



## Salute mentale L'AMICIZIA AIUTA

### Come convive con la sua malattia?

Convivo con la mia malattia da vent'anni, con un senso di persecuzione, con un pensiero costante a non dimenticare il farmaco. Sono un'artista e per natura tenderei ad essere libera e rapida nelle decisioni e nei cambiamenti invece devo sempre programmare in dettaglio le cose che faccio, i viaggi, ecc...

Ora sono in vacanza al mare e anche questa volta, come ogni volta che programmo un viaggio, ho paura di avere una ricaduta che mi porti ad un ricovero in ospedale; ho lo spauracchio del medico che manca quando ho una crisi acuta. Mi chiedo come mai mi sia accaduto tutto questo.

L'esordio della mia malattia è avvenuto a 27 anni durante la fase di allattamento di mio figlio che ora

è un ragazzo. Ero una persona brillante, iperattiva, studiavo all'università, contemporaneamente lavoravo, viaggiavo, facevo barca a vela. Ero una ragazza molto bella, ma anche superficiale, poco avvezza alla sofferenza e al dolore.

Le esperienze molto forti che ho vissuto da quel momento in poi mi hanno avvicinato al dolore degli altri. Ringrazio questa malattia: mi ha trasformato da una persona egocentrica ad una persona che sa entrare in empatia con gli altri.

Sin da piccola tenevo diari e da giovane mi rendevo conto di quanta poca comunicazione esisteva fra le persone, ma tutto ciò era chiuso in me. Avevo la sensazione che s'incontrassero un'italiano, un francese, un russo e un cinese e che ognuno parlasse nella sua lingua. Tutto il dolore vissuto in questi 20 anni mi ha insegnato a studiare tutte que-

ste lingue e a capire i significati e le emozioni che si sottendono tra le persone.

### Che risposta dà la società civile alla sua malattia?

La società ha deciso di bollarmi con un marchio a fuoco come si faceva una volta nel medioevo. C'è il tabù del cancro, della morte, delle malattie molto gravi. Al pari c'è il tabù, la paura della malattia mentale. Questo viene rafforzato anche da quello che viene comunicato dai mass media: "Donna depressa butta nel cassonetto neonato" ecc... Non so quale sia il meccanismo ma la gente ha paura dei malati mentali. Non appena scopre che ho una patologia mentale o che prendo psicofarmaci, vengo allontanata.

Per tanti anni parlavo della mia malattia come se fosse una cosa qualsiasi, adesso lo dico solo se trovo una persona sensibile e se posso fidarmi.

Vivo una solitudine profonda che condivido solo con il mio cane. Ho un figlio, un meraviglioso ragazzo che vive con mia sorella e la mentalità sospettosa e discriminante che appartiene alla mia famiglia d'origine a volte condiziona anche lui.

### Che ruolo hanno gli psicofarmaci in quest'esperienza?

Non ho ancora ben chiaro se la prima volta che mi hanno dati i far-

*segue a pagina 2*

## in questo numero



● L'AMMINISTRATORE DI SOSTEGNO

Pag.3



● ALLA BOCCONI A PASSO D'ASINO

Pagg.4-5



● L'ATTIVITA' DELLA CROCE ROSSA AD ASSISI

Pag.8

## La redazione informa

Cari lettori, vogliamo darvi una bella notizia: la redazione del giornale Personalmente ora ha una nuova sede! Se volete venirci a trovare o inviarci una lettera, vi comunichiamo che la nostra redazione è presso il CSM, nel nuovo Palazzo della Salute, in Via delle Tabacchine a Bastia Umbra.



*segue dalla prima*

maci io ne avessi bisogno. So che il farmaco crea dipendenza indotta; non so se devo prenderli perché servono per la mia patologia reale o se perché mi creano dipendenza.

Se fossi stata semplicemente depressa sarebbe stato forse più facile. Sono cosciente del fatto che la bipolarità crea alternanza d'umore: ai picchi di euforia seguono picchi di depressione, per cui so che c'è un cocktail sapiente di farmaci che un bravo psichiatra ti deve somministrare. A Bastia ho trovato una realtà accogliente e competente, tutto il personale, dagli infermieri, all'assistente sociale, ai medici, sono come un gruppo di amici che ti da la mano. Qui ho sempre trovato il sorriso del dottore che mi ha prima ascoltato e poi evitato di imbottire di psicofarmaci come spesso prima accadeva... gli infermieri che con la battuta, la sigaretta fumata fuori insieme, mi hanno accolta in un ambiente che sfiora l'amicizia... sono molto grata a tutti di questo. Non sembra di essere in un Centro di Salute Mentale. In altri posti è stato diverso: dedicano un minuto a paziente, ti caricano

di psicofarmaci per sedarti. Non si stanno tanto a preoccupare se stai bene o se stai male. Con il Risperdal sono arrivata a "sbavare come un lama", con le braccia piegate sui gomiti, con le gambe rigide come se avessi in corpo l'acido lattico dopo 20 Km fatti di corsa sulle scale e nonostante tutto continuavano a darmi dosaggi altissimi per la pigrizia di non fare altro.

*«Sono salito sulla cattedra per ricordare a me stesso che dobbiamo sempre guardare le cose da angolazioni diverse. E il mondo appare diverso da quassù. Non vi ho convinti? Venite a veder voi stessi. Coraggio! E' proprio quando credete di sapere qualcosa che dovete guardarla da un'altra prospettiva».*

*da "L'attimo fuggente"*



**C'è un momento in cui, secondo lei, ci si può dire guariti?**

Forse la malattia si può dire conclusa quando c'è la sospensione del farmaco. Questo è come una grucciona, una stampella per una persona che si è rotta una gamba. Quando la persona sente di camminare, addirittura di correre e quando questo viene riconosciuto

dagli altri, dal medico e dalle persone care, questo è un bel segnale di miglioramento. Se poi la cosa perdura per alcuni mesi penso che si possa dire che uno è guarito.

Per me è importante il supporto dato dai miei interessi spirituali, oltre che da quelli artistici. Quando si è capaci di appoggiarsi a un qualcosa, che sia una filosofia di vita, un amore, un'amicizia e questo diventa come una stampella o una roccia a cui appoggiarsi, allora ci si può dire vicini a una guarigione perché c'è un altro supporto rispetto al farmaco.

**Amicizia e famiglia sono aspetti importanti della vita. Cosa ne pensa lei?**

L'amore è una cosa meravigliosa. I miei amici carissimi sono la mia famiglia: purtroppo o per fortuna si trovano sparpagliati per tutto il mondo ma sono un sostegno incredibile.

La famiglia è molto importante. Io mi ritrovo completamente sola, senza famiglia, peggio, con la famiglia contro che è una cosa agghiacciante. Negli anni ho creato amicizie con persone con i miei stessi problemi ed erano tutti molto sostenuti dalla famiglia. Io invece mi ritrovo tutti contro.

**Pensa di essersi mai innamorata?**

Ho avuto tanti innamoramenti. Mi riesce molto facile innamorarmi.

Sono entusiasta dell'amore, con un gusto estetico spiccato vedo la bellezza che si riflette dentro e fuori le persone. Il problema è che o non vengo ricambiata o vivo relazioni affettivamente poco soddisfacenti. Ho avuto un grande amore quando ero giovane ma l'ho perso perché lui purtroppo è morto. Dopo è subentrata la mia malattia. Ora sono alla ricerca di una famiglia di "anime affini".

**Se volesse aggiungere una personale riflessione ci terrebbe a dire che...**

L'essere umano dovrebbe avere una dignità molto superiore a quella degli altri esseri viventi. Così forse non è.

*segue a pagina 6*

**Ziarelli**  
 &  
**DOCTOR**  
 GLASS  
 LA CLINICA DEL PARABREZZA  
 Via del Popolo 21/26 - Bastia Umbra PG  
 tel 075/8010952 fax 075/8011234

**ALTOGRADIMENTO** by Krios  
  
  
 Bastia Umbra (PG) - Via Roma, 66  
 Tel. 075.8000247



# L'AMMINISTRATORE DI SOSTEGNO

Un aiuto al tuo interesse



La figura dell'amministratore di sostegno è stata introdotta con la Legge n. 6 del 9 gennaio 2004 al fine di tutelare, con "la minore limitazione possibile della capacità di agire, le persone prive in tutto o in parte di autonomia nell'espletamento delle funzioni della vita quotidiana, mediante interventi di sostegno temporaneo o permanente", ad esempio alcolisti, tossicodipendenti, soggetti colpiti da ictus cerebrale ecc. Il predetto amministratore viene nominato con decreto dal Giudice Tutelare del luogo in cui il beneficiario ha la re-

La mia esperienza personale quale amministratore di sostegno si fonda principalmente sul rispetto e la stima costruita gradualmente con il soggetto beneficiario attraverso l'interazione e la comunicazione; ogni decisione viene illustrata e condivisa, non si tratta solo ad esempio della mera consegna alla persona della somma mensile destinata a soddisfare le sue primarie esigenze di vita, ma anche della partecipazione nella quotidianità con uno scambio dialettico in ordine all'opportunità o meno di affrontare una spesa, di presentare un'istanza, oltre ad ascoltare tutto ciò che riguarda la vicenda personale dell'amministrato facendo addirittura proprie, in alcuni momenti, le sue emozioni più profonde.

Forse alcuni penseranno che sia più giusto mantenere un distacco, una professionalità più formale, ma io ritengo che quest'incarico debba tenere in doverosa considerazione "l'umanità" di questi soggetti che non devono percepire questa figura come un'imposizione, bensì come un valido supporto volto a tutelare i propri interessi in ogni ambito.

Per quanto riguarda il primo incontro con il "mio" beneficiario avvenuto un anno fa ricordo che è stato un momento in cui ci siamo scelti a vicenda. Io ero sta-

ta individuata come persona idonea a sostenerlo dai servizi sociali e sanitari che l'avevano in cura. Dopo una lunga conversazione entrambi abbiamo compreso di poter intraprendere questo percorso di condivisione attraverso una reciproca collaborazione con la promessa da parte mia di renderlo partecipe di ogni decisione lasciandogli, ove possibile e consentito, la sua autonomia. Per soggetti in difficoltà momentanea, capaci di intendere e volere, con una brillante intelligenza, come nel caso del mio beneficiario, è importante che si riesca a farli sentire ancora protagonisti della loro vita e delle loro scelte; l'amministratore non deve, a mio avviso, sovrastare, ma assistere; è ovvio che questo non significa essere troppo accondiscendenti e, nel caso del verificarsi di divergenze di vedute con il beneficiario, si deve avere la risolutezza nel perseguire come finalità la tutela dei suoi interessi.



sidenza o il domicilio e, scelto, tra i seguenti soggetti: il coniuge che non sia separato legalmente, la persona stabilmente convivente, il padre, la madre, il figlio o il fratello o la sorella, il parente entro il quarto grado; e' possibile configurare che presso ogni ufficio del Giudice Tutelare si costituisca un elenco di professionisti (avvocati, notai, psicologi, volontari, ...) disponibili ad assumere il ruolo di amministratori di sostegno. Il ricorso viene presentato presso la Cancelleria della Volontaria Giurisdizione del Tribunale, ove il beneficiario ha la residenza o il domicilio, da: lo stesso beneficiario, il coniuge, la persona stabilmente convivente, i parenti entro il quarto grado, gli affini entro il secondo grado il Pubblico Ministero, i responsabili dei servizi sanitari e sociali direttamente impegnati nella cura e assistenza della persona. In base ad un consolidato orientamento giurisprudenziale - trattandosi comunque di materia delicata - molteplici Tribunali hanno sancito che il ricorso venga presentato necessariamente con il patrocinio di un legale. L'attività svolta dall'amministratore è a titolo gratuito con diritto al rimborso spese oltre alla previsione di un'equa indennità, valutata dal Giudice, in considerazione dell'entità patrimoniale del beneficiario e delle difficoltà nell'amministrazione.

Avv. Sabrina Roccaforte



## ALLA BOCCONI A PASSO D'ASINO



**C'**erano una volta, anzi ci sono ancora, tre asine molto speciali perché, insieme alle persone con cui lavorano, sono riuscite a vincere un primo premio e non uno qualsiasi ma alla Bocconi. Sarebbe un paradosso ma non lo è: anche un asino può arrivare primo alla Bocconi. E' successo infatti al Salone della Responsabilità Sociale d'Impresa che al premio "Dal dire al fare impresa sociale" abbia vinto la fattoria asineria sociale "Pachamama". Per partecipare a questo concorso occorre essere un'impresa sociale e presentare un progetto che sia in primis innovativo a livello economico ma che non rinunci all'aspetto sociale.

La fattoria sociale "Pachamama" nasce dall'incontro di Maurizio Radin (imprenditore agricolo) con il dott. Tommaso Simionato, educatore professionale della cooperativa "I Berici". Insieme hanno dato vita all'asineria sociale, progetto pilota nel suo genere.

Il Dott. Simionato ci ha raccontato che Agata, Amelia e Cesira (le asine) per 6 mesi sono state curate, allevate e coccolate da un gruppo

di 10 ragazzi dai 12 ai 18 anni con disagio familiare. Dopo tale percorso, l'attività è stata aperta anche a persone con disagio psichico e con problemi di alcolismo.

L'asino è ideale per questo genere di cura. Appena una persona entra nel recinto, l'asino gli va incontro e rimane immobile a farsi accarezzare, muovendo la testa solo per

**L'ortoterapia è un metodo riabilitativo che consiste nell'incentivare, nel preparare e nell'affiancare il soggetto nella cura e nella gestione del verde, nella coltivazione di fiori, ortaggi ed altre piante.**

reclamare nuove attenzioni appena le coccole vengono meno. E' anche un animale intelligente ed equilibrato: serba memoria delle persone e cambia atteggiamento a seconda dell'individuo che si trova di fronte. Dai bambini si lascia fare tutto, mentre per guidarlo nelle passeggiate e negli esercizi di abilità bisogna conquistare la sua fiducia. Inoltre l'animale non cono-

sce l'angoscia, ma solo la paura. Per questo, se non c'è una minaccia presente, non si turba. Questa calma viene trasmessa alle persone che interagiscono con lui.

Oltre all'asineria la fattoria "Pachamama" ha sviluppato da tempo un altro percorso terapeutico: l'ortoterapia. Mentre l'onoterapia è più indicata per persone con difficoltà relazionali e di autostima, l'ortoterapia è più utile da un punto di vista formativo (per esempio viene consigliata a ragazzi che hanno lasciato la scuola e che non sono ancora in età lavorativa).

A differenza di molte terapie occupazionali che permettono agli utenti di fare solo alcune delle fasi di lavorazione, l'ortocultura permette alle persone di essere protagoniste in tutte le fasi, dalla semina alla vendita dei prodotti. I compiti nei quali si esercitano le persone non sono mai azioni ripetitive su scala industriale ma gesti comprensibili inseriti in una dimensione umana. Inoltre l'ortoterapia dà la possibilità di avere un ritorno economico sufficiente a sostenere in parte l'azienda stessa.

L'azienda agricola produce con metodo biologico olio, uva da vi-



**Gioielleria Finocchietti**

Piazza XXV Aprile, 72  
06083 BASTIA UMBRA (PG)  
Tel./Fax: 075.800 36 32

info@gioielleriafinocchietti.com  
www.gioielleriafinocchietti.com

**ELEKTRON**  
AUTOMAZIONE INDUSTRIALE

consulenza - progettazione  
realizzazione  
installazione ed assistenza

Via delle Tuje, 1 - BASTIA UMBRA (Perugia)  
Tel. - Fax 075 8011758  
www.elektron.it  
elektron@elektron.it

**Affilature Industriali**  
di SALARI EMILIO & MATTEO s.r.l.

LAVORI DI FRESAPIALLA  
RETTIFICA LAME CESOIA,  
LAME PIEGATRICI E PRISMI  
FIATO MM 6000  
VENONITA NASTRI BIMETALLICI  
AFFILATURA UTENSILI

Via delle Robinie - Zona Industriale - Tel. e Fax 075.8002418  
06083 BASTIA UMBRA (PG)





L'onoterapia è una particolare pet therapy che sfrutta alcune caratteristiche proprie dell'asino (taglia ridotta, pazienza, morbidezza al tatto, lentezza di movimento e tendenza ad andature monotone) per entrare in comunicazione con il paziente attraverso il sistema asino-utente-operatore.

no, mais marano, ortaggi, ciliegie, albicocche, fichi e miele di diverse qualità. E' presente un laboratorio di trasformazione per la produzione di miele, conserve, sottaceti, marmellate, farina di mais marano per polenta. E' presente un locale adibito a negozio (punto vendita di Campagna Amica) dove vengono venduti i prodotti in qualsiasi momento della giornata. Inoltre due volte alla settimana la coop allestisce un banchetto di vendita diretta dei prodotti nei mercati settimanali di Vicenza. La vendita dei prodotti avviene anche attraverso la rete dei gruppi di Acquisto Solidale (GAS).

Per ulteriori informazioni visita il sito [www.asineriasociale.it](http://www.asineriasociale.it)

Massimo Menganna, Luisella Proietti, Tiziana Tribuzi, Maria Papa

## ESPERIENZE ALLA FATTORIA PACHAMAMA

Ciao mi chiamo Franco e ho 45 anni.

Da 8 anni frequento la fattoria sociale Pachamama di Marostica.

Sono nato nel 1967. Da giovane, non so come spiegarlo, ma non avevo costanza nel lavoro. Mi sentivo dentro dei problemi che mi hanno portato ad avere disturbi depressivi. Verso i 16 anni durante la mia adolescenza, ho iniziato a bere in compagnia. Poi ho iniziato a esagerare col vino e altri alcolici. Il problema del bere è aumentato e mi ha portato a perdere la fidanzata con la quale mi sarei anche sposato. Così quando ci lasciammo iniziai a bere ancora di più visto che aumentavano i problemi anche con la mia famiglia. Così mi costrinsero ad andare in ospedale psichiatrico, dove sono rimasto diversi anni. In ospedale hanno cominciato a darmi delle cure farmacologiche, ma quando uscivo ritornavo a bere come prima. Ma 12 anni fa ho detto basta! Se il problema è il vino, non bevo più vino.

### Chi ti ha dato la forza di smettere?

Io! Sono stato io a decidere, e da quel giorno non ho più bevuto. In quel periodo sono entrato in comunità residenziale a Dueville (VI). Lì ho incontrato un'altra ragazza e siamo stati insieme per 7 anni. Nel 2003 sono entrato in una comunità residenziale a Marostica. Con un operatore ho cominciato a frequentare alcuni giorni la Fattoria Sociale Pachamama come attivi-



tà di laboratorio.

Da quando ho iniziato a lavorare in campagna ho trovato la forza di diventare più costante nel lavoro. Ho chiesto di aumentare le presenze in azienda agricola. Poi ho iniziato a venire alla Pachamama tutti i giorni, da solo, in bicicletta. I miei dottori hanno cominciato ad essere molto orgogliosi di me, per la volontà che ho trovato dentro di me. D'ora in avanti non andrò mai più in ospedale! Ho acquisito sufficiente autonomia per essere trasferito in un appartamento dove mi arrangio a fare tutti i lavori e a cucinare.

### Come ti trovi alla fattoria?

"Ben, se no non saria mia qua stamattina! (bene, altrimenti non sarei mica qui stamattina)". Sono contento. Semino, trapianto, raccolgo verdure, faccio pulizia, e, cosa che nessuno avrebbe mai pensato possibile, vado a vendere la verdura al mercato di Vicenza, 2 volte a settimana. Faccio i conti, batto gli scontrini. In psichiatria non hanno più parole da dire. Non sanno cosa mi sia successo. Io lo so, mi sono dato la forza di reagire ed andare avanti bene.

**CASEIFICIO MAZZATOSTA**  
passione per i sapori.

**SPACCIO AZIENDALE**  
QUALITA' E PREZZO

FORMAGGI DI BETTONA

Tel. 075/969501

**S.M.A.T.**  
di Schiano Marco • Roberto • Sirio

Via dei Canestrari 4 - 06080 Palazzo di Assisi (Pg)  
Tel.: 0758098120 r.a. - Fax: 0758092168

Interno Beghelli Eurosystems AVS electronics  
TERRANED PARADOX SIEMENS snom

VideoSorveglianza • Centrali Telefonici • Telefonia VOP • Reti Informatiche • Fibra Ottica  
Reti Wireless • Allarmi Antifurto e Antincendio • Lampade Emergenza • 15000

E-mail: assistenza@smat.it • P.IVA n. 02303400548

**intimissimi**

CENTRO STORICO  
BASTIA UMBRA



Il mito Dracula era il dominio in-contrastato di Bram Stoker.

Fino ad oggi sui vampiri il cinema ci ha detto di tutto e di più; forse era importante raccontare qualcosa di diverso che risvegliasse l'interesse del pubblico su questo tema, già ampiamente sfruttato.

Il 2 giugno del 2003 un'americana di nome Stephenie Meyer sognò un vampiro mentre sussurrava struggenti parole d'amore ad una ragazza in una radura. Al risveglio, racconta, non pensava altro che al sogno. Pubblicato per la prima volta negli Stati Uniti nel 2005 con il titolo "Twilight" il romanzo divenne un caso editoriale che stupì la stessa autrice, tradotto in molte lingue e campione di vendite in tutto il mondo.

Dopo il successo del primo libro, Stephenie Meyer scrisse New Moon, Eclipse e Breakind Dawn, cioè il capitolo finale della storia.

Fino ad oggi la serie ha venduto 150 milioni di copie (di cui 4 milioni solo in Italia), da cui sono stati tratti i film che hanno trasformato in star

i due giovani attori: l'inglese Robert Pattinson e Kristen Stewart. La stessa Stephenie Meyer è diventata una milionaria e un'icona per i giovani in tutto il mondo.

L'ultimo film della saga, un pò come era successo per Harry Potter, è stato diviso in due parti: Breaking Dawn part 1 e part 2, il primo è uscito nel novembre del 2011 e la parte finale arriverà a novembre di quest'anno.

Quale potrebbe essere il motivo del successo di questa saga? Forse perchè l'amore è per sempre: Stephenie Meyer ha rivoluzionato il concetto del vampiro e riportato di moda l'amore platonico.

Sarà inoltre possibile per un vampiro e un'umana stare insieme?

L'attesa dei fan è tutta per l'ultima parte che uscirà il prossimo autunno: Bella, risvegliatasi come vampira dopo essere stata in fin di vita adesso potrà essere amata liberamente da Edward.

Spesso il nome di Stephenie Meyer si affianca a quello della Rowling: entrambe dotate di molta fantasia hanno saputo raccontare ed emozionarci con personaggi affascinanti e indimenticabili.

Non sono mancate però alla Meyer delle critiche: c'è chi l'ha accusata di diffondere attraverso i suoi libri il suo credo mormone e, lo stesso Stephen King non è stato da meno nell'affermare quanto la Rowling sia molto più brava di lei.

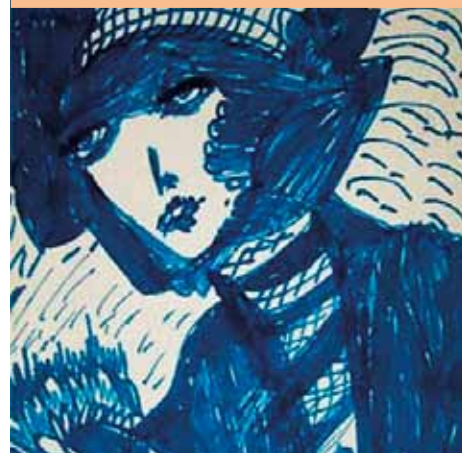
Sono una grande estimatrice della saga Twilight: come milioni di fan sono rimasta affascinata dalla storia romantica, ma anche perché da sempre sono una fan di storie di vampiri.

Vivo nell'attesa di vedere l'ultimo capitolo, anche se probabilmente rimarrò con un pizzico di tristezza perché dovrò dire addio a dei personaggi che mi hanno intrigato.

Simona Frattini

## SALUTE MENTALE

segue da pagina 2



Personalmente impedirei in tutti i modi che le persone fossero legate ai letti lasciandole per ore nelle loro feci. Non si può braccare una persona con un'autoambulanza per una settimana e poi infilargli attraverso vestiti iniezioni a tradimento. Una paziente non può subire una violenza in ospedale da parte di un infermiere e poi sentirsi dire dal primario che forse sarebbe meglio riferire di essere stata consenziente piuttosto che far scattare una denuncia che metterebbe in mezzo alla strada l'infermiere e la sua famiglia. Ho dovuto lasciare la mia città e sono costretta a viaggiare tra l'Umbria e la Toscana dove queste cose non accadono quasi mai.

Anche se una persona ha una patologia mentale, è comunque un essere umano...

Intervista realizzata da Massimo Leto e Maria Papa

"Personalmente" ringrazia la persona che, con onestà intellettuale e cuore, ha voluto condividere parte della sua vita con tutti i suoi lettori.

**AGENZIA FUNEBRE di MOCCALDO e BRIZI**  
 Servizio 24h  
  
  
 BASTIA UMBRA  
 Via M. Poletti - Tel. 075.8002816  
 S. MARIA DEGLI ANGELI  
 Via De Gasperi - Tel. 075.8044117  
 ASSISI  
 Via Monte Subasio - Tel. 075.8065555

**ASSO di CUORI**  
 SCUOLA di BALLO  
 Bastia Umbra  
 Via delle Industrie - Tel./fax 075 800 10 23



**GENERALI**  
 Assicurazioni Generali S.p.A.  
  
  
 AGENZIA PRINCIPALE DI BASTIA UMBRA  
 Agenti:  
 Giulio Bianchi  
 Stefano Giuliani  
 Mirko Cocini  
 NUOVA SEDE - Via Della Piscina Eden Rock, 2  
 (Centro Comm.le Giontella) - 06083 Bastia Umbra (Pg)  
 Tel. 075.8001183 - 075.8002395 - Fax 075.8000926  
 e-mail: bastiaumbra@agenzie.general.it



# L'ATTIVITA' DELLA CROCE ROSSA AD ASSISI



**L**a Croce Rossa Italiana nasce nel 1864. Si fonda su sette principi fondamentali che appartengono al Movimento Internazionale della Croce Rossa: umanità, imparzialità, neutralità, indipendenza, volontariato, unità e universalità. La C.R.I. è nata per portare aiuto nei periodi di guerra ai soldati feriti ma in seguito si è pensato ai periodi di pace sia a livello nazionale che internazionale.

La C.R.I. quest'anno è impegnata nel progetto di Diritto alla salute, al lavoro e all'inclusione sociale delle donne in Albania.

Cristina Bastianini, volontaria del Comitato di Assisi ci ha aiutato a scoprire come opera la Croce Rossa a livello locale.

Il Comitato è formato da diverse sezioni, che lavorano tutte insieme ma con obiettivi specifici. Ci sono 120 volontari di cui 10 infermiere volontarie, invece i giovani della Croce Rossa Italiana sono circa 30.

Ci sono i volontari del soccorso che sono principalmente di supporto al 118. Le nozioni di primo soccorso servono, ove possibile, per stabilizzare le condizioni del paziente stesso e si procede se necessario con una consultazione telefonica con

personale medico autorizzato. I volontari non possono somministrare farmaci. La prima cosa da fare è arrivare sul posto e comunicare le condizioni del paziente.

Esiste la sezione dei giovani della C.R.I.: i ragazzi si occupano di prevenzione e di promozione di stili di vita salutari, (per esempio campagne contro l'alcool, la lotta all'AIDS ecc.). Dai 14 anni in su i volontari possono partecipare ad attività quali animazione nella Casa di Riposo di Assisi o in strutture per ragazzi autistici. I giovani vivono il servizio di volontariato come un mezzo per instaurare rapporti di amicizia. Sono ragazzi motivati che affrontano il lavoro con passione.

La sezione femminile si occupa di raccolta fondi, organizza eventi come le cene, pesche di beneficenza. Questi fondi vengono utilizzati per acquisti necessari alla C.R.I. ma

talvolta sono destinati a persone indigenti tramite collaborazioni e segnalazioni delle amministrazioni comunali.

Ci sono anche volontari abilitati ad andare nelle scuole a dare informazioni sul primo soccorso. Tra i corsi realizzati ricordiamo il soccorso in acqua, il soccorso come operatore psicologico. I corsi sono tutti sostenuti dalla C.R.I.

Sandra Cabras, Moreno Turrioni



## I 7 diritti fondamentali

**UMANITA'** - La C.R.I. si adopera per prevenire e lenire in ogni circostanza le sofferenze degli uomini, per far rispettare la persona umana e proteggerne la vita e la salute; favorisce la comprensione reciproca, l'amicizia, la cooperazione e la pace duratura fra tutti i popoli.

**IMPARZIALITA'** - La C.R.I. opera senza distinzione di nazionalità, di razze, di religione, di condizione sociale e di appartenenza politica.

**NEUTRALITA'** - La C.R.I. si astiene dal partecipare alle ostilità di qualsiasi genere e alle controversie di ordine politico, razziale e religioso.

**INDIPENDENZA** - La C.R.I. svolge in forma indipendente e autonoma le proprie attività in aderenza

ai suoi principi ed è sottoposta solo alle leggi dello Stato ed alle norme internazionali che la riguardano.

**VOLONTARIETA'** - La C.R.I. è un'istituzione di soccorso, disinteressata e basata sul principio volontaristico.

**UNITA'** - Nel territorio nazionale non vi può essere che una sola associazione di Croce Rossa aperta a tutti e con estensione della sua azione umanitaria all'intero territorio.

**UNIVERSALITA'** - La C.R.I. partecipa al carattere di istituzione universale della Croce Rossa, in seno alla quale tutte le società nazionali hanno uguali diritti e il dovere di aiutarsi reciprocamente.

## SE.TE.CO. S.r.l.

### Servizi Tecnologici per le Imprese

- Sicurezza e salute negli ambienti di lavoro - Corsi di Formazione  
- Ambiente (rifiuti, emissioni in atmosfera, acque) -

Sede Centrale:

Ponte San Giovanni (PG)

Via Cestellini, 17

Tel. 075.599.05.02 - Fax 075.39.85.71

amministrazione@setecosrl.eu

Unità Locali:

Città di Castello (PG) - Via Vittorini

Tel. 075.851.21.91 - Fax 075.851.28.16

Terni (TR) - Via Bartocci, 12/14

Tel. 0744.814236 - Fax 0744.807521

Acconciature  
uomo  
donna

studiohostile

Via S. Biagio - Passaggio di Beltona (Pg)  
dal martedì al sabato  
per appuntamento 075.9869222 - 338.7049698

# CROMOTERAPIA: QUANDO I COLORI CI CURANO



“Ogni tipo di luce colorata agisce sull'uomo sia fisicamente che mentalmente.” A dirlo lo psicologo svizzero Max Lüscher, attivo negli studi sul colore. Tale affermazione è alla base della cromoterapia, non ancora riconosciuta dalla medicina ufficiale ma sempre più utilizzata da alcuni psicologi per aiutare i pazienti in percorsi di cura. “Conosciamo il colore giusto per ogni patologia, da somministrare sotto forma di luce colorata” spiega il cromoterapeuta Gianni Camattari, direttore del centro di Psicologia integrata di Milano. “Lo stress si cura con il blu, i disturbi muscolari con il colore verde, quelli polmonari e gastrointestinali con il giallo, la depressione con il rosso.” Da questa teoria prendono spunto anche la pubblicità ed il design che utilizzano i colori più appropriati in funzione dell'effetto che si vuole ottenere sulla mente e sul corpo.

Tra i tanti colori, quello che preferisco è il colore rosa che trasmette tranquillità e femminilità. Rispec-

chia molto il mio carattere dolce, tranquillo, positivo e femminile.

*Notizie tratte dall'articolo "I colori condizionano la vita" di Andrea Porta, Airone, Giugno 2012*

Vanessa Aisa, Alessandra Guzzone



**BIANCO:** richiama l'igiene e l'infanzia; simboleggia la purezza, l'innocenza e la spiritualità la sensazione di pulito (deodoranti e saponi).

**GIALLO:** comunica spensieratezza, gioia, ottimismo; viene utilizzato per attirare l'attenzione (offerte e sconti).

**ROSSO:** indica urgenza, forza e energia; colore che spinge ad agire di forza, vigore, coraggio, amore, salute, rabbia e guerra.

**BLU:** esprime calma, sicurezza, controllo e tranquillità. E' usato nei loghi di banche ed assicurazioni e anche in siti tipo social network (facebook).

**VERDE:** richiama calma e tranquillità con più energia rispetto al blu. Connesso all'idea della natura, viene usato in relazione

all'ambiente assieme al colore marrone (albero).

**ARANCIONE:** comunica movimento, dinamicità, allerta e attenzione. Usato da soccorritori e da chi lavora in urgenza. Nel web usato per i bottoni per le iscrizioni.

**ROSA:** viene associato al mondo femminile e infantile; comunica senso di spensieratezza e di felicità di romanticismo e dolcezza. Questo colore spesso usato negli articoli di moda rivolti alle giovani donne.

**NERO:** un colore potente e misterioso. Viene usato nei prodotti di lusso e particolari; spesso abbinato al colore oro e argento. E' il colore della notte, dell'oscurità. Può indurre anche ad un'idea negativa (fumata nera, lista nera, pecora nera).

**VIOLA:** Usato spesso nei prodotti di bellezza rivolto alle donne mature usato per prodotti di lusso. Comunica eleganza, e signorilità. Insieme al rosso il colore del potere.



“PERCHÉ LA PERSONA È AL CENTRO”

DIVENTA NOSTRO AMICO SU

facebook

[www.facebook.com/sonoxsonaaps](http://www.facebook.com/sonoxsonaaps)

Se vuoi sostenere l'associazione con una donazione puoi versare un contributo sul C/C Bancario IT7710335901600100000010026

Per informazioni puoi scrivere a [sonoxsona@libero.it](mailto:sonoxsona@libero.it)

**MESCHINI & GRASSI s.r.l.**

PALLETS - LEGNAMI  
STERILIZZAZIONE CON TRATTAMENTO HT

Sede e stabilimento: O60BO COSTANO di BASTIA UMBRA (PG)  
Via Amendola, 12 - Tel. 075.8019767 - Fax 075.8008336  
E-mail: [meschinigrassi@umbria.net](mailto:meschinigrassi@umbria.net)