia, anche fra i suoi amici de L'Orizzonte e in tutti noi che abbiamo avuto l'occasione di incontrarlo e conoscerlo come uomo preparato, di grande simpatia e soprattutto sempre disponibile e generoso nei confronti dei suoi impegni sociali.*

### **Ricordo di Gino**

*Grande dispiacere per la scomparsa di Gino Postini, testimonianza di grande impegno umano e sociale. Attestazioni di stima dalle diverse Istituzioni e dalle Associazioni di Salute mentale del territorio. Ci lascia un grande vuoto ma anche un grande insegnamento di forza e di lotta per migliorare le condizioni di vita di chi conosce la sofferenza psichica.*

### **Per Valerio**

*Pochi giorni fa ci ha lasciato Valerio Canzian, presidente di URASaM, l'Unione Regionale Associazioni per la Salute Mentale, una grande perdita per le associazioni e per tutta la comunità. Con impegno appassionato, giorno dopo giorno, ha lottato per i diritti delle persone più fragili rappresentando per tanti anni l'Associazione con generosità, arricchendola di competenza e prestigio. Far proseguire URASaM nello spirito dei fondatori e della strada che Valerio ha tracciato sarà impegno di tutti noi. Ci mancherà il presidente e l'amico.*

## L'ASSOCIAZIONE

### CIVICA BENEMERENZA



Il 22 dicembre 2021 la nostra associazione ha vissuto una serata indimenticabile per aver ricevuto dal Comune di Bergamo la Civica Benemeranza con la seguente motivazione:

***“impegno costante nel favorire una migliore qualità di vita delle persone con sofferenza psichica, nel tutelare i loro diritti di cittadinanza, sostenere le famiglie, e promuovere la cultura dell'accoglienza, dell'inclusione e della solidarietà.”***

Siamo grati per questo riconoscimento, ancora più significativo perché si lega ai nostri 25 anni di storia.

Da piccolo gruppo ci sentiamo ora parte della rete di salute mentale del territorio, grazie anche al sostegno delle istituzioni e della comunità.

È il momento in cui il tema della salute mentale diventa cruciale, con la pandemia che pesa su situazioni già fragili e complesse.

Questo riconoscimento ci sprona a continuare, sempre più motivati, nel portare avanti le finalità e i progetti della nostra associazione.

## Chi siamo

“Era il 1996. Un piccolo gruppo di familiari di persone con disagio psichico, madri, padri, fratelli, sorelle, attraverso l’esperienza dell’auto-mutuo aiuto scopriva il valore dello “stare assieme” per sostenersi reciprocamente decidendo poi, come si dice oggi, di mettersi in gioco: affidammo l’uno nelle mani dell’altro la solitudine e la fatica della condivisione quotidiana di una delle sofferenze più grandi per “agire” insieme un percorso di cambiamento.

Oggi “**Piccoli Passi Per...**” conta oltre cento soci, familiari, utenti, volontari, sostenitori ed opera nel territorio di Bergamo con attività divenute via via più ampie e diversificate, ampliando costantemente collaborazioni e sinergie, nell’ottica del “*fare assieme*” in cui crediamo da sempre, con i Servizi sanitari e sociali, le Istituzioni, la Cooperazione Sociale, altre associazioni di volontariato e tante realtà del territorio.”

“Piccoli Passi Per...” opera principalmente nel territorio che afferisce all’ASST – Papa Giovanni XXIII di Bergamo (Unità Operative di Psichiatria 1 e 2), al Distretto ATS Bergamo, e agli Ambiti Territoriali 1 e 2. Nel tempo l’attività dell’Associazione si è allargata ad altre realtà territoriali a livello provinciale.

## Finalità

- Accogliere e sostenere i familiari
- Promuovere/realizzare iniziative per favorire l’autonomia e l’inclusione sociale delle persone con disagio psichico
- Valorizzare il sapere esperienziale di utenti e familiari
- Informare e sensibilizzare l’opinione pubblica per favorire il superamento dello stigma e dell’isolamento sociale delle persone con disagio psichico e attivare le risorse della comunità
- Operare con le istituzioni per promuovere/tutelare la dignità e i diritti di salute e cittadinanza delle persone con disagio psichico.

## SE NON ORA QUANDO?

“Ciò che è emerso da subito, e purtroppo oggi ampiamente confermato, è che l’emergenza covid non ha certo attenuato i problemi legati alla salute mentale dei cittadini, semmai li ha accentuati e connessi ad altre problematiche. Particolarmente preoccupante l’aumento di persone anche molto giovani che manifestano fragilità psichica.

La situazione creatasi con la pandemia è stata ed è molto difficile. Molte attività dei servizi con la prima ondata sono state sospese o rallentate e, sia pure con qualche variazione nel tempo, non sono mai completamente riprese, con una ricaduta negativa sulle risposte ai bisogni delle persone, in particolare sui percorsi riabilitativi. Ne deriva tuttora un senso di solitudine se non di abbandono della persona e della famiglia, mentre entrambi avrebbero bisogno di ancora maggiore sostegno e interventi mirati a partire dai maggiori bisogni.

Purtroppo il Covid ha fatto emergere e peggiorato le criticità del sistema di “cura” che le associazioni da tempo evidenziavano sottolineando l’urgenza di maggiori investimenti nella salute mentale, oggi del tutto insufficienti, e soprattutto rivolti a potenziare il “territorio”, con servizi territoriali dotati delle necessarie risorse, orientati alla Recovery, ripresa, servizi di prossimità, aperti 24 ore per 7 giorni, presidi diffusi e integrati col sociale e sociosanitario e capaci di attivare le risorse della comunità a favore delle persone e delle famiglie.

Come Associazione, dopo l’inevitabile spaesamento iniziale e sospensione/riduzione delle attività, ci siamo fortemente impegnati ad “adattarci” al cambiamento per portare avanti il compito di “prenderci cura” di chi

sperimenta la sofferenza psichica e delle famiglie, in un tempo in cui la salvaguardia dei diritti e della dignità delle persone richiede ancora maggiore attenzione perché più precaria e la pandemia ha accresciuto le fragilità e i bisogni di salute mentale

Abbiamo cercato risorse, prima di tutto dentro noi stessi e nella nostra storia, per reinventarci in ciò che potevamo fare, grazie anche alla *rete* nel territorio che è rimasta attiva e per alcuni aspetti rafforzata, e aggiunto competenze e strumenti nuovi e flessibili per *rimanere in relazione* al di là dei limiti imposti dalla situazione e tornando in presenza ogni volta fosse possibile. Perché la “relazione” è il fondamento di ogni azione di “cura”, è essa stessa “cura”.

Molti i momenti formativi anche rispetto all’evoluzione, continua e rapida, degli scenari sociosanitari, giuridico/amministrativi e culturali relativi alle problematiche inerenti la salute mentale.

“Rispetto alle istituzioni in questi due anni di pandemia ci siamo impegnati a rappresentare, anche attraverso URASaM, l’Unione Regionale delle Associazioni di Salute Mentale (di cui Piccoli Passi Per fa parte), i bisogni e le istanze di utenti e familiari nei luoghi istituzionali, ma anche organizzando o partecipando a incontri pubblici sulla salute mentale. Devo dire che abbiamo trovato ascolto soprattutto dal Sociale, in particolare nei Tavoli di Salute Mentale degli Ambiti di Bergamo e di Dalmine ai quali partecipiamo, ripartiti dopo una iniziale sospensione. Tuttavia permane innegabilmente la complessità e drammaticità della situazione, i bisogni restano alti e insufficienti le risposte.

Ma soprattutto la salute mentale, un “bene collettivo” come dice l’OMS, si realizza *con e nella* comunità, una comunità capace di “prendersi cura” della fragilità attraverso reti di sostegno per la persona e la famiglia e attivare da sé risorse per favorire percorsi di cittadinanza: casa, lavoro, socialità, diritti ancora oggi fortemente disattesi per le persone con problemi psichici.

**La questione della salute mentale deve ritrovare OGGI centralità e dignità nelle politiche, nelle istituzioni, nella Comunità.”**

La Presidente

Camilla Morelli

(dall’intervista pubblicata su Bergamo e Sport l’1 maggio 2022, e su [www.piccolipassiper.it](http://www.piccolipassiper.it))

---

## **ATTIVITA’ 2021**

### **ACCOGLIENZA E SOSTEGNO DEI FAMILIARI**

“In questi anni di pandemia è stata ancora più necessaria anche **l’attenzione alla famiglia** che, già spaesata di fronte alla novità e problematicità dell’emergenza sanitaria e sociale, vive grandi difficoltà nel prendersi cura della persona fragile e gestire la vita quotidiana.

Nel 2021 abbiamo mantenuto attivi **il Centralino sociale**, contattato soprattutto da familiari, e **il Gruppo di socializzazione** dei familiari con i volontari; rinnovato **il Gruppo di auto-mutuo-aiuto** con nuove competenze; infine sostenuto con risorse nostre un **nuovo progetto “INSIEME SI PUO’”** per rispondere ad alcune situazioni di particolari difficoltà della famiglia attraverso l’intervento domiciliare di educatori.” Nel 2021 il progetto si è concluso per i primi utenti inseriti; attualmente rimane attivo in attesa di nuove richieste.

Questi percorsi fruiscono inoltre delle competenze a titolo gratuito di uno psicoterapeuta in qualità di intervistore.

“Il nostro sostegno si esprime concretamente anche **nell’accompagnamento dei familiari** nella ricerca di risposte ai loro specifici bisogni, in particolare nei rapporti con i servizi del territorio, così come attraverso **diversi progetti che hanno l’obiettivo di sostenerli** e sollevarli nella gestione della relazione con il familiare ammalato e **di favorire** nello stesso tempo il riappropriarsi della dimensione di famiglia, a volte prevaricata

dalle necessità di cura del familiare, necessità ancora maggiori e più evidenti in questi anni di pandemia, e insieme lo sviluppo della **rete di solidarietà familiare** nel territorio con l'obiettivo di combattere l'isolamento e lo stigma che caratterizzano ancora oggi la condizione di chi vive la malattia mentale, ma anche di chi la condivide quotidianamente.

#### ❖ Auto mutuo aiuto

L'attività dell'**Auto mutuo aiuto** (a.m.a.) rimane asse portante dell'associazione con incontro settimanale e ha assunto un significato ancora maggiore nel difficile tempo che viviamo.

*"In data 27/03/2021, si è tenuto online il primo incontro del nuovo gruppo AMA di Piccoli Passi Per... Erano presenti le tre facilitatrici (membri del Direttivo), in precedenza formatesi presso l'Associazione AMA – Bergamo, oltre a 9 persone che nei mesi precedenti avevano richiesto di far parte del gruppo. Da subito però, si è ravvisata la necessità di creare, entro breve tempo, un secondo gruppo, in quanto il numero di partecipanti è consigliabile non sia superiore a 10, in modo da permettere a tutti i membri di avere il giusto tempo a disposizione per potersi esprimere. Il successivo 1° maggio si è quindi decisa la gemmazione del gruppo in due (un gruppo si sarebbe incontrato il martedì sera, mentre l'altro il sabato pomeriggio). Di comune accordo poi, vista l'emergenza pandemica in corso, nonché la problematica della gestione dei propri familiari psichiatrici, si è deciso di proseguire gli incontri online, lasciando aperta la possibilità di fare qualche incontro in presenza, nel caso ci fossero state le condizioni per poterlo fare. Si è deciso inoltre di sospendere gli incontri durante il periodo estivo, per le esigenze legate alle vacanze dei membri.*

*Nel corso dei mesi ci sono stati vari nuovi ingressi nei due gruppi ma, al contempo, ci sono state anche persone che non se la sono sentita emotivamente di farne parte, oppure che non sono riuscite a rispettare le regole di gruppo (soprattutto quella della presenza). Il gruppo AMA infatti, per far sì che funzioni, necessita del rispetto di alcune regole fondamentali. I membri che invece hanno sempre partecipato con costanza e rispetto delle regole si sono detti molto contenti del supporto trovato all'interno del gruppo e soprattutto del fatto che si sono sentiti accolti, capiti e finalmente non più soli ad affrontare i loro problemi. L'obiettivo prefissato quindi, è stato ampiamente raggiunto. (Rossella)*

## **PERCORSI di AUTONOMIA e INCLUSIONE SOCIALE**

Un approccio basato sulla persona, l'importanza degli interventi sociali e del protagonismo dei soggetti sono principi affermati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e da tempo convalidati da prove di efficacia.

Su questi principi si fonda tutta la nostra progettualità rivolta alle persone con disagio psichico, finalizzata a sostenerle nel recuperare e valorizzare risorse e potenzialità, esercitare i diritti di cittadinanza, ritrovare un senso di appartenenza alla comunità. I progetti sono realizzati in condivisione con i Servizi psichiatrici e sociali, Istituzioni, Privato Sociale, altre associazioni di volontariato e realtà del territorio, e sostenuti economicamente o direttamente dall'associazione con fondi propri (contributi da enti pubblici o privati e dalla comunità) o attraverso la partecipazione a bandi, favorendone la prosecuzione, alla scadenza del finanziamento, sia con risorse proprie che sollecitando il sostegno della comunità.

**Nel 2021 l'impegno è stato quello di dare il più possibile continuità ai percorsi in atto nonostante l'emergenza covid-19, rimodulando quando possibile attività e progetti anche con strumenti nuovi.**

**Nel 2021 i Laboratori espressivi CREARE INSIEME a Torre Boldone e SCACCIAPENSIERI a Bergamo**, attività 'storica' di Piccoli Passi Per..., luoghi aperti nel territorio in spazi concessi da Parrocchie e Comuni in cui gli utenti incontrano i volontari in un ambiente tranquillo e sereno dove ricevono ascolto ed esprimono la propria creatività, a causa della pandemia sono ripartiti solo per brevi periodi dell'anno.

## I PROGETTI

Tutti i progetti mettono in campo, pur con modalità differenti, percorsi per l'autonomia e l'integrazione sociale delle persone con disturbi psichici attraverso l'individuazione e la costruzione di nuove forme di accoglienza e inclusione in una logica di valorizzazione e dialogo all'interno della comunità locale, dei contesti di vita. Per alcune situazioni i progetti 'si incrociano' potenziando le opportunità per le persone coinvolte.

In collaborazione con le cooperative Il Pugno Aperto e AEPER sono continuati gli interventi individuali, con educatori professionali, del progetto *SENZA PAURA*, all'interno dei **progetti distrettuali: "ESCO: DALLA CASA AL TERRITORIO. Percorsi di autonomia per la salute mentale" Ambito di Bergamo, e "Cura Integrazione e Benessere nella salute mentale" Ambito di Dalmine, entrambi nuovamente finanziati dalla Fondazione della Comunità Bergamasca e dall'Ufficio di Rappresentanza dei Sindaci** (vedi Tavoli SM Bergamo e Dalmine pag. 13).

## UNO SGUARDO SULL'ANNO 2021

*Una bella abitudine! Forse da non dare per scontata*

**abitudine /abi'tudine/ s. f.** [dal lat. habitudo -dinis, der. di habitus -us "abito"]. - 1. a. [tendenza a ripetere determinati atti, con le prep. a, di o assol.: fare l'a. a tutto

L'abitudine è la tendenza a ripetere una determinata azione, a rinnovare una determinata esperienza; si acquisisce per lo più con la ripetizione frequente dell'azione o dell'esperienza stessa

*Sinonimo:* **1. consuetudine**, metodo, pratica, uso; routine, tran tran; 2. costume, usanza, tradizione, costumanza; 3. inclinazione, disposizione, abito.

Il racconto delle attività realizzate nella collaborazione tra Piccoli Passi Per... e Il Pugno Aperto è una **consuetudine** che si ripete annualmente: le attività stesse possiamo dirci essere caratterizzate da **consuetudine ...**

In questo termine sono riassunte tutte quelle buone abitudini che nel tempo abbiamo imparato a costruire e riconoscere facendole diventare il valore aggiunto di ciascun progetto.

La durata pluriennale dei progetti [**Senza Paura – Tempo Libero - Una Città Non Basta- Appartamento di Residenzialità Leggera- Un posto anche per me**] ci ha messo nella condizione di poter affinare e ulteriormente articolare le progettualità stesse dandoci la possibilità di accogliere un numero sempre più significativo di persone.

**Per questo 2021 le persone adulte accolte sono state oltre 40!**

Un'importante novità è stata la possibilità di rivolgere l'attenzione, in dialogo con le neuropsichiatrie infantili, ai più giovani: **sono stati 10 le ragazze/i ragazzi under 18 accolti e incontrati!** Interventi che cercano di offrire supporto a giovani e alle loro famiglie, in un periodo particolarmente faticoso per le giovani generazioni, sempre più fragili e sofferenti.

La finalità che muove ogni progetto, senza differenze di età, rimane il poter costruire un percorso **"a misura"**, con il supporto di professionisti competenti, alla ricerca di quelle **consuetudini** che possono "dare scarto", introducendo un cambiamento, alla vita di tutti i giorni, e renderla migliore riscoprendo la possibilità di piccoli gesti di routine quotidiana, concedendosi il piacere dell'incontro e dello stare con l'altro.

Le attività, i momenti di gruppo sono e continuano ad essere strumenti per costruire e sviluppare un tempo presente vissuto bene.

Nel dicembre 2021 è stato possibile mettere a punto un'ulteriore proposta progettuale (grazie alla generosità della Fondazione Homo) dal titolo **"MICA VAN GOGH"**: 3 differenti laboratori pensati per i più giovani (uno di *street art*, uno di narrazione teatrale e una ciclofficina).

Ma di questa nuova avventura avremo modo e consuetudine di raccontare nella prossima relazione annuale... Ringraziamo Piccoli Passi Per... per la costante fiducia e collaborazione nella realizzazione dei progetti, per i generosi finanziamenti che ci consentono di **coltivare queste "sane" abitudini**. (Alessandro educatore)

### **"L'ABITARE"**

Continua l'impegno di Piccoli Passi Per... sul tema dell'ABITARE che, per le persone che vivono situazioni di sofferenza psichica, risulta essere molto spesso un problema per la difficoltà di trovare soluzioni soddisfacenti e individualizzate. **È necessario concepire l'abitare non solo come "casa" fisica ma soprattutto come sistema di relazioni.**

#### **- appartamento di residenzialità leggera**

Dopo quasi 16 anni, l'appartamento di Torre Boldone continua ad essere un luogo dove far esperienza di un abitare temporaneo, sostenuto da figure professionali, **per fare "palestra" di un vivere autonomo**, scoprendo i limiti e le possibilità di una casa, del vivere da soli, della fatica di gestire una casa e un tempo. In questi anni l'accoglienza si è casualmente orientata sempre su donne, giovani o meno, con periodi di permanenza diversi, sempre collegata al progetto di vita di ciascuno e in connessione con gli operatori dei centri di salute mentale.

- È ripresa nel 2021 **l'attività di raccolta fondi** a supporto del percorso di autonomia di pazienti psichiatrici, in particolare abitativa, connessa al progetto di sensibilizzazione **"UNCAFFE'PERDUE"** del Tavolo SM BG (vedi pag. 17)

### **"CONNETTIAMOCI. Il digitale al servizio del cittadino"**

"Un altro bisogno evidenziato dalla pandemia è stata la necessità di saper utilizzare anche gli strumenti virtuali: da qui nel 2020 è nato il progetto: **"Connettiamoci: il digitale al servizio del cittadino"** realizzato nel gruppo di lavoro **"Terra di mezzo"** composto da Piccoli Passi Per, Centro Diurno Day-Care, CPS Ovest, Provincia, Circolo Day-Care APS. Dopo l'esperienza del lockdown e l'emergere delle problematiche legate all'isolamento, che in molti casi hanno peggiorato condizioni di fragilità psichica già presenti e che colpiscono soprattutto le persone più fragili e con maggiori difficoltà di accesso alle nuove tecnologie di comunicazione, si è pensato di creare uno sportello per assistenza tecnologica, aperto a tutti e gratuito, in uno spazio concesso dal Comune di Bergamo e in collaborazione con l'Associazione RetroEdicola. L'assistenza è fornita da alcuni utenti del Centro Diurno Day-Care (coordinati da una psicologa), che diventano protagonisti attivi del tessuto sociale e portatori di benefici per l'intera comunità locale. "

**Nel 2021 sono state seguite 125 persone, in gran parte per lo SPID.**

### **PROGETTI ANCORA SOSPESI PER LA PANDEMIA**

3Ci sono 3 progetti dal carattere innovativo in cui crediamo molto, avviati nel 2019 e tuttora sospesi ma con **l'impegno di riprenderli non appena possibile:**

- il **"Progetto ESP"**, l'Esperto in Supporto tra Pari, un utente dei servizi di salute mentale che diviene protagonista del proprio percorso di cura e del sostegno ad altre persone. Realizzato in collaborazione con il Centro Diurno Day-Care/ASST BG per l'attivazione di questa figura anche nel nostro territorio, prevedeva nel 2020 anche un importante convegno sul protagonismo delle persone, con la titolarità della ASST-Papa Giovanni XXIII, sospeso per la pandemia.

- Altrettanto importante il **Progetto “Percorsi alternativi alle sanzioni disciplinari”** con il quale Piccoli Passi Per..., attraverso il CSV (Centro Servizi Volontariato) di Bergamo, aveva offerto la disponibilità all'accoglienza di studenti nei propri contesti operativi e progettuali per convertire i provvedimenti disciplinari in attività a favore della comunità, ritenendola un'opportunità significativa per tutti: per i ragazzi coinvolti come momento di crescita, per l'associazione di intercettare persone giovani facendo conoscere la nostra realtà e insieme sensibilizzare sulla problematica della salute mentale, a vantaggio dell'intera comunità.
- Infine un progetto che ci sta particolarmente a cuore perché riguarda direttamente il rispetto dei diritti e della dignità della persona: **“Città libere da contenzione. Insieme si può”**. Vedi pag. 10

---

#### **GRUPPO VOLONTARI**

Tutte le nostre attività e progetti si avvalgono da sempre della preziosa figura dei volontari, che affiancano utenti in carico ai C.P.S. o segnalati dai Servizi Sociali con attività di sostegno nei laboratori, a domicilio, nel tempo libero. **Purtroppo a causa della pandemia le attività che prevedevano una “presenza” di volontari si sono fermate o rallentate in maniera considerevole.**

## **PARTECIPAZIONE AI TAVOLI ISTITUZIONALI DI SALUTE MENTALE DEL SANITARIO E DEL SOCIALE**

Piccoli Passi Per... è impegnata a portare la voce di familiari e utenti presso i Servizi e le Istituzioni per operare insieme affinché ad ogni persona con disagio psichico sia garantita una “presa in cura” che risponda alla complessità dei suoi bisogni con un progetto condiviso che rispetti la specificità e unicità della persona e ne valorizzi risorse e potenzialità. Questo il significato della nostra presenza, in rete con analoghe realtà associative sia provinciali che regionali, negli organismi e ai Tavoli di lavoro previsti dalla legislazione in tema di salute mentale, **nell’impegno non facile di rappresentare alle Istituzioni le istanze di utenti e familiari in una situazione di crescente fatica e complessità e di cercare di costruire risposte condivise, nella specificità di ruolo e competenze di ciascuno.**

### **“Città libere da contenzione. Insieme si può”**

**Nel 2021 l’associazione ha visto un grande impegno in iniziative per il superamento della contenzione e di ogni pratica lesiva della dignità e dei diritti delle persone nei luoghi della cura.**

Il Comitato “Città libere da contenzione” composto da rappresentanti dei 3 livelli territoriali, locale, regionale, nazionale, delle associazioni per la salute mentale: Camilla Morelli, presidente Piccoli Passi Per..., in rappresentanza del *Forum Associazioni per la Salute Mentale Bergamo*, Valerio Canzian, presidente *URASAM Lombardia*, Giovanna Del Giudice, portavoce Campagna .... *E tu slegalo subito*, e con *Club Spdc no restraint*, ha infatti ripreso il percorso interrotto dalla pandemia “Città libere da contenzione. Insieme si può”, iniziato dopo la tragica vicenda di Elena Casetto, 13 agosto 2019, con l’obiettivo di mettere in campo un percorso partecipato con le istituzioni e con il coinvolgimento della comunità per costruire ‘Città libere da contenzione a partire da Bergamo’.

Auspiciando di poter riprendere il più presto il confronto/dialogo con le istituzioni avviato prima della pandemia, nel 2021 abbiamo proceduto nella **sensibilizzazione della Comunità** sul tema del *no restraint*, realizzando con l’adesione di numerose associazioni che operano nell’area della salute mentale e dei diritti umani e il contributo della società civile **incontri online** che hanno avuto un riscontro molto significativo:

- 2 eventi pubblici dal titolo “Città libere da contenzione. Per non dimenticare.” 13 febbraio e 20 marzo 2021, **per ribadire il NO alla pratica della contenzione e l’urgenza di un cambiamento culturale e organizzativo nel campo della presa in cura, che proprio la pandemia ha dimostrato essere non più prorogabile.**

La diffusione anche attraverso i social ha visto in entrambi gli incontri grande partecipazione, inoltre generato attenzione da parte della politica: da qui **3 incontri pubblici online di Piccoli Passi Per...con esponenti politici regionali, nei mesi di marzo e aprile 2021.**

- Per il secondo anniversario dell’evento il Comitato ha predisposto il Comunicato stampa “13 agosto 2021. Per non dimenticare.”
- Il percorso si è concluso con **la tappa lombarda del Giro d’Italia Club SPDC No Restraint, idealmente a Bergamo, ottobre 2021:** un incontro online, aperto a tutti gli interessati, tra e con quanti nei servizi svolgono la funzione di cura senza ricorrere alla costrizione.

Infine, Il 3 novembre 2021 la presidente ha partecipato all’incontro in Regione Lombardia sul tema contenzione con G.Rossi presidente Club Spdc no restraint, V.Canzian presidente URASaM , D.Goffetti Tavolo della salute BG.

**Sappiamo che la strada è ancora lunga ma continueremo a far sentire la nostra voce per il cambiamento. Per non dimenticare.**

#### ❖ **D.S.M.D. (Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze) ASST Papa Giovanni XXIII**

Oltre alla collaborazione con i rappresentanti dei servizi e delle istituzioni nei Tavoli di Salute Mentale Ambiti 1 e 2, è continuata la collaborazione col **Gruppo di lavoro "Terra di mezzo" con vari progetti sul tema del Protagonismo degli utenti** (vedi pag. 8)

Si ribadisce la richiesta dell'Associazione di riprendere gli incontri periodici del DSM, purtroppo interrotti da alcuni anni, con le realtà del Terzo e Quarto Settore.

#### ❖ **O.C.S.M.D. (Organismo Coordinamento Salute Mentale ATS)**

Dal 2021 presieduto dal Direttore Sociosanitario ATS BG. E' stata accolta la richiesta del Forum Provinciale Associazioni Salute Mentale di mantenere nell'Assemblea il numero di 3 suoi rappresentanti, 1 per ciascuna delle 3 ASST. Sono stati costituiti 4 Tavoli Tecnici: Psichiatria, Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza, Dipendenze, Trasversale con la presenza in ciascuno di 1 referente delle Associazioni del Forum, familiare e/o utente.

#### ❖ **Provincia di Bergamo**

La collaborazione con la Provincia, attraverso la consigliera alle Pari Opportunità e la rappresentante al Tavolo Salute Mentale Ambito BG, si è ulteriormente rafforzata nel 2021 su comuni progettualità e la partecipazione a eventi realizzati da Piccoli Passi Per...

### **Integrazione sociosanitaria: un esempio di buone prassi**

**Specie nei casi complessi, dove la problematica psichica si accompagna a dipendenza o a disabilità, si assiste spesso ad una frammentazione degli interventi, a volte con sovrapposizione degli stessi, in altre a scoperture, mentre tutto quello che viene messo in campo dovrebbe essere costantemente ricondotto e ricomposto a unitarietà DENTRO UN PROGETTO COSTRUITO PER LA PERSONA E CON LA PERSONA che ne rispetti l'unicità, riconosca e valorizzi potenzialità ma anche desideri, aspettative.**

**Siamo perciò contenti di poter riferire un esempio di buona prassi nella direzione sopraindicata.**

Nel 2021 in considerazione della complessità della situazione di una persona e al contempo delle grandi difficoltà nell'individuazione della struttura idonea e disponibile alla sua accoglienza, il Comune di Bergamo, con la regia del Servizio a favore dei disabili, ha avviato un gruppo di progetto composto dal Comune di Bergamo-Assessorato Politiche Sociali, dall'ATS, dal CPS di riferimento, dall'Associazione Piccoli Passi Per nella persona della presidente, infine dall' Amministratore di sostegno.

La costante condivisione e integrazione di risorse e competenze ha permesso lo sviluppo di una progettualità positiva i cui punti di forza sono stati:

- l'orientamento nell'individuazione della struttura più adatta per le esigenze della persona anche se questo obiettivo potesse richiedere tempo e messa a sistema di più soggetti e risorse
- il coinvolgimento attivo della persona e della famiglia.

#### ❖ **U.R.A.Sa.M. (Unione Regionale Associazioni Salute Mentale) Lombardia**

Fin dalla costituzione di URASaM Lombardia Piccoli Passi Per...partecipa con un proprio rappresentante al Consiglio Direttivo, attualmente la presidente nel ruolo di vicepresidente.

Da metà novembre 2021 il presidente, assente per motivi di salute, ha delegato a sostituirlo i due vicepresidenti in carica.

**L'Unione Regionale delle Associazioni per la Salute Mentale è un'associazione di volontariato ODV di 2° livello che svolge attività di coordinamento/consulenza/assistenza delle Associazioni aderenti e promuove all'occorrenza eventi di approfondimento su temi particolari, quali lavoro, farmaci ... Essa opera a difesa dei diritti di malati e familiari per la salute mentale.** URASAM rappresenta le Associazioni nel Tavolo Tecnico Regionale Salute Mentale per l'istituzione del Nuovo PRSMD, è presente nel Coordinamento delle Associazioni del Milanese Salute Mentale, è componente fondamentale di CSM (Campagna Salute Mentale), inoltre porta le istanze di salute mentale di familiari e utenti in altri luoghi istituzionali e contesti quali convegni ecc.

#### Principali tematiche affrontate:

- Anche nel 2021 URASaM, in particolare con CSM, R.U.L (Rete Utenti Lombardia) e LEDHA, ha costantemente sottolineato come l'emergenza sanitaria in atto abbia 'solo' aggravato una preesistente **situazione di insufficienti/precarie/mancanti risposte ai bisogni delle persone con sofferenza psichica e delle famiglie**, sempre più sole ad affrontare le complessità e le difficoltà della vita.  
Esprimendo in particolare vive preoccupazioni per la gravissima situazione di carenza di risorse umane nell'ambito della salute mentale, con la richiesta che *"le risorse dedicate alla sanità dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza non vengano disperse ma impiegate per implementare la presa in cura territoriale delle persone con disagio mentale"* (dalla **Lettera pubblica** all'Assessorato al Welfare della Regione Lombardia, 26.5.2021, di CAMPAGNA SALUTE MENTALE- U.R.A.S.A.M. LOMBARDIA- R.U.L.) e con interventi sul territorio in situazioni specifiche a sostegno dell'associazione di riferimento.
- URASaM ha contribuito con altre associazioni e realtà del territorio, dopo l'evento *"È il tempo di cambiare. Conferenza regionale salute mentale Lombardia"* alla raccolta degli aspetti essenziali emersi dal dibattito che ha dato origine al testo dal titolo **"Piattaforma. È il tempo di cambiare. Conferenza regionale salute mentale Lombardia"** con l'indicazione di 10 priorità. "... un contributo verso la Conferenza Nazionale salute mentale 2021, allo scopo di trovare concordanze su una piattaforma comune per riportare ad unità la frammentazione dei diversi sistemi regionali. "
- Contributi di URASaM (presidente e consiglieri) alla **2° CONFERENZA NAZIONALE SALUTE MENTALE**, giugno 2021, e ai 3 seminari tematici del Coordinamento Nazionale Conferenza Salute Mentale in preparazione della stessa.
- Partecipazione attraverso il presidente ai lavori di **revisione della L 23/2015 di RIFORMA DEL SISTEMA SOCIO-SANITARIO LOMBARDO**, in particolare per l'area salute mentale, e per la definizione del nuovo PRSMD (Piano Regionale Salute Mentale e Dipendenze)
- Partecipazione di URASaM attraverso il presidente alla ripresa del percorso **"Città libere da contenzione. Insieme si può"** (vedi pag.10)
- 1 dicembre 2021 partecipazione di URASaM con CSM all'assemblea pubblica **"Salute mentale: se non ora quando?"**
- 
- **VALORIZZAZIONE DEL SAPERE ESPERIENZIALE DEGLI UTENTI.**  
Su questo obiettivo da sempre prioritario URASaM ha operato anche nel 2021 su diversi piani, in primis in affiancamento alla Rete Utenti salute mentale della Lombardia (R.U.L.) e alle associazioni di utenti territoriali.  
**Ruolo attivo nella promozione del sapere esperienziale degli utenti all'interno di ProESP (associazione per la promozione dell'Esperto in Supporto tra Pari).** Anche nel 2021 ProESP ha operato per consolidare i rapporti istituzionali, in particolare nell'obiettivo di un progetto sperimentale con Regione Lombardia per l'utilizzo degli ESP nelle Case della Comunità.

## ❖ TAVOLO SALUTE MENTALE-AMBITI TERRITORIALI 1 e 2

**Piccoli Passi Per...** è presente a entrambi i Tavoli fin dalla loro costituzione in rappresentanza dei familiari. Si auspica vivamente la partecipazione di un rappresentante degli utenti.

### TAVOLO SALUTE MENTALE AMBITO TERRITORIALE 1 – BERGAMO

Nel 2021 il Tavolo, coordinato da Raffaele Casamenti, ha operato con 7 incontri generali e 3 gruppi di lavoro: Bando distrettuale/ Senza Paura, “Liberamente Espresso”, Buone Prassi. L’attività è stata caratterizzata dall’attenzione costante alla situazione in atto e alla sua evoluzione, attraverso il confronto tra tutte le componenti sulla situazione nel territorio dell’Ambito in relazione a fragilità psichiche finalizzato:

- **alla ri-lettura delle situazioni inerenti la salute mentale**
- **all’individuazione di eventuali nuove necessità di intervento con nuovi strumenti/attività.**

#### **ANALISI SINTETICA DELLA SITUAZIONE**

**Si rileva che vi sono bisogni sommersi e che sono aumentati; la difficoltà è affrontarli in una situazione in cui i servizi sono in sofferenza e senza risorse adeguate.** Ai pazienti già in carico si è aggiunta una crescente nuova fascia di utenti precedentemente non in carico che crea problemi alla tenuta dei servizi, già in sofferenza prima della pandemia, e allunga i tempi di assistenza. Particolarmente preoccupante l’aumento di adolescenti e giovani che manifestano fragilità psichica. Un’altra fascia in sofferenza è quella di adulti con scarse potenzialità da esprimere in attività riabilitative ma che hanno elevati bisogni di supporto sociale.

**Si ribadisce la necessità di un incremento dei progetti a domicilio e di supporto educativo per persone che manifestano fragilità psichiche e per le famiglie che segnalano crescenti difficoltà nel gestire la propria vita quotidiana e le relazioni interne.**

#### **PRINCIPALI TEMATICHE AFFRONTATE:**

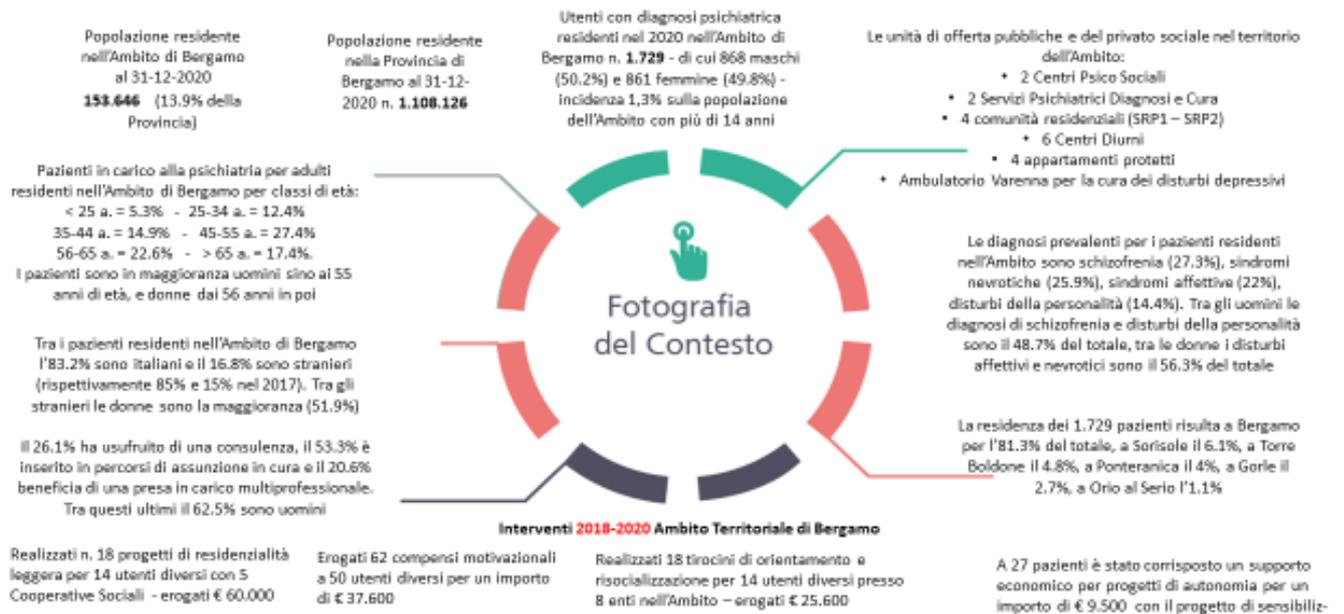
- **Nuovo Piano di Zona dell’Ambito Territoriale di Bergamo 2021-2023**  
**Contributo del Tavolo Salute Mentale di Ambito**

Il piano di lavoro per la **definizione del nuovo Piano di Zona dell’Ambito Territoriale di Bergamo** prevedeva tra i momenti **il coinvolgimento dei Tavoli di Ambito e 4 incontri trasversali con i relativi stakeholder**, tra cui uno sull’integrazione sociosanitaria.

**Il lavoro del Tavolo** sul tema, che lo ha impegnato in modo significativo, si è svolto con la conduzione della ricercatrice dell’Università di Bergamo incaricata della stesura del nuovo PDZ per l’Ambito di Bergamo, ed è partito dalla necessità di una valutazione sul raggiungimento degli obiettivi del PdZ precedente, di avere dei dati per fare una fotografia del contesto attendibile, mettere in parallelo percorsi «tradizionali» già tentati in passato con altri più «innovativi» e definire le prospettive future che il Tavolo auspica.

## Area Salute Mentale

## Ambito di Bergamo



E' stato svolto un lavoro individuale, poi socializzato, in particolare per mettere a fuoco le **prospettive partendo dagli obiettivi di miglioramento che si vorrebbero osservare al termine del nuovo Piano di Zona,**



**I documenti del Tavolo sono stati inseriti nel Piano di Zona dell'Ambito Territoriale di Bergamo 2021-2023**

**INOLTRE** Sono stati effettuati **incontri degli stakeholder** da parte del Consiglio di Rappresentanza dei Sindaci, tra cui la presidente di PPP, per raccogliere bisogni e proposte.

La presidente di PPP ha partecipato al **ciclo di seminari preparatori alla programmazione dei Piani di Zona 2021- 2023: “Oltre le emergenze. I territori e le sfide della programmazione “**, promosso dal Consiglio di Rappresentanza dei Sindaci in collaborazione con gli Uffici di Piano e rivolto ad Amministratori locali, decisori, tecnici delle istituzioni pubbliche, del Terzo Settore e della società civile. *“Il percorso vuole fornire al territorio strumenti e prospettive per la costruzione di una visione strategica di medio-lungo periodo rispetto allo sviluppo locale e all’uscita dalla crisi, in occasione del nuovo ciclo di programmazione delle politiche di welfare locale.”*

#### - **Progetti e misure di Ambito nell’area della salute mentale**

I componenti del Tavolo ribadiscono la preoccupazione per i vincoli e le difficoltà insorte dal 2020 sul mantenimento delle misure storicamente in atto per la salute mentale nell’Ambito di Bergamo per il sostegno a situazioni di pazienti psichiatrici residenti: **tirocini, compensi motivazionali e voucher di residenzialità leggera**, con conseguente riduzione del budget disponibile (già peraltro del tutto insufficiente rispetto a questo tipo di bisogni) per dare continuità ai progetti in corso, **sottolineando al contempo, per l’esigenza in questo particolare periodo, di risorse aggiuntive per progetti di domiciliarità e per il sostegno alle famiglie di utenti dei servizi psichiatrici, anche in funzione preventiva.**

A fine 2021 si rileva che i voucher per la residenzialità leggera sono attivi, mentre i tirocini lavorativi dovrebbero partire da gennaio.

#### **Nuove misure e bandi a favore dei pazienti dell’area della salute mentale**

È proseguito nel 2021 il nuovo progetto di salute mentale domiciliare e territoriale di Ambito **«Progetto riabilitativo territoriale e domiciliare per giovani e adulti in situazione di disagio psichico 2020/2021»** per un importo di circa 50.000 € per due anni (fondi: stanziamenti aggiuntivi Covid-19), in connessione con altri progetti riabilitativi territoriali e in collaborazione e in rete con le risorse del territorio. L’obiettivo è costruire una prima fase di rete educativa a domicilio anche con consulenze psicologiche sia per gli utenti sia per la famiglia. A fine 2021 però le risorse risultavano solo parzialmente utilizzate a causa della segnalazione di sole 6 situazioni cui dare supporto a domicilio e sul territorio.

Si fa il punto sui bandi sui quali candidare progettualità per singole persone (es. «Dopo di noi», «Un ponte per il lavoro») rilevando, per questi ultimi, la difficoltà a incrociare i requisiti previsti e i bisogni, anche modificati dal periodo pandemico. Inoltre si fatica a orientarsi tra tutte le possibilità che presuppongono criteri di accesso diversi.

Viene presentato dalla responsabile di progetto per l’Ambito di Bergamo il progetto **«Smart Housing»** che riguarda l’offerta abitativa per persone fragili e rientra nell’area del «Dopo di noi». Si commenta positivamente questa opportunità e si ritiene utile **ricostruire la più vasta rete di appartamenti esistenti, con i diversi soggetti responsabili**, per un futuro incontro sul tema abitativo e dei bisogni collegati.

#### - **Revisione del documento sulle “Buone prassi”**

Nel 2021 per la revisione del documento sulle Buone Prassi di relazione tra CPS, Comuni e Medici di famiglia, da estendere anche al SerD, sottoscritto nel 2012 e da ripensare a causa dei cambiamenti intercorsi in questi anni, si costituisce un gruppo di lavoro composto da rappresentanti dei CPS, del SerD, del Comune di Bergamo, dei MMG e dal coordinatore. A fine 2021 il lavoro del gruppo è in una fase di ripensamento per individuare nuove concrete modalità di collaborazione.

#### - **Altre tematiche:**

- rapporti con i Medici di base e Centri Territoriali di recente costituzione
- sviluppi del progetto Migr@menti e della sua Equipe distrettuale.
- **PROGETTI RIABILITATIVI E ATTIVITÀ DI SENSIBILIZZAZIONE: Progetto salute mentale Distretto Papa Giovanni XXIII: “Esco: dalla casa al territorio. Percorsi di autonomia per la salute mentale”.**

**Confermato per il quinto anno il finanziamento della Fondazione della Comunità Bergamasca, bando n. 9/2021, su progetti distrettuali per attività riabilitative e risocializzanti per persone con disagio mentale (adulti e minori) e attività di sensibilizzazione e lotta allo stigma, cui l’Ambito partecipa con il 50% dei fondi.**

È molto importante poter dare continuità, con aspetti innovativi, in particolare l’attenzione alla fascia giovanile che presenta crescenti fragilità, al progetto **“Esco: dalla casa al territorio. Percorsi di autonomia per la salute mentale.”**, realizzato come Distretto Papa Giovanni XXIII unitamente agli Ambiti territoriali della Valle Brembana e della Valle Imagna-Villa d’Almé.

**Il progetto è rivolto a persone con problemi psichici con. attività finalizzate a favorirne l’espressione delle potenzialità personali all’interno del proprio territorio, attraverso il supporto professionale di operatori, e in connessione con i gruppi locali e i volontari con l’obiettivo di far crescere sensibilità e risorse dedicate alla salute mentale.**

A livello più complessivo, il progetto si inserisce e si integra nel quadro di attività già in atto nell’area della salute mentale, incrementando in modo specifico l’offerta sul versante sociale in accordo con le azioni svolte sul versante sanitario. **Il progetto ha coinvolto finora oltre 40 utenti.**

Il progetto è realizzato da un gruppo di coordinamento, composto dall’Associazione Piccoli Passi Per... (capofila del progetto), dai rappresentanti dei tre Ambiti Territoriali e dall’Associazione Aiutiamoli attiva in Valle Brembana. La costruzione di modalità di intervento comuni, pur declinate in modo peculiare negli Ambiti Territoriali che lo compongono, così come la costante collaborazione tra i diversi enti e servizi attivi in questa tematica, appaiono orientate a maturare una dimensione distrettuale degli interventi proposti e delle metodologie attuate.

### **Ambito Territoriale di Bergamo**

#### **Utilizzo dei fondi.**

Per l’Ambito Territoriale di Bergamo il Tavolo SM ha destinato la quota di competenza del suddetto progetto, pari a 26.900 euro, per:

- **continuità al progetto riabilitativo e risocializzante “Senza Paura”** (15.000 euro), che coinvolge pazienti segnalati dai Centri Psico Sociali di Bergamo sia a livello individuale sia a livello di gruppo
- **azioni educative specifiche verso adolescenti e giovani** di accompagnamento nell’età della transizione (17-19 anni), integrate nel progetto Senza Paura (6.000 euro)
- **nuove iniziative di sensibilizzazione e lotta allo stigma** attuate dal Tavolo, sostenendone i costi di realizzazione (3700 euro).
- **contributo per una iniziativa comune di sensibilizzazione** da realizzarsi a livello distrettuale (700 euro)
- **gruppo auto-mutuo-aiuto per familiari e laboratorio** (1.500 euro)

### **SCOSTAMENTI/MODIFICHE RISPETTO ALL’IPOTESI ORIGINARIA**

**Anche nel 2021 a causa dell’emergenza Covid-19 le attività previste dal progetto non sono state sospese ma è stato necessario rimodularle, anche in funzione dei nuovi bisogni: la rimodulazione ha comportato aumento dei costi del personale per interventi educativi con singoli pazienti sia in presenza sia a distanza e contestuale diminuzione dei costi vivi per attività di sensibilizzazione e lotta allo stigma a causa delle limitazioni poste dalla situazione in atto.**

**“SENZA PAURA”**. Il progetto, nel suo quinto anno, ha sviluppato e consolidato azioni articolate a supporto di persone in carico al servizio specialistico assumendo una funzione qualificante all’interno del contesto di vita. **Il perimetro di riferimento è quello delle relazioni di riferimento: elemento di partenza su cui innestare possibili evoluzioni e cambiamenti.**

Il protrarsi dell’emergenza sanitaria ha segnato ulteriormente le già precarie esperienze di socializzazione per qualcuno e l’intrapresa per altri: aver attivato riferimenti di intervento individuale, per le famiglie e per i contesti ha preservato gli uni e gli altri da processi di ulteriore chiusura, isolamento, repentino black out.

- In particolare, a fronte dell’**emergenza sanitaria protrattasi** e delle relative condizioni di vincolo, è stato **necessario ri-adattare alcune forme di azione e intervento**, riutilizzando buone pratiche già sperimentate nel precedente lockdown con una consapevolezza migliore e una dimestichezza che ha reso “naturale” ogni momento. Il poter tornare in presenza è stato motivo di “festa”, di riscoperta dentro un tempo trascorso e vissuto, sicuramente non subito e passivo.
- Gli interventi individuali hanno la possibilità di avvalersi di un’**ulteriore possibilità di esperienza legata**
- **all’aggregazione e al tempo libero: nella forma del piccolo gruppo, durante il fine settimana, all’interno delle iniziative ma soprattutto dei luoghi che la città mette a disposizione.**

Nell’Ambito Territoriale di Bergamo il progetto ha coinvolto attivamente 23 persone (adulti tra i 18 e i 50 anni); 1 ha concluso il percorso orientato verso altro servizio, 5 perché raggiunti gli obiettivi prefissati. Per gli altri 17 il progetto è tuttora in corso.

### **Iniziative di sensibilizzazione e lotta allo stigma/raccolta fondi: “Uncaffèperdue”**

Causa emergenza Covid-19 le attività in presenza sono state realizzate in forma ridotta (1 evento) o annullate (formazione nelle scuole), ma la progettualità non si è fermata.

**Evento: il “Tour BORGIO CANALE E CHIESA DI SANTA GRATA INTER VITES e Cena sociale - 8 ottobre 2021” ha permesso di riprendere insieme alla sensibilizzazione in presenza anche la raccolta fondi che è uno degli obiettivi del progetto “1caffèx2”, i cui proventi sono destinati, ad integrazione delle risorse messe a disposizione dall’Ambito, a progetti di autonomia personale di pazienti psichiatrici, sia per esigenze abitative sia lavorative o anche diverse sul versante personale.**

**A fine 2021 erano stati erogati 48 contributi.**

Il costante aumento delle richieste presentate dai servizi sottolinea il crescente bisogno di sostegno, a cui l’Associazione PPP, viste anche le difficoltà ad incrementare il fondo dedicato, ha deciso di contribuire con fondi provenienti dalle proprie iniziative (laboratori, manifestazioni pubbliche...)

### **Nuove proposte 2021**

Il gruppo di lavoro Liberamente Espresso, nato all’interno del Tavolo di Salute Mentale dell’Ambito 1 di Bergamo, nella difficoltà di proseguire con l’attività di raccolta fondi e sensibilizzazione e lotta allo stigma attraverso le consuete modalità (eventi, convegni, formazioni, mostre), ha voluto trovare nuove forme progettuali che coinvolgessero i canali a distanza, come impone l’attuale emergenza sanitaria. **In particolare il progetto “Salute mentale è... libera la mente, metti lo stigma in quarantena!” in cui, tramite brevi video, le persone raccontano che cosa è per se stesse “salute mentale”, su pagina facebook dedicata.** In prospettiva si vorrebbe coinvolgere anche il mondo della scuola perché siano proprio gli studenti portavoce di rispetto e attenzione sociale, avendo evidenziato le fragilità a cui questo momento storico li ha esposti.

Proprio la particolare attenzione del gruppo alla fascia giovanile ha portato anche a riprendere la costruzione del programma di formazione **“Progetto di sensibilizzazione/formazione sulla salute mentale” rivolto alle**

**scuole superiori di Bergamo**, in forma più innovativa con la proposta scandita a due livelli: informativo e formativo, con momenti rivolta anche agli insegnanti.

Inoltre a elaborare nuove iniziative/eventi per coinvolgere le persone più giovani.

Infine è partito il nuovo progetto con il Laboratorio Day Care di Boccaleone: «**Pino è mio amico**», **una storia animata su come i bambini incontrano la diversità**

## **TAVOLO SALUTE MENTALE AMBITO TERRITORIALE 2 – DALMINE**

Nel 2021 ci sono stati 2 incontri nei quali c'è stato l'aggiornamento sul progetto "SENZA PAURA" per l'Ambito di Dalmine che è proseguito all'interno del **progetto distrettuale "Cura Integrazione e Benessere nella salute mentale"** con capofila l'Associazione Aiutiamoli e con un contributo da parte dell'Ambito di Dalmine. Il progetto distrettuale è stato finanziato, per il quinto anno, al 50% dalla Fondazione della Comunità Bergamasca e al 50% dagli Ambiti Territoriali.

Il progetto è attivo nell'area del Distretto Bergamo Ovest con iniziative che favoriscono i processi di risocializzazione e di integrazione nella comunità locale delle persone coinvolte, con particolare attenzione ai giovani e alle famiglie, nella ricerca di riferimenti ed esperienze di relazione positiva.

Nell'Ambito Territoriale di **Dalmine** il progetto (nell'annualità indicata sopra) ha raccolto 29 segnalazioni/richieste di attivazione:

- **27 sono state attivate** (21 tra i 18 e i 60 anni; 6 under 18): 15 femmine e 12 maschi;
- **2 sono rimaste in attesa di definizione** Il progetto è tuttora in corso per 21 delle persone segnalate.

Una nota di specifica riguarda l'emergenza sanitaria che ha interessato tutti da febbraio 2020 mettendo a dura prova proprio il tema delle relazioni, dei contatti, delle possibili forme di prossimità magari esplorate, raggiunte, faticosamente costruite. Questo cambio totale di stile di vita a livello generale ha imposto una revisione delle modalità di traduzione del progetto, sviluppando ed esplorando nuove attenzioni e pratiche non prese in considerazione prima (l'incontro realizzato in videochiamata, l'entrare a domicilio tramite video, il ritrovarsi a bere un caffè davanti allo schermo).

Tutti gli interventi sono andati in continuità, nessuno è stato interrotto. Sono stati possibili nuovi avvii da remoto in accordo con operatori e famiglie, cercando e mettendo in condizione ciascuno di non perdere opportunità e tempo.

**La modalità "da remoto" ha facilitato il contatto con i più giovani, con le situazioni maggiormente "chiuse" non più allenate al rapporto con l'esterno. Ha consentito il riavvicinare alcune dimensioni come la scuola, ha dato la possibilità di "entrare" nell'intimità della stanza per potersi conoscere meglio.**

**Ciò che caratterizza l'azione dell'intero Progetto è la costruzione di dimensioni "a misura" utilizzando flessibilità e articolazione, non escludendo i familiari ma riconducendoli ad accordi chiari e definiti per evitare aspettative erranee di risoluzione.**

## INFORMAZIONE/SENSIBILIZZAZIONE DELLA COMUNITA'

**“Pregiudizi, stigma, e l’esclusione sociale che ne deriva, pesano ancora oggi su chi vive la sofferenza psichica e sulla famiglia. Da qui il nostro impegno fin dall’inizio per attività di informazione/formazione rivolte alla comunità per favorire la corretta conoscenza della problematica della salute mentale e nello stesso tempo individuare potenziali risorse, come i volontari, persone preziose che scelgono di “fare un pezzo di strada” accanto alla persona che soffre per sostenerla nelle difficoltà e aiutarla a ‘ritrovare un posto in mezzo alla gente.’”**

Anche nel 2021, tenendo conto delle limitazioni imposte dalla pandemia, abbiamo portato avanti questa attività in particolare nel **gruppo di lavoro ‘Liberamente Espresso’** con i progetti già illustrati (pag.17)

Inoltre col Progetto **“Connettiamoci. Il digitale al servizio del cittadino** “nel quale *“La persona che soffre di una fragilità mentale diventa portatrice di conoscenza con autonomia decisionale e responsabilità. Questo permette di contrastare sia lo stigma che si manifesta a livello sociale nei confronti della malattia mentale, che quello avvertito da chi sente questo marchio impresso sulla propria persona. (Ester Rizzi, coordinatrice) (vedi pag. 8)*

Infine **attraverso interviste** alla presidente sulle attività dell’associazione.

### LA “RETE”

**Consapevole che solo in un’ottica di “rete” si può operare in modo efficace, Piccoli Passi Per... ha rafforzato via via la collaborazione con altre Associazioni di volontariato (di salute mentale e non), la Cooperazione sociale e altre realtà del territorio per uno scambio di conoscenze ed esperienze e la realizzazione di progettualità comuni.**

- **Forum delle Associazioni per la Salute Mentale di Bergamo e Tavolo della Salute di Bergamo.**

Nel 2021 gli incontri interassociativi hanno avuto come focus:

- il tema della contenzione per la realizzazione del percorso “Città libere da contenzione. Insieme si può”
- partecipazione a incontri pubblici sul tema: la pandemia e il disagio psichico.

- **“Terra di Mezzo” e Circolo Day-Care APS** (vedi pag. 8)

- **U.R.A.Sa.M. Lombardia** (vedi pag. 11)

- **Centro Servizi– Bottega del Volontariato CSV Bergamo**

Da quando è scoppiata la pandemia, il Centro Servizi – Bottega del Volontariato, da sempre punto di riferimento per PPP per consulenza, corsi formativi, collaborazioni a vario titolo, lo è stato in modo ancora più incisivo fornendo consulenza su normative legate alla pandemia, proponendo online molti momenti informativi /formativi e Focus Group per accompagnare le associazioni nel cambiamento generato dalla pandemia, come quello legato a nuove norme e legislazioni, e rafforzare la rete interassociativa nella condivisione di esperienze, fatiche e proposte.

Inoltre:

- **Progetto “Percorsi alternativi alle sanzioni disciplinari”** (vedi pag. 9)
- **Patrimonio del volontariato**

*“Questo progetto di narrazione offerto alle associazioni dal CSV insieme a Patrimonio di Storie e iniziato nel 2020 si è concluso il 4 luglio 2021 con la restituzione del percorso. A causa delle limitazioni anticovid l’evento si è tenuto in forma ridotta, come numero di persone che vi potevano partecipare. Io ho partecipato con la presidente.*

*Dall’ultimo incontro on-line fra noi partecipanti, poterci trovare sui luoghi dove erano nati nostri racconti e condividerli con persone non del gruppo è stato emozionante e si è ripetuto il clima di empatia fra di noi e con tutto il gruppo. Per gli ‘attori’ del percorso è stato bello sentire dal vivo i racconti anche se già conosciuti, e bello anche per i nostri ospiti che sono stati colpiti da quanto avevamo prodotto e hanno partecipato con interesse al susseguirsi delle narrazioni.*

*Questa giornata è stata una festa per tutti i partecipanti, confermando la mia convinzione che anche se le nostre associazioni erano diverse i nostri bisogni e i nostri scopi sono gli stessi ed è stato bello condividerli e conoscerci.” (Luisa)*

#### - **Altre collaborazioni**

- Nel 2021 è continuata la “storica” e fruttuosa collaborazione con **realità della Cooperazione sociale**, in particolare AEPER e Il Pugno Aperto, con cui l’associazione porta avanti da tempo progetti miranti ad approfondire la dimensione dell’incontro come sinonimo di inclusione.  
Per il venticinque anni de Il Pugno Aperto la Presidente è stata invitata a raccontare in un video l’incontro e la collaborazione tra le 2 realtà.
- L’emergenza sanitaria e sociale con le sue ricadute sulle persone più fragili ha portato Piccoli Passi Per... a condividere con il **C.B.I. (Coordinamento Bergamasco per l’Integrazione)** in modo particolare problematiche che riguardavano sia la disabilità che la salute mentale, anche attraverso il livello regionale delle associazioni, URASaM per la salute mentale, LEDHA per la disabilità.
- Mantenuta la partecipazione anche a **ISPS (International Society for Psychological and Social Approaches to Psychosis) Lombardia** in condivisione di riflessioni/azioni su problematiche di comune interesse.
- Rafforzata la collaborazione con l’associazione **ABITARE LE ETA’** sul tema dei caregivers.

## **INIZIATIVE MIRANTI AD ACQUISIRE SOSTEGNO ECONOMICO PER LE FINALITA' DELL'ASSOCIAZIONE**

**“Rimane fondamentale il sostegno anche economico della comunità, del cittadino, sia per favorire la prosecuzione dei progetti anche dopo la scadenza temporale del finanziamento da Enti Pubblici o Privati, dando così continuità ai percorsi riabilitativi e risocializzanti, sia per realizzare nuove progettualità. Sappiamo che la comunità sa dimostrare sensibilità più di quanto si creda e ringraziamo fin d’ora tutte le persone che vorranno sostenere i nostri progetti “**

---

Il dettaglio delle entrate percepite nel corso del 2021 è riportato nel rendiconto economico.

Il reperimento dei fondi è avvenuto con più modalità. C’è da rilevare che nonostante il difficile periodo attraversato la raccolta fondi si è mantenuta in linea con gli scorsi anni anche attraverso una maggiore sensibilità di soggetti esterni, anche di altre province, che, con l’ideale volontà di sostenere le nostre attività dopo essersi informate in modo capillare, vi hanno contribuito con richieste di prodotti del laboratorio di falegnameria. La stessa quindi, col supporto di tre volontari disponibili, tra cui uno in particolare, ha continuato a pieno ritmo la sua attività.

In sintesi:

- Grazie alla generosità sempre presente dei soci che, oltre alla quota associativa, in vari momenti hanno sostenuto l’Associazione
- Grazie a liberalità esterne all’Associazione (da persone fisiche o da persone giuridiche)
- Attraverso i Progetti selezionati su bandi
- Mediante contributi da parte di Enti Pubblici e Privati su progetti
- Attraverso l’attività dei laboratori che sono in grado non solo di autofinanziarsi, ma anche di contribuire ad altre attività dell’Associazione con propri proventi
- Attraverso manifestazioni con raccolta di offerte libere.

**Assegna il tuo 5 per mille a favore delle persone con disagio psichico**  
**CODICE FISCALE DI PICCOLI PASSI PER... 9508523016**

## OBIETTIVI 2023

### A. In continuità

Prosecuzione delle Attività che nel 2021 hanno potuto avere una continuità sia pure con i necessari adeguamenti alla situazione in atto:

- 1) **progetti di integrazione e cultura attorno alla fragilità psichica**, anche con momenti di sensibilizzazione rivolti alla cittadinanza e con iniziative miranti a potenziare la rete sociale. Tra questi il progetto Distrettuale, 5° anno, per gli Ambiti Territoriali di Bergamo e Dalmine, grazie al rinnovato finanziamento della Fondazione della Comunità Bergamasca.
- 2) **portare il contributo dei familiari rispetto alle problematiche di salute mentale nell'ambito anche dei nuovi scenari normativi; in particolare ai Tavoli istituzionali ai diversi livelli**, tra cui:
  - OCSM ATS BG
  - TAVOLI SM Ambiti di Bergamo e Dalmine con particolare attenzione ai nuovi bisogni sia dei sofferenti psichici che delle famiglie
  - CD URASAM. in particolare, tema della salvaguardia dei diritti di salute e cittadinanza delle persone. Revisione Legge 23, Legge 15/2016 e nuovo PRSMD (Piano Regionale Salute Mentale e Dipendenze).
  - Ripristinare il rapporto dell'Associazione con il D.S.M. A.S.S.T. BG per un confronto/collaborazione costruttivi.
- 3) Gruppo di Lavoro "Terra di Mezzo" e relative progettualità
- 4) Laboratori dell'associazione, con nuove proposte soprattutto rivolte ai giovani.
- 5) Dare continuità al progetto di sostegno alla famiglia *"INSIEME SI PUÒ"*, Progetti educativi individualizzati.

### B. Nuovi Obiettivi

- 1) Realizzare nuovi progetti che diano la possibilità a persone con disagio psichico di sperimentarsi in ruoli atti a far crescere le proprie competenze
- 2) Potenziare le competenze associative sull'utilizzo degli strumenti informatici
- 3) Corso per volontari (acquisizione e formazione).

## ORGANI SOCIALI

In conformità allo Statuto l'Associazione è strutturata come rappresentato di seguito:

### **Consiglio Direttivo**

Morelli Camilla	Presidente
Rota Laura	Vice Presidente
Locatelli Luisa	Vice Presidente
Cavagna Maurella	Segretaria
Bergnacchini Carmen	Segretaria
Tosetti Alberto	Tesoriere
Moro Anna	Consigliere
Domenghini Daniela	Consigliere
Carrara Rossella	Consigliere
Mazzoleni Rinaldina	Consigliere
Patelli Santina	Consigliere

### **I Soci**

Soci sono tutti coloro che, aderendo all'Associazione, ne accettano lo statuto e il regolamento e versano la quota associativa annuale acquisendo in tal modo il diritto di voto in assemblea.

## RINGRAZIAMENTI

Il Consiglio Direttivo, a conclusione del **venticinquesimo anno di attività dell'Associazione**, ringrazia i Soci, i Volontari e tutti coloro che sostengono "Piccoli Passi Per..." contribuendo al raggiungimento delle sue finalità. Un ringraziamento particolare a: Comune di Lallio, Cooperativa Sociale Il Pugno Aperto, Consorzio il Solco Città Aperta, Cooperativa Sociale Aeper, Associazione Infanzia & Incontri di Torre Boldone, e a tutte le persone che contribuiscono ai progetti dell'Associazione.

Vogliamo ringraziare inoltre la Parrocchia di S. Alessandro in Colonna e il Comune di Lallio che da diversi anni mettono a disposizione locali per le attività dei gruppi "SCACCIAPENSIERI" e "CREARE INSIEME". Infine, il Comune di Bergamo per aver messo a disposizione un locale per l'esposizione dei nostri prodotti di laboratorio.

## INDICE

### RELAZIONE di MISSIONE 2021

L'ASSOCIAZIONE .....	3
ATTIVITA' 2021 .....	5
ACCOGLIENZA E SOSTEGNO DEI FAMILIARI .....	5
PERCORSI di AUTONOMIA e INCLUSIONE SOCIALE .....	6
PARTECIPAZIONE AI TAVOLI ISTITUZIONALI DI SALUTE MENTALE DEL SANITARIO E DEL SOCIALE .....	10
INFORMAZIONE/SENSIBILIZZAZIONE DELLA COMUNITA' .....	19
LA "RETE" .....	19
INIZIATIVE MIRANTI AD ACQUISIRE SOSTEGNO ECONOMICO PER LE FINALITA' DELL'ASSOCIAZIONE .....	21
OBIETTIVI 2023 .....	22
ORGANI SOCIALI .....	23
RINGRAZIAMENTI .....	24
INDICE .....	25