Suore Ospedaliere
PROVINCIA D´ITALIA

INFORMA**MENNI**

n. 4ETS

Novembre 2025

OLTRE I CONFINI

Indice

INDICE:

- Dalla Copertina pag. 2
- Pastorale pag. 5
- Vita di Reparto VSG pag. 7
- Vita di Reparto VSBM pag. 9
- La Scienza nelle Suore Ospedaliere pag. 14

REDAZIONE

- *Claudia Robustelli, Coordinatore Comunicazione ETS*
- *Redazione Villa Rosa (VR)*
- *Redazione Villa San Giuseppe (VSG)*
- *Redazione Villa San Benedetto Menni (VSBM)*

SIGLE

- *NB: Nucleo Bianco_Stati Vegetativi VSBM*
- *NC: Nucleo Celeste_Gravi Disabilità VSBM*
- *NR: Nucleo Rosso_Alzheimer e Demenze VSBM*
- *RA: Riabilitazione Alcologica VSG*
- *RSA: Residenza Sanitaria Assistenziale VSBM*
- *RSD: Residenza Sanitaria Disabili VSBM*
- *RSP: Riabilitazione Specialistica Psichiatrica VSBM*
- *SRP1: Riabilitazione Psichiatrica VSG*
- *SRP3: Struttura Residenziale Protetta per la Salute Mentale VSG*
- *TeRP: Terapista della Riabilitazione Psichiatrica*

Si ringraziano tutti i collaboratori che hanno contribuito a questo numero

Se desideri maggiori informazioni oppure se vuoi che InformaMenni non ti venga più inviato scrivi a comunicazione.vsb@ospedaliere.it

Visita il nostro sito www.ospedaliere.it

OLTRE I CONFINI

La festa di Santa Rosa, patrona di Viterbo, è stata un'occasione per vivere una nuova esperienza di **intrecci tra fede, storia, tradizione e cultura** al di fuori della sola realtà viterbese.

Andare oltre i confini della Casa, del reparto o della malattia, è stato ciò che ha guidato anche altre esperienze raccontate i questo numero di InformaMenni.

A volte il confine è stato superato da chi è entrato nella Casa per far vivere l'Opera Lirica a chi non è più nelle condizioni di recarsi a teatro. Persino le barriere dettate dall'Alzheimer sono state abbattute dalla potenza della musica.

I confini sono stati superati anche da chi ha saputo e potuto cogliere nuove proposte di attività offerte dalla natura e dallo sport, così come dalle artiterapie nella loro accezione più ampia, passando dalla condivisione di un convegno, di un laboratorio e dalla partecipazione ad un cineforum.

Persino trattando di ricerca scientifica abbiamo cercato di varcare alcuni confini superando la separazione tra mente e corpo e addentrandoci nell'esperienza dell'apnea.

La capacità di andare *oltre* trova radici nella nostra storia: l'esempio ci è stato dato proprio da San Benedetto Menni che, **sollevando lo sguardo** dalla sicurezza del suo posto di lavoro in banca, si è aperto alla cura e all'accoglienza dei più fragili, valicando persino i confini nazionali, nel nome dell'Ospitalità.

Gli Operatori di Villa Rosa

Santa Rosa connette Villa Rosa e la sua Città

Santa Rosa da Viterbo (1233-1251) fu una terziaria francescana di umili origini che, nonostante una grave malformazione fisica incompatibile con la vita oltre i primi anni, condusse una intensa attività spirituale e sociale a Viterbo, predicando **pace e penitenza contro l'eresia e l'imperatore Federico II.** Morta a soli 18 anni, fu subito venerata santa dal popolo viterbese.
Il suo corpo fu ritrovato incorrotto dopo ben 7 anni dalla morte e, ancora ben conservato, è custodito in una teca di vetro nella Chiesa Santuario a lei dedicato.

A Viterbo la festa della Patrona Santa Rosa (1233-1251) ha un valore che caratterizza la città e il suo "tempo", segnato da "un prima e un dopo Santa Rosa". La Festa è un'espressione corale che va oltre la celebrazione religiosa, essendo un simbolo di identità che coinvolge l'intera cittadinanza. Le celebrazioni più significative si svolgono tra il 2 e il 5 settembre e tutte hanno toccato la nostra Casa che significativamente ne porta il nome. Ogni evento ha interessato in modo particolare l'uno o l'altro dei Reparti.
Nel pomeriggio del **2 settembre** la città vive una giornata carica di suggestioni che prepara la Festa stessa: il Corteo Storico composto da almeno 300 figuranti e tutti i Facchini della Macchina. Una rappresentanza dei Facchini, prima andare a far parte del corteo, è venuta a fare visita agli Ospiti di Villa Rosa dove, nel grande piazzale interno, erano stati fatti sedere gli Ospiti dei Reparti della RSA. Mentre tutti, Ospiti e operatori, cantavano l'inno di Santa Rosa, un gruppo di loro teneva una rosa in mano come gesto di "accoglienza". Successivamente la Superiora ha raccolto tutte le rose in un fascio e le ha consegnate al Capo dei Facchini, affinché le portasse a Santa Rosa, unendole alle rose che vengono portate nel corteo stesso. Partiti i Facchini, gli Ospiti hanno goduto di una buonissima merenda.
Il *clou* della Festa è la sera del **3 settembre**, con il trasporto, per circa 1,2 km, da parte di 100 uomini detti "*Facchini di Santa Rosa*", della Macchina di Santa Rosa: una torre illuminata, di circa 30 metri, pesante circa 50 quintali e con, all'apice, la statua di Santa Rosa.
Questo evento è stato seguito da un nutrito gruppo di Ospiti delle comunità di Riabilitazione della Casa, per i quali il Comune ha messo a disposizione una sala con vista sul tragitto della Macchina. Tutti hanno vissuto e raccontato un crescendo di emozioni culminate in vera commozione. Il **4 settembre** è la Festa della Santa, con Santa Messa e pranzo. Nella giornata si svolge in città una ricca fiera alla quale si sono recati, a gruppetti, Ospiti, operatori e suore.
Il **5 settembre** si è vissuto una giornata di grande spiritualità: è stata portata a Villa Rosa la preziosa **teca con il *Cuore di Santa Rosa***, presente il Vescovo, Mons. Orazio Piazza. Prima di essere portata in Chiesa per la Santa Messa solenne, una piccola processione ha portato la teca nel Reparto *Hospice* della Casa, con grande commozione di malati e operatori.
Grazie Santa Rosa, per averci fatto vivere giorni di comunione tra i vari Reparti e tra tutta la Casa e la Città!

Michele Venanzi
Coordinatore Pastorale della Salute del Ramo ETS

Santa Rosa giunge anche... ad Albese

Per Viterbo il 4 Settembre rappresenta ben più di una festa. Per quello che ho potuto prima intuire e poi vivere, il 4 Settembre è "La Festa": tutto il calendario viterbese pare ruotare intorno ad essa, tutta la cittadinanza di sente coinvolta, vivendo davvero il tutto con un unico "sentimento", come recita la celebre frase del capo-facchino alla guida del trasporto dell'imperiosa "macchina" di Santa Rosa.

Tuttavia, **Santa Rosa per noi è riuscita a travalicare i consueti confini**, giungendo in qualche modo nelle nostre Case. Infatti, partendo idealmente da Villa Rosa, il suo nome e la sua storia hanno colpito l'attenzione e le emozioni anche della Comunità Ospedaliera di Villa San Benedetto Menni, ad Albese.
Nell'ambito di alcune attività pastorali, infatti, è stato possibile raccontare ciò che rappresenta Santa Rosa per Viterbo, nonché tutto ciò che la tradizione viterbese fedelmente ripropone da secoli (un evento che l'Unesco ha definito "patrimonio immateriale dell'umanità"), regalando non poco stupore in chi ascoltasse.
Nello specifico, sono stati visionati filmati del trasporto della "macchina" insieme agli ospiti della RSA, colpiti da come tutta la città si riversasse nelle vie centrali a "supporto" emotivo e spirituale dei valorosi facchini. Parallelamente, nel Nucleo Rosso dedicato ai pazienti con Alzheimer e demenze cognitive, si è a lungo raccontato di questa straordinaria tradizione, tanto che gli ospiti si sono riproposti di guardare in diretta la sfilata, chiedendo agli operatori di reparto di sintonizzare appositamente il canale tv per questo scopo. Infine, i famigliari del Nucleo Bianco (reparto dedicato agli ospiti in Stato Vegetativo) sono rimasti quasi increduli al conoscere che cosa comporti concretamente la preparazione di questa Festa, a partire dalle stupefacenti misure della "macchina": trenta metri di altezza per cinquanta quintali circa. Alcuni di loro, sono rimasti talmente affascinati dal racconto che hanno pensato di organizzare una "gita" per vivere in prima persona questo magnifico evento.

Si tratta in effetti di un avvenimento che, come pochi altri, sia capace di muovere un'intera comunità, resistendo al trascorrere del tempo e senza risentire affatto dell'effetto delle "mode" passeggere. La festa di Santa Rosa è evidentemente così radicata nei Viterbesi che, in un saldissimo **intreccio di fede, storia, tradizione e cultura**, rende possibile ancora oggi, anno dopo anno, il realizzarsi di qualcosa di davvero grandioso, in tutti i sensi, con gli occhi e il cuore rivolti però a una piccola e umilissima Santa donna.

L'Equipe del Servizio di Pastorale della Salute del Ramo ETS

Pastorale della Salute: echi dal XL Convegno AIPaS

Dal 6 al 9 ottobre, ad Assisi, gli incaricati per la Pastorale della Salute dei nostri tre Centri, il dr Michele Venanzi, Coordinatore, il dr Alfredo Mancini e suor Agata Villadoro, hanno partecipato ai lavori del Quarantesimo Convegno Nazionale **AIPaS (Associazione Italiana Pastorale Sanitaria).**

Il Convegno, dal titolo "*Vivere insieme la speranza sulla soglia del dolore*", è stato occasione di stimolante confronto con realtà parallele alla nostra e motivo di condivisione di esperienze pastorali e spirituali tra operatori impegnati, a vario titolo, nel mondo della Pastorale della Salute.
Cogliamo l'occasione di questa comunicazione per dare qualche nota informativa sulla storica e meritoria Associazione promotrice dell'evento. Si può dire che già la definizione "Pastorale Sanitaria" ci dà l'idea del tempo in cui l'Associazione è nata. L'iniziativa nacque ufficialmente nel 1984 ad opera di diversi Ordini Religiosi Ospedalieri (Camilliani, Fatebenefratelli, Francescani, ecc.) che hanno per Carisma la cura dei Malati in Case di Cura, Ospedali, Ambulatori, ecc., cioè in <<Strutture Sanitarie>> e pertanto la loro opera apostolica/pastorale era definita "sanitaria". Ora da quando l'OMS (Organizzazione Mondiale Sanitaria) nel 1948 ha definito la Salute "*Non solo assenza di malattia, ma benessere fisico, psichico, sociale*" si è sviluppato un articolata e ampia cultura sulla Salute nelle sue molteplici dimensioni (preventiva, territoriale, umanizzata, olistica, integrale, ecc.). Negli ultimi decenni, in questo ampio concetto, è entrata, a pieno titolo, la *dimensione spirituale* della Salute stessa, con il riconoscimento (anche in organico) della figura dell' "Assistente Spirituale".

Ebbene, nonostante il nome dell'Associazione non sia cambiato (da Pastorale Sanitaria a Pastorale della Salute) essa ha pienamente onorato lo sviluppo culturale che si è avuto sul concetto di Salute e i Convegni lo hanno dimostrato pienamente nel loro modo di articolare relazioni, testimonianze personali e/o familiari, lavori di gruppo.

Si può considerare come conferma di ciò il fatto che, da diversi anni, l'AIPaS realizza il suo Convegno annuale ad Assisi, alla Domus Pacis, a fianco della Basilica Santa Maria degli Angeli, al cui interno è la Porziuncola. La *location*, impregnata della spiritualità di San Francesco, fa vivere una autentica esperienza spirituale a chi giunge al Convegno portando la "dotazione" dei propri diversi Carismi: di Ordini e Congregazioni religiose, di Istituzioni ecclesiali, di Associazioni, di famiglie, di singole persone.... *Una vera esperienza di Chiesa Sinodale!*

Grazie AIPaS! Grazie Assisi!

Silvia Capezzuto
Psicologa Psicoterapeuta

Vela e benessere psicofisico

È iniziato a Villa Rosa il progetto "Vela e benessere psicofisico", realizzato sulle acque del lago di Bolsena in collaborazione con il Club Nautico di Capodimonte- Associazione Sportiva Dilettantistica.

Il progetto è rivolto agli ospiti dei servizi psichiatrici ed è affidato ad un'équipe multidisciplinare composta da psichiatra, psicologo, educatore professionale, tecnico della riabilitazione psichiatrica e infermiere coordinati dalla Dott.ssa Ambra Pierantoni (Coordinatrice dell'area riabilitativa), dal Dott. Daniele De Angelis (Psicologo) e dal Dott. Leonardo Ferretti (Educatore).

L'iniziativa si basa su un crescente numero di evidenze scientifiche che riconoscono la vela non solo come attività sportiva, ma anche come strumento di riabilitazione. In particolare, in area anglosassone e mediterranea, in tempi recenti si è andata consolidando l'idea della vela come terapia complementare, in grado di coniugare **dimensione sportiva, contatto con la natura e setting relazionale protetto**.

Condurre un'imbarcazione, infatti, significa misurarsi con l'ambiente, con l'altro e con se stessi: il lago diviene scenario di autoregolazione emotiva, attenzione, coordinazione e fiducia reciproca.
A bordo ogni gesto richiede consapevolezza e cooperazione. Il lavoro di squadra, inoltre, favorisce la costruzione di legami, stimola la comunicazione e rafforza il senso di appartenenza.
In questo contesto, **i pazienti imparano a riconoscere i propri limiti e risorse**, a gestire l'incertezza e a trasformare la sfida in occasione di crescita personale.
Gli obiettivi sono molteplici: dalla regolazione neurofisiologica — con riduzione di ansia e stress grazie al contatto con l'ambiente naturale — al potenziamento della resilienza e delle funzioni cognitive. La navigazione, con le sue richieste di attenzione sostenuta, pianificazione e decisione rapida, diventa un esercizio naturale di riabilitazione cognitiva, mentre il contatto con la natura e l'acqua favorisce rilassamento e riequilibrio emotivo.
La vela è anche un potente strumento di **inclusione**. Sperimentare l'appartenenza ad un equipaggio, infatti, riduce il senso di isolamento e offre ai partecipanti l'opportunità di sperimentare interazioni paritarie e significative, con effetti positivi sulla motivazione e sull'aderenza ai trattamenti.

Maria Cristina Bonanni
Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica

Psicologia Digitale

Nel contesto di Villa San Giuseppe, viene offerto il servizio ambulatoriale di **psicologia digitale** .
La promozione di questa nuova tecnologia è stata affidata ad un Tecnico della Riabilitazione appositamente formato in quest'area di intervento.
I primi occhiali a realtà aumentata furono sviluppati nel 1968 da Ivan Sutherland, scienziato e informatico statunitense nonché inventore del software predecessore dei dispositivi di interfaccia più utilizzati nella computer grafica.

Smartphone, visori, micro webcam e elementi 3D sono tutti esempi di realtà aumentata e oggi alcuni di questi possono essere utilizzati non solo a scopo di intrattenimento o di apprendimento (come accade ad esempio per le guide turistiche o di musei su device digitali) ma anche per somministrare cure psicologiche.

Dall'utilizzo di un **visore per realtà aumentata** nell'ambito di un intervento psicologico nasce un nuovo modo di vivere la psicoterapia, che prende il nome di **psicologia aumentata**.
Con "psicologia aumentata" si indica un tipo di esperienza immersiva, una narrazione virtuale che può essere utilizzata nel corso di ogni tipo di intervento psicologico o psicoterapeutico, indipendentemente dall'orientamento clinico del professionista.
La finalità dell'integrazione della tecnologia alla seduta psicologica è quella di facilitare il processo di cambiamento attraverso stimoli visivi. I fotogrammi e le scene che vengono proposte al paziente, vengono utilizzate dal terapeuta come spunti dai quali intraprendere un percorso di rielaborazione.

La psicologia aumentata può avere anche altre applicazioni oltre quella più tradizionale per esempio negli ambiti di ricerca della psicologia cognitiva, delle neuroscienze, della psicologia sociale, ecc.
Possono essere creati infiniti contenuti, ambienti e situazioni che facilitano l'accessibilità e aumentano l'aderenza alla realtà per ricerche che indagano i processi mentali, le risposte comportamentali e le reazioni fisiologiche in diversi contesti.
La Realtà Virtuale in psicologia e nella riabilitazione è oggi uno strumento concreto e potente per potenziare la pratica clinica.
Le esperienze di Realtà Virtuale supportano il trattamento di ansia, fobie, stress, disturbi ossessivi e decadimento cognitivo, progettate per integrarsi facilmente nella pratica clinica nonché social skills di vita quotidiana che possono includere fare la spesa, fare un prelievo, sottoporsi ad una tac oppure prendere un mezzo di trasporto (metro, treno, aereo, bus).

Stefania Perozzi
Educatrice Professionale Servizio Educativo Reparti SRP1-RA

Ciak, si vive!

Il Gruppo educativo denominato "***Cineforum***" rientra nell'ambito della programmazione settimanale del Servizio Educativo nei reparti SRP1/RA di Villa San Giuseppe.
Ogni mercoledì pomeriggio gli ospiti hanno l'opportunità di assistere alla proiezione e discussione di un film a tema presso la sala Auditorium della struttura: qui, il videoproiettore e la platea di sedie, realizzano un setting efficace per questa attività strutturata, in cui l'equipe educativa, dopo la preventiva scelta della tematica da affrontare, promuove la visione della pellicola. Le aree tematiche trattate riguardano **l'ambito delle patologie psichiatriche e quello delle dipendenze patologiche**.

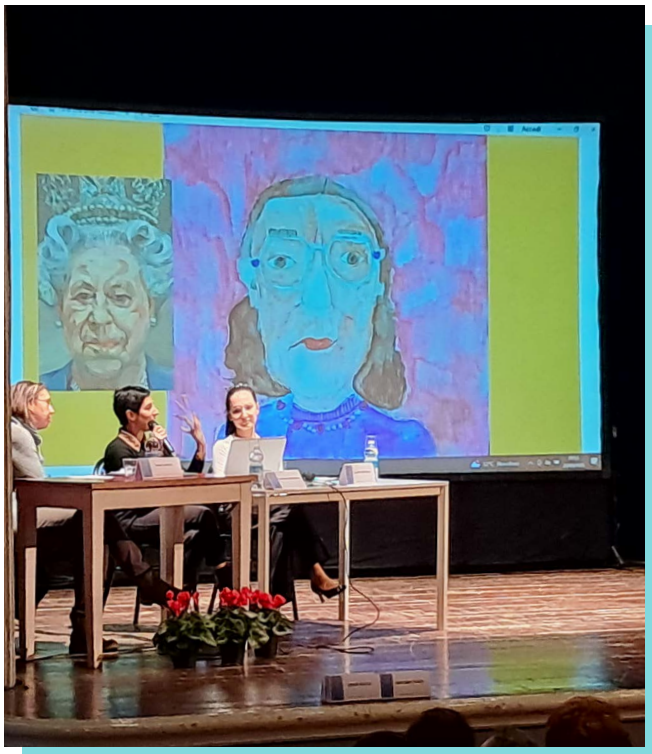
Come ogni percorso educativo proposto, anche il *Cineforum* si svolge nell'ottica della promozione delle risorse dell'individuo, favorendo modalità comunicative che fanno da "canale" per l'**espressione** e la successiva **rielaborazione di vissuti emotivi ed esperienze di vita**. Come tutte le tecniche espressive infatti, anche il cinema, attraverso le **immagini**, agisce funzionalmente sulla sfera emotivo/affettiva dell'individuo favorendo una miglior modulazione e regolazione delle emozioni. Ma non solo, oltre che emotivo, la visione di film rappresenta anche un attivatore cognitivo e comportamentale, che permette di suscitare affetti, riconoscerli, approfondirli e condividerli poi nel setting di gruppo: la partecipazione alla discussione successiva infatti permette ai pazienti di elaborare e condividere impressioni e stati d'animo con gli altri partecipanti. Tale modalità favorisce miglioramenti nelle capacità di rispecchiamento e immedesimazione nelle scene osservate e arricchimento generale del bagaglio di esperienze emozionali ed affettive.

La programmazione dei film proposti si è consolidata negli anni; ciascuna pellicola è stata dapprima visionata dall'equipe e successivamente approvata secondo criteri di varietà delle patologie trattate, appropriatezza del contenuto rispetto alla realtà ed eccessività di contenuti troppo espliciti dal punto di vista patologico.

Il lavoro educativo attraverso lo spazio *Cineforum* mira quindi a **valorizzare, sviluppare, rielaborare e consolidare la dimensione narrativa e rappresentativa delle esperienze di vita** dei pazienti attraverso la visione di film, al fine di ottenere una **maggior consapevolezza** dello stato di malattia e una **riduzione dell'eventuale stigma percepito**.

Chiara Salza - Arteterapeuta
Utenti e operatori del Centro Diurno Psichiatrico

Curare ad Arte



Sabato 27 settembre presso il Teatro San Teodoro di Cantù (CO) si è tenuto il convegno ***"Curare ad Arte: le Artiterapie nella cura delle fragilità"***, un evento promosso da quattro arteterapeute che lavorano per altrettanti Enti presenti sul territorio comasco: Francesca Arnaboldi per l'Associazione la Mongolfiera, Laura Moretti per I fiori di oltre il giardino, Antonella Mundo per Asvap 6 e Chiara Salza per il CD di Villa San Benedetto Menni.

L'evento è una delle iniziative promosse per La Giornata Europea dell'Arteterapia e la Settimana Nazionale della Salute Mentale 2025 ma ha avuto anche come obiettivo quello di **creare una rete con i professionisti** che da anni lavorano sul territorio potenziando progetti già attivi, avviarne dove non ci sono, trovare spazi culturali ed economici per garantire continuità e sviluppo. Obiettivo del Convegno è stato inoltre presentare le **terapie complementari non farmacologiche che utilizzano le arti per il benessere e la salute mentale**.

Accanto al convegno è stata allestita l'esposizione delle opere realizzate negli atelier. L'intervento di Francesca Bogliolo, critica d'arte e arteterapeuta, ha permesso di leggere le opere con uno sguardo non psicopatologico affiancando le immagini a quelle di artisti riconosciuti il cui tema narrativo o composizione degli elementi grafico-pittorici era lo stesso. Questo rimando è stato emotivamente molto forte per tutte le persone presenti e ha permesso di uscire da strette gabbie interpretative proprio perché, come ha sostenuto Silvia Cornara, musicoterapeuta e psicologa, parlando della malattia mentale, il dato non è mai completamente oggettivo ma ricostruito da colui che lo percepisce e ogni epoca ha le sue malattie che sono specchio di quel preciso momento storico.

Interessanti gli interventi di Dalila Mossi sul corpo, Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica e professionista in danzamovimento, che ha parlato della sua esperienza con donne affette da Disturbo della nutrizione ricordandoci quanto:" *la mente mente ma il corpo risponde"* sottolineando **l'importanza dell'interazione tra mente e corpo**. Parole alle quali hanno fatto da eco quelle di Valentina Giacosa, musicoterapeuta e violoncellista, che ha ricordato l'importanza dell'interazione caregiver – bambino sin dalla tenerissima età attraverso la sintonizzazione musicale.

Nel pomeriggio i quattro laboratori hanno permesso ai partecipanti di sperimentare come si svolge un incontro di Arteterapia.
In particolare i presenti dell'Atelier DiStratto del Centro Diurno di Villa San Benedetto Menni sono stati orgogliosi e soddisfatti di **essere stati co-protagonisti all'interno di un evento ricco di professionalità, esperienza, condivisione, emozioni e scambi relazionali**.
Il folto pubblico con i suoi riscontri positivi permette di affermare che il progetto realizzato ha fatto centro: **siamo viandanti in cerca di ciò che c'è di più prezioso in noi**.

Questo progetto, dunque, è stato anche uno stimolo per generare un reale cambiamento nella vita delle persone e, più in generale, un cambiamento culturale che riguarda tutti noi quando si parla di salute e in particolare della salute mentale.

Simona Camisani, arteterapueta ed esperta nel campo delle adozioni, ha introdotto la sua presentazione attraverso la visione di un corto: *Il pentolino di Antonino*. Una storia che ha sottolineato quanto ognuno di noi nella vita porti con sé il suo personale pentolino; ingombrante o piccolo, leggero o pesante dipende molto dal nostro punto di vista e da come impariamo a gestirlo per non "coccolarci nel nostro malessere" o servircene per nasconderci dietro ad esso.

Nell'intervento di Giacomo Puzzo sul teatro è stato posto un interrogativo interessante: "il nostro compito, come operatori, è quello*: "di ridurre il malessere o promuovere il benessere"*? Pensiamoci seriamente perché noi tutti, senza esclusione o divisione tra sani e malati ("da vicino nessuno è normale" diceva Basaglia) siamo molto di più del nostro malessere. **È importante facilitare esperienze che circoscrivano la patologia senza bloccarsi esclusivamente sul sintomo**.

Le educatrici di RSA e RSD

Vivere l'Opera a Casa

Gli Ospiti della RSA di Villa San Benedetto Menni hanno partecipato al **Progetto Opera white**, promosso da AsLiCo (Associazione Lirica e Concertistica) e dal teatro Sociale di Como, che ha portato l'opera **Falstaff di G. Verdi** all'interno delle RSA sfruttandone le divertenti sfaccettature per il benessere dell'anziano. La collaborazione con il Teatro ha permesso di offrire questa opportunità anche agli Ospiti della nostra RSD.

Il percorso si è articolato in una **formazione** per gli operatori della struttura, un **laboratorio di musicoterapia** per gli Ospiti, uno di **canto corale** per gli Ospiti e uno **spettacolo** conclusivo in cui gli anziani e le persone con disabilità hanno avuto una parte attiva al fianco degli artisti.
Questa esperienza ha regalato emozioni significative e ha permesso ai nostri Ospiti, non solo di essere spettatori di una grande opera lirica ma anche di averne preso parte attiva, secondo le proprie potenzialità. Hanno dunque potuto immergersi nel teatro e nella musica e vivere da protagonisti, nel segno dell'Ospitalità.

Ecco alcuni racconti da parte di Operatori e Ospiti:

Un percorso giunto inaspettato, come i fiori in inverno, una scoperta di talenti e passioni che ha coinvolto Ospiti e operatori della nostra struttura. Proprio in Primavera quando tutto ricomincia e rivive, è stato proposto il **Progetto Opera white**. Inizialmente un'interessantissima formazione per operatori proprio nella sede del Teatro, dove insieme a dei professionisti e artisti, è stato possibile comprendere le fasi del percorso, insieme a tante altre RSA della provincia di Como e Milano. Significativo è stato l'incontro con altre realtà e a pensarci bene varrebbe la pena risperimentare dei **momenti di scambio a livello esperienziale** che possano dar vita a nuove energie e proposte educative.
Grazie a questa esperienza, le nostre signore e i nostri signori, hanno potuto **rispolverare nei cassetti della loro memoria**, la curiosità o la passione per la musica lirica e per il teatro.
Le prove del coro si sono tradotte anche in **momenti di incontro, di sguardi, di conoscenza reciproca**, hanno cerato un gruppo, composto da tanti diversi elementi, tutti necessari come in un'orchestra ma nel rispetto di tutti.
Lo spettacolo a luglio è stato incredibile! **Il Teatro è davvero arrivato in Villa San Benedetto Menni,** con i suoi costumi, con le voci che hanno incantato e lasciato a bocca aperta. Gli Ospiti erano artisti resi uguali tra loro grazie all'abbigliamento: una camicia bianca e un foulard verde, una **vicinanza e sintonia** anche visiva.
È stata forse la prima volta in cui si è sperimentata un'attività educativa unendo Ospiti di vari reparti, educatrici dei vari settori, e questa **sinergia** ha prodotto senza dubbio la voglia di continuare!
In particolare, gli Ospiti della RSD hanno avuto

l'occasione unica di partecipare in prima persona allo spettacolo entrando nel vivo dell'opera come coro in alcuni momenti cruciali della rappresentazione. Non solo spettatori, dunque, ma protagonisti insieme ai cantanti professionisti, condividendo con loro emozioni, sorrisi e la potenza della musica dal vivo. **Il coinvolgimento ha portato benefici profondi**: gli Ospiti hanno sperimentato la **bellezza dello stare insieme**, il **senso di appartenenza** ad un progetto comune capace di **superare ogni barriera**. Con il passare dei giorni le prove sono diventate un appuntamento fisso e desiderato: ogni incontro era un'occasione per allenarsi, per ridere, per incoraggiarsi e sentirsi parte di un'unica voce, rafforzando la fiducia in sé stessi e negli altri. Durante e dopo lo svolgimento del progetto gli Ospiti hanno espresso il desiderio di poter prendere parte ad altre esperienze di questo genere in futuro, ricordando, nei loro dialoghi, episodi della vita passata in cui hanno partecipato ad attività teatrali durante le quali si sono sentiti protagonisti.

Anche gli Ospiti del NR hanno avuto la loro parte in questo progetto e per loro l'aspetto più importante è stato **poter ricordare**.... sembra un paradosso per le persone affette dal morbo di Alzheimer ma le giuste esperienze riescono a riaprire i cassetti della memoria che la malattia sembra aver chiuso! Dobbiamo proprio ringraziare la musica, l'opera lirica, le prove del coro, il giorno dello spettacolo... tante esperienze... tanti ricordi... tante emozioni che gli ospiti hanno condiviso con noi. Tra loro, la Signora Luigia ha descritto alla perfezione il palcoscenico di Roma dove lei studiava all'università e dove era andata per due anni a fare le prove di teatro presso un collegio gestito da suore spagnole. Quante volte poi nella sua Milano... al Teatro alla Scala... o a Como al Teatro Sociale...
La prima del Falstaff nella Casa di Albese **le ha fatto rivivere l'atmosfera di allora**, dove tutti sono stati allo stesso livello, sia emotivo che culturale... tutti spettatori!!!
Allo stesso modo il Sig. Enzo ha condiviso al telefono con la moglie Anna tutti gli appuntamenti all'arena di Verona, al teatro a Milano, a Como e alla biblioteca di Asso.
Aver partecipato a questa iniziativa ha offerto tante occasioni in cui poter **coltivare quella passione per la musica lirica** sempre viaggiando insieme, in posti vicini o lontani.
Anche il Sig. Enrico ha subito avuto la consapevolezza degli anni vissuti con la moglie Anna, l'università a Milano, il lavoro in America e poi gli anni a Como, **cittadini fruitori di cultura, musica e spettacoli**. La sensazione di **essere davvero a teatro** l'hanno percepita anche le signore Giovanna ed Anna, entrambe membri del coro e parte viva dello spettacolo. I loro complimenti sono stati indirizzati a tutto lo staff del Teatro Sociale primo fra tutti il maestro Francesco Malanchin, grande regista dell'evento.
Ai loro ricordi si uniscono anche quelli di un'educatrice che ha potuto rivivere l'emozione dei momenti vissuti con la sua mamma che, fin da bambina, le ha fatto apprezzare la musica classica e la musica lirica.... Segno che **i ricordi profondi passano dal cuore prima che dalla memoria**!

Gli Educatori RSP

Percorso vita: un nuovo inizio

Dopo anni di chiusura, con l'estate 2025 è stato finalmente ripristinato e riaperto il percorso vita di Villa San Benedetto Menni.
Il tracciato si sviluppa lungo la collina che costeggia la nuova palazzina della struttura e offre una camminata arricchita da attrezzi per l'attività fisica, immersa in un contesto naturale dove si alternano, accanto a cedri del Libano secolari, querce, carpini e ippocastani, alberi tipici dei nostri boschi, creando **un ambiente che stimola movimento e benessere**.
Negli anni precedenti la pandemia da Covid-19 il percorso era stato molto frequentato, ma le restrizioni sanitarie ed alcuni eventi naturali ne avevano reso impossibile l'utilizzo: diversi attrezzi erano stati danneggiati da piante ed intemperie, costringendo alla chiusura.
Dopo settimane di lavori, oggi la struttura torna a disposizione della comunità degli Ospiti della Riabilitazione Psichiatrica che la accoglie con entusiasmo e la utilizza come **strumento di cura e riabilitazione.**

L'accesso è riservato a chi, all'interno del proprio progetto terapeutico, prevede attività di fitness ed è in condizioni fisiche tali da poterne trarre beneficio. I gruppi, composti da un massimo di 15 persone, partecipano due volte a settimana e sono accompagnati da un educatore che illustra gli esercizi e funge da modello, garantendo sicurezza e motivazione.

In vista della riapertura, **l'attività è stata ripensata con il contributo di un collega fisioterapista**, che ha collaborato per individuare esercizi adeguati e modalità di proposta rispettose delle esigenze dei pazienti. L'attività fisica, già nota per i benefici su cuore, corpo e mente, se svolta all'aperto unisce i vantaggi del movimento al contatto con la natura, **migliorando l'umore e riducendo lo stress**.
La breve durata dei ricoveri in RSP (un mese circa) richiede strumenti di benessere facilmente riproducibili anche dopo le dimissioni. In questo senso, il percorso vita rappresenta **un'opportunità concreta: un'attività che gli ospiti possono sperimentare ed imparare qui e replicare nella loro quotidianità**, sfruttando percorsi analoghi presenti sul territorio.
I primi partecipanti hanno espresso grande soddisfazione per questa esperienza: un'attività semplice ma significativa, che permette di muoversi in un contesto verde e stimolante, rafforzando la percezione di benessere e offrendo continuità alla cura anche oltre la permanenza in struttura.

Apne@ In Your Mind: uno studio preliminare su attacchi di panico, sintomi fisici e fattori cognitivo-emotivi negli apneisti

Cosa ci svelano gli apneisti sugli attacchi di panico e sul loro equilibrio psicologico, in esperienze dove corpo e mente vengono messi alla prova?
Immergersi sott'acqua trattenendo il respiro non è solo una sfida fisica: è anche un viaggio dentro di sé, dove il corpo e la mente devono lavorare in perfetta armonia. L'apnea, infatti, espone l'apneista a sensazioni molto intense: la carenza d'aria, l'aumento della frequenza cardiaca, le tensioni muscolari. Per molte persone, proprio queste sensazioni possono diventare la scintilla che innesca ansia o persino attacchi di panico. Ma per chi pratica apnea in modo regolare succede questo?

Perché è interessante

Considerata la ben nota relazione tra attacchi di panico, funzione respiratoria e aumentata sensibilità all'anidride carbonica, lo studio sugli apneisti rappresenta un'interessante opportunità di ricerca. Durante le immersioni, infatti, questi atleti si espongono a un incremento dell'anidride carbonica dovuto all'apnea e a modificazioni di altri parametri fisiologici, come la frequenza cardiaca e la temperatura corporea. Questa condizione offre un contesto naturale che può contribuire ad approfondire la comprensione della fisiopatologia del panico e ad esplorare possibili approcci terapeutici per le persone che ne soffrono.

La nostra ricerca

Cosa accade, dunque, a chi pratica apnea quando sperimenta quei cambiamenti fisiologici che, nelle persone vulnerabili, possono condurre ad attacchi di panico o addirittura a un disturbo vero e proprio?
Da questa domanda è nato **Apne@ In Your Mind**, uno studio preliminare che ha coinvolto un gruppo di apneisti italiani della Apnea Academy. L'obiettivo era semplice ma ambizioso: indagare se, e in quale misura, questa comunità sperimenti attacchi di panico, quanti presentino il disturbo di panico e quanti invece riferiscano sintomi sottosoglia nella quotidianità. Per raccogliere queste informazioni è stato chiesto agli apneisti di compilare un questionario online anonimo diffuso durante l' European Dive Show, la più importan-

te manifestazione espositiva europea interamente dedicata al mondo della subacquea. Oltre alla presenza di sintomi di panico, abbiamo valutato anche le reazioni emotive a sensazioni respiratorie e fisiche come vertigini, percezione di calore e tachicardia, nonché la possibile paura o evitamento di situazioni fobiche (ad esempio luoghi affollati o chiusi), comunemente osservati nel disturbo di panico. Infine, abbiamo analizzato le caratteristiche cognitivo-emotive, i tratti di personalità e gli atteggiamenti degli apneisti, al fine di delinearne un profilo psicologico più completo.

Cosa è emerso

50 (92,6%) apneisti hanno compilato almeno una parte del questionario. Considerando i 42 partecipanti per i quali erano disponibili dati specifici sul panico, è emerso che nessuno soddisfaceva i criteri per una diagnosi attuale o passata di un possibile disturbo di panico. Tuttavia, 4 apneisti (9,5%; tutti uomini) hanno dichiarato di aver avuto, nel corso della vita, attacchi di panico inattesi, mentre 11 (26,2%; 10 uomini, pari al 91%) hanno riferito di aver sperimentato attacchi di panico attesi o episodi di ansia acuta, senza però arrivare a soddisfare i criteri per una possibile diagnosi di panico. Questi dati rivelano comunque una prevalenza inferiori a quella della popolazione generale.
Guardando più da vicino i 36 partecipanti che hanno completato tutto il questionario, emerge un profilo psicologico piuttosto equilibrato riportando una personalità stabile, bassa tendenza ad annoiarsi, impulsività moderata, alta capacità di tollerare l'incertezza, resilienza nella norma, una moderata consapevolezza delle sensazioni corporee e una discreta attenzione alle sensazioni interne del corpo. Inoltre, gli apneisti inclusi nello studio hanno mostrato una bassa tendenza ad avere fobie e hanno riportato un disagio minimo nel percepire sintomi sia respiratori che fisici generale, nella vita quotidiana, mostrando un diverso profilo rispetto alla popolazione clinica.
Infine, il confronto tra chi non aveva mai sperimentato alcun tipo di attacco (24 persone) e chi invece aveva avuto episodi di panico o ansia (12 persone) non ha mostrato differenze significative nelle principali variabili prese in esame.
Questi risultati suggeriscono che gli apneisti siano in grado di tollerare e interpretare in modo adeguato i segnali provenienti dal corpo, senza lasciarsene sopraffare, a differenza di quanto accade nelle persone con disturbo di panico.

Uno sguardo al futuro

Naturalmente, questo è solo uno studio preliminare, ma apre prospettive interessanti. **L'apnea** potrebbe essere vista non solo come disciplina sportiva, ma anche come un'**esperienza capace di rafforzare la resilienza psicologica** e migliorare il rapporto con il proprio corpo, in particolare in chi soffre di attacchi di panico o del vero e proprio disturbo, rappresentando una sorta di "palestra mentale" oltre che fisica.

Suore Ospedaliere

PROVINCIA D´ITALIA