



codice fiscale: 02289800928

Newsletter n^4 del 2019

«Solo Insieme possiamo fare la differenza...!»

Maggio è stato un mese ricco di incontri. Uno in particolare è rimasto impresso nella mente e nel cuore degli utenti della Comunità maschile: aver ospitato dal 17 al 19 di maggio nella nostra Struttura una delegazione del "Gruppo Scout Cortoghiana 1". Sette persone (inclusi capi e ragazzi) hanno cosipotuto toccare con mano come si svolge la vita comunitaria.

In Comunità si rincorrono le albe e i tramonti, ma ogni giorno è diverso dall'altro. Questo avviene nonostante che le attività giornaliere e quelle psico-educative siano programmate con orari fissi. Sono infatti tanti i piccoli eventi quotidiani non programmabili, tante le questioni che nascono in un luogo che accoglie storie che si assomigliano pur senza essere mai uguali. Anche il lavoro portato avanti dagli operatori, che si svolge in piena sintonia, evidenzia stili e caratteri diversi. Ogni giornata è differente perché costruita sulle relazioni che si sviluppano scambiando parole, sguardi e silenzi. La Comunità è anche questo, riconoscere tempi differenti e differenti bisogni di momenti introspettivi e di momenti di condivisione.

È esattamente questa presa di coscienza che il Gruppo Scout ha voluto trasmettere ai nostri utenti al termine dell'ultima giornata in cui sarebbero rimasti in nostra compagnia: si può «Fare e stare Insieme». Attraverso il dialogo, che è il pane quotidiano della Comunità, ogni giorno è aperto alla condivisione di idee, commenti, esperienze, interventi, domande, chiarimenti, sentimenti. Un dialogo con gli altri e con sé stessi. La Comunità è una macchina complessa, un posto dove storie difficili si incontrano e devono svilupparsi insieme, condividere spazi, accettare compromessi e regole.

codice fiscale 02289800928

Mauro Collu, Responsabile del "Gruppo Scout Cortoghiana 1", ci ha voluto salutare con questa frase: *«È stata un'esperienza forte e significativa per i nostri ragazzi, che si sono molto emozionati per i racconti del vissuto degli utenti, e sono stati felici di aver potuto partecipare alla vostra quotidianità.»*

Vorrei esprimere a nome di tutto il gruppo un sincero Grazie al personale per averci guidato sempre con disponibilità e comprensione, e in particolare ai Responsabili e ai Coordinatori per aver reso possibile questa avventura. Ancora Grazie!»

«Grazie a Voi Gruppo Scout Cortoghiana 1!»

Naila Meloni, comunità terapeutica

«Montagna terapia»: Una giornata di trekking molto speciale

Gli zaini e le scarpe pronti dalla sera prima. La sveglia che suona in anticipo. Assonnati ma determinati, il 15 maggio M. e D., due ospiti dell'appartamento minori, hanno affrontato un'esperienza molto particolare: una giornata di trekking insieme a un gruppo di pazienti

psichiatriche e dei loro operatori. Questa attività prende il nome di “Montagna Terapia” e rappresenta un nuovo modello terapeutico riabilitativo che si sta dimostrando sempre più efficace. L’obiettivo è quello di contrastare il disagio psichico attraverso il contatto con la natura e la forza delle relazioni umane.

Grazie alla nostra psichiatra, la dott.ssa Gloria Atzeni, che da anni partecipa al progetto, alcuni dei ragazzi hanno dimostrato interesse e curiosità, facendosi alla fine coinvolgere in prima persona.

Il progetto dei gruppi di “trekkingterapia” nasce nel 2006 ed è promosso dal Centro di salute mentale di Villacidro e dall’Associazione “Andalus de Amistade”, formata da operatori dell’area socio-sanitaria e da alcuni pazienti. Il gruppo di trekking ha scelto il percorso nella zona del tempio di Antas, sempre nella regione del Sulcis Iglesiente. Questa attività è speciale perché, nonostante le fatiche e gli ostacoli abituali del trekking, alla fine si conclude con un momento particolarmente importante per tutti i partecipanti del gruppo terapeutico. Tutti riuniti in cerchio, i partecipanti si siedono gli uni accanto agli altri e condividono i propri vissuti, confrontandosi sull’attività svolta e su eventuali difficoltà incontrate.

I nostri due ospiti, con questa giornata, hanno avuto la possibilità di scambiare idee e convinzioni riguardanti i pazienti psichiatrici e il disturbo mentale nel suo complesso. Hanno raccontato con stupore di essersi immedesimati in alcune delle storie ascoltate, e di aver incontrato persone molto più simili a loro di quanto credessero. «Sono stati veramente accoglienti con noi», mi racconta M., «Il gruppo terapeutico tenuto alla fine mi ha colpito perché tutti condividevano non solo i propri problemi ma anche le cose che più erano loro piaciute». Per entrambi i ragazzi è stato importante sentirsi utili per qualcun altro, soprattutto nei momenti in cui il percorso si faceva più faticoso».

A questo appuntamento ne sono seguiti altri anche nel mese di giugno, che hanno coinvolto altri ragazzi e che hanno portato, dato il successo dell’esperienza, ad un ampliamento della programmazione con un trekking di più giorni che permetterà ai ragazzi di sperimentare una vera e propria full immersion nella natura. La montagna è sicuramente la metafora perfetta del percorso che sia i nostri ragazzi sia i pazienti dei gruppi terapeutici affrontano quotidianamente, fatti anche di salite e discese, ostacoli e fatiche. Ciò che può fare davvero la differenza è trovare dei compagni di cammino su cui poter contare! Questa è sicuramente la parte più importante dell’esperienza che i nostri ragazzi hanno acquisito a fine giornata.

Anna Maria Milia, Struttura minori sociali

Il bene impagabile della gratitudine

La gratitudine è un bene prezioso troppo spesso sottovalutato. Questo perché implica che l’essere umano evada dal suo individualismo per relazionarsi con l’altro e con l’ambiente che lo circonda. Ovvero non potersi più rifugiare o nascondere nell’idea che esistiamo solo noi stessi e la nostra storia. Solo specchiandoci negli altri e nel mondo possiamo vedere chi siamo. Accettare che non si è soli su questa Terra significa riconoscere l’apporto che ogni giorno riceviamo attraverso la nostra rete di relazioni. Un patrimonio che troppo spesso mettiamo da parte perché tenacemente impegnati a elencare le nostre lamentele e le nostre frustrazioni. Intendiamoci, il dolore esiste e i suoi effetti negativi sulle persone sono sotto gli occhi di tutti. Ma in qualsiasi situazione ci si trovi — se abbiamo il coraggio sufficiente a mostrarci vulnerabili — c’è qualcosa o qualcuno o un’entità trascendente che potremmo ringraziare per il poco o tanto che ci dà. Spesso la discriminante nel giudizio è proprio causata dalla nostra ritrosia nel manifestare il bene che ci circonda, a cominciare dalla fortuna di potersi alzare da un letto la mattina e ammirare il sole.

Giovanna Grillo, nel rapportarsi al gruppo delle ragazze Eremita Donne, sul tema della gratitudine, ha offerto delle nuove lenti per guardare alla propria condizione, disponendo il terreno per far

comprendere alle ragazze del gruppo che la gratitudine è una virtù di chi è forte dentro, perché ha l'umiltà di accettare i propri limiti e di trarre il meglio dal confronto con i propri interlocutori.

Laura Mirarchi, Comunità donne

Un nuovo lavoro per Bhoie

È tempo di saluti nella struttura di accoglienza dei migranti. Bhoie, un ragazzo guineano di 27 anni, prende congedo dal progetto per cominciare un lavoro nelle cucine di una struttura turistica a IsMolas.

Non è mai facile salutare qualcuno che per tanto tempo ha condiviso con te le giornate, il lavoro, le gioie, i successi ma anche le preoccupazioni e i dolori. Con Bhoie è stato così, ma la tristezza per vedere andare via una persona a cui si è voluto bene lascia posto alla gioia di trovarsi davanti qualcuno che è riuscito a terminare con successo il proprio progetto di integrazione.

Arrivato dalla Libia con un barcone, Bhoie fuggiva da una situazione molto dolorosa e si è ritrovato nel nostro paese solo e senza sapere una parola di italiano. Per sua- e nostra!- fortuna sapeva parlare perfettamente francese e inglese (poco tempo dopo scoprimmo che era addirittura insegnante di inglese in Guinea!).

Da subito Bhoie ha dimostrato di avere le idee chiare sulle sue intenzioni nel nostro paese. Per questo si è impegnato nello studio dell'italiano, dapprima con i volontari e poi a scuola. Partendo dai corsi di alfabetizzazione ha ottenuto la licenza media ed è giunto fino al biennio all'istituto alberghiero di Iglesias, dove ha appreso le nozioni necessarie per poter lavorare nel settore della ristorazione. Dopo aver mandato diversi curricula è arrivata la chiamata da IsMolas, con una proposta di lavoro che gli permetterà di mantenersi e di essere di nuovo indipendente dopo lungo tempo. Nel mentre sono state tante le persone conosciute, tanti gli amici, le ragazze... quello che si chiama integrazione!

Giorgio Pillosu, CAS(Centro di accoglienza straordinaria)

Il Ramadan di Hasnaa

Questo mese allo SPRAR di Iglesias gli ospiti di fede musulmana hanno osservato il famoso periodo di digiuno del Ramadan. Abbiamo così pensato di intervistare una nostra ospite siriana, madre di quattro figli, che adesso vive a Iglesias e che non rinuncia ovviamente alle sue tradizioni.

Ramadan è il nome del nono mese dell'anno nel calendario lunare musulmano, quando, secondo la tradizione islamica, Maometto ricevette la rivelazione del Corano. Per noi rappresenta un importante momento di unione. È il mese sacro del digiuno, dedicato alla preghiera, alla meditazione e all'autodisciplina. Il digiuno è un obbligo per tutti i musulmani praticanti adulti e sani che, dalle prime luci dell'alba fino al tramonto, non possono mangiare, bere, fumare né praticare sesso. Dal digiuno sono esentati i minorenni, i vecchi, i malati, le donne che allattano o in gravidanza, le donne durante il ciclo mestruale e chi è in viaggio. Al tramonto il digiuno viene interrotto con un dattero o un bicchiere d'acqua. Poi segue il pasto serale (iftar). In Siria si mangiano i "katai", dolci con ripieno di cocco, nocciole tritate e zucchero.

«La fede, la preghiera, il perdono. La vicinanza nei confronti di Dio. Per me si tratta di una questione esclusivamente religiosa», racconta la nostra ospite. «Rispetto al nostro paese, ad esempio, qui in Sardegna ci sono molte differenze: l'unione tra famiglie è del tutto assente spesso ci si trova da soli per l'iftar; manca la condivisione di questo momento tra i fedeli. Qui non andiamo in moschea, non si sente l'Athan (in arabo: أَذَانُ, è la chiamata islamica alla preghiera, di norma

fatta dal muezzin). Un'altra differenza molto importante è il rispetto dei ruoli, in questo caso tra i coniugi. Quando eravamo in Siria mio marito lavorava e io mi dedicavo al mio ruolo di madre, donna, e casalinga. Cucinare e badare alla casa spettava solo a me. Qui invece mio marito non lavora e mi aiuta nelle faccende domestiche. In Siria poi, quando poi si va in moschea, il padre porta con sé il figlio piccolo e lo introduce nella società, e così pure fa la madre con le figlie. Un altro momento che mi manca è quello della grande spesa condivisa con mio marito prima del Ramadan, che si conclude con una grande festa (eidalfeter). La preparazione della festa comincia circa dieci giorni prima; di norma si svolge assieme a molte persone perché si uniscono tutti i membri delle famiglie, ma noi qui ci troviamo quasi soli dobbiamo adattarci alle nuove circostanze. Ci teniamo in contatto con i nostri cari che non sono qui per telefono, ma ovviamente non è affatto la stessa cosa. Oltre all'unione tra le persone, la misericordia e la carità sono altri aspetti molto importanti. È anche attraverso il digiuno che ci si immerge nella condizione dei poveri capendoli da vicino. Durante il Ramadan è fondamentale la comprensione del problema della povertà e allo stesso tempo il concetto di carità e aiuto, ed è proprio l'unione tra tutti noi che ci permette di essere misericordiosi e caritatevoli verso il prossimo: così che nessuno resti senza il cibo né in solitudine.

Ecco come si svolge il Ramadan in Italia: la sera della vigilia si decide cosa si deve cucinare l'indomani. Si preparano gli ingredienti e si inizia a cucinare ore prima. Di solito si preparano poche quantità di cibo ma in grande varietà, così da avere più scelta e pietanze diverse. Circa quindici minuti prima del tramonto si imbandisce il tavolo e ci si siede aspettando l'Athan, che segna il momento in cui si può cominciare a mangiare. Dato che qui non è possibile cantare l'Athan sul minareto, poiché non ci sono moschee, usiamo un'applicazione apposita sul telefono che ci segnala il momento giusto per cominciare il pasto.

Io ho iniziato a seguire le norme del ramadan undici anni fa, in modo molto graduale, fino ad arrivare, in età adulta, al digiuno dell'intero mese. In Italia, anche sotto questo profilo, ci sono delle differenze. Mia figlia a scuola si sente un'estranea, perché nessuno degli altri scolari conosce questa pratica. Viceversa, in Siria, i bambini si supportano gli uni con gli altri.

Diego Macis, SPRAR (Sistema di Protezione per Richiedenti Asilo e Rifugiati)

Collaborano alla redazione:

Naila Meloni, Laura Mirarchi, Giorgio Pillosu, Anna Maria Milia, Diego Macis.

L'invio della prossima newsletter è previsto per lunedì 22 luglio 2019

CASA EMMAUS Associazione di volontariato Reg. San Lorenzo 09016 Iglesias (CI)

Codice Fiscale 022 89 80 09 28 Telefono 3463870154 Fax 0781 188 45 51

sito internet www.casaemmausiglesias.it FB: Associazione Casa Emmaus
