

GIORNATA MONDIALE DELLA SALUTE MENTALE 2017

Da alcuni anni l'associazione il Chiaro del Bosco onlus in collaborazione con il Dipartimento di Salute Mentale dell' ASST Garda , i Comuni, le cooperative sociali e le associazioni del territorio, **in occasione della Giornata mondiale della salute mentale**, propone nel mese di ottobre una serie di iniziative rivolte alla cittadinanza oltre che agli utenti, ai loro familiari e agli addetti ai lavori.

Quest'anno le iniziative del mese di ottobre dal titolo **IN VIAGGIO CON ALICE** vedono la collaborazione tra Il Chiaro del Bosco onlus, l'ASST Garda, l'Associazione Macramè, la Croce Bianca del Dominato Leonense, la Comunità Maddalena, la scuola di danza STEP, la delegazione LILT di Leno, la Fondazione del Dominato Leonense e la Cooperativa il Gabbiano ed il patrocinio dei Comuni di Verolanuova e di Leno.

Tenendo conto che oltre il 50% dei disturbi psichici esordiscono in età adolescenziale si è convenuto di proporre interventi principalmente rivolti ai giovani, alle comunità locali, alle famiglie ed a chi ha un ruolo educativo, di supporto e di sensibilizzazione di adolescenti rispetto alla promozione della salute mentale.

Le serate di **IN VIAGGIO CON ALICE** saranno tre dal titolo:

MERAVIGLIOSAMENTE, ARTISTICAMENTE, EMOTIVAMENTE GIOVANI.

Alle 20,30 del 14 ottobre presso l'Auditorium ITC Mazzolari di Verolanuova: MERAVIGLIOSAMENTE

Alice ora è piccola, ora è grande, non sa più chi è: è una ragazzina che sta crescendo.

Insegue un coniglio bianco che ha sempre fretta, come le bimbe che si muovono tanto senza riuscire a concludere nulla.

Alice incontra il Brucaliffo, metafora di ciò che non si deve fare, ma che si deve sapere per crescere. Fa amicizia con lo Stregatto, imparando ad essere se stessa senza seguire gli stereotipi.

È attratta dal Cappellaio Matto, da un modo di comunicare veloce e socializzante, ma anche insidioso.

Si incontra e si scontra con il mondo dei grandi, subisce la prevaricazione della Regina Rossa, ma viene incoraggiata dalla regina bianca.

Era solo un sogno, ma quando Alice si sveglia si sente cambiata: forse più grande, forse più donna... ma perché non conservare l'innocenza e la semplicità della ragazzina?

E all'interno di questa narrazione ci muoveremo nel mondo dei giovani, cercando di favorire contesti di scambio, di formazione e di crescita.....

Alle 20,30 del 18 ottobre presso Villa Badia di Leno: ARTISTICAMENTE

Nella seconda tappa del viaggio di Alice parleremo di riabilitazione di arti terapie portando delle esperienze che giornalmente proponiamo nei servizi di salute Mentale, vedremo insieme come, per

esempio, attraverso la musica, l'arte, la scrittura è possibile creare percorsi individualizzati, dove al centro c'è la persona e il suo benessere; vedremo come attraverso attività pratiche (cucina, cucito, corsi di inglese) ognuno può riconoscersi, con la sua unicità, parte del mondo.

E' da tempo ormai che ci siamo approcciati ai vari laboratori senza pretendere di raggiungere grandi palchi, mostre o altro, ma sapevamo che il beneficio emotivo e mentale sarebbe passato dalle nostre orecchie, occhi e fino al cuore ci avrebbe rigenerato.

Quindi, perché no, suoniamo, scriviamo dipingiamo cioè comunichiamo, con la speranza che quello che diremo possa generare un'onda di positiva coscienza e sensibilizzi anche le menti più arcigne e resistenti

Alle 20,30 del 25 ottobre presso Villa Badia di Leno: EMOTIVAMENTE GIOVANI

"Chi essere tu?" Alice non sa ancora rispondere a queste domanda: durante l'adolescenza emozioni e sentimenti si susseguono senza sosta.

Rabbia, desiderio, paura, gioia, noia, esaltazione, tristezza, allegria, solitudine, vuoto, vergogna, sicurezza, attrazione, insicurezza

Alcuni possono spaventare, altri esaltare ed altri ancora rassicurare.

Le emozioni e i sentimenti vanno e vengono senza una direzione precisa.

In adolescenza i giovani sono maggiormente portati ad adottare comportamenti a rischio e stili di vita non salutari: riteniamo che sia fondamentale creare strategie di intervento per lavorare sulla prevenzione, coinvolgendo attivamente i destinatari nella progettazione e nell'elaborazione di messaggi di salute, messaggi che i giovani possano sentire vicino al loro mondo, credibili e concreti.

Per questo, i personaggi del mondo di Alice, tratteggiati in una breve introduzione e in dialogo tra loro, ci accompagneranno in questa età difficile e faranno da sponda all'esperienza condotta all'istituto Capirola di Leno e al progetto "Attenti al proprio benessere: salute mentale positiva nella comunità" realizzato presso alcuni istituti superiori di Brescia dall'associazione il Chiaro del Bosco.

perché in fondo tutti abbiamo sempre bisogno di crescere un po'... o forse di tornare bambini.