

Come contattarci

Per posta:

Sostegno & Zucchero Onlus

Via Amendola 2 – c/o Pad. Bertolani
42100 Reggio Emilia RE

Per e-mail:

sostegnozucchero@libero.it

Per telefono/fax:

0522-335825

Visitando il nostro sito internet:

www.sostegnoezucchero.org

Puoi venire di persona presso la nostra sede. Noi siamo aperti il lunedì, il mercoledì ed il giovedì dalle ore 14,30 alle ore 17,30

Scrivendo o telefonando, puoi ricevere gratuitamente il nostro giornalino “*Il Brutto Anatroccolo*”, bimestrale di informazione, idee e confronto sul tema del disagio psichico

Sostegno & Zucchero Onlus

Via Amendola 2 – c/o Pad. Bertolani
42100 Reggio Emilia
Tel. e fax 0522-335825

www.sostegnoezucchero.org

Come aiutarci

- Puoi partecipare a “*Dolce-mente*”, corso di formazione ed introduzione al volontariato in psichiatria.
- Puoi aderire all'Associazione sottoscrivendo la *tessera annuale*. Questo un modo per sostenere l'Associazione nelle sue attività, ma anche per rimanere informati ed aggiornati sulle iniziative e le informazioni relative al disagio psichico. Ricordati che associandoti potrai partecipare a tutte le iniziative da noi organizzate ed usufruire costantemente di un supporto al fine di poter meglio affrontare il problema che stai vivendo come persona, come familiare o come amico.
Socio Ordinario: Euro 25
Socio Sostenitore: Euro 50
- Puoi contribuire liberamente con la possibilità di beneficiare delle detrazioni previste in caso di erogazioni in beneficenza.
La Legge 80/05 pubblicata sulla G.U. 111 prevede che le donazioni siano DEDUCIBILI nella misura del 10% del reddito complessivo dichiarato sino ad un massimo di euro 70.000. E' la nuova legge già chiamata “+ dai – versi”
- Da quest'anno puoi destinare senza alcun costo per te, il *5per mille* della tua dichiarazione dei redditi a Sostegno e Zucchero Onlus Codice fiscale **910 395 70 352**
- Puoi ricordarti di noi in occasione di *compleanni, battesimi o matrimoni* chiedendo per “regalo” ai vostri cari donazioni a favore della nostra Associazione.
- Anche in circostanze più difficili è possibile pensare ad aiutare: lasciare in *eredità* all'Associazione anche una piccola cifra non toglierà nulla ai vostri familiari, ma renderà voi ed il vostro gesto sempre presenti.
- Puoi aiutarci anche *semplicemente parlando* della nostra Associazione a chi può essere interessato o bisognoso. Può sembrare semplice ma risulta assolutamente prezioso.

I versamenti possono essere effettuati sui seguenti conti intestati a Sostegno & Zucchero Onlus:

Banca Popolare Emilia Romagna – Abi 5387 – Cab 66160 – c/c
Bipop Carire – Abi.... – Cab.....- c/c 19867/b
C/c postale 15279425



SOSTEGNO & ZUCCHERO ONLUS

Il disagio mentale ha bisogno



Il disagio mentale ha cuore

Chi siamo...

Sostegno & Zuccherò Onlus (ente senza fini di lucro) opera, sin dal 1992, nel settore del disagio psichico nell'ambito della Provincia di Reggio Emilia. Collabora con la locale Azienda USL ed è composta da sofferenti psichici, amici e familiari. E' socia della Coop. Sociale *Il Podere* che svolge piccole attività artigianali ed agricole finalizzate all'inserimento lavorativo delle persone svantaggiate.

Il nostro scopo è quello di migliorare la qualità di vita di coloro che soffrono per permettere il completo recupero delle proprie capacità ed autonomie sociali

...e cosa facciamo

Le nostre attività si svolgono a diversi livelli quali ad esempio informazioni, supporto ed orientamento per sofferenti e familiari, organizzazione di attività per il tempo libero e la socialità, confronto costruttivo con le risorse e le iniziative del Dipartimento di Salute Mentale dell'AUSL di Reggio Emilia

In particolare per **i familiari** gestiamo ormai da diversi anni **gruppi di auto mutuo aiuto; per i sofferenti** organizziamo **diverse attività ricreative per il tempo libero (piscina, gruppo musica, calcio, pallavolo, bocce, computer, teatro di animazione, cinema, creta, orto, etc.); per gli amici** teniamo periodici **corsi di formazione ed aggiornamento al volontariato.**

Sostegno e Zuccherò Onlus pubblica il bimestrale di idee e informazioni sul disagio psichico "*Il Brutto Anatroccolo*".

Sostegno e Zuccherò completa le sue attività con *suoi rappresentanti nelle commissioni provinciali e regionali* dedicate al disagio psichico; fa parte inoltre dell'Unione Nazionale delle Associazioni per la Salute Mentale (UNASAM).

Se cerchi aiuto

Possiamo offrirti aiuto, informazioni ed orientamento per affrontare con serenità il momento che stai passando.

Conoscere e capire cosa sta succedendo, costruire insieme le strade per *tornare ad "essere"*, sono le opportunità e la speranza che ti offriamo.

Il primo passo rimane una tua scelta e noi siamo sempre qui ad aspettarti *pronti* anche solo *ad ascoltare*.

"Nel pieno della depressione accettavo quello che comunemente si dice del malato mentale ('è contagioso', 'è pericoloso'...) e quindi mi auto-escludevo dai vari ambiti sociali e dalle relazioni con le persone, sicura di essere solo un fastidio, se non un pericolo per gli altri"

Se sei un familiare

Capire cosa sta succedendo e cosa si può fare è certamente la prima cosa di cui si sente il bisogno. *Rispettare* se stessi e la propria dignità è però il secondo passo per riuscire ad aiutare con più forza ed equilibrio la persona cara. *Condividere* i propri dubbi, le paure, i falsi sensi di colpa è un modo per diventare un vero sostegno per chi soffre.

"Tutti noi sappiamo, chi più, chi meno, cosa può avere passato l'altro e quanta sofferenza e dolore ha avvolto ed avvolge la nostra vita e, soprattutto, la vita dei nostri malati. Dobbiamo tuttavia aggrapparci ad un filo di speranza ed è anche per questo che partecipiamo a serate di sensibilizzazione e mutuo aiuto come quelle di oggi, nelle quali siamo coinvolti come testimoni diretti"

Se sei un amico

Abbiamo bisogno delle tue capacità e di un pò del tuo tempo.

Puoi star certo di saper fare almeno una cosa che per noi risulterebbe preziosa!

Le attività sono diverse e possono essere anche di carattere organizzativo, progettuale e di ricerca per l'Associazione.

La malattia mentale

Quando parliamo di malattia mentale, ci riferiamo tutti alla stessa cosa o piuttosto ognuno di noi, più o meno consapevolmente, si rifà ad una propria convinzione che si discosta talvolta in modo significativo, da quella delle altre persone? Salute e malattia sono apparentemente parole molto semplici, così abituali nel nostro linguaggio, tuttavia difficili da definire. L'Organizzazione Mondiale della Sanità, ad esempio, definisce la salute come "stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non semplicemente assenza di malattia o infermità".

L'apparente chiarezza si fonda sull'uso del termine benessere, che può assumere anch'esso un valore diverso per ciascuno di noi, anche se cominciamo a comprendere che la salute rimanda all'intera persona umana, non solo al suo corpo, ma anche alla sua vita psichica, alla sua rete di rapporti. Pensiamo al termine malattia che denota una "perdita dello stato di salute dovuta ad alterazioni generali dell'organismo o di singoli organi". Sembra qui facile tracciare un limite fra malattia e non-malattia se ci fermiamo agli aspetti fisici. La nostra ricerca di definizioni chiare si fa più difficile se affrontiamo il tema della malattia mentale. Partiamo dal modello tradizionale della malattia "fisica", di cui si possono indagare cause, sviluppo, attraverso sintomi obiettivi, analisi di laboratorio, esami radiologici, ecc... Di tutto ciò, in effetti, nel campo della patologia psichiatrica non c'è riscontro: non tanto che, sia in passato che oggi, non siano stati ricercati segni "visibili" della patologia quanto piuttosto che di tali segni non è mai stata trovata traccia che sia stata riconosciuta come significativa da un punto di vista scientifico. L'aggettivo mentale poi rimanda implicitamente ad un organo, il cervello, come sede dei processi che riguardano la vita psicologica dell'individuo, ma anche e soprattutto a funzioni nervose più complesse che non chiamano in causa solo il cervello o l'intero organismo ma anche l'ambiente esterno: l'attività mentale è quindi qualcosa che riconosce, oltre che la dimensione "interna" dell'individuo, il valore degli stimoli ambientali, che percepiamo, che elaboriamo, che ci inducono a comportarci in determinate maniere. Queste considerazioni stanno in fondo a sottolineare una sorta di sfuggevolezza, di incertezza, che accompagna la ricerca della definizione di malattia mentale. In particolare sui suoi confini (che cos'è malattia piuttosto che semplice disagio), sulle sue cause, sui suoi significati che faticiamo a trovare concordanze. Se pensiamo poi agli atteggiamenti nei confronti di chi soffre, così come alle forme di cura che possiamo costruire, le differenze si fanno ancor più sostanziali.

SOSTEGNO E ZUCCHERO ONLUS – AIUTATE LA NOSTRA MENTE CON IL VOSTRO CUORE