

Relazione sulla attività della Associazione PROGETTO ITACA per il periodo 29 Ottobre 1999 – 31 Dicembre 2000

L'associazione di volontariato Progetto Itaca, è stata ufficialmente costituita il 29 ottobre 1999, con atto notarile del notaio Guasti, e registrato a Milano, come atto pubblico il 10 novembre 1999, ma i sette soci fondatori, avevano cominciato a lavorare, unitamente ad altri volontari che saranno nominati soci nel corso dell'esercizio, a questo progetto fin dal maggio 1999 per studiare una formula organizzativa che permettesse la maggiore efficacia possibile negli interventi a sostegno delle persone soggette a disturbi della salute mentale e dei loro famigliari.

Questo lavoro ha portato alla formulazione di uno statuto sociale che ha i seguenti punti principali:

a) Settori di attività

- disturbi della salute mentale con particolare riferimento iniziale verso la Depressione, i Disturbi di Ansia, e gli Attacchi di panico.
- disturbi della condotta alimentare (anoressia e bulimia e disturbi da alimentazione incontrollata - Binge Eating Disorder).
- collaborazione con Centri Diurni, con particolare riferimento al reinserimento lavorativo.

b) Obiettivi statutari

L'Associazione si propone di raggiungere i suoi obiettivi attivando opportuni e qualificati interventi professionali attraverso lo svolgimento delle seguenti attività :

- Informare i pazienti, le famiglie, e più in generale l'opinione pubblica, sui disturbi della Salute Mentale.
- Indirizzare verso strutture specialistiche idonee le persone affette da disturbi della Salute Mentale, favorendo il rapporto iniziale tra paziente e strutture sanitarie.
- Attivare un servizio di risposta telefonica per raggiungere lo scopo esplicitato nel paragrafo precedente.
- Facilitare la formazione di gruppi di auto-aiuto per persone sofferenti ed i loro familiari.
- Organizzare corsi ed incontri a carattere scientifico e didattico:
 - per volontari, anche di altre associazioni, per dare loro una preparazione specifica;
 - per i pazienti e loro familiari;
 - per gli operatori scolastici ed i genitori degli alunni, in accordo con gli Organi Pubblici competenti.
- Organizzare e/o partecipare ad iniziative o manifestazioni aventi lo scopo di attivare progetti, coerenti con le finalità dell'Associazione, anche in collaborazione con altre strutture;
- Contribuire con opportuni interventi e contatti con le istituzioni pubbliche e private ad assicurare il rispetto e la tutela dei diritti delle persone affette da disturbi della Salute Mentale.

c) Zona di Attività

Lo Statuto prevede che l'attività venga svolta nella regione della Lombardia.

d) Sintesi della attività

L'Associazione, nel corso della sua prima Assemblea in sede di costituzione, ha nominato un Consiglio Direttivo composto da 6 membri, ha provveduto alla nomina di un Presidente e di un vice Presidente, e ne ha definito i poteri di gestione. L'Associazione ha la sua rappresentanza legale affidata al Presidente ed al vice Presidente, e non ha personalità giuridica.

L'Associazione ha provveduto ad ottenere dalla Amministrazione finanziaria il Codice Fiscale numero 97249300159, ed ha inoltrato domanda di iscrizione nel Registro Generale del Volontariato ottenendola in data 22 marzo 2000, con Decreto n. 7228, (foglio n. 688, progressivo 2749, sezione A-Sociale), ottenendo così lo status di assimilazione ad una ONLUS.

L'Associazione ha provveduto ad affittare una sede in via Nirone 2/a, 20123 Milano, ed a munirsi di due sistemi telefonici, l'uno per le necessità della Associazione stessa (numeri 02.72021138 – 02.72010751 – fax. 02.81915793) l'altro, indipendente per la linea di ascolto (02.72016450, 4 linee a ricerca automatica) alla quale possono accedere solamente le persone formate ed abilitate della linea di ascolto, allo scopo di adempiere agli obblighi di riservatezza opportuni.

L'Associazione è stata oggetto di una visita da parte del Comune di Milano, per verificarne la consistenza, prima di ricevere l'iscrizione regionale. Inoltre, malgrado nell'atto costitutivo della Associazione fosse stato

prevista la chiusura del primo bilancio al 31 dicembre 2000, ci è stato richiesto di inviare una relazione, a fini statistici, anche per l'attività svolta al 31 dicembre 1999, cosa che abbiamo fatto per via telematica.

Gli sforzi iniziali si sono concentrati sul lavoro necessario per attrezzare la sede e renderla operativa, grazie all'apporto di 20 volontari e di alcuni consulenti (che hanno operato gratuitamente) per attivare le seguenti funzioni:

- segreteria per le attività istituzionali
- segreteria per le relazioni esterne, le manifestazioni e la promozione
- attivazione e gestione del sistema informatico
- attivazione della gestione della posta elettronica
- contabilità ed attività amministrative

L'Associazione ha provveduto ad aprire un primo rapporto bancario (con la Banca Popolare Commercio ed Industria, agenzia n. 1 c/c numero 42632) al quale poi, nel corso dell'esercizio se ne è aggiunto un altro (Banca Popolare di Milano, Agenzia n. 3, c/c 26092); ed un c/c postale (numero 14799217).

L'associazione ha beneficiato di alcuni contributi iniziali da parte di donatori, che le hanno consentito di affrontare la complessa fase organizzativa iniziale con serenità, dal punto di vista economico: questi apporti sono riportati, unitamente agli altri ricevuti nel corso dell'esercizio, nell'allegato 1 alla presente relazione, come previsto dall'art. 8 d dello Statuto Sociale.

Nel corso dell'Assemblea del 2 dicembre 1999 si è provveduto ad approvare il Regolamento della Associazione, il piano di attività per il 2000, con relativo Budget, ed a determinare la quota sociale di associazione in lire 50.000 per l'anno 2000.

Nel corso della Assemblea successiva, tenutasi il 10 febbraio 2000 si è provveduto ad aumentare il numero dei membri del Consiglio Direttivo portandolo a 10 membri e nominando i quattro nuovi componenti.

Nella riunione del Consiglio Direttivo del 2 dicembre 1999 ha provveduto ad esercitare la facoltà prevista nell'articolo 9, punto 6, nominando un Comitato Esecutivo, definendo il numero dei suoi membri, provvedendo alla loro nomina, definendone i limiti della delega, affidandolo alla responsabilità del vice Presidente, come previsto dallo statuto stesso.

Il Consiglio Direttivo del 22 gennaio 2000 ha provveduto alla nomina di 21 nuovi soci, portando il totale degli associati al numero di 28.

Il Consiglio Direttivo del 24 giugno 2000 ha provveduto alla nomina di altri 6 nuovi soci, portando il totale degli associati al numero di 34.

Consiglio Direttivo del 14 novembre 2000 ha provveduto alla nomina di 13 nuovi soci, portando il totale degli associati al numero di 47.

Nel corso dell'esercizio si sono tenute 7 riunioni del Consiglio Direttivo, nel corso dei quali è stato esaminato lo sviluppo dell'attività della Associazione ed in particolare i nuovi progetti presentati dal Comitato Esecutivo.

L'attività della Associazione si è concentrata inizialmente sulla Linea di Ascolto e sulla costituzione dei Gruppi di Auto aiuto, grazie alla presenza tra i soci fondatori e tra quelli che lo sono diventati a breve termine, della loro precedente formazione ricevuta. Ciò ha permesso di attivare dalla data del 1° giugno 2000 il servizio telefonico e dalla data del 10 maggio 2000 i primi gruppi di auto aiuto.

La prima necessità a cui ha dovuto far fronte l'Associazione è stata quella della formazione di volontari per le sue attività di base. Ciò è stato fatto organizzando il I° Corso di Formazione per Volontari.

L'impegno della organizzazione del Primo Corso è consistito da un lato nel trovare l'équipe di consulenti che ha permesso di definire, attraverso incontri periodici, fra novembre 1999 e febbraio 2000, l'impostazione ed il programma del Corso; l'Associazione ha ottenuto la collaborazione, come direttore del corso, del prof. dott. Angelo Cocchi, primario della U.O.P. Niguarda II e di altri 12 relatori che hanno prestato la loro consulenza tutti a titolo gratuito e sono stati:

- prof. Angelo Cocchi, psichiatra – Primario U.O.P. Niguarda II
- prof. Nicoletta Brunello, farmacologo – Università degli Studi di Modena e Milano.
- dott.ssa Mirella Brunetta, psichiatra – direttore scientifico Fondazione Corno
- dott. Cinzia d'Agostino, neuropsichiatra infantile – U.O.N.P.I.A. Monza

- dott. avv. Grazia Maria Dente – docente Università Cattolica – Presidente Mo.V.I. Lombardia
- dott. Ornella Kauffmann, assistente sociale – consulente Ospedale Como
- dott. Giorgio Legnani, psichiatra - Primario U.O.P. Cinisello 2
- prof. Giannangelo Malagoli, psichiatra-psicoterapeuta
- dott. Maria Grazia Manfredonia, psichiatra – U.O.P. Ospedale di Desio
- sig.ra Laura Morazzoni, assistente sociale – C.P.S. via Litta Modignani
- dott. Laura Pesenti, psicologo-psicoterapeuta
- dott. Edoardo Re, psichiatra – C.P.S. Via Litta Modignani
- dott. Marzia Terragni, psicologa, specializzata in tecniche della comunicazione.

Il corso si è svolto nella sede sociale,

Tutti i relatori hanno messo a disposizione dei volontari delle dispense e del materiale didattico.

Dall'altro lato è stato importante individuare i canali per diffondere l'informazione sul corso e trovare gli aspiranti volontari. Un volantino accompagnato da una lettera e da un comunicato è stato inviato alle farmacie (480), alle parrocchie (80), ad altre associazioni (50), alle università, ai media (radio, TV, stampa). Il risultato è stato che ci hanno contattato circa 90 persone, che sono state tutte viste in un colloquio individuale.

Il corso ha avuto inizio il 28 febbraio 2000 ed è durato, con frequenza settimanale fino al 10 giugno: parte teorica n. 18 ore, parte pratica n. 10 ore, tirocinio n. 10 ore. Inoltre nel mese di settembre 2000 sono stati proposti a tutti i volontari tre incontri di formazione permanente. Aspiranti volontari incontrati per la selezione n. 90; iscritti n. 34; hanno frequentato regolarmente ed hanno ricevuto un certificato di frequenza n. 28. Dopo il secondo colloquio individuale di orientamento sono stati inseriti nella Linea di Ascolto n. 16 volontari; n.2 nei G.A.-A., un volontario per Banca-Dati, una volontaria per Relazioni Esterne.

Sulla base dell'esperienza fatta nel mese di luglio 2000 è stato steso un Progetto Generale Corsi di Formazione che è stato approvato nel Co. Es. del 13 settembre e sarà il modello per i futuri corsi

Dal mese di luglio il gruppo di lavoro per il Corso di Formazione ha cominciato a dedicarsi alla organizzazione di un secondo corso sono stati contattati gli 11 relatori, fra i quali sei nuovi collaboratori di Progetto Itaca (oltre a cinque docenti del primo corso); tutti si sono dichiarati disponibili ad offrire la loro consulenza a titolo gratuito. Abbiamo avuto la consulenza del dott. Mencacci, primario U.O.P. Fatebenefratelli, per l'individuazione dei nuovi relatori:

- dott. Claudio Mencacci, psichiatra – Primario U.O.P. Fatebenefratelli-Oftalmico
- dott. Laura Agalbato – Ufficio Psichiatria, Servizi Socio-Sanitari del Comune di Milano
- dott. Marina Loi, psichiatra – U.O.P. Ospedale Niguarda
- dott. Gabriele Panza, psichiatra – U.O.P. Fatebenefratelli-Oftalmico
- dott. Bruna Rinaldi, neuropsichiatra infantile – U.O.N.P.I.A. Ospedale Niguarda
- prof. Giorgio Rezzonico, psichiatra-psicoterapeuta – presidente S.I.T.T.C.

Da metà agosto è stato inviato il Comunicato Stampa ad un data-base mirato; i contatti più numerosi sono stati dati dal Corriere Salute, Repubblica Salute, inserto Corriere Lavoro, inserto VIVI Milano del Corriere, oltre al sito internet.

Si è deciso di chiedere una minima quota di iscrizione di L. 30.000, come incentivo all'impegno e contributo alle spese per il materiale didattico che ogni relatore si è impegnato a fornire.

In base al progetto è stato steso il programma del 2° Corso articolato in 10 lezioni teoriche e cinque incontri di carattere pratico che sono stati tenuti, con frequenza settimanale, dal 16 ottobre 2000 al 19 febbraio 2001, oltre al tirocinio. Si è data molta importanza alla formazione pratica alla risposta telefonica ed è stato sottolineato che la partecipazione ad un incontro mensile di programmazione, verifica e approfondimento della formazione fa parte dell'impegno essenziale del volontario della Linea di Ascolto. Una formazione particolare hanno avuto i volontari che si dedicano alla risposta ai messaggi di posta elettronica, in particolare per le responsabilità legali di una risposta scritta.

Contatti per Corso di Formazione: n. 101 attraverso il telefono; n. 41 messaggi <e.mail>

Dal 4 settembre al 5 ottobre sono stati fatti n. 91 colloqui individuali di selezione. Iscritti n. 41 (tra i quali tre già nostri volontari). (Il Gruppo di Lavoro che si è occupato dell'organizzazione del corso è formato da sei volontari). Hanno frequentato regolarmente e ricevuto il certificato di frequenza n. 33; inseriti nel servizio Linea di Ascolto n. 25, fra i quali cinque si dedicano anche alla risposta ai messaggi e-mail; n. 2 inseriti nei gruppi di auto aiuto e si prepareranno come facilitatori; n.1 per Ufficio Stampa; n. 2 disponibili saltuariamente.

L'altro lavoro preliminare è stato quello della costituzione di una Data base, comprendente tutte le strutture pubbliche predisposte alla cura dei disturbi della Salute mentale, esistenti nel territorio oggetto dell'attività della Associazione. Per l'area milanese questo data base è stato realizzato anche attraverso incontri con i responsabili delle strutture stesse, sia sul territorio che ospedaliero, e ciò per permettere una migliore attività di assistenza alle persone che richiedono l'aiuto telefonico. Questo data Base è stato poi integrato con strutture anche di altre regioni, poiché la Linea di Ascolto spesso riceveva richieste di aiuto da altre zone d'Italia.

L'Associazione si è dotata sin dall'inizio di strumenti informatici moderni, e, con l'aiuto di volontari esperti nel settore, ha provveduto di informatizzare inizialmente tutte le sue attività (dal Data base alla Contabilità) e successivamente ha creato un sito Web, (www.progettoitaca.org) che ha avuto un grosso successo, e le cui statistiche sono riportate nell'allegato 2. Inoltre si sono presi contatti per inserire i link di detto sito in diversi portali specializzati.

Questo mezzo, che ha comportato anche ovviamente una casella di posta elettronica (progetto.itaca@libero.it) ha sorprendentemente comportato, specialmente nei mesi estivi, la ricezione di numerose richieste di aiuto attraverso questo mezzo, (i cui dati saranno successivamente esposti), per cui l'Associazione ha predisposto una apposita struttura per ricevere e rispondere a detti messaggi, con l'intento di portarli alla linea telefonica, mezzo più idoneo per poter aiutare ed indirizzare il richiedente.

Attivate sia la Linea di Ascolto che i Gruppi di Auto-Aiuto l'Associazione ha ricevuto proposte di collaborazione con diverse istituzioni ed Associazioni, che si sono concretizzate sia nella partecipazione di incontri e visite a realtà esistenti nel territorio, e sia nello studio e nella realizzazione di diversi progetti, alcuni dei quali hanno visto la loro concretizzazione nel corso dei primi mesi del 2001, o saranno avviati prossimamente (vedi Relazioni Esterne e Nuovi Progetti)

L'attività della Associazione ha potuto svolgersi grazie al supporto del gruppo di volontari che si sono dedicati alle Relazioni Esterne, Manifestazioni e Raccolta Fondi che le ha permesso di reperire in anticipo i fondi necessari sia per le varie attività.

Questo primo esercizio è stato dunque dedicato ad attivare le iniziative fondamentali della Associazione, a realizzare una rete di contatti che stanno portando a fattive collaborazioni ed a reperire risorse finanziarie per i progetti che sono in corso di realizzazione nel 2001.

Ciò permette di comprendere i dati economici che sono riportati nell'allegato 3, che chiudono con un notevole avanzo di cassa. Su questi dati è necessario rilevare come quasi tutta l'attività si è svolta a titolo gratuito, non solo per i volontari (come previsto dallo statuto sociale) ma anche e soprattutto da tutti i consulenti che hanno collaborato con l'associazione. Anche le attrezzature della Associazione sono in gran parte frutto di donazioni.

Commentando brevemente i dati economici (che si riferiscono, come previsto dall'atto costitutivo al periodo 29 ottobre 1999 – 31 dicembre 2000) è da sottolineare che l'affitto della sede è stato interamente sopportato da un socio fondatore della Associazione (per cui la voce di spesa "Affitto" trova una identica contropartita nelle Entrate; che l'attività della raccolta fondi ha portato un margine netto di circa 79 milioni; di come i 35 milioni di spese gestionali siano soprattutto dovute per oltre il 50% dalla stampa di prospetti aventi lo scopo di far conoscere le nostre attività ed in particolare il nostro numero della Linea di ascolto; mentre oltre il 17% sono dovute a spese telefoniche.

Da segnalare anche una donazione di mobili fatta da una famiglia che, avendo voluto mantenere l'incognito, ha affidato alla nostra Associazione il compito di realizzare questa operazione: da qui la voce in entrata ed in uscita del medesimo importo.

Tutte le attrezzature della sede hanno comportato un esborso di meno di 25 milioni, anche grazie alle donazioni in natura di apparecchiature, come risulta dall'elenco in allegato 1.

Le disponibilità finanziarie sono state impiegate in operazioni di pronto contro termini a breve (da 1 a 3 mesi) per avere un migliore rendimento finanziario.

Le differenze con il budget sono poco significative, considerando che il budget iniziale di una Associazione è frutto di molte ipotesi non fondate su esperienza. Comunque le entrate sono state di circa 70 milioni superiori

al previsto, mentre le uscite sono state inferiori di quasi 40 milioni al previsto. Inoltre si prevedeva di spendere circa 40 milioni per le attrezzature di sede, mentre, come si è detto, le uscite sono state di circa 28,5 milioni.

L'avanzo di cassa al 1 gennaio 2001 è dunque di poco meno di 223 milioni.

Il budget per il 2001, riportato nell'allegato 4, mostra un ammontare di entrate, se si escludono gli apporti iniziali del 1999 e il saldo di cassa del 2001, pressochè uguali, intorno ai 100 milioni, mentre le entrate da manifestazioni per raccolta fondi si prevedono inferiori di circa 13 milioni, per il minor numero di iniziative in programma.

Le uscite di struttura salgono da circa 46 milioni a 66 milioni, per la previsione di dotare la Associazione di una segreteria che si spera di poter coprire attraverso l'apporto di due obiettori. Anche le spese di gestione si prevedono aumentare di circa 55 milioni di cui 40 per spese di promozione della linea telefonica (cartelli su mezzi pubblici), che nell'esercizio precedente non esistevano poiché l'esposizione di detto materiale promozionale era stato fornito gratuitamente.

Inoltre nel 2001 sono previste uscite per circa 64 milioni come partecipazione ai progetti precedentemente descritti, e 25 milioni per la manifestazione in occasione della Giornata della Salute mentale.

Poiché le spese per attrezzature ulteriori sono previste in 10 milioni, il saldo di cassa a fine 2001 è previsto in 139 milioni.

e) Dettaglio della attività

Dopo questa illustrazione di massima dell'attività della Associazione, verranno descritte in dettaglio tutte le iniziative avviate.

Linea di Ascolto

Tutti i volontari che si dedicano a questo servizio, hanno frequentato un corso di formazione e sono stati selezionati dal gruppo di volontari che si è dedicato al Corso di Formazione, che avevano ricevuto adeguata formazione e maturata questa esperienza presso altra associazione.

Il gruppo iniziale infatti è formato da dieci volontari

Nel corso dei primi mesi con incontri periodici del gruppo e con l'équipe di consulenti sono stati definiti:

- 1) *Gli obiettivi* : questo servizio è rivolto a persone affette da depressione, ansia e attacchi di panico, anoressia e bulimia, ed ai loro familiari; ha lo scopo di dare conforto e solidarietà, fornire informazioni ed indicazioni sulle strutture idonee a risolvere i loro problemi, o a individuare necessità e bisogni allo scopo di costruire progetti concreti di assistenza
- 2) *Le linee-guida*: particolare attenzione è stata riposta sul delicato ruolo del volontario che risponde al telefono, (analizzando le sue motivazioni ed evidenziando le sue attitudini), sulla assoluta riservatezza garantita a coloro che telefonano e sui criteri per consigliare le strutture su eventuali necessità che si evidenziassero.
- 3) *La scheda di rilevazione*: è stata impostata una scheda per rilevare i dati delle persone che telefonano, per rilevamenti statistici, nel rispetto della privacy. Una scheda corretta è stata introdotta dal mese di novembre 2000 per permettere una migliore rilevazione statistica.

Il servizio Linea di Ascolto è effettivamente iniziato il 1° giugno 2000, con l'apporto dei nuovi volontari del primo Corso di Formazione ed una Banca-Dati sufficientemente completa per la Lombardia.

Sono state attivate due linee telefoniche, con turni settimanali dei 21 volontari effettivi; gli orari del servizio sono stati: da lun. a ven. ore 9.30/12.30 e 15.30/18.30 – la domenica ore 15.00/18.00.

Nel mese di agosto la linea di ascolto è stata attiva nei giorni lun., merc., ven., e domenica negli stessi orari con eccezione dei giorni 14 e 16 agosto.

Le statistiche di questo servizio sono le seguenti:

Numero di telefonate:

giugno: n. 177; luglio: n. 369; agosto: n. 230; settembre: n. 308; ottobre: n. 258; novembre: 142; dicembre: n.105; gennaio: n. 207; febbraio: n. 332; marzo: più di 400 al 24 marzo.

Informazione del servizio:	45% stampa	32% mezzi pubblici	7% Internet
Chi chiama:	74% pazienti	26% famigliari o conoscenti	
	64% femmine	36% maschi	
	32% <30 anni	42% 30/50 anni	26% >50 anni
Tipologia dei disturbi:			
38% Depressione	26% Ansia	16% DAP	9% Disturbi Alimentari
58% in terapia attualmente		73% in terapia nel passato	
48% psichiatra	27% psicologo	10% neurologo	
35% mai stati in terapia.			

Richieste:			
22% informazioni generali	35% indicazioni strutture	26% conforto	10% G.A-A

Numero messaggi e-mail – mese di giugno: n. 16; mese di luglio: n. 25; mese di agosto: n. 67; mese di settembre: n. 32; mese di ottobre: n. 24; mese di novembre: n. 19; mese di dicembre: n. 8; gennaio :n. 28 febbraio: n. 27; marzo: n.....

Dal mese di febbraio 2001 l'orario della linea di ascolto è stato ampliato grazie all'apporto dei nuovi volontari, fra i quali molti sono disponibili in orario serale: lunedì e mercoledì: ore 9.30 – ore 23.00; martedì, giovedì e venerdì: ore 9.30 – ore 18.30; domenica: ore 15.00 – ore 18.00.

I volontari della Linea di Ascolto si sono riuniti tutti i mesi (tranne che nel mese di agosto) per un incontro di programmazione e verifica; da settembre 2000 a marzo 2001 ad ognuno di questi incontri ha partecipato un professionista, psichiatra o psicoterapeuta, che è intervenuto con una relazione ed è stato disponibile come consulente.

La responsabile della Linea di Ascolto partecipa agli incontri del Coordinamento Regionale Linee di Ascolto (CORAL) ed in occasione della Giornata del Volontariato la nostra sede è stata offerta come "tappa del volontariato" per le associazioni di questo settore.

Gruppi di Auto-Aiuto

Relazione del Gruppo di Lavoro Auto-Aiuto

Caratteristiche comuni ai Gruppi di Auto-Aiuto (G.A-A) dell'Associazione Progetto Itaca per pazienti e famigliari di pazienti.

1) Le richieste di partecipazione avvengono su:

Richiesta diretta tramite la Linea di Ascolto

Segnalazione di specialisti o di strutture pubbliche (Ospedali, CPS, ecc)

2) Per quanto riguarda il gruppo GAA pazienti: selezione dei partecipanti allo scopo di attivare GAA il più possibile efficaci in quanto armonici per varietà di sesso, età, patologia.

Il numero è chiuso (8 o 9 membri più due facilitatori), con inserimento dopo un colloquio tra il possibile partecipante ed i due facilitatori per valutare insieme l'opportunità di far parte di un GAA. Per rispetto del gruppo, sia ai pazienti che ai famigliari sono richiesti la puntualità, la continuità, l'avviso in caso di assenza.

3) L'uscita di un partecipante (ovviamente possibile in qualsiasi momento), i facilitatori valutano insieme al gruppo l'opportunità di inserire un nuovo membro immediatamente o dopo alcuni incontri. L'uscita dal GAA può avvenire per motivi personali oppure, nel caso più auspicabile già verificatosi perché il paziente ha raggiunto un buon grado di benessere ed è in grado di proseguire il proprio percorso da solo, pur sapendo di poter comunque ricorrere all'aiuto del proprio ex GAA in caso di bisogno. Al partecipante ripetutamente assente senza motivo e senza preavviso, viene chiesto di cedere il proprio posto ad una delle tante persone in lista di attesa.

Attualmente sono in funzione tre GAA per pazienti con disturbi dell'Umore e d'Ansia che si riuniscono in tre diversi giorni della settimana nella sede dell'associazione, con cadenza settimanale e con la partecipazione di due facilitatori per ogni GAA.

Il GAA famigliari, che aveva avuto inizio il 10/5/2000, è stato sospeso dopo 12 incontri, nel mese di novembre, per decisione comune del gruppo a causa dell'esiguo numero dei partecipanti via via ridottisi.

Ai restanti membri del GAA è stata offerta comunque l'opportunità, in alcuni casi accolta, di saltuari incontri personali, a richiesta, con, le facilitatori.

Dall'inizio dei GAA fino ad oggi, sono proseguiti regolarmente gli incontri di supervisione "interna" tra le facilitatori e gli incontri di supervisione con un consulente con esperienza specifica di GAA.

Fino alla fine dell'anno 2000 ci siamo avvalsi dell'aiuto del dott. Edoardo Re, psichiatra che opera presso l'Ospedale Niguarda e, a partire dal 2001, del dott. Giorgio De Isabella, psicologo che opera presso l'Osp.

San Carlo e che già collabora con la nostra associazione nell'ambito del progetto per il trattamento del disturbo da Attacchi di Panico.

La collaborazione di entrambi è stata ed è a titolo gratuito.

La responsabile del gruppo di lavoro ha partecipato regolarmente agli incontri del gruppo di lavoro "Self Help - Mental Help" del Progetto Città Sane del Comune di Milano.

Altre associazioni e servizi pubblici, molto interessati alla nostra metodologia ed ai risultati conseguiti, ci chiedono di assistere agli incontri dei nostri GAA. Vista la delicatezza ed il carattere profondamente personale degli interventi i partecipanti, pur con rammarico, hanno finora sempre scelto di non ammettere estranei.

Il gruppo di lavoro Auto-Aiuto si propone di iniziare un nuovo corso di preparazione specifica per i volontari aspiranti facilitatori non appena verrà raggiunto un sufficiente numero di candidati.

Formazione ed aggiornamento del data base

Poiché il servizio di ascolto e risposta telefonica ha come obiettivo principale l'informazione, è stato necessario costruire una banca dati di tutte le strutture esistenti sul territorio (specialistiche, non specialistiche; pubbliche, private, accreditate; iniziative di sostegno del volontariato), da mettere a disposizione di pazienti o familiari che chiedono aiuto, spesso cercando queste indicazioni.

Si è costituito un gruppo di lavoro con il compito specifico di rendere sistematica e completa la raccolta dei dati. Questo gruppo di lavoro ha organizzato inizialmente una stretta collaborazione con la *Fondazione Maria Bianca Corno per la lotta contro l'anoressia e bulimia*; una loro équipe infatti ha già creato una banca dati completa per il campo dei disturbi della condotta alimentare. Questi consulenti, insieme ai volontari del Progetto Itaca, hanno studiato e definito la scheda per la raccolta di informazioni. I dati saranno periodicamente aggiornati e saranno facilmente consultabili dai volontari del servizio telefonico. Sono poi stati effettuati, nei primi mesi del 2000, tutta una serie di contatti con i responsabili medici delle strutture psichiatriche di Milano, allo scopo di permettere di svolgere la importante funzione di tramite tra il malato e le strutture sanitarie, con cognizione di causa, conoscendo gli ambienti verso i quali vengono indirizzati i malati che richiedono aiuto alla associazione. Un analogo lavoro viene condotto per la provincia di Lecco.

Ora si stanno contattando tutte le associazioni di volontariato, Cooperative, ecc. di Milano e provincia che operano nell'ambito dell'attività della associazione.

Attualmente l'Associazione dispone di un data Base formato da

- Strutture Pubbliche di Milano e Lombardia: censite n. 355 strutture, di cui n. 35 in Milano e n. 32 nella provincia. Nei mesi di novembre e dicembre 2000 due volontari coordinati dalla responsabile hanno verificato tutti i numeri telefonici ed i nomi dei responsabili.
- Strutture Pubbliche di altre Regioni: censite n. 972; nei mesi di gennaio/marzo 2001 sono stati verificati ed aggiornati indirizzi, numeri telefonici e nomi dei responsabili.
- Strutture Private ed Associazioni: censite n. 73 strutture, di cui 50 in Milano e 23 nella provincia; tutte sono state verificate con contatto personale.
- Strutture per la cura dei Disturbi Alimentari esistenti in tutta Italia: censite 30 strutture, di cui si sono verificati ed aggiornati i numeri telefonici.

Stiamo ora riflettendo sull'opportunità di inserire questa Banca-Dati completa ed aggiornata nel nostro Sito.

Gruppo di lavoro Relazioni Esterne: attività preliminare

Questo gruppo di lavoro ha iniziato la sua attività con un intenso lavoro preparatorio allo scopo di far conoscere l'associazione ai possibili utenti. In particolare la sua attività è consistita nella:

- 1) Individuazione del logo della Associazione, con la consulenza gratuita di una agenzia di pubblicità e immagine. Partendo dalla definizione del nome della associazione, (due versi della poesia "Itaca" di Costantinos Kavafis), questo gruppo di lavoro si è dedicato per prima cosa a scegliere il logo o simbolo della associazione ed un motto che lo accompagni.
- 2) Costruzione del materiale necessario per la promozione delle prime attività della associazione dalla carta intestata a un volantino per il corso di formazione dei volontari, a un pieghevole che illustra le attività attuali della associazione;
- 3) Lo stesso gruppo ha individuato i canali e raccolto gli indirizzi per diffondere questo materiale attraverso farmacie, studi medici, parrocchie, associazioni di volontariato ecc.

• **A – Iniziative per la promozione**

Questo gruppo di lavoro ha iniziato la sua attività con un intenso lavoro preparatorio allo scopo di far conoscere l'associazione ai possibili utenti. In particolare la sua attività è consistita nella:

1) Individuazione del logo della Associazione, con la consulenza gratuita di un'agenzia di pubblicità e immagine. Partendo dalla definizione del nome della associazione, (dalla poesia "Itaca" di Costantino Kavafis), questo gruppo di lavoro si è dedicato per prima cosa a scegliere il logo o simbolo della associazione ed un motto che lo accompagna.

2) Costruzione del materiale necessario per la promozione delle prime attività della associazione, dalla carta intestata a un volantino per il corso di formazione dei volontari, a un pieghevole che illustra le attività iniziali della associazione; a marzo 2001 un pieghevole che comprende anche i nuovi progetti.

3) E' stato organizzato un ufficio stampa; nei mesi di maggio/giugno 2000 è stata assunta come consulente part-time una giornalista che ha impostato un indirizzario di Stampa e Media ed ha organizzato una campagna stampa di promozione del servizio Linea di Ascolto; in seguito hanno continuato a dedicarsi all'Ufficio stampa due volontarie coordinate dalla vicepresidente, che hanno organizzato:

- la promozione del 2° Corso di Formazione – agosto/settembre 2000
- campagne pubblicitarie sui mezzi pubblici (giugno/agosto 2000 e gennaio/marzo 2001)
- Spot sulla Linea di Ascolto realizzato da Antennatre e trasmesso anche da Telelombardia (luglio/agosto 2000).
- Iniziativa promozionale in collaborazione con le testate Anna e Salve (RCS periodici) e la Casa Farmaceutica Lundbeck Italia – febbraio 2001

Questa attività ha dato come risultato circa 40 articoli sulla Stampa; 3 riprese televisive (Sei Milano, Antennatre, Telenova); 4 interviste alla radio.

• **B – Manifestazioni per promozione e raccolta fondi**

- 1) La responsabile delle manifestazioni ha organizzato alcuni incontri con lo scopo di formare un comitato di sostenitori
- 2) Sono state organizzate nel 2000 quattro gite culturali: Genova, Venezia, Valeggio sul Mincio, Brescia)
- 3) In collaborazione con l'Associazione Musicoterapica "La Stravaganza" spettacolo al Teatro Smeraldo (18 maggio 2000).
- 4) Mercatino in Vicolo dei Lavandai (giugno 2000)
- 5) Partecipazione alla Mostra-Mercato Parrocchia di San Marco (nov./dic. 2000). Sono stati raccolti circa 400 oggetti di antiquariato, attraverso un appello a tutto il nostro indirizzario, e l'organizzazione dell'ufficio e dei turni di vendita per quattro settimane ha coinvolto circa 30 persone.

• **C -Prospettive di Promozione per il 2001**

- 6) Invio periodico di materiale agli studi medici
- 7) Pubblicità sui mezzi pubblici
- 8) Uno Spot televisivo prodotto da MEDIASET
- 9) Campagne stampa per far conoscere la Linea di Ascolto
- 10) Presenza in trasmissioni televisive
- 11) Manifestazione per la sensibilizzazione dell'opinione pubblica sul problema Salute Mentale – 6/7 Aprile Giornata Mondiale della Salute Mentale – Manifestazione all'Ottagono della Galleria con altre associazioni del settore
- 12) Organizzazione di una Conferenza (da definire)

• **D - Manifestazioni per Promozione e Raccolta Fondi per il 2001**

- 13) Spettacolo musicale al Teatro Smeraldo per finanziare il progetto Cooperativa "Il Laboratorio di via Procaccini" – 7 giugno 2001
- 14) Spettacolo Teatrale con "La Stravaganza", "La Norma Traviata" (da definire) – novembre 2001.
- 15) Gite culturali – quattro o cinque, tra marzo e novembre 2001.
- 16) Mercatino – da definire – ottobre/novembre 2001.

- **E – Rapporti con Strutture Pubbliche ed altre associazioni – Collaborazioni e Contatti.**

Sono stati incontrati tutti i primari delle Unità Operative di Psichiatria di Milano ed alcuni primari o psichiatri della provincia (Cinisello, Desio) e di altre province (Como, Merate, Lecco, Pavia). Da alcuni di questi incontri sono nate le proposte di collaborazione per i nuovi progetti.

Sono stati impostati rapporti con le principali associazioni del settore Salute Mentale: Fondazione Corno, Psiche Lombardia, Tartavela, Aiutiamoli, Lidap, ecc

2 maggio 2000 – partecipazione alla giornata del volontariato milanese, durante la giornata del volontariato Lyons, con l'esposizione di un banchetto con le nostre attività istituzionali.

Nel mese di settembre 2000 abbiamo dato la nostra collaborazione alla Fondazione Corno per l'organizzazione di un congresso internazionale che si è svolto nell'Aula Magna dell'Università degli Studi di Milano.

Progetto Itaca ha fatto da tramite per una donazione di arredamento per il reparto Psichiatria del Fatebenefratelli da parte di un nostro sostenitore.

Ottobre 2000; incontro con l'Assessore alla Sanità della Regione Lombardia per presentare gli obiettivi ed l'attività dell'Associazione.

Abbiamo partecipato agli incontri per il Progetto Psichiatria del Comune di Milano.

Abbiamo collaborato con la Croce Rossa di Lecco per l'organizzazione di una conferenza (Dicembre 2000).

Abbiamo organizzato in collaborazione con l'Associazione COPEV per l'Epatite Virale il Convegno "La cura della depressione da epatite cronica: la qualità della vita", che si è svolto sabato 3 febbraio 2001 nel Centro Congressi Cariplo.

Partecipiamo regolarmente alle riunioni di coordinamento dei Gruppi di Auto-Aiuto organizzate da Città Sane ed agli incontri di coordinamento delle Linee di Ascolto organizzati dall'ASL.

Nel Dicembre 2000 siamo invitati dal Direttore del D. S. M. dell'Osp. Sacco, dott. Carmen Mellado, a partecipare alla Conferenza di Servizio di quel Dipartimento, che riunisce trimestralmente tutte le categorie professionali e gli operatori volontari.

Nuovi Progetti

1- Studio di progetti per la riabilitazione e l'inserimento lavorativo e visite a Centri Diurni

La riabilitazione ed inserimento lavorativo di pazienti con problemi psichiatrici è uno degli obiettivi prioritari di Progetto Itaca e certamente un campo nel quale non è pensabile che l'istituzione pubblica possa prescindere dalla collaborazione con le forze del volontariato.

Per questo dal mese di giugno 2000 alcuni volontari si sono dedicati a studiare che cosa già eseste in questo campo.

1. Abbiamo partecipato ad un Convegno a Como sui Centri Diurni (23 giugno 2000).
2. Abbiamo visitato Il Centro Diurno "Il Dragonato" di Bellinzona, il Centro Diurno di Via Primaticcio (A.O. San Carlo) e di via Procaccini (A.O. Fatebenefratelli); la struttura Fountain House di New York (sett./ott. 2000); abbiamo preso contatto con l'agenzia ALA (Agenzia Lavoro e Apprendimento dell'A.O. Sacco).
3. Abbiamo individuato il Centro Diurno di Via Procaccini che ha avviato anche un Corso Biennale per cuochi EnAIP e la cooperativa "Il Laboratorio" che inserisce in attività di catering e giardinaggio, pazienti inviati dai servizi, come la struttura più adatta ad inserire una nostra collaborazione in questo campo, avendo grandi possibilità di sviluppo; abbiamo quindi incontrato alcune volte il dott. Mencacci e la responsabile del Centro Diurno, dott. Antonietta Forcella per cercare di individuare una possibilità di collaborazione
4. Dal mese di febbraio 2000 iniziamo a collaborare con le attuali attività del C.D., soprattutto per e fornire contatti interessanti per far conoscere l'iniziativa e potenziarla e possibilmente, in futuro migliorare la qualità dei prodotti Così P. I. potrà acquisire esperienza per poter, a più lungo termine, proporre nuove iniziative (es. corsi di informatica). Tre volontari iniziano a collaborare settimanalmente con l'équipe del centro Diurno e della cooperativa.
5. Parallelamente iniziamo anche una collaborazione con ALA per fornire contatti con Aziende interessate e sensibili ad assumere con la formula del collocamento obbligatorio persone con problemi psichiatrici, seguite dalla équipe di ALA con uno specifico progetto finalizzato all'inserimento lavorativo.

2 - Progetto Sportello del Volontariato - A.O. Fatebenefratelli – Oftalmico

Il dott. Mencacci ci ha proposto, in un incontro nel novembre 2000, di collaborare alla Sportello del Volontariato del reparto di Psichiatria; un servizio di informazione per i famigliari dei pazienti ricoverati, attivato fino ad allora dall'associazione Psiche Lombardia, con una tirocinante laureata in psicologia, una volta la settimana, nell'orario di visita dei famigliari.

Cinque volontari che hanno seguito il corso di formazione si sono dichiarati interessati e dal mese di marzo 2001 sono stati fatti degli incontri tra volontari e con un membro dell'équipe, il caposala signor Astori, con il quale si è stabilito un ottimo rapporto.

La presenza di Progetto Itaca è iniziata il 20 marzo 2001 e gli obiettivi e la metodologia di questo servizio verranno attentamente monitorati in incontri periodici, sempre con la presenza di un rappresentante dell'équipe del reparto.

3 - Progetto “Trattamento sperimentale dei disturbi d’ansia S. Carlo - Progetto Itaca”

La convenzione con l'Ospedale San Carlo è stata firmata nel dicembre 2000 e prevede una cooperazione della Associazione nel proseguimento di un progetto sperimentale che il Nucleo per il trattamento dei disturbi di Ansia dell'Ospedale, diretto dal dott. De Isabella, sulla base di un protocollo dell'australiano Andrew, ha realizzato nello scorso biennio, con finanziamento della regione.

Nella convenzione è prevista una stretta collaborazione che si concretizza, oltre che sullo scambio di informazioni, nella partecipazione alla terapia, mediante degli accompagnatori, che seguiranno i pazienti negli esercizi che sono stati loro prescritti, e successivamente mediante la formazione di gruppi di auto aiuto temporanei, per familiari e pazienti stessi, al fine di consolidare i risultati della terapia.

L'Associazione finanzia anche una parte del progetto per un importo di 36 milioni l'anno, e per un biennio.

Il Comitato Esecutivo del 13 dicembre 2000 nomina Margherita Lo Monaco come coordinatrice del progetto che prevede in due anni 7 cicli di trattamento intensivo terapeutico, costituito da una prima settimana di psicoterapia di 4 ore, una seconda settimana in cui i pazienti affetti da disturbi di ansia devono fare degli esercizi, accompagnati da volontari della Associazione, e da una terza settimana identica alla prima.

Successivamente alcuni di questi pazienti, ritenuti idonei, parteciperanno a dei gruppi di auto aiuto coordinati da facilitatori della Associazione (7 incontri, uno ogni 15 giorni, di 1 h e 30'), mentre parallelamente verranno attivati gruppi di auto aiuto per i loro familiari, con facilitatori sempre della Associazione (3 incontri, uno al mese).

Ciò richiederà tre tipi di volontari della Associazione:

- Facilitatori per i gruppi di auto aiuto pazienti
- Facilitatori per i gruppi di auto aiuto familiari
- Accompagnatori

Le fasi realizzate sono state finora le seguenti:

- Gennaio 2001: incontro al S. Carlo con il dott. De Isabella e la sua equipe per coordinare le linee generali del progetto. In particolare avviene lo scambio delle linee guida utilizzate dalla Associazione per l'aiuto telefonico e i gruppi di auto aiuto (predisposti dai responsabili dei settori) e del materiale illustrativo della terapia che l'ospedale intende realizzare.
- Fine gennaio 2001 : incontro delle facilitatrici dei gruppi di auto aiuto familiari, con le psicologhe dell'Ospedale, per definire i loro compiti
- 31 gennaio 2001 : presentazione da parte dell'Ospedale San Carlo (unitamente all'Ospedale San Paolo che ha partecipato al progetto) dei risultati del biennio scorso, e del progetto futuro con la nostra Associazione.
- 14 febbraio e 21 febbraio 2001 : corso tenuto dalle psicologhe dell'Ospedale agli addetti al progetto, e con i responsabili dei settori Linea Telefonica ed Auto aiuto.
- Definizione di un orario (mercoledì ore 10-12,30) in cui le psicologhe dell'ospedale riceveranno le richieste di persone che, avendo contattato la Linea di Ascolto, ad esse sono state indirizzate per essere eventualmente inserite nei programmi terapeutici, se ritenute idonee.
- 19 marzo 2001 : inizia, presso l'Ospedale San Carlo, il I ciclo di terapia, che interessa 5 persone (di cui 3 donne)

- 21 marzo 2001: presentazione ai familiari dei pazienti, del progetto di terapia e della proposta di far parte di appositi gruppi di auto aiuto alla fine del ciclo terapeutico.
- 22 marzo 2001: corso tenuto dal dott. De Isabella e suoi collaboratori, ai volontari della linea telefonica per spiegare sia queste patologie sia il progetto di trattamento.
- 23 marzo 2001: incontro degli accompagnatori con i pazienti in terapia, per concordare gli orari della fase di accompagnamento.

Il progetto proseguirà con le seguenti attività:

- ad aprile 2 incontri con i facilitatori gruppo pazienti e la responsabile dei gruppi di auto aiuto
- 2 maggio incontro tra le psicologhe del San Carlo e i facilitatori per preparare i gruppi di auto aiuto familiari
- 4 maggio tra le psicologhe del San Carlo e i facilitatori per preparare i gruppi di auto aiuto familiari, sulla base di schemi preparati dal San Carlo.
- 3 settimana di maggio 1° incontro del gruppo di auto aiuto familiari.

4 - Progetto “Trattamento sperimentale dei disturbi del comportamento alimentare Sacco-Progetto Itaca”

La dott. Mellado, primario del D.S.M., ci ha proposto di collaborare con il Centro per la Prevenzione ed il Trattamento dei Disturbi del Comportamento Alimentare, formato da un'équipe di psichiatri, psicoterapeuti e dietologi in due progetti:

Progetto 1: Ipotesi di collaborazione e formazione di nostri volontari relativa ad un progetto di psicoterapia per pazienti con disturbi alimentari. I pazienti, seguiti dall'équipe con incontri di terapia di gruppo, verrebbero poi seguiti in Gruppi di Auto-Aiuto guidati, ancora con la presenza dello psicoterapeuta ed in seguito inseriti in Gruppi di Auto-Aiuto puri, coordinati da facilitatori di Progetto Itaca che riceveranno una adeguata formazione. La formazione dei volontari inizierà in aprile 2001.

Progetto 2: Ipotesi di collaborazione in un progetto di prevenzione nelle scuole.

Il Centro C.D.A. dell'Ospedale Sacco ha iniziato un'indagine delle scuole elementari, medie e superiori di Milano, distribuendo un test preparato da due medici canadesi, Garner e Garfinkel, con l'obiettivo di individuare “segnali di allarme” nel rapporto dei ragazzi con l'alimentazione e con la propria immagine corporea. Vorrebbe ora allargare l'esperimento, ritenuto interessante, offrendo anche un trattamento psico-educativo per i soggetti individuati a rischio, con la collaborazione di Progetto Itaca che potrebbe curare gli aspetti organizzativi, dal mese di maggio 2001. La fase organizzativa inizierà in aprile 2001; l'intervento nelle scuole avverrà nell'anno scolastico 2001/2002.

Si sta studiando una convenzione Progetto Itaca – Azienda Ospedaliera Sacco.

Conclusione

Crediamo che l'esercizio trascorso abbia permesso di realizzare molte iniziative e soprattutto di impostarne altre che si stanno sviluppando nel 2001. L'Associazione si sta sempre più proponendo come un ente che, oltre a svolgere i suoi compiti base, linea di ascolto, gruppi di auto aiuto, sensibilizzazione del pubblico, funge da moltiplicatore e sostegno di molte iniziative sia da parte di strutture ospedaliere che di altre Associazioni di volontariato.

Per terminare, bisogna riconoscere che tutto il lavoro che l'Associazione ha svolto e sta svolgendo è merito della passione e della dedizione di tutti i suoi soci volontari ai quali va il più caloroso ringraziamento per tutto quanto hanno fatto e per quanto faranno in futuro, nel modo più disinteressato possibile, mostrando straordinaria sensibilità ed apertura nei confronti dei problemi di chi soffre. E crediamo di essere nel vero, dicendo che questo ringraziamento proviene anche e soprattutto dalle centinaia di persone che hanno ricevuto, grazie al loro calore ed alla loro opera, un conforto ed un aiuto in momenti per loro così difficili.