

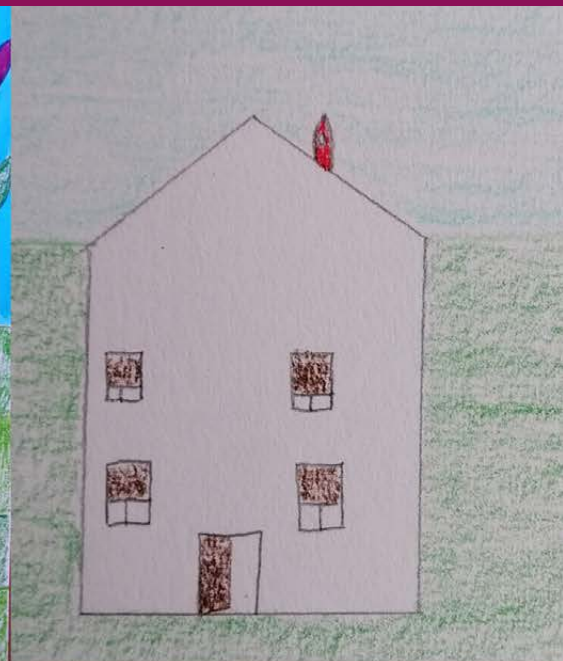


Suore Ospedaliere  
VILLA SAN BENEDETTO MENNI

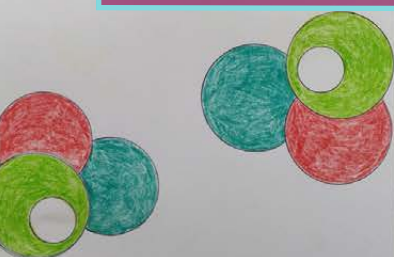
# INFORMAMENNI

n. 58

novembre 2022



## SALUTE MENTALE





## INDICE:

» Dalla Copertina	pag. 2
» Pastorale	pag. 4
» Comunicazione	pag. 7
» Vita di Reparto - RSA	pag. 8
» Vita di Reparto - RSD	pag. 11
» Vita di Reparto - RSP	pag. 12
» Direzione	pag. 14
» La scienza in VSBM	pag. 15
» Raccolta Fondi	pag. 16
» Menni Chef	pag. 17

## REDAZIONE

- » *Claudia Robustelli*
- » *Andreas Gabriele Bernasconi*
- » *Lisa Caspani*
- » *Silvia Daccò*
- » *Samantha De Boni*
- » *Annalisa Molteni*
- » *Maddalena Pinti*
- » *Wilma Ratti*
- » *Mario Sesana*
- » *Michele Venanzi*
- » *Sara Verga*
- » *Superiora Sr Agata Villadoro*

## SI RINGRAZIA PER LA COLLABORAZIONE A QUESTO NUMERO

- » *Cecilia Etzi*

Se desideri dare il tuo contributo, partecipare alla redazione o semplicemente ricevere InformaMenni scrivi a [comunicazione.vsb@ospedaliere.it](mailto:comunicazione.vsb@ospedaliere.it)

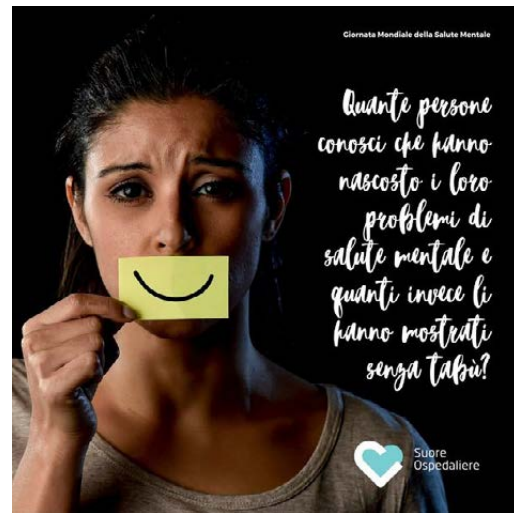


## Dalla Copertina

### #TogliilFiltro e metti Mi piace alla salute mentale

Questo lo slogan scelto dalla Congregazione delle Suore Ospedaliere per proporre il tema della Salute Mentale sui social e andare oltre le diffidenze che ci sono a riguardo.

*Scopriamo insieme come la nostra Congregazione ha scelto di parlarne.*



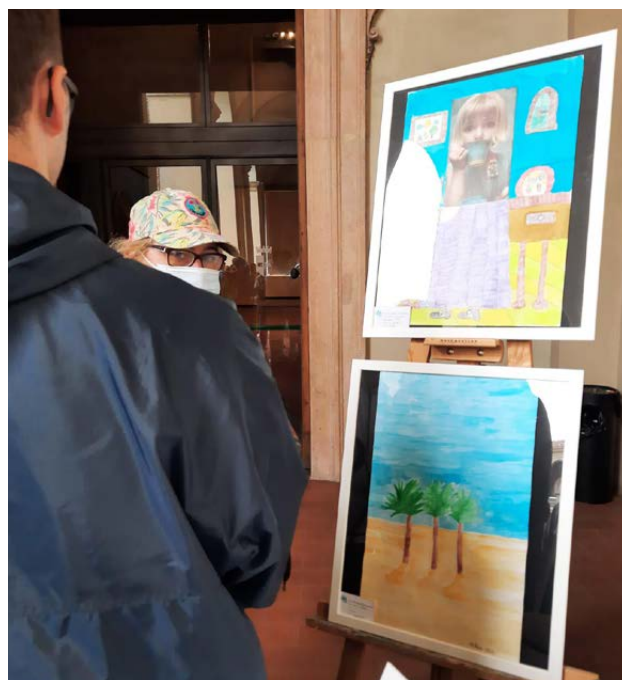
# VII Festival dell'Outsider Art e dell'Arte Irregolare

## Atelier DisTratto: presente !!!



**D**a ormai molti anni presso il nostro Centro Diurno (CD) è attivo uno spazio di arteterapia, condotto dalla stessa professionista che, unitamente agli artisti che vi partecipano, rappresentano l'anima pulsante di questo spazio. Uno spazio vivo, che si rigenera anno dopo anno. Uno spazio aperto, aperto al mondo, alle relazioni, a nuove proposte. **Uno spazio dove ciascuno trova una propria dimensione personale, una dimensione di gruppo, una dimensione territoriale.** Quest'ottica ci ha portati a cercare nuovi orizzonti, a dare un nome e una identità ben precisa all'atelier. Nasce così **l'Atelier DisTratto** (*Dis=disegno; Tratto= gesto che lascia traccia di sé*). Dal 2019 l'Atelier è entrato a far parte della rete di Atelier che partecipano al Festival Nazionale dell'Arte Irregolare - Outsider Art. L'edizione 2022 del festival si è appena tenuta a Piacenza con gli eventi più significativi nelle giornate del 30 settembre e 1 ottobre. La cornice è stata lo splendido Palazzo Farnese di Piacenza, un luogo che richiama fin da subito arte e storia. In questi due giorni il CD ha partecipato attivamente, con uno spazio espositivo stanziale insieme agli altri atelier, incontrando le scuole in visita e seguendo l'interessante convegno organizzato nella giornata di sabato 1 ottobre. Per l'occasione è stato realizzato un catalogo delle opere dei

nostri artisti. Il nostro Atelier ha partecipato anche alla selezione di opere che sono state esposte su dieci autobus di Piacenza che hanno percorso il centro dal 18/9 al 2/10. Hanno partecipato alla selezione 54 artisti di 10 atelier/collettivi diversi per 80 opere inviate. La soddisfazione e l'emozione nel sapere che **un'opera di una nostra artista** è stata selezionata fra tutte è indescrivibile.



Oltre alla parte legata al Festival, nei due giorni di permanenza a Piacenza, c'è stata occasione di visitare la città, il museo di Palazzo Farnese, di incontrare molte persone, di gustare le specialità locali. Sono stati due giorni intensi ed appaganti, con spunti per proseguire nel nostro cammino artistico e formativo ad ampio respiro. L'Atelier DisTratto ringrazia tutti coloro che sostengono questo progetto e chi ha partecipato con noi a questa splendida esperienza a Piacenza.

# Giornata Salute Mentale 2022... le sue radici nel Vangelo



**P**uò sembrare sorprendente la connessione tra la Giornata Mondiale della Salute Mentale e il Vangelo ma, premettendo che al tempo di Gesù e degli evangelisti le malattie erano considerate opere di demoni, il racconto della "liberazione dell'indemoniato di Gerasa", descritto nel Vangelo di Marco, al capitolo 5 è, per molti esegeti, suggestivo della guarigione di una persona con disagio mentale.

## Mc 5, 1-20

*<sup>1</sup>Poi arrivarono sull'altra riva del lago di Galilea, nella regione dei Gerasèni. <sup>2</sup>Gesù era appena sceso dalla barca, quando improvvisamente un uomo uscì da un cimitero e gli venne incontro. Costui era tormentato da uno spirito maligno<sup>3</sup> e stava sempre in mezzo alle tombe dei morti. Nessuno riusciva più a tenerlo legato, neppure con una catena: <sup>4</sup>diverse volte avevano provato a mettergli ferri ai piedi e catene alle mani, ma egli aveva sempre spezzato i ferri e rotto le catene. Nessuno*

*era capace di domarlo. <sup>5</sup>Se ne andava di qua e di là, in mezzo alle tombe e sui monti, di giorno e di notte, urlando e picchiandosi con le pietre. <sup>6</sup>Quando vide Gesù da lontano, si avvicinò di corsa e si buttò in ginocchio davanti a lui. <sup>7-8</sup>Allora Gesù disse allo spirito maligno di uscire da quell'uomo, ma quello si mise a gridare forte: - Che vuoi da me, Gesù, Figlio del Dio Onnipotente? Ti scongiuro, in nome di Dio, non tormentarmi! <sup>9</sup>Allora Gesù domandò: - Come ti chiami? E quello rispose: - Il mio nome è 'Moltitudine', perché siamo in molti; <sup>10</sup>e continuava a chiedergli di non cacciarli fuori da quella regione.*

*<sup>11</sup>In quel luogo c'era un grosso branco di maiali che pascolava vicino alla montagna. <sup>12</sup>Gli spiriti maligni chiesero con insistenza a Gesù: 'Mandaci in quei maiali! Lascia che entriamo dentro di loro!'. <sup>13</sup>Gesù lo permise. Gli spiriti maligni uscirono da quell'uomo ed entrarono nei maiali. Allora tutti quegli animali - erano circa duemila! - si misero a correre giù per la discesa, precipitarono nel lago e affogarono. <sup>14</sup>I guardiani dei maiali fuggirono e andarono a raccontare il fatto in città e in campagna. Perciò la gente venne a vedere che cosa era accaduto. <sup>15</sup>Quando arrivarono vicino a Gesù, videro anche l'uomo che aveva avuto molti spiriti maligni: ora egli se ne stava seduto, era vestito e ragionava bene. Ed essi si spaventarono. <sup>16</sup>Quelli che avevano visto il fatto raccontarono agli altri ciò che era successo all'indemoniato e poi ai maiali. <sup>17</sup>Alla fine la gente supplicò Gesù di andarsene via dal loro territorio. <sup>18</sup>Gesù salì sulla barca. L'uomo guarito continuava a chiedergli di poter stare con lui, <sup>19</sup>ma Gesù non glielo permise. 'Torna a casa tua, - gli disse - dalla tua famiglia, e racconta agli altri quanto ha fatto per te il Signore che ha avuto pietà di te'.*

*<sup>20</sup>L'uomo allora se ne andò via e cominciò ad annunziare in tutta la regione delle Dieci Città quel che Gesù aveva fatto per lui. E tutti quelli che lo ascoltavano erano pieni di meraviglia.*



Interpretando la descrizione dell'indemoniato come quella di una persona affetta da una patologia psichiatrica, rileviamo alcuni punti. Il liberato/guarito "ragionava bene, stava seduto e vestito". In questo effetto guaritore è facile pensare che i discepoli di Gesù se ne siano presi cura. Il liberato/guarito supplicava Gesù di farlo restare con Lui, ma Gesù lo rimandò "a casa, dai suoi" i maiali, nei quali erano stati mandati i demoni usciti dall'uomo, si buttano nel mare annegando e la gente, danneggiata economicamente dalla perdita degli animali, supplica Gesù di andarsene da quel territorio.

Non è difficile oggi, dopo più di 2000 anni, trovare alcune attualità in questi punti rilevati nel brano. Nell'uomo che "ragiona bene, seduto e vestito", possiamo riconoscere **l'esito della cura degli operatori della Salute Mentale** impegnati a ridare agli ammalati la condizione di **salute** e la **dignità umana** che consenta loro di **"tornare" nella famiglia e nella società**. Nella reazione della

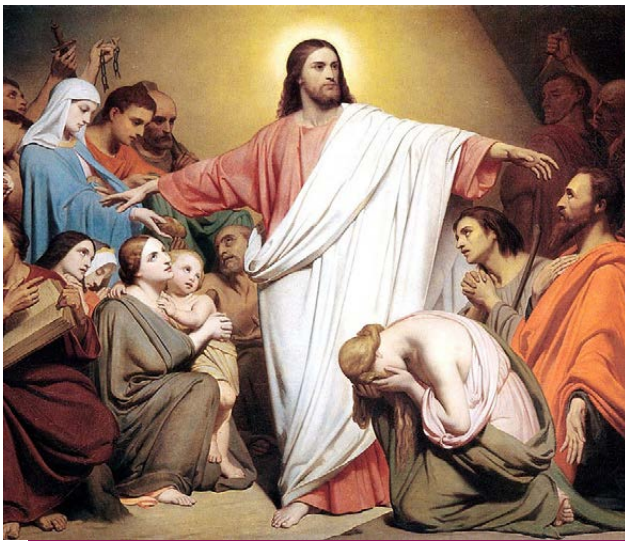
gente che, a seguito del danno economico subito, supplica Gesù di allontanarsi da quel territorio possiamo ritrovare la bassa considerazione della Salute mentale che comporta la scarsità di risorse economiche ad essa destinate.

La nostra Congregazione di Suore Ospedaliere, avendo come scelta di favore della propria missione la Salute Mentale, è impegnata non solo nella Cura che si realizza nelle Opere secondo i criteri più avanzati della scienza medica, ma anche nelle iniziative che aiutano la società a crescere nella conoscenza della patologia mentale, perché essa sia sempre meno "il male oscuro" (suggestivo dei demoni del brano del Vangelo) e sempre più una patologia conosciuta e curata, come la dignità della persona malata richiede.

Considerando che uno degli obiettivi della Giornata Mondiale della Salute Mentale è la **lotta allo Stigma**, da questa pagina plaudiamo all'iniziativa della serie di **puntate televisive sulle patologie psichiatriche** che l'emittente "Espansione Tv" e gli operatori del Dipartimento di Neuroscienze Cliniche della nostra Casa, hanno implementato nella rubrica "Angoli". L'impegno di cura e di educazione sanitaria, sono vera partecipazione e sincero augurio alla celebrazione della Giornata Mondiale della Salute Mentale!



# La guarigione secondo Gesù: liberazione per corpo, mente e spirito



In questo brano di Vangelo, Marco ci racconta di come Gesù si sia fatto prossimo di un uomo del quale non sappiamo molto, se non che sofferisse terribilmente. Si parla qui di indemoniato: certamente il suo spirito era profondamente turbato, la sua mente completamente in balia di pensieri irrazionali, il suo corpo probabilmente martoriato dai tentativi di contenimento della gente spaventata, nonché dalle sue stesse reazioni rabbiose, volte alla liberazione dalle catene cui veniva legato, ma probabilmente volte ancor più al tentativo disperato di liberarsi dalle catene del male oscuro che lo affliggeva.

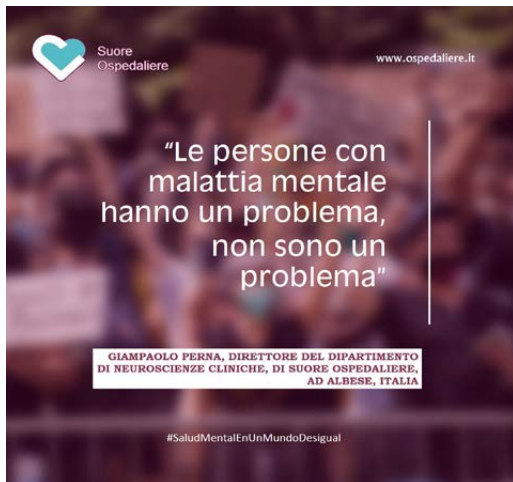
Gesù non mostra paura nell'incontrarlo, accetta di stare di fronte alla sua straziante ambivalenza: una parte di quest'uomo chiede aiuto e guarigione, l'altra pretende che Gesù lo lasci stare. Come le scienze mediche ci confermano, è **sempre buona**

cosa riconoscere la "parte sana" del malato e con quella fare "alleanza": così opera anche Gesù, affrontando quindi quella "Moltitudine" malevola così ingombrante per una mente e un'anima sola.

Interessante ciò che accade dopo. L'uomo, accolto e "liberato" dalle sue catene interiori, si ritrova in pace con se stesso, vestito era dunque nudo prima? Forse, sicuramente però era "nudo" perché completamente scoperto di fronte alla sua grande pena): Gesù interpreta dunque qui eccezionalmente quel nostro valore istituzionale chiamato "accoglienza liberatrice" (cfr. Quadro di Identità Istituzionale.) Accade inoltre che la gente supplichi Gesù di andarsene dal loro territorio. Già, perché mai occuparsi di una persona ormai "persa", con tutto ciò che implica a livello di fatica e ancor più di caos che questo può generare? Non è meglio che queste persone vengano lasciate perdere, o tutt'al più rinchiuso dove la loro vista non possa turbare le persone "normali"?

E qui Gesù ci offre un secondo, preziosissimo insegnamento, per noi che abbiamo appena celebrato la Giornata Mondiale della Salute Mentale lo scorso 10 Ottobre: **nessuno può essere lasciato indietro, tutti hanno diritto a esprimere e a veder accolta la propria disperazione.** La persona non è mai spaventosa, lo è semmai ciò che la tormenta e la condiziona pesantemente: è questo ciò che dobbiamo sconfiggere, ciascuno merita di essere liberato da ciò che non gli permetta più di vivere a immagine di Dio.

# Giornata mondiale della salute mentale. Combattiamo lo stigma.



Come combattere lo stigma? Parlando di salute mentale e andando oltre le difficoltà che la vita ci pone davanti.

Questo è uno dei messaggi che il prof. Giampaolo Perna, Direttore del Dipartimento di Neuroscienze, ha trasmesso al pubblico di Angoli, su espansione TV, nella serata di lunedì 10 ottobre. "Tutti noi abbiamo mille ostacoli sul nostro percorso e chi ha un disturbo mentale deve capire che dovrà affrontare un ostacolo diverso da altri ma non per questo si deve precludere tutte le vie per un pregiudizio sulla sua stessa persona. Ecco, lo stigma non è soltanto dagli altri verso le persone con problemi mentali, ma anche se verso se stessi. **Dobbiamo cancellare lo stigma sia interno che esterno perché chiunque abbia un disturbo mentale può aspirare a qualsiasi cosa**". È necessario dunque pensarsi come Persona nel senso più ampio della parola e non semplicemente come un soggetto affetto da un disturbo. Il Professore si è soffermato, infatti, sull'approccio che deve essere alla base della metodologia di cura di qualsiasi medico e che è espressione del carisma della Suore Ospedaliere: **"Il paziente è persona. Sempre**. Noi non perdiamo mai di vista questo aspetto. Questo concetto distingue due strade del futuro: una strada della cosiddetta psichiatria di

precisione, e quella della psichiatria personalizzata. La psichiatria di precisione pretende di misurare il funzionamento del cervello, delle diverse facoltà e della genetica della persona per trovare le terapie più adatte al paziente. La terapia personalizzata invece ha qualcosa di più perché vuole **considerare la persona nel suo insieme con i suoi valori, i suoi aspetti spirituali e la sua storia**. Con questa terapia capiamo che la persona con il disturbo è una persona che ha una storia personale di vita unica al mondo che influenzerà inevitabilmente quello che il soggetto è e la sua risposta alla cura. Oggi più che mai si va oltre alla diagnosi, oggi non si parla più di depressione o disturbo d'ansia e basta, si parla della persona con un problema con caratteristiche individuali uniche e cruciali per il successo della terapia. In conclusione l'aspettativa futura è quella di trovare la terapia giusta per ogni singola persona tenendo conto di tutti i suoi aspetti ricordandoci sempre di chi abbiamo davanti con tutti i suoi punti forti e deboli."

Ecco dunque che, partendo dall'esperienza di ognuno, è possibile, senza pregiudizi, parlare al grande pubblico di Salute Mentale perché questa tematica sia presa in considerazione non solo dalle Istituzioni, ma da tutti noi come un aspetto della vita che non deve essere nascosto.

Solo facendo luce sulle difficoltà e condividendole con gli altri, si può trovare la via per dare dignità a chiunque si trovi a convivere con un disturbo mentale. Ne sono esempio positivo ed incoraggiante gli Ospiti del nostro centro Diurno a cui tutta Villa San Benedetto Menni guarda con ammirazione.

Loro hanno agito, si sono mostrati al grande pubblico non come soggetti con patologia psichiatrica ma come artisti. L'invito, dunque, è quello di mostrare i propri punti di forza e debolezza per offrire alla nostra luce interiore la possibilità di illuminare la nostra vita e quella degli altri.

# Terapie Complementari



**A**l giorno d'oggi le cosiddette “**terapie complementari**” rivestono un ruolo fondamentale nel trattamento dell'utenza affetta da decadimento cognitivo severo o dei pazienti affetti da morbo di alzheimer.

Per “**terapie complementari**” si intendono quelle **attività di stimolazione della sfera cognitiva ed emozionale**, senza ricorrere a terapie farmacologiche, utilizzando tecniche che hanno alla base la relazione tra il somministratore (un professionista specializzato) e l'utente, con la mediazione dall'educatore, persona nota al paziente e quindi in grado di rendere più funzionale l'interazione.

Nella nostra RSA vengono utilizzate le seguenti terapie non farmacologiche:

- **Musicoterapia** (nucleo bianco e celeste) con Lucio Gallo: tecnica legata all'utilizzo di suoni e strumenti, destinata alle gravi demenze e agli stati vegetativi; attraverso la ritmicità e la cadenza dei suoni cerca di superare il gap cognitivo, con una comunicazione non verbale, allo scopo di restituire una struttura al pensiero

o di lenire gli stati di agitazione. Impagabili i sorrisi dei nostri ospiti, i loro sguardi accesi durante l'ascolto della musica! Innovativa la proposta di coinvolgere anche i familiari e gli operatori, all'interno del progetto “**una medicina chiamata musica**”, con l'intento di offrire loro i mezzi per essere stimolo attivo nei confronti della persona coinvolta e nello specifico del familiare per recuperare un ruolo principe con il loro caro.

- **Supervisione** con la pedagoga Anna Buttarelli (nuclei bianco e celeste): attenzione alla relazione personalizzata attraverso linguaggi che stimolino la sensorialità ed il sostegno ai familiari; lavori di apertura alla dimensione comunitaria, attraverso rituali empatici tra gli ospiti ed i loro cari. Quanta emozione in prospettiva di incontri così ravvicinati, inaspettati e spesso non più sperati, data la distanza tra affetti e ricoverato in struttura!
- **Teatro terapia** (rsa piano terra) con Annamaria Iannuzzi: nella relazione ed incontro tra la terapeuta, l'educatrice ed un piccolo gruppo di ospiti viene sfruttato il teatro come supporto per mantenere attiva la memoria verbale e motoria, ricercando benessere, stimolando la lettura, la narrazione e la comunicazione. Spettacolare vedere affiorire il bisogno di espressione anche nella terza età!!
- **Pet therapy** (nucleo rosso, celeste e piano terra) con Luisa e Pippi, Fabrizia e Nefertiti, detta Nenè: interventi svolti con l'incontro di cani specificatamente addestrati, condotti da terapisti adeguatamente formati, che puntano a lenire lo smarrimento causato dall'incedere della malattia attraverso il contatto ludico e ricreativo con l'animale, che diviene strumento di cura. Oltre alla mera presenza del cane, si



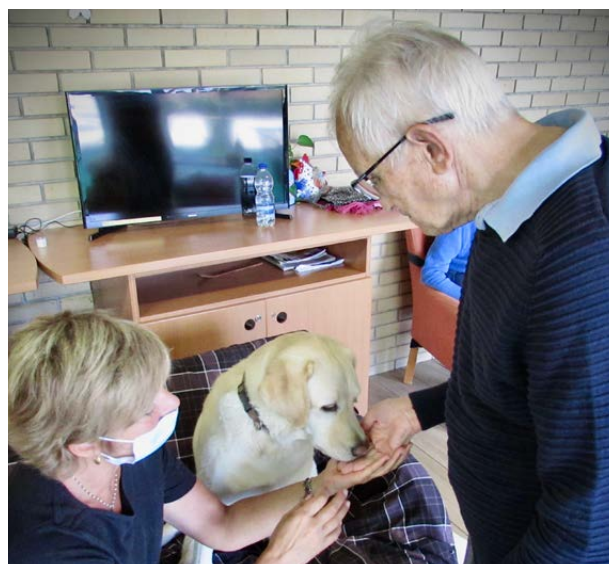
fornisce lo spunto per una maggiore interazione tra gli utenti ed il terapeuta, quasi a costituire un ponte per lo sviluppo delle relazioni e, di conseguenza, per l'aumento dell'autostima e dell'empatia, anche in piccolo gruppo. I sorrisi, le emozioni dei volti non sempre in grado di comunicare con le parole, sono il regalo più gradito, spesso immortalato in una foto. L'attivazione empatico relazionale a più livelli conferma, di volta in volta, l'assoluta efficacia dell'incontro con questi speciali "amici a quattro zampe".

- **Doll therapy** (nucleo rosso, bianco e celeste) con gli operatori dei reparti al secondo piano, sotto la supervisione della Dott.ssa Mauri e della Dott.ssa Zanin: somministrazione, attentamente monitorata e finalizzata, di bambole dall'aspetto realistico (nelle forme, dimensioni e peso), allo scopo di risvegliare gli istinti di maternage, per riversare il naturale desiderio di accudimento e scambio affettivo sulla bambola che diviene "essere vivente", dotato di esigenze concrete ed emotive. L'attesa sull'ospite è quella di una riduzione degli eccessi d'ira e degli stati d'ansia, il risveglio di ricordi piacevoli, il rilassamento con limitazione dell'insonnia e un diversivo per sviluppare relazioni interpersonali con gli altri pazienti. La magia dell'incontro con le "doll" ci trasporta in nursery, case d'altri tempi, ancora oggi fonte di ricordi di amore vero, verso figli, nipoti o pronipoti, realmente nati o frutto della fantasia, sempre assolutamente realistici nella relazione con questi nonni tanto bisognosi di dare affetto... e riceverne!
- **L'orto terapia** (nucleo rosso, celeste e piano terra): attività manuale di coltivazione e cura di ortaggi e giardini avente lo scopo di produrre benessere psico fisico. Si stimola la mente attraverso ricordi di attività realmente svolte in passato, che portano alla cura del frutto del lavoro manuale. L'attività è strutturata attraverso la relazione con gli studenti dell'Istituto San Vincenzo

di Albese (indirizzo di agraria), guidati dalla Professoressa Valentina. L'incontro determina dinamiche positive nell'utenza, favorendo la comunicazione e l'emersione di ricordi utili allo sviluppo dell'attività. Obiettivi secondari, ma non meno importanti, riguardano il rinforzo dell'autostima e l'emergere di autonomie nello svolgimento dei compiti e la socializzazione con soggetti eterogenei. Ogni settimana i nostri nonni si trasformano in piccoli agricoltori-giardinieri affiancati da professori del mestiere, ricevendo sorrisi, chiacchiere e ricordi...quasi confidenze speciali, tra generazioni all'apparenza lontane in quel pomeriggio tanto vicine, nonostante la dimensione dell'orientamento spazio temporale non sia sempre tangibile.

Villa San Benedetto Menni, attraverso questi investimenti mirati, intende perseguire livelli di qualità non meramente legati alla standardizzazione dei servizi, bensì relativi ad una pluralità d'offerta che metta **l'utente al centro degli obiettivi di cura.**

Un grazie alla direzione per la possibilità data allo staff animativo-educativo dell'RSA, nello sperimentare tali scenari, sperando in un futuro sempre ricco di conferme e di emozioni alternative, molto vere e ricche di soddisfazioni!!



## Testimoni d'ospitalità



**A**bbiamo ricevuto una richiesta speciale che, con gioia e gratitudine, è stata accolta: dare la massima visibilità, attraverso questo periodico, alla testimonianza di una famiglia che ha vissuto in prima persona l'Ospitalità della nostra Casa.

“Io ed i miei familiari vorremmo dedicare poche righe al personale di Villa San Benedetto Menni.

Desideriamo ringraziare tutto lo staff, dagli addetti alla portineria, alla dott.ssa Magistrelli, alle caposala, alle infermiere, alle animatrici e soprattutto vorremmo ringraziare il personale addetto al piano terra dove è stato ricoverato Venanzio Turco, nostro padre.

Ringraziamo la Dott.ssa Andrea che saltuariamente si è occupata di nostro padre, ma un grosso e sincero ringraziamento lo vogliamo dedicare alla Dott.ssa Francesca Roselli che con professionalità ed amore, lo ha saputo accompagnare verso la conclusione del suo percorso terreno.

Dal primo giorno di degenza di nostro padre, abbiamo immediatamente respirato un clima sereno ed accogliente.

**Vogliamo renderci testimoni che in questo reparto, come in tutti i reparti di questa struttura, gli ospiti vengono accuditi innanzitutto con rispetto e con dedizione.**

Nostro padre, caratterialmente, era una persona poco socievole, eppure da quanto ci è stato raccontato, siete riusciti a ricevere da lui dimostrazioni di stima e affetto.

**Siete delle persone che fanno del bene e credono in quello che fanno.**

Ci auguriamo di non aver tralasciato nessuno. Ancora grazie di cuore a tutti e non vi dimenticheremo.

*Anna con Donato, Edvige e Nadia*



## Una partita sudata!



**S**abato 17 settembre 2022 allo stadio Sinigaglia si disputava la partita di campionato di Serie B Como - SPAL e in tribuna erano presenti cinque ragazzi della Residenza Sanitaria Disabili.

**Un pomeriggio all'insegna di tifo, divertimento e tanta spensieratezza.**

I ragazzi erano entusiasti e felici della sorpresa che si è potuta concretizzare grazie alle preziose conoscenze di una nostra educatrice. Siamo così riusciti ad ottenere i posti a sedere migliori, quelli in prima fila nella tribuna; da qui si godeva di un'ottima visuale della partita, i giocatori erano a pochi metri di distanza da noi! Abbiamo potuto ammirare il mitico Fabregas che ha militato nel Barcellona ed è stato campione mondiale con la Spagna, è un onore ora averlo nella squadra comasca.

I ragazzi si sono immediatamente immedesimati

nel ruolo del vero tifoso: hanno sventolato le bandiere del Como, incitato i giocatori, cantato inni e sostenuto la squadra arrabbiandosi sia con gli avversari, sia con arbitri e guardalinee per dei fischi dubbi su alcune azioni dei padroni di casa. All'inizio della partita, prima del fischio d'inizio, hanno avuto anche la fortuna di scattare un selfie con Cristian Brocchi, ex giocatore del Milan e ora Allenatore in Serie B.

È stato bello vederli in un momento fuori dalla quotidianità della vita di reparto, ripercorrere con loro ricordi di quando erano più giovani ed andavano spesso allo stadio. **Entusiasmo ed adrenalina sono state le emozioni che ci hanno accompagnato per tutto il pomeriggio.** È stata una partita davvero sudata. Una serie di goal che facevano sempre sperare nella vittoria, ma proprio all'ultimo la squadra avversaria ha segnato il goal del pareggio. Come il fair-play insegna l'importante è divertirsi e di emozioni positive ne abbiamo vissute: è stato bello vedere una partita con così tanti goal.

È proprio vero che guardare una partita fa bene all'umore, siamo tornati tutti felici per il bellissimo pomeriggio passato in compagnia.



Foto da sito "Prima Como"

# Donare per Creare (settimo: arrangiarsi)



**N**el nostro reparto di riabilitazione psichiatrica viene proposto un laboratorio artigianale finalizzato a **sostenere il benessere degli ospiti attraverso il fare concreto e pratico-manuale.**

Nella prima fase, quella di progettazione, l'ospite sceglie il manufatto che vuole realizzare attraverso il sostegno dell'educatore e con il suo monitoraggio porta avanti il lavoro in autonomia e in contesti di gruppo.

Durante il percorso riabilitativo l'ospite si organizza nella giornata in tempi e modalità a lui funzionali per dedicarsi al proprio lavoro, gestendo autonomamente e con responsabilità i materiali consegnati.

Le fasi ideativa, realizzativa e conclusiva di un manufatto sono stimolo alla concentrazione, alla progettualità, alla risoluzione di criticità emergenti, all'iniziativa e all'attivazione occupazionale, oltre che alla piacevolezza, alla distrazione attiva e all'efficacia personale.

I materiali utilizzati per realizzare i manufatti sono svariati e, tra loro, abbiamo scelto di usarne molti di riciclo: cartoncini, carta di quotidiani e riviste,

cannucce, pezzi di legno e stoffe, nastri, gomitoli di lana, carta velina e crespa, brillantini, bottoni, tempere, colla vinilica, ecc.

Nel corso di questo anno il gruppo educativo ha rilevato **la necessità di ampliare i canali per acquisire materiali**, oltre all'acquisto, anche per potenziare ed incrementare riuso e riciclo. In questo contesto si è valutata e messa in atto la possibilità di un **lavoro di rete** che ha chiesto il coinvolgimento di colleghi della struttura, attraverso la creazione





di punti di raccolta di materiali a costo zero e il supporto di persone esterne alla realtà di Villa San Benedetto Menni.

Questi materiali, che hanno apparentemente una scarsa utilità, diventano fonte di creatività e spunti per realizzare cartellette, oggetti in cartapesta, contenitori, cestini, biglietti d'auguri, segnalibri. Inoltre, attraverso l'immaginazione, il fare, lo



sperimentare e il loro essere uniti acquisiscono un significato nuovo ed una bellezza unica nei manufatti realizzati.

La risposta ricevuta è stata molto positiva: le donazioni hanno contribuito all'inserimento di nuovi materiali e all'incremento di quelli in esaurimento.

**Abbiamo ricevuto ascolto del bisogno, partecipazione attiva e sostegno:** questa risposta ha permesso di portare avanti con efficacia il laboratorio e soprattutto i progetti riabilitativi individuali.

**Grazie** per le vostre donazioni e grazie per il vostro contributo alla valorizzazione del laboratorio artigianale!



# CAMMINAMENNI

## passo dopo passo nella bellezza contro la violenza di genere

**CAMMINAMENNI**  
Passo dopo passo nella bellezza  
contro la violenza di genere

**Domenica 27 novembre**  
Villa San Benedetto Menni Via Roma 16  
Albese con Cassano  
Registrazione ore 9.00  
Inizio camminata ore 9.30

**PERCORSO DI 5 O 10 KM  
INGRESSO LIBERO**

Con il patrocinio di:  
Comune di Orsenigo  
Comune di Tavernerio

**Contatti:**  
eventi.vsb@ospedaliere.it - albese.ospedaliere.it - Tel. 380 7496650

**Per info e iscrizioni:**

### Zan, Zendegi, Azadi

«Donne, vita, libertà» è il grido dei movimenti di protesta, guidati dalle donne iraniane nati dopo la morte di Mahsa Amini, la ragazza curda arrestata dalla polizia morale a Teheran per aver indossato in maniera non corretta il velo.

**“Giustizia, giustizia!”** gridavano lo scorso maggio un gruppo di donne afgane, coraggiosissime donne afgane, contro la decisione contenuta nel nuovo editto dei Taleban che impone alle donne di indossare il burqa in pubblico.

**CamminaMenni** è un'iniziativa proposta per dare a tutti coloro che vorranno partecipare, l'opportunità di **CAMMINARE INSIEME** per pensare, condividere

e parlare **delle donne**. Sui sentieri tra boschi e prati intorno ad Albese, la cui bellezza a volte sfugge ai nostri occhi distratti, vorremmo dedicare il nostro tempo e la nostra attenzione al valore delle donne di oggi, all'intensità con cui affrontano i cambiamenti, le fatiche per essere riconosciute socialmente, ma anche alla forza con la quale generano vita, anche quando non diventano mamme e con la quale riescono a raggiungere i loro obiettivi.

Secondo gli ultimi dati diffusi da Unioncamere e Cna, un'azienda su 3 in Italia è guidata da donne. E tutte insieme le aziende femminili in Italia danno lavoro a più di 3 milioni di addetti. Per lo più sono realtà legate al commercio, agricoltura, silvicoltura e pesca e turismo.

CamminaMenni regalerà una mattina di leggerezza da vivere con i nostri amici e le nostre famiglie, ma vorrebbe essere anche un **impegno**, che ciascuno si prenderà, a vivere nel proprio quotidiano, il rispetto della persona, inteso come accoglienza e valorizzazione delle differenze, maschili e femminili, il riconoscimento dei diritti di parità, il rifiuto della violenza come principio nella relazione tra uomini e donne.

CamminaMenni è un altro passo del nostro progetto **“L'incanto dell'essere donna”** dedicato a tutte le donne di Villa San Benedetto Menni ed agli uomini, che condividono con noi ciò che Aldo Cazzullo scrive nel suo libro *Le donne ereditano la Terra*:

“È vicino il giorno in cui sarà del tutto normale che un Capo di Stato o di governo, l'amministratore di un'azienda o di una banca, il direttore di un giornale o di un ospedale sia donna. E non sarà soltanto un cambio di genere; sarà un modo diverso di fare le cose.”

**Vi aspettiamo, per camminare insieme!**

# Elevato rischio cardiovascolare in pazienti con Depressione Maggiore, Disturbo Bipolare o Disturbo Ossessivo-Compulsivo.

È noto dalla letteratura scientifica che i pazienti affetti da disturbi psichiatrici severi presentano diversi fattori di rischio cardiovascolare, quali ipertensione, dislipidemia, o diabete, ed un eccesso di mortalità per eventi cardiovascolari rispetto alla persone non affette. Nonostante ciò, il rischio cardiovascolare dei pazienti è raramente valutato nella pratica clinica psichiatrica.

**L'obiettivo** di questo studio, che abbiamo presentato al 22° Congresso dell'Associazione Mondiale di Psichiatria svoltosi a Bangkok in Agosto 2022, era quello di **identificare la percentuale di pazienti ad alto rischio cardiovascolare** e stimare il rischio di eventi cardiovascolari futuri in un ampio campione di pazienti affetti da disturbo depressivo maggiore (DDM), disturbo bipolare (DB) o disturbo ossessivo-compulsivo (DOC).

## Metodo:

Abbiamo eseguito uno studio retrospettivo, osservazionale e trasversale utilizzando le informazioni documentate nelle cartelle cliniche elettroniche dei pazienti ricoverati presso la nostra Casa per un programma di riabilitazione psichiatrica di 4 settimane.

Abbiamo misurato il rischio cardiovascolare dei pazienti attraverso uno degli algoritmi più utilizzati dalla comunità scientifica, cioè l'algoritmo QRISK3, che stima il rischio di futuro infarto del miocardio o ictus nei successivi 10 anni. Questo algoritmo include diversi fattori nel calcolo, come età, sesso, stato socioeconomico, indice di massa corporea, abitudine al fumo, livelli di colesterolo, pressione sanguigna, diabete, terapia antipertensiva o malattia renale cronica. Il rischio cardiovascolare è considerato elevato quando il punteggio soglia del QRISK3 a 10 anni è uguale o superiore al 10%.

## Risultati:

Abbiamo incluso 404 pazienti ricoverati, di cui 158 con DDM, 142 con DB e 104 con DOC. Abbiamo riscontrato che le percentuali di pazienti con obesità, ipertensione, dislipidemia e aumento della glicemia a digiuno o diabete erano superiori a quelle riportate nella popolazione generale italiana. Inoltre, il 46% dei pazienti con DDM, il 27% di quelli con DOC e il 53% di quelli con DB presentava la sindrome metabolica. Il 62% del campione totale dello studio presentava un rischio elevato di eventi cardiovascolari a 10 anni, come misurato dall'algoritmo QRISK3. Questa percentuale è notevolmente superiore rispetto a quella riportata nella popolazione generale italiana. Inoltre, secondo la "QRISK3 Healthy Heart age", l'"età del cuore" dei pazienti è stata stimata tra i dodici e i quindici anni in più rispetto alla loro età cronologica. Complessivamente, il rischio relativo di eventi cardiovascolari futuri nel nostro campione era circa quattro volte maggiore rispetto alla popolazione generale.

## Conclusione:

Nel loro insieme, questi risultati hanno mostrato un significativo aumento globale del rischio cardiovascolare nei pazienti con DDM, DB o DOC rispetto alla popolazione generale.

Il nostro studio indica la necessità di introdurre lo screening del rischio cardiovascolare nella pratica clinica psichiatrica per monitorare e implementare interventi preventivi volti a migliorare i regimi di vita e ad adattare i trattamenti. Questi risultati evidenziano l'importanza di integrare l'assistenza psichiatrica con altri servizi di assistenza medica per ridurre la comorbidità medica e la mortalità nei pazienti con disturbi psichiatrici severi.

# Promotore del dono: cercasi

Così è iniziato il mio percorso in Villa San Benedetto Menni, con un annuncio per una mansione a me sconosciuta.

Mosso dalla mia tipica curiosità, ho accettato l'incarico e dopo aver conosciuto Claudia Robustelli ho iniziato ad affiancarla nell'Ufficio Comunicazione e Raccolta Fondi.

In parallelo all'avvio della collaborazione in VSBM ho intrapreso il Master universitario "Promotori del Dono" presso la sede dell'Insubria di Como e realizzato in collaborazione con Fondazione Comasca.

Mi sono bastate due lezioni per riconnettermi con il senso più profondo della mia esistenza.

## Chi è il promotore del dono?

In breve è un soggetto che, grazie a un'elevata sensibilità, evidenzia alla propria comunità di riferimento un problema a cui il cittadino è chiamato a rispondere dando così la possibilità al singolo di unirsi insieme ad altre persone al supporto di una causa comune per un miglior benessere comunitario.

Noi uomini siamo una specie sociale e abbiamo bisogno l'uno dell'altro per sopravvivere.

Mi sono chiesto: che cosa abbiamo creato negli ultimi secoli? Una società che ha fatto prevalere una nuova figura, il così detto Homo oeconomicus, cioè quell'uomo che pur di centrare i propri interessi individuali è pronto a schiacciare il prossimo senza riguardo. Ci siamo sempre di più chiusi in noi stessi, soffocando la nostra natura, prediligendo un effimero successo egoista e materialista rispetto a una maggior elevazione spirituale nell'aiuto di chi ci sta affianco.

Anche la scuola, già da tempo, ha invertito la propria tendenza e raramente insegna i valori fondamentali della vita come la compassione e l'aiuto del prossimo. Nella maggior parte dei casi si limita a certificare delle competenze utili solo per schiacciare i tuoi compagni di banco perché nel

mondo saranno loro i tuoi nemici. Il mio percorso formativo, in ambito economico, mi ha avvicinato all'industria dell'intrattenimento dal quale non ricevevo altro che sofferenza: non capivo come fosse possibile vivere una vita egoista come quella dei miei ex colleghi quando è solo con l'unione che si può far nascere delle idee davvero rivoluzionarie capaci di impattare sulla propria comunità.

Un buon guadagno giustifica davvero delle azioni che porteranno inevitabilmente alla strumentalizzazione dell'uomo? Quando un uomo è considerato alla stregua di un oggetto, è qui che raggiungiamo il punto più basso e laceriamo il nostro delicato tessuto sociale.

Siamo quindi una società che gode del progresso e delle più pazze innovazioni tecnologiche, ma siamo anche una società in cui l'utilizzo di psicofarmaci in fasce di età che comprendono anche la mia (24 anni) sta diventando normale. Depressione, ansia e inadeguatezza stanno tagliando le gambe al nostro futuro. Non posso stare fermo davanti alla sofferenza dei miei coetanei a cui è dato a vedere un solo modello di società (che palesemente non funziona a dovere).

È qui che il promotore del dono dà al prossimo un'altra visione del mondo dove **ogni singola persona è un tassello fondamentale al benessere della comunità** e non un semplice scalino per il raggiungimento dei propri scopi. **Con il dono abbiamo la possibilità di far risentire umano l'essere umano** riconnettendolo con la sua natura. Possiamo godere della materia, è lecito, ma essa non deve scavalcare l'amore che dobbiamo al fratello o alla sorella che ci cammina affianco. Se abbiamo la possibilità di dare dobbiamo dare.

In conclusione il dono non è un semplice gesto da benefattore. Con esso comprendi la vera bellezza e la forza del singolo e di che cosa si è davvero capaci di fare quando si è uniti.

**Il dono ti cambia la vita.**



# Le ricette di Nonna Cecilia

## Pasta al sugo di Tonno



### INGREDIENTI

per 4/5 persone

- › 500 g di pasta corta
- › 800 g di salsa di pomodoro
- › Mezza cipolla
- › 150 g di tonno sott'olio
- › Basilico
- › Prezzemolo tritato
- › Olio
- › Sale
- › Pepe
- › Noce moscata

### PREPARAZIONE

Tagliare le cipolle a julienne fini e farle imbiondire nell'olio. Aggiungere al soffritto la salsa di pomodoro. Lasciare cuocere sino a quasi fine cottura, aggiungendo un pizzico di bicarbonato per togliere l'acidità della salsa.

Mettere il tonno all'interno di un piatto e sminuzzarlo finemente con una forchetta. Preparare un cucchiaino di basilico e uno di prezzemolo entrambe sminuzzati finemente, importante è che siano entrambi la stessa quantità.

Quasi al termine della cottura della salsa di pomodoro, aggiungere il tonno, il basilico, prezzemolo, sale, pepe e noce moscata. Lasciare sul fuoco 5 minuti ancora. Nel frattempo cuocere la pasta e poi condire il tutto a piacere con una manciata di formaggio grattugiato. Servire caldo.

Buon Appetito!



# VII Festival dell'Outsider Art: Le Opere



Luana Catalano



Marialuisa Parravicini



Artisti al lavoro



Anna Garavelli



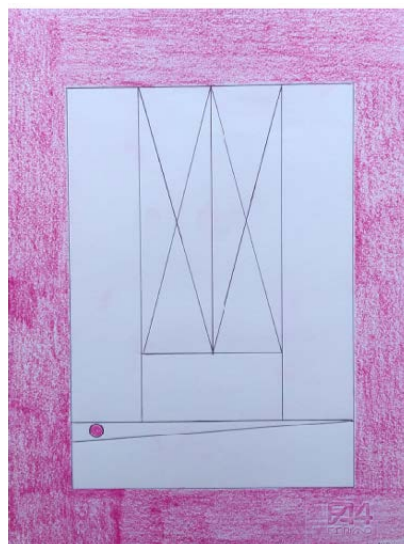
L'aula



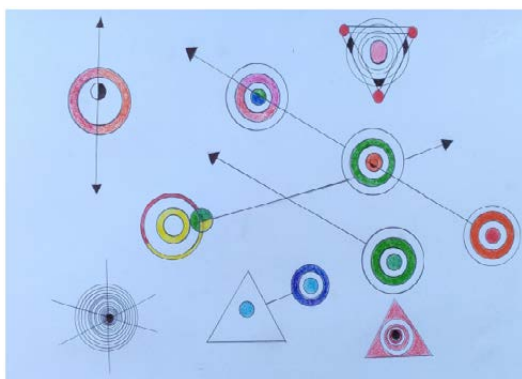
Artisti al lavoro



Stefania Galli



Adelio Amati



Adelio Amati



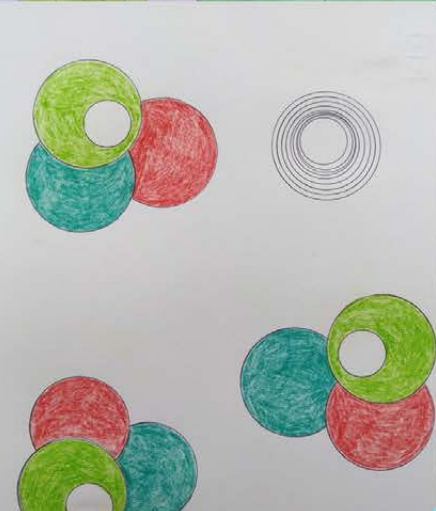
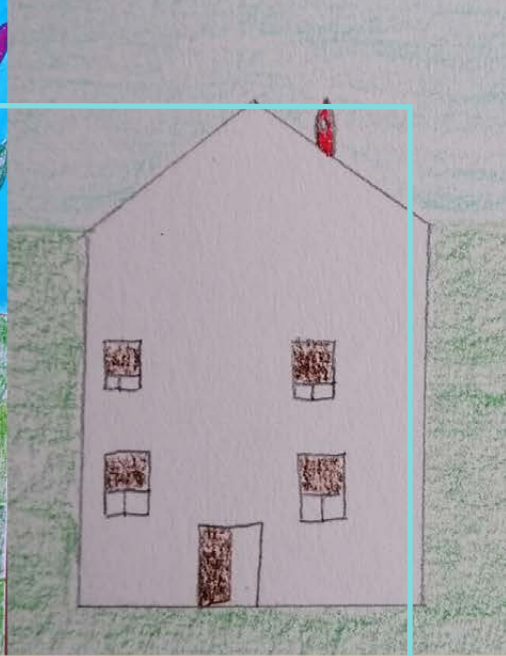
Mario Bianchi



Donatella Maggioni



Donatella Maggioni



Suore Ospedaliere  
VILLA SAN BENEDETTO MENNI

Via Roma, 16  
22032 Albese con Cassano (CO)