



"piccoli passi per..."

Familiari, utenti e volontari per la salute mentale O.D.V.

RELAZIONE DI MISSIONE 2023

Piccoli Passi Per... è:

O.D.V. – Organizzazione di Volontariato

Iscritta a:

Registro Unico Nazionale Terzo Settore

Associata a:

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

ACCETTARSI PER RINASCERE

*“Quando, abbandonato da tutti,
ti trovi solo a lottare con la malattia
della persona che ami,
credi di poterti aggrappare solo a te stesso.
Quando sei solo nel deserto dell’indifferenza,
ti senti morire.
Quando sei assetato di affetto
hai bisogno di qualche goccia di serenità.
È allora che devi intraprendere il faticoso cammino
per ritrovarti, accettarti e...rinascere.”*

Cari Soci, Amici e Sostenitori di “Piccoli Passi Per...” rieccomi a Voi, a salutarvi dopo un anno da presidente, un anno che mi ha portato ad essere portavoce in prima linea e un anno di riflessioni su dove potrà andare il nostro cammino associativo.

La situazione sanitaria attuale è sempre più in emergenza, per tanti motivi, con tagli economici e la conseguente mancanza di personale. Fare politica per far valere i propri diritti, è una parte che il familiare non sempre ‘ha la testa per fare’ come mi aveva detto un papà.

L’essere Associazione significa condividere le proprie speranze e le proprie paure con pari, cercando di vivere al meglio ed essere un aiuto gli uni per gli altri.

L’accettazione della malattia è il primo atto da mettere in campo, il più difficile.

Il non conoscere, il non sapere se e come poter aiutare il proprio malato mette la famiglia a dura prova, le situazioni non migliorano, ulteriormente appesantite dal pensiero del ‘dopo di noi’.

Oggi si sta muovendo qualcosa e non solo in negativo, si parla di caregiver (ci si prende cura di chi cura, adesso agli albori di un lungo percorso), l’associazione è un punto di una rete, condivide percorsi e progetti con i Servizi Psichiatrici e Sociali, le Istituzioni, il Privato no-profit e tante realtà del territorio.

Forse, dopo tanto tempo c’è una presa di coscienza diversa da parte di tutti gli attori che ruotano intorno alla malattia mentale, si deve però lasciar da parte l’individualismo e il lavorare insieme può far sperare in un futuro positivo.

Un caro saluto e dico a tutti Noi, me compresa, ‘Buona Vita’

Luisa Locatelli

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 circa 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.

ATTIVITA' 2023

Nel 2023 abbiamo svolto le seguenti attività:

❖ **Gruppo accoglienza**

Il gruppo Accoglienza incontra i familiari che lo richiedono, offrendo uno spazio di ascolto, in cui vengono indirizzati, e anche accompagnati se richiesto, verso le possibili risposte alla propria situazione familiare.

❖ **Auto mutuo aiuto**

Nel corso dell'anno 2023, sono proseguiti gli incontri quindicinali online il martedì sera, da gennaio a maggio. Dopo la chiusura estiva, il gruppo ha faticato a ricostituirsi per mancanza di continuità di partecipazione, si è quindi pensato ad una nuova modalità di incontro, da attivare con l'inizio dell'anno successivo.

❖ **L'ABITARE – Appartamento di residenzialità leggera**

L'appartamento storico ALER di Torre Boldone purtroppo è stato chiuso nel mese di marzo 2023 a favore del progetto residenziale a Colognola gestito da più cooperative.

Si comprendono le motivazioni che determinano la linea di 'accorpamento' degli appartamenti di residenzialità leggera ma dispiace chiudere un'esperienza positiva.

❖ **Incontri con operatori e familiari di Sarnico**

Nel corso dell'anno abbiamo avuto diversi incontri con gli operatori dell'ambulatorio psichiatrico e centro diurno di Sarnico, con l'intento, tramite il nostro supporto, di far aggregare i familiari dei loro utenti, per costituire un gruppo di auto mutuo aiuto ed eventualmente un'associazione.

❖ **Incontri con altre realtà del territorio**

Abbiamo invitato in associazione i referenti del nascente 'Scacco Matto' di Bergamo, per conoscere il loro progetto che è in fase di avvio nella nostra città. Si ispira ad un modello di organizzazione, gestito in forma privata, come punto di riferimento per utenti e familiari, che è stato già replicato in altre 13 città.

❖ **Incontri formativi: Trust**

Abbiamo partecipato a incontri formativi/informativi organizzati dal CBI (Coordinamento Bergamasco per l'Integrazione) sul Trust, strumento giuridico previsto dalla legge del Dopo di Noi.

❖ CareGiver

Progetto “SOSTENERE I CAREVIVER FAMILIARI. AVER CURA DI CHI SI PRENDE CURA”: ATS E IL TERRITORIO AVVIANO IL “LABORATORIO CAREGIVER BERGAMO”

Nella provincia di Bergamo si stimano più di 100.000 caregivers. Nel biennio 2023-2024 verrà sviluppato da ATS Bergamo il progetto approvato da Regione Lombardia “Sostenere i caregiver familiari. Aver cura di chi si prende cura” (delibera ATS Bergamo n. 24 del 19 gennaio 2023), che permetterà la creazione di una piattaforma web dedicata ai caregivers familiari (la prima in Regione Lombardia), oltre che l’attivazione di diverse sperimentazioni territoriali (counseling, sollievo, azioni sui giovani caregivers, il budget di salute) per cercare di comprendere e conoscere meglio il complesso e variegato fenomeno del caregiving, e sostenere e supportare il caregiver nella sua funzione quotidiana di cura delle fragilità.

Il 26 aprile 2023 presso l’ATS Bergamo vi è stato un primo momento di presentazione pubblica di questa azione di sistema e la sottoscrizione di un Accordo di Collaborazione per l’istituzione del “Laboratorio Caregiver Bergamo”; composto da tutti gli stakeholder pubblici, privati e del terzo settore interessati a riconoscere e valorizzare l’attività del caregiver familiare.

Anche Piccoli Passi Per ha sottoscritto l’Accordo di Collaborazione e partecipa alle attività con una componente del CD.

Abitare le età - CareGiver Day

Nel 2023 l’associazione ‘Abitare le età’ ha ripreso l’organizzazione del CareGiver Day, occasione di incontro e reciproca conoscenza tra le famiglie, il mondo della cura e la comunità.

- CaregiverDay – Aiutiamo chi aiuta, 21 MAGGIO 2023 Spazio Polaresco, Bergamo.

Iniziativa promossa dall’Associazione “Abitare le Età”, insieme ad altre 15 associazioni della bergamasca tra cui Piccoli Passi Per... , che ha rappresentato il ritorno a Bergamo, dopo anni di forzata interruzione dovuta alla pandemia, della Giornata Internazionale del Caregiver per riportare la riflessione sulle oltre 110.000 persone (nella nostra provincia) che giornalmente e gratuitamente si occupano di parenti e amici in condizioni di non autosufficienza.

Una giornata di festa scandita da molteplici e varie proposte, dai momenti di testimonianza e riflessione alle numerose iniziative a cura delle associazioni partecipanti (stand informativi, mostre, laboratori per ragazzi, musica, danza...), con spettacoli dove le diversità hanno dato vita alla creatività ed alla gioia. Tra questi Musica dal vivo del gruppo “Mani Blues Band” del Day Care, a cura di Piccoli Passi Per...

Le parole e la musica di Fabrizio De André hanno accompagnato la chiusura di questa bella giornata di condivisione tra le diverse realtà impegnate nella cura della ‘fragilità’.

❖ Mat di Modena

Piccoli Passi Per ha partecipato al Màt di Modena, La Settimana della Salute Mentale, 13a edizione, 21 - 28 ottobre 2023, la più grande manifestazione corale con oltre cento incontri, approfondimenti, spettacoli ed eventi per accendere i riflettori sull’importanza di garantire il diritto alla salute mentale.

Grazie all’associazione “**Famiglie in Rete**” presente al Màt con un evento che dava voce ai familiari: “Buone prassi di partecipazione dei familiari e delle associazioni”, siamo infatti stati invitati a presentare in quell’importante contesto il progetto “Esco: dalla casa al territorio Percorsi di autonomia per la salute mentale”, webinar 23 ottobre 2023.

❖ Convegno ISPS

Il 21 ottobre 2023 la sala Galmozzi ha ospitato 'La salute non mente. Cura in evoluzione dal manicomio ad oggi'. Convegno che vuole essere un'occasione di condivisione e confronto sulle prospettive della salute mentale nel territorio bergamasco. Alla tavola rotonda pomeridiana hanno avuto la possibilità di intervenire i rappresentanti delle associazioni di familiari ed un utente, che ha portato la sua testimonianza.

PERCORSI di AUTONOMIA e INCLUSIONE SOCIALE

- LABORATORI

Nel 2023 hanno continuato le attività i Laboratori espressivi SCACCIAPENSIERI a Bergamo e Lallio, 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.

- PROGETTO "SENZA PAURA"

Confermato per il settimo anno il finanziamento della Fondazione della Comunità Bergamasca, bando n. 7/2023, 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 gli Ambiti di Bergamo e Dalmine partecipano con il 40% dei fondi.

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 "Nuovi sguardi nella salute mentale" Ambito di Dalmine, entrambi nuovamente finanziati dalla Fondazione della Comunità Bergamasca e dall'Ufficio di Rappresentanza dei Sindaci.**

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.

Il progetto "SENZA PAURA" ha raccolto, durante l'anno 2023:

- **Ambito di Bergamo**

33 segnalazioni/ricieste di attivazione, di cui attivate:

- **23 adulti** (sopra i 25 anni)
- **10 giovani** (tra i 17 e i 25 anni)

10 le situazioni concluse

Il progetto è tuttora attivo per 23 delle persone accolte.

- **Ambito di Dalmine**

37 segnalazioni/ricieste di attivazione, di cui attivate:

- **13 adulti** (sopra i 25 anni)
- **21 giovani** (tra i 16 e i 25 anni)

10 le situazioni concluse

Il progetto è tuttora attivo per 24 delle persone accolte.

L'ARTE di COSTRUIRE LEGAMI

La relazione su quanto svolto nell'arco del 2023 è occasione preziosa per assumere *consapevolezza* di fronte a quanto è stato possibile realizzare: non solo in termini di continuità ma soprattutto riuscendo ancora a fare di questa continuità *un'esperienza generativa!*

I progetti (***Senza Paura - TempoLibero - Una Città Non Basta- Appartamento di Residenzialità Leggera- Un posto anche per me***) attraverso cui abbiamo operato sono realtà di azione, supporto, prossimità e innovazione messe accanto alla quotidianità di tante persone: abbiamo raggiunto le 50 unità (tra persone adulte e under 18)!!

In sensibile aumento la richiesta di attivazione sui più giovani: segnale certo di un disagio sempre più diffuso ma al tempo stesso di una maggior capacità di intercettare e condividere il lavoro di presa in carico e di progettazione.

L'attenzione è sempre quella di poterci adoperare prima per comprendere e poi, eventualmente, per agire.

Rispetto agli adulti l'azione si declina in forma individuale e nel piccolo gruppo: sono aperte entrambe le opportunità, modulate con le persone e in base a quanto possibile per ciascuno. Gli appuntamenti a La Porta del Parco sono di rito: il laboratorio di cucina con la sapiente guida di Cristina e la versatilità di Carmen il 3°sabato di ogni mese, il momento di Caffè&Calendario l'ultimo sabato del mese con la presenza dei volontari Simona, Daniela e Tiziano senza i quali sarebbe tutto meno piacevole e leggero.

Con i più giovani è ormai consolidata la formula del "piccolo gruppo" come situazione per conoscere, sperimentare e "rimettersi al mondo".

In particolare continua la collaborazione con i Progetti giovani dei comuni di Lallio e Treviolo, ma anche di Bergamo città: è rimasto attivo su tutto l'arco dell'anno il Laboratorio sui film degli Anime.

È stato realizzato un murales su tela dal titolo "D.R.E.A.M.S." con il supporto competente del maestro d'arte Luca Baroni: la tela nei diversi mesi ha iniziato un tour (TelaTour23/24) ed è stata ospitata in diversi spazi giovanili.

La stessa Tela ha ispirato il Calendario 2024.

Nei mesi di ottobre e novembre un gruppo di ragazzi ha predisposto la progettazione di un nuovo murales da poter realizzare nel quartiere di Boccaleone: l'opera verrà compiuta entro l'estate 2024.

Un altro gruppo di ragazze ha iniziato a progettare un Laboratorio animato per i bambini di alcune scuole dell'infanzia: prendendo spunto dalla filastrocca "Un mondo a testa in giù", ispirata al murale realizzato nel 2022 presso Porta del Parco dai partecipanti alle attività Tempo libero, stanno preparando un'attività animata: esperienza di collaborazione, di riscoperta dei talenti di ciascuna e di esperienza/incontro con i più piccoli.

Tutto quanto è stato sinteticamente descritto sottende un lavoro scrupoloso e di dettaglio, la finalità di questo lavoro è poter mettere ciascuno nella possibilità di essere protagonista.

Tutto quanto viene pensato e realizzato non è mai fine a se stesso: esiste una ricerca continua e un'attenzione a creare connessione, collaborazione, legame.

Con questo sguardo sul presente, cerchiamo di fare del presente slancio verso il futuro.

- **“CONNETTIAMOCI. Il digitale al servizio del cittadino”**

Continua il progetto “Connettiamoci: il digitale al servizio del cittadino”. La tecnologia può essere uno strumento di inclusione e di crescita ed è quindi importante sapersi destreggiare tra innovazioni e cambiamenti continui. L'incontro con i mezzi tecnologici però non è sempre facile e immediato, per questo è stato aperto nel 2020 uno sportello, gratuito per la popolazione, con lo scopo di accompagnare chi avesse bisogno di:

- attivare e successivamente utilizzare lo SPID
- aprire la PEC
- capire alcune funzioni del proprio smartphone

L'assistenza tecnologica è fornita dagli utenti del Day Care di Boccaleone: sono proprio loro al centro di questo progetto, diventando protagonisti attivi del tessuto sociale e volano di benefici per l'intera comunità locale. 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.

Nel mese di novembre 2023 la sede concessa dal Comune di Bergamo è più comoda e accogliente, si tratta della sala civica della Biblioteca Ambiveri in Via Marcello Piacentini, 5.

Il servizio Connettiamoci ha aderito all'alleanza SPID del Comune di Bergamo.

Partecipano a questa iniziativa:

- APS Day Care di Boccaleone
- Day Care - Associazione di Promozione Sociale
- Associazione Piccoli Passi Per...
- Servizio Politiche Sociali della Provincia di Bergamo
- Comune di Bergamo
- ASST Papa Giovanni XXIII

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.**

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

L’organismo di coordinamento per la salute mentale e le dipendenze ha organizzato un incontro in cui le associazioni di salute mentale della nostra provincia si sono potute presentare ed esporre i punti di forza e le criticità che riscontrano nel loro operare.

Nel corso dell’anno i rappresentanti delle associazioni partecipano agli incontri programmati dell’organismo.

❖ Provincia di Bergamo

Nel 2023 è continuata la collaborazione con la Provincia, attraverso la consigliera alle Pari Opportunità e la rappresentante al Tavolo Salute Mentale Ambito BG, sulle progettualità comuni e nella partecipazione a eventi realizzati da Piccoli Passi Per...

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

Fin dalla costituzione di U.R.A.Sa.M Lombardia Piccoli Passi Per...partecipa con un proprio rappresentante al Consiglio Direttivo.

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 delle persone con disagio psichico e familiari.**

Tra le attività realizzate nel 2023:

- **Formazione. Sono stati costituiti 5 Gruppi di Lavoro su tematiche di particolare interesse e attualità:**
 - Disagio giovanile: nuove fragilità, nuove risposte.
 - La contenzione in psichiatria.
 - L’ESP, Esperto in Supporto tra Pari. “Avere voce per essere risorsa”.
 - La valutazione della qualità e dell’efficacia delle cure nei DSM italiani: il punto di vista dei familiari.
 - Case della Comunità e della Salute Mentale

E’ stato un lavoro intenso i cui risultati sono stati presentati alla comunità nella *“GIORNATA DI CONDIVISIONE- U.R.A.Sa.M Lombardia incontra le associazioni e i cittadini”* 25 Novembre 2023, CREMONA. In particolare la rappresentante di PPP ha relazionato sul tema ESP e portato un contributo sul tema contenzione.
- **Proseguita la storica collaborazione con la Campagna per la Salute Mentale, CSM.**

Tra le azioni messe in campo:

 - **UN BENE COMUNE. È UN DIRITTO CHE APPARTIENE A CIASCUNO DI NOI.”**

Frutto di una elaborazione da parte di molte organizzazioni e associazioni, in primis CSM, U.R.A.Sa.M Lombardia e R.U.L. Rete Utenti Lombardia, il manifesto si proponeva **come invito al dibattito e al confronto** rispetto all'organizzazione dei servizi di salute mentale da parte delle politiche regionali.

Il manifesto riassume e attualizza alcuni punti qualificanti della Piattaforma in 10 punti "È IL TEMPO DI CAMBIARE", elaborata dalle stesse organizzazioni firmatarie del manifesto per la CONFERENZA REGIONALE SALUTE MENTALE LOMBARDIA, 2 OTTOBRE 2020.

- **Incontro di una delegazione CSM con il nuovo Assessore regionale al Welfare**, il 10 maggio 2023, in merito alla situazione sanitaria nella nostra Regione e in particolare alla drammatica situazione della salute mentale, evidenziando le criticità del sistema di cura e le difficoltà che le persone sofferenti, i familiari, gli operatori, le associazioni, incontrano e avanzando proposte per il cambiamento.
- **Nuovo PRSMDD, Piano Regionale per la Salute Mentale, Dipendenze e Disabilità.** U.R.A.Sa.M ha scelto di partecipare, con alcuni componenti del CD, ai **Tavoli istituiti dalla Regione** per poter portare il punto di vista delle associazioni, ma indicando al contempo alcune criticità degli stessi.
- **Valorizzazione del sapere esperienziale degli utenti.**

Su questo obiettivo da sempre prioritario U.R.A.Sa.M ha operato anche nel 2023 in particolare nell'ambito di **Pro ESP (Promozione ESP)**, del cui CD fa parte, per U.R.A.Sa.M., la rappresentante di Piccoli Passi Per.

Movimento composto da operatori dei servizi pubblici e del terzo settore, dalle associazioni di familiari e da utenti dei servizi di salute mentale, **promuove il protagonismo degli utenti** ed in particolare il **riconoscimento a livello legislativo della figura dell'ESP, Esperto in supporto fra Pari**, ed il suo operato all'interno di progetti e servizi.

Nel 2023 sono ripresi gli incontri in presenza, post pandemia, del gruppo Pro ESP allargato con l'obiettivo di promuovere e condividere iniziative volte a favorire il protagonismo degli utenti nella salute mentale in un'ottica di co-produzione.

Aperti alla partecipazione di operatori, utenti, familiari e volontari che hanno a cuore questa tematica, gli incontri sono stati molto partecipati.

❖ **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.

TAVOLO SALUTE MENTALE AMBITO TERRITORIALE 1 – BERGAMO

Il tavolo salute mentale condivide obiettivi di lavoro, è un luogo in cui i diversi attori operanti nell'ambito della Salute Mentale a diversi livelli condividono ed analizzano i bisogni delle diverse aree di competenza/intervento, formulando proposte innovative su temi specifici di natura sociale e collaborando alla stesura di proposte progettuali. Non essendoci un budget dedicato all'attività del tavolo, tali proposte saranno portate all'Ufficio di Piano per gli opportuni passaggi per la sostenibilità economica. Viene sottolineata la valenza specifica del confronto e dell'integrazione delle differenti esperienze, quale ricchezza operativa nata dalla rete stessa dei servizi.

INIZIATIVE di SENSIBILIZZAZIONE E LOTTA ALLO STIGMA

Realizzate dal gruppo di lavoro 'Liberamente Espresso' del Tavolo di Salute Mentale dell'Ambito 1- Bergamo nell'ambito del Progetto "ESCO", le azioni di sensibilizzazione del territorio verso le tematiche della salute mentale sono considerate essenziali in un'ottica di prevenzione dell'esclusione sociale di persone per motivi legati a loro problemi psichici.

Progetto di sensibilizzazione e raccolta fondi: "Uncaffèperdue":

- **Un mondo a testa in giù** E' stato realizzato il libretto che riporta la filastrocca scritta da Giovanna Fidone, psicoterapeuta e funzionario della Provincia, corredato dai disegni delle persone coinvolte nel laboratorio artistico della Porta del Parco.

Il lancio ufficiale è avvenuto nell'ambito del Di-Festival, festival della diversità e del disorientamento, organizzato anche dall'Ambito di Bergamo, al Daste dal 13 al 15 ottobre 2023. Anche se la centratura era sulla fascia di età degli anziani si è ritenuta molto positiva la presentazione di "Un mondo a testa in giù" (che si pone proprio sul tema della diversità) durante la domenica pomeriggio, un tempo dedicato ai bambini. È stata fatta tramite la lettura animata del testo da parte de "I ragazzi di Sala Paris" di Dalmine, cui è seguita la possibilità da parte dei bambini di colorare i disegni del libretto.

Si intende utilizzare il libretto anche per attività di sensibilizzazione rivolta ai ragazzi delle scuole elementari, con il coinvolgimento in primis delle referenti dell'Ufficio Scolastico Territoriale per costruire insieme la proposta.

- **Eventi**

Anche nel 2023 si è data **particolare attenzione alla fascia giovanile**, proponendo eventi di sensibilizzazione sulle tematiche della salute mentale, e del disagio psichico e giovanile in genere, nei luoghi di loro ritrovo abituale:

- Concerto acustico della cantante jazz country bergamasca Claudia Buzzetti, presso l'Edoné, 19 luglio 2023.
- Cervellone a tema "salute mentale" presso l'Edoné, 10 Ottobre 2023, in concomitanza con la giornata mondiale dedicata alla Salute Mentale. Nel "Quizzone" sono state inserite alcune domande specifiche sulla salute mentale preparate dal gruppo Liberamente Espresso.

Il gruppo intende procedere anche per il 2024 su proposte di interesse per i giovani coinvolgendo realtà del territorio attive in quest'area.

- **Calendario 2024 Piccoli Passi Per**

E' stato stampato il calendario 2024 con altre foto dei murales della 'Porta del Parco' (che includono anche la fase di preparazione) da parte di Piccoli Passi Per. Si ritiene che questa iniziativa, che ha scopo promozionale dell'associazione e di lotta allo stigma, possa essere pienamente inclusa in quelle di Liberamente Espresso e del progetto "Esco" più in generale.

Il Laboratorio di "STREET ART" o "ARTE DI STRADA" a cura di ATELIER GLI STANZINI del Maestro d'arte Baroni Luca è realizzato in collaborazione con la Cooperativa Sociale "Il Pugno Aperto".

- **Formazione nelle scuole**

Ripresa, ma non ancora definita, la costruzione della proposta formativa "Progetto di sensibilizzazione/formazione sulla salute mentale" verso gli alunni delle scuole secondarie superiori e gli insegnanti, con l'ipotesi della formazione dei componenti di Liberamente Espresso da parte di esperti di ATS.

TAVOLO SALUTE MENTALE AMBITO TERRITORIALE 2 – DALMINE

Nel 2023 ci sono stati 3 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 "Nuovi sguardi nella salute mentale"** con capofila l'Associazione Aiutiamoli ed un contributo da parte dell'Ambito di Dalmine.

LA RETE

Consapevoli 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**
 - o "L'Orizzonte" di Nembro
 - o "Liberamente" di Lovere
 - o "Aiutiamoli" di Treviglio
 - o "Il volo del cuculo" di Telgate
 - o "L'approdo" di Clusone"
 - o oltre a "Piccoli Passi Per..."

- **C.S.M. (Campagna Salute Mentale)**

- **U.R.A.Sa.M. Lombardia**

- **Cooperazione sociale**
 - o Il Pugno Aperto
 - o AEPER

- **"Terra di Mezzo" e Circolo Day-Care APS**

- **C.B.I. (Coordinamento Bergamasco per l'Inclusione)**

- **Associazione Abitare le età**

- **ISPS (International Society for Psychological and Social Approaches to Psychosis) Lombardia**

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

OBIETTIVI 2024

A. In continuità

Prosecuzione delle Attività del 2023:

- 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, 8° 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:
 - OCSMD ATS BG
 - TAVOLI SM Ambiti di Bergamo e Dalmine con particolare attenzione ai nuovi bisogni sia dei sofferenti psichici che delle famiglie
 - CD URASAM
 - A.S.S.T. BG per un confronto/collaborazione costruttivi.
- 3) Laboratori dell'associazione, con nuove proposte.
- 4) Gruppo AMA

B. Nuovi Obiettivi

- 1) Corso per volontari (acquisizione e formazione)
- 2) Ampliare la base associativa
- 3) Promuovere incontri di formazione e informazione

ORGANI SOCIALI

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

Consiglio Direttivo

Locatelli Luisa	Presidente
Rota Laura	Vice Presidente
Cavagna Maurella	Segretaria
Bergnacchini Carmen	Segretaria
Tosetti Alberto	Tesoriere
Morelli Camilla	Consigliere
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 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, 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.

Assegna il tuo 5 per mille a favore delle persone con disagio psichico
CODICE FISCALE DI PICCOLI PASSI PER... 95085230167

INDICE

RELAZIONE di MISSIONE 2023

ATTIVITA' 2023	4
PERCORSI di AUTONOMIA e INCLUSIONE SOCIALE	6
PARTECIPAZIONE AI TAVOLI ISTITUZIONALI DI SALUTE MENTALE DEL SANITARIO E DEL SOCIALE	9
OBIETTIVI 2024	13
ORGANI SOCIALI	14
RINGRAZIAMENTI	15
INDICE	16