

uno. attiviamoci. *il benessere della cura*; *tre.* le nostre attività; *sette.* il corpo; *nove.* le nostre proposte; *undici.* il contatto; *quindici.* l'arte; *diciotto.* il lavoro

Indice



a **come azione**

*“Una persona è autonoma
quando svolge
in totale autosufficienza”*

SPORTELLO ATTIVIAMOCI (gratuito)
tutti i lunedì mattina dalle 9:30 alle 13:30

t

t come tenacia



Attiviamoci. Il Benessere Della Cura
Arteterapia.

due

L'agire è infatti un bisogno primario dell'individuo e fondamentale per la salute e il benessere personale.

Fin dai primi anni del 900 è opinione scientifica condivisa che l'occupazione, intesa come possibilità di una persona di agire e partecipare ad attività considerate soddisfacenti, rappresenta lo strumento idoneo per l'acquisizione di nuove competenze capaci di facilitare lo sviluppo armonioso della persona.

Il percorso riabilitativo proposto dall'equipe di Attiviamoci si rivolge a persone appartenenti ad ogni fascia d'età, affette da malattie e disordini psico-fisici o con disabilità sia temporanee che permanenti, ed è finalizzato a favorire il recupero di una maggiore autosufficienza negli ambiti del vivere quotidiano, la socializzazione e, quindi, una migliore qualità della vita.

Seguendo il concetto di giustizia occupazionale di Townsend di pari opportunità di partecipazione alle attività ed occupazione secondo gli interessi e gusti personali, l'equipe di Attiviamoci, propone un percorso riabilitativo progettato in conformità con il percorso riabilitativo individuale e consono ai bisogni, interessi e potenzialità individuali. In questo modo ciascun utente, nella partecipazione a nuove attività può sviluppare le proprie capacità organizzative e abilità professionali e relazionali.



t come tendenza

MARCO

● Secondo questo approccio, il benessere e la salute personali si possono raggiungere quando si è 'occupati', ovvero impegnati in attività.

V

v
c
o
m
e
v
i
s
s
u
t
i

L'equipe di Attiviamoci propone progetti studiati e realizzati al fine di favorire l'impegno e la partecipazione individuale in attività in grado di determinare un senso di soddisfazione, impegno e inclusione.

Obiettivo delle diverse attività proposte è lo stimolo dell'autonomia residua nella sfera della cognitività, della creatività, della sperimentazione, dell'agire in gruppo, della socializzazione attiva ed autogestita.

La partecipazione ad ogni attività è libera e autonoma a seconda delle richieste e preferenze degli utenti.

Le attività proposte sono oggetto di valutazioni e ad accurate indagini sul territorio e vengono periodicamente rinnovate, per garantire maggior offerta e un ventaglio sempre ampio e differenziato di possibilità.

Oltre alle "attività strutturate" ed esterne, i gruppi appartamento sono stati resi luogo di "attività non strutturate" (gioco, discussione, prendere il caffè insieme, passeggiate all'esterno, partecipazione a feste popolari, "e di quartiere") caratterizzate da momenti informali in cui prevalgono i momenti d'incontro e socializzazione e finalizzate a favorire l'autonomia dell'ospite nelle abilità di base e a favorire il senso di appartenenza alla comunità.

A tutti i pazienti vengono inoltre proposte gite, uscite ricreative e culturali e soggiorni estivi. Stiamo valutando la possibilità di proporre anche soggiorni invernali. All'interno delle strutture vengono inoltre promosse attività quotidiane finalizzate all'igiene e alla cura sanitaria ed estetica personale.

attivi *i come insieme* amoci

ANDREA OPERATORE

DAVIDE

PATRIZIO

FABIO

ARMANDO

LABORATORIO REFUSE-LAB

26 Marzo 2023

Gli ospiti di Blu Acqua

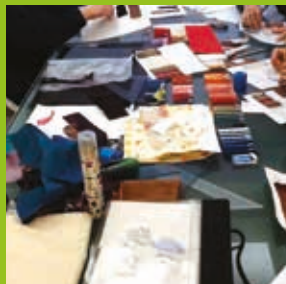
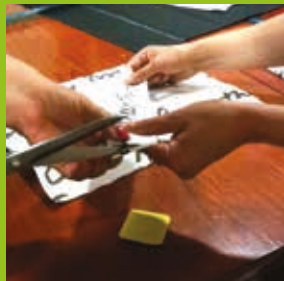
m

m come movimento

LABORATORIO LA FORMA DEL COLORE - TESSILE

15 Marzo 2023

Le ospiti di Blu Acqua



o come ognuno



o come ovunque

Le nostre proposte

L'attività sportiva

L'equipe di Attiviamoci dispone di una sala intera presso il Centro Estetico Cosmer Salute benessere sito in corso Bolzano 2/e a Torino. Lo spazio è usufruibile al mattino o al pomeriggio, a seconda delle necessità e delle richieste. La scelta di un centro estetico non è casuale ma ha come obiettivo la volontà di incuriosire ed avvicinare le pazienti ad una maggiore attenzione e cura estetica del proprio corpo.

Inoltre, per le attività sportive dedicate agli utenti del gruppo appartamento sito in Villa San Michele viene utilizzata la palestra Olimpia Club del Comune di Dusino San Michele.

Inoltre, una volta la settimana è possibile utilizzare due piscine:

- all'interno della Sisport Fiat, Via Olivero, 40 Torino, dove un'istruttrice specializzata con brevetto di salvataggio e psicoterapeuta, con l'aiuto di una operatrice, conduce un corso di ginnastica in acqua ad un gruppo di 10 pazienti,
- a Riva di Chieri (To) dove un istruttore qualificato propone lezioni di riabilitazione in acqua.

Entrambi gli spazi vengono utilizzati nella stagione estiva.

L'attività in acqua

Con Sisport Fiat è stata avviata una collaborazione che impegna la nostra equipe nella formazione/supporto degli animatori dell'Estate Ragazzi e nella programmazione di un progetto condiviso che verrà presentato in occasione di Torino capitale dello Sport 2015. Inoltre tutti i giovedì pomeriggio, utenti, pazienti ed operatori, si allenano in un campo di calcio in Via Luserna di Rorà

C come cura

a Torino e una volta al mese la squadra è impegnata in partite in loco o in trasferta. Attraverso tale attività si intende favorire l'aggregazione e lo spirito di gruppo, aiutando gli utenti a condividere e rispettare un sistema codificato di regole e realizzare migliori livelli di integrazione sociale. La squadra dispone di una divisa in parte realizzata dai designer grafici (t-shirt in rete) dell'equipe e sponsorizzata da Blu Acqua Acqua con la partecipazione di alcuni familiari, realizzata anche grazie alle donazioni dei familiari dei pazienti.

Il massaggio shiatsu

Tra i componenti della nostra équipe è inoltre presente un terapeuta che una volta la settimana pratica le tecniche di massaggio shiatsu. Il massaggio è una delle forme più antiche e naturali di terapia. Nello shiatsu, il terapeuta (shiatsuka) entra in relazione con il paziente attraverso il contatto manuale in modo da percepire lo stato di equilibrio energetico sul quale deve lavorare. Così agendo lo shiatsuka è in grado di fare una diagnosi energetica dei pazienti. Il rapporto terapeuta (tori) e paziente (ukè) è quindi bidirezionale. La seduta di shiatsu avviene all'interno delle nostre strutture in un ambiente calmo e confortevole: il paziente è disteso a terra su un tappeto imbottito (tatami) o seduto su una panca, su uno sdraiato o su un lettino da massaggio, mentre il terapeuta resta inginocchiato o in piedi. Non viene mai forzata la mobilità naturale né vengono "sciolti" con forza gli eventuali nodi di tensione (a differenza di quanto avviene in alcune tecniche di massaggio tradizionale cinese e di massaggio terapeutico occidentale), ma si opera sempre attraverso un bilanciamento graduale sino ad ottenere l'equilibrio. I benefici di tale intervento sono sorprendenti. Per questo motivo si intende proporre lo shiatsu anche ai pazienti dei gruppi appartamento di Torino e di approfondire la tematica applicata con uno studio di ricerca.

Inoltre, all'interno delle strutture, psicologi e psicoterapeuti conducono settimanalmente gruppi di riabilitazione neuropsicologica e realizzano test di valutazione neuropsicologica.

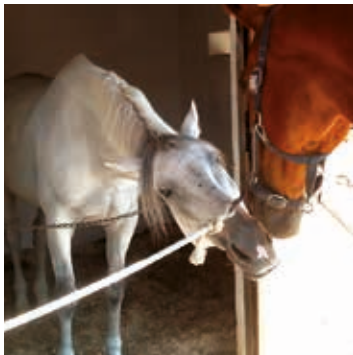
Il Contatto

...con la natura e gli animali



«L'occuparsi della terra e delle piante può conferire all'anima una liberazione e una quiete simile a quella della meditazione» Herman Hesse, 1952

Promuovere il contatto con la natura e i suoi prodotti, con gli animali, con il cibo, e perché no, anche con il vuoto e contemporaneamente aiutare il paziente a scegliere uno stile di vita che lo faccia stare e sentire meglio diventa anche obiettivo terapeutico. Queste le finalità di alcune attività proposte per aiutare gli utenti a rilassarsi scoprendo ritmi di vita più idonei al proprio equilibrio.



a

a
c
o
m
e
a
t
t
i
v
i
t
à

Il progetto Attiviamoci in questi ultimi mesi ha creato nuove connessioni con realtà riabilitative presenti sul territorio estendendo il concetto di “ cultura di rete “che negli ultimi anni ha caratterizzato il lavoro di Blu Acqua.

Sono stati attivati percorsi terapeutici-riabilitativi con:

- *il Centro di riabilitazione equestre Meisino* (strada del Meisino 91, torino), gestito da Francesca Bisacco. Centro sportivo FISE. Partecipano i pazienti di Villa San Michele Dusino e quelli di Garr, Ixiglio e 8bis di Torino. Per un totale di 10 utenti accompagnati da due operatori.

- *il Centro di pet therapy, Trofarello* (Via Torino 177) gestito dal Dr.Paolo Guiso e dalla D.ssa Clotilde Trincherò. Partecipano i pazienti di villa San Michele, Dusino e un gruppo di pazienti di Torino, per un totale di 10-12 utenti. L'attività di pet therapy si svolgerà in parte a Trofarello, in parte all'interno di Villa san Michele e verranno fatte anche passeggiate individuali cane-utente (accompagnatore cinofilo) a Torino. Le passeggiate avranno una finalità terapeutica oltre che fisico sportiva. Queste attività hanno grandi virtù terapeutiche, aiutando a migliorare gli aspetti relazionali, comportamentali, socio-affettivi ed emotivi, di acquisire la coscienza del proprio schema corporeo, di accrescere il senso di responsabilità. La compagnia di un animale domestico può anche alleviare la solitudine, e alcuni animali domestici sono un ottimo stimolo per l'esercizio fisico sano, che può aumentare notevolmente l'umore.

...con gli alimenti

Anche il contatto con il cibo, con i suoi ingredienti, con i suoi colori e odori è strettamente legato alle emozioni e ha una grande valenza terapeutica. In questi anni abbiamo potuto constatare come l'attività di cucina possa anche essere profondamente creativa, giocosa, rassicurante e di facile condivisione. Cucinare può quindi essere un'esperienza multisensoriale capace di trasmettere benessere psicofisico e relax e allontanare lo stress della vita quotidiana.



Per questo motivo è stata progettata un'attività centrata sull'alimentazione e sull'apprendimento di tecniche e modi di preparazione degli alimenti realizzata in collaborazione con Piazza dei Mestieri, la Chef Irene e una psicologa conducono Garrfood che si organizza tutti i venerdì dalle 14.30 alle 17.30. Quest'anno l'attività si svolge in modo alternato tra la cucina attrezzata della struttura di corso Rosselli e quella professionale di Piazza dei Mestieri. Si insegnano agli utenti sia le tecniche di preparazione del pasto che modalità di approvvigionamento degli alimenti (fare la spesa, gestire un budget economico, scegliere i prodotti della stagione giusta e quando possibile a km 0 ecc.)

Inoltre, a Villa San Michele, a Dusino, due volte la settimana, i pazienti, seguiti da 1 operatore e 1 OSS provvedono alla preparazione della cena.

...con l'orto

Da sempre l'uomo ha riconosciuto alle piante, al «giardino» un significato terapeutico: il paradiso terrestre

Le potenzialità dell'orticoltura terapeutica per noi sono tema di studio e attività in corso.


E' attivo da due anni il progetto "diortoinorto", attività che prevede una parte teorico- formatica, svolta durante l'inverno, e una concreta operativa, in primavera- estate, che impegna gli utenti dei gruppi appartamento di Torino e di Dusino San Michele nella realizzazione di semenzari e nella semina-coltivazione di ortaggi ed erbe aromatiche. La cascina di Dusino San Michele che si affaccia sulle colline del Monferrato offre un enorme parco e terreno coltivabile. Qui, con un gruppo di operatori e pazienti si lavora per realizzazione di un orto, di aiuole fiorite. Obiettivo è provvedere anche ai lavori di giardinaggio e di manutenzione degli spazi verdi di tutti gli appartamenti inseriti nel contesto urbano.



L'arte

Paul Klee definiva l'arte
"rendere visibile ciò che non lo è".

Grazie alle attività artistiche si possono dare forma ad emozioni, sensazioni, affetti, idee e pensieri. Il momento artistico è molto denso: nella realizzazione di un'opera si possono vivere momenti di gioia o di crisi, che se affrontate possono aiutare la crescita e lo sviluppo personale.



In questo modo ogni attività artistica, oltre ad essere stimolante dal punto di vista culturale, sociale e personale, può contribuire alla costruzione di un significato per i conflitti psichici e favorirne la risoluzione.

In questo modo, si imparano ad affrontare paure e desideri portati alla luce e resi "reali" durante il processo artistico in cui è possibile sia creare che distruggere.

L'utilizzo di laboratori creativi fa parte dei progetti individualizzati e di riabilitazione proposti. Le attività che proponiamo i hanno cadenza settimanale e durano un paio d'ore con gruppi composti da un numero di pazienti che varia da sei a dieci e sono condotti da un operatore, o da un tecnico professionista.



L'artigianato

Ogni mercoledì, dalle 10.00 alle 12.00, presso il laboratorio di Garr, C.so Rosselli 214 C, un operatore e un tecnico manutentore conducono un laboratorio di falegnameria, bricolage e piccoli lavori di manutenzione.

I partecipanti, una decina di pazienti provenienti dalle diverse strutture, mettono in pratica alcune loro abilità manuali dimenticate o perse a causa della malattia, ma soprattutto imparano ad utilizzare nuovi strumenti di lavoro e nuove tecniche di taglio, pittura e semplici restauri.

Questo gruppo di “artigiani” collabora parallelamente al progetto in corso *“La forma del colore”*. Questo, attivo da ormai da due anni, vede impegnati 9 utenti con patologia psichiatrica, un ex utente proveniente da una coop esterna che, dopo aver svolto un tirocinio formativo, con obiettivi di responsabilizzazione e di inserimento lavorativo è attualmente assunto come manutentore e artigiano sociale, un artigiano restauratore che ha concluso una borsa lavoro da noi e che è in fase di osservazione-assunzione, una restauratrice, una grafica e un designer.

L'ambito di lavoro del progetto riguarda il processo di restauro, di ristrutturazione e di creazione basata sul riutilizzo di mobili, oggetti di scarto, e sulla progettazione di pezzi unici di arredo realizzati in collaborazione con aziende specializzate nel settore, nella progettazione e fabbricazione.

L'arte espressiva

Vengono proposte ai nostri ospiti attività espressive (arti pittoriche, grafiche e disegno) sia all'interno degli stessi appartamenti con incontri strutturati e a cadenza settimanale, che in sedi esterne specializzate nel settore.

Riteniamo ancora utile segnalare che le attività vengono studiate in relazione alle capacità e potenzialità del singolo utente, rispettandone i tempi e le difficoltà, onde evitare dannose iper-stimolazioni degli ospiti o eccessive e frustranti aspettative sia negli utenti sia negli operatori dell'équipe.





i come impresa



Il lavoro

Tirocini formativi, borse lavoro, terapie occupazionali, stage

Parlare di lavoro e pazienti psichiatrici richiede una breve puntualizzazione sugli elementi costitutivi del percorso paziente - società economica.

Il lavoro inteso come terapia occupazionale, borsa lavoro o inserimento lavorativo può promuovere un percorso articolato sugli interessi, bisogni e desideri personali nonché proporsi come progetto finalizzato al raggiungimento di mezzi di sostentamento e di auto realizzazione. Il progressivo avvicinamento al lavoro, attuato attraverso un percorso monitorato, diventa uno strumento utile per il miglioramento delle relazioni complesse tra individuo e luoghi economici e della facoltà intrapsichica di adattamento.



Attiviamoci è organizzato in modo tale da offrire agli utenti in disagio sociale che vengono giudicate non adatte ad un'occupazione stabile laboratori occupazionali, presso propri spazi (interni, ma soprattutto esterni).

L'attività lavorativa è finalizzata al recupero e al reinserimento sociale ed è rivolta ad utenti per i quali la partecipazione ad un'attività occupazionale rappresenta uno strumento pedagogico e terapeutico, atto ad integrare un programma riabilitativo e formativo più ampio.

Obiettivi delle attività proposte è infatti supportare gli utenti ad inserirsi nei contesti lavorativi, rispettando le regole che questi richiedono. Le attività intendono inoltre stimolare le persone a migliorare le proprie capacità, rispettando i tempi e le capacità di ciascuno, responsabilizzarle e coinvolgerle in attività sempre più complesse.

Motivi Blu - sartoria

Dopo anni di attività, siamo in grado di unire la nostra mission con quella dei partners con cui collaboriamo (aziende serie e conosciute per la loro sensibilità al sociale e all'ambiente) e proporre, con orgoglio, un progetto pilota altamente innovativo che si muove in un'ottica ambiziosa ma raggiungibile: "migliorare la qualità della vita dei nostri utenti offrendo loro la possibilità di scegliere e trascorrere la quotidianità nel colore e nel calore di luoghi belli e curati".

Con questa finalità, è stata avviata la realizzazione di "Motivi blu", progetto sartoriale, attualmente attivo presso una delle nostre struttura e presto operativo in una vera e proprio sartoria di Torino. Per la partecipazione al progetto sono state attivate borse lavoro e percorsi formativi aperti anche al privato.

La mediazione dell'educatore, dello psicologo ed un percorso formativo facilitato, così come l'elasticità delle regole, sono gli aspetti che rendono "protetto" il contesto lavorativo.



SARTORIA LA FORMA DEL COLORE - TESSILE
2012/2013
I pazienti della Blu Acqua



Metodo di lavoro:

L'elaborazione dei laboratori prevede una prima fase di supporto e osservazione per i pazienti che non hanno mai svolto attività di lavoro significative, e una successiva verifica, con feedback sull'avvenuto.

È inoltre prevista una fase di inserimento in una occupazione protetta che prevede:

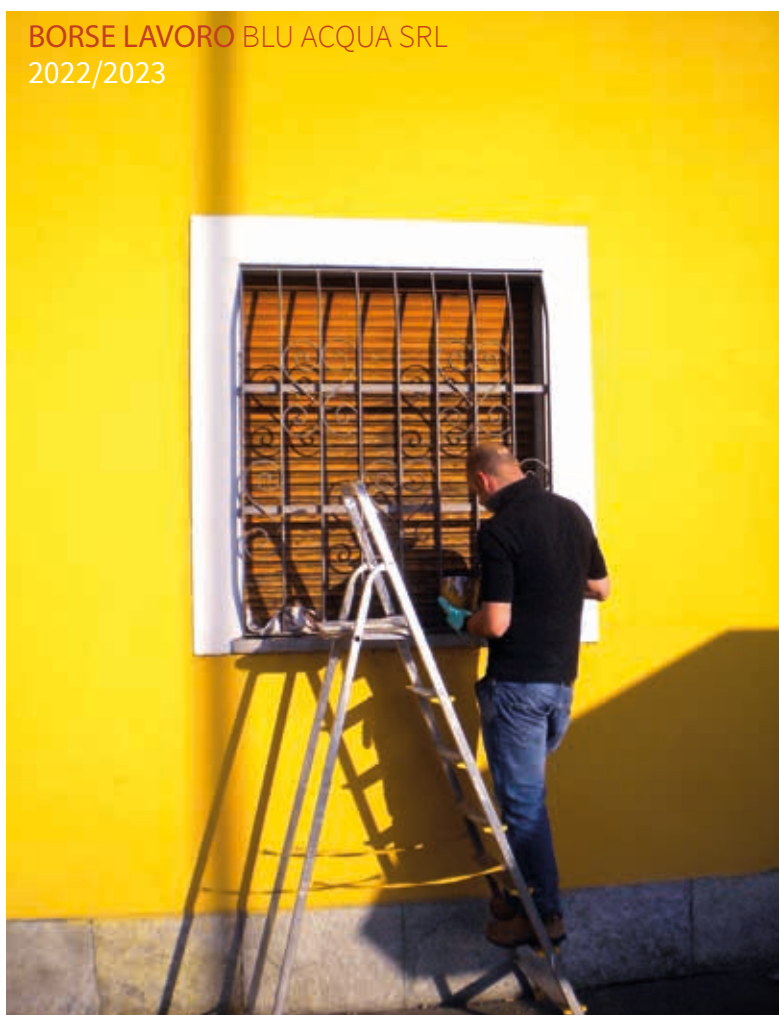
- a) un periodo di formazione con consulenti professionisti;*
- b) la valutazione delle reali capacità e della motivazione e analisi degli sviluppi possibili;*
- c) l'attivazione di laboratori professionali che lavorino in rete con aziende o negozi del settore, sensibili ai progetti sociali.*

Questa fase è quella su cui investiamo maggiormente, considerandola una sorta di “addestramento” volto all'applicazione della normativa n° 68/99 (che risponde alla necessità di creare maggiori e innovative opportunità di collocamento professionale qualificato e di promuovere l'inserimento e l'integrazione socio lavorativa per persone con disabilità certificata nel mondo del lavoro attraverso servizi di mediazione e collocamento mirato) , sulla base di un consolidato training lavorativo "individualizzato" e di una stabilizzazione sintomatologica dei pazienti/clienti con invalidità riconosciuta.

Successivamente si propone un fase di “riadattamento”, di particolare importanza e che ha come obiettivo la normalizzazione del percorso avviato e il conseguimento dell'identità di lavoratore nel perseguimento del mandato produttivo. Questa è spesso di difficile realizzazione e problematica rispetto all'attuale contesto lavorativo.



BORSE LAVORO BLU ACQUA SRL
2022/2023











Report 2022/2023

Nel corso degli ultimi due anni sono state attivate 5 borse lavoro/stage formativi presso realtà esterne con cui collaboriamo o all'interno delle nostre stesse strutture:

- **1 borsa lavoro** presso Galliano Habitat per social housing
- **1 stage formativo** presso Villa San Michele di un utente inserito in Garr
- **1 borsa lavoro** presso coop. Terra Mia di un utente di Garr
- **1 borsa lavoro** presso sartoria Galliano Habitat per social Housing (attualmente conclusa, ma rinnovabile in altra sede a partire da settembre)
- **1 borsa lavoro** presso sartoria Galliano Habitat di una utente di Garr
La società ha assunto come manutentori, dopo periodi di borsa lavoro, due ex utenti che hanno concluso un percorso riabilitativo e formativo. Inoltre è in periodo di prova (per tre mesi) una persona che ha concluso borsa lavoro a Dusino e un utente di coop. Terra Mia sta facendo un affiancamento formativo di due mesi.
- **1 borsa lavoro** presso la società attivata dalla Compagnia di San Paolo per una durata di 6 mesi.



BLU ACQUA SRL