

Buongiorno a tutti, sono Deborah, vicepresidente della Rete Utenti Lombardia. Ringrazio anche a nome di tutta la nostra associazione sia gli organizzatori di questo evento che i rappresentanti dei famigliari presenti all'Organismo di Coordinamento della Salute Mentale e delle Dipendenze per averci dato questa opportunità di rappresentare il mondo dell'associazionismo in questa conferenza.

Cos'è RUL? RUL è l'associazione di utenti dei servizi di salute mentale nata nel 2014 dal confronto costruttivo tra pazienti e operatori di vari servizi della regione Lombardia.

Abbiamo una mission che potete trovare anche nel nostro statuto disponibile sul nostro sito, che è quella di portare nei luoghi istituzionali la voce degli utenti senza ricorrere ai tramiti; ma questo non è il nostro solo scopo.

Promuoviamo anche il cambiamento dei servizi e delle persone che li "abitano" siano essi pazienti, operatori, famigliari o volontari supportando la costituzione di modalità e pratiche innovative che siano orientate al benessere dei pazienti, costruite insieme alle figure professionali, ai famigliari, ai volontari in un'ottica di reciproca valorizzazione. Questo perché siamo certi che il "sapere professionale" e quello "esperienziale" siano ingredienti principali di qualsiasi percorso di cura e riabilitazione. Sosteniamo inoltre la centralità e la responsabilizzazione degli utenti nei loro percorsi individuali verso la massima autonomia possibile e anche nei percorsi dei servizi e degli altri utenti, attraverso l'impiego degli Esperti in Supporto tra Pari; pensiamo sia possibile, in questo modo, parlare in maniera definitiva più di Salute Mentale piuttosto che di malattia mentale.

Salute mentale che, secondo noi, è e deve essere, patrimonio e responsabilità di tutto il territorio. In questi anni si sono gettate le basi per la costruzione di reti che possano comprendere i servizi pubblici, quelli del privato sociale, le associazioni e chiunque sul territorio abbia voglia e possa contribuire al benessere dei pazienti e delle loro comunità di riferimento.

Ora siamo convinti di essere pronti per un ulteriore passo in avanti. L'obiettivo che ci stiamo ponendo ora è quello di passare da questa rete ad un'alleanza vera e propria, costruita non soltanto dalle parole degli accordi, ma piuttosto sul lavoro di squadra, spalla a spalla, su una strada comune che tenga conto delle specificità di ogni singolo percorso, di quelle dei singoli servizi, di quelle dei singoli territori e delle singole famiglie; il tutto senza mai dimenticare che il centro è il maggior benessere possibile della persona, coi suoi obiettivi di vita e i suoi sogni.

Perché alleanza e non rete? Perché alleanza implica, secondo noi, un percorso intrapreso da tutti verso un comune obiettivo, che è la SALUTE, e speriamo che

implichi anche che tutte le nostre "differenze" alla fine possano trasformarsi in risorse per tutti piuttosto che diventare muri da abbattere.

In lombardia ci sono diverse esperienze "particolari" o "innovative" che aiutano a visualizzare concretamente quello che viene comunemente chiamato coproduzione, e che aiutano ad aumentare lo stato di benessere del paziente.

Redazioni di giornalini e siti internet, laboratori pratici o creativi di vario genere, attività espressive oppure fisiche. La cosa che riteniamo possa essere la chiave di volta è proprio la modalità con cui queste opportunità vengono identificate, costruite e partecipate... da tutti, ciascuno col suo pezzo di sapere.

ENRICO
Lucrezia ci racconta ora, a nome della sua squadra oggi presente, proprio di una di queste attività. La vela.

VELA

Come abbiamo sentito è fattibile, realizzabile in tanti ambiti e anche in maniere completamente nuove...

Siamo convinti che prevedere la partecipazione attiva sia degli operatori, che ovviamente dei pazienti, sostenuti dal servizio e dai famigliari in una collaborazione con una realtà del territorio non possa più essere definita una semplice Utopia affidata al caso e alla sensibilità dei singoli: è arrivato il momento di provarci!

Grazie dell'attenzione.

GRUPPO VELA.

L'esperienza che noi ragazzi abbiamo vissuto , è nata grazie alla collaborazione del Comune di Desenzano, dell'Associazione i Gnari di Colaterra, la Fraglia Vela Desenzano, e l'Unità Operativa 21 del DSM dell'ASST di Desenzano del Garda.

E' stata una bella opportunità che ci ha permesso di vivere un'esperienza per noi nuova, ci siamo confrontati con diverse persone.

Grazie a questa esperienza, abbiamo avuto una grande opportunità di incrementare il livello di autostima, infatti, partendo da situazione di incompetenza e incapacità, gradualmente, attraverso l'acquisizione di piccoli strumenti quotidiani, fornita, da competenti skipper, siamo arrivati a sentirci protagonisti, di un evento meraviglioso, quale è il navigare.

Sono entrate in gioco dinamiche estremamente interessanti, che hanno coinvolto aspetti, quali, la fiducia nei compagni di viaggio, il lavoro di squadra, il vincere le paure iniziali.

Una volta superati i limiti , questa esperienza si è trasformata in un puro e autentico divertimento per ognuno di noi.

Questi obiettivi sono stati raggiunti grazie al supporto continuo degli skipper i quali si sono rivelati dei veri e propri motivatori, capaci di catalizzare emozioni e suggerire strategie efficaci a risolvere le svariate incombenze ,proprie, del condurre una barca a vela.

Ciò ha contribuito ad aumentare la percezione di benessere psicofisico.

Siamo qui a ringraziare tutti quelli che hanno contribuito a generare questa opportunità, fiduciosi che in futuro, questi progetti possano avere sempre maggiore successo, e impatto sul territorio, così che altri ragazzi come noi possano vivere un'esperienza così interessante, gratificante , entusiasmante, e utile all'edificazione-sviluppo del proprio se.