



Unità Operativa di  
Psichiatria n. 23

*Percorsi 2017*



Dipartimento  
di Salute Mentale

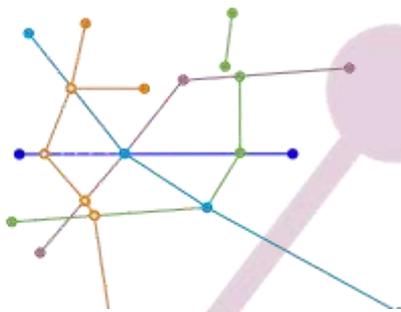
Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Spedali Civili





## Una mappa per muoversi fra i servizi

Ogni anno proponiamo questo opuscolo a chi utilizza i Servizi della UOP n. 23, per facilitarne l'accesso, comprenderne il funzionamento e contribuire al loro miglioramento e sviluppo, con l'obiettivo di rispondere, il più efficacemente possibile, ai bisogni di cura delle persone che soffrono di disturbi mentali nel nostro territorio di riferimento.

La descrizione dei singoli servizi si affianca alle proposte riabilitative che abbiamo costruito insieme ai nostri utenti e ai loro familiari: fra queste sono presentati i corsi dell'Esperienza FOR (Formazione ed Opportunità per la Recovery) che può consentire ad utenti, familiari, operatori e persone interessate residenti nel territorio della UOP 23 di approfondire e sperimentare concretamente due approcci che si stanno affermando in molti servizi di salute mentale: la recovery e la coproduzione.

La recovery è un insieme di principi ricavati dalle storie di malattia e di guarigione di persone che hanno vissuto e vivono con un disturbo mentale. Molte ricerche sostengono che conoscere ciò che facilita e ciò che ostacola i percorsi di recovery sia utile agli operatori ed anche agli utenti dei servizi di salute mentale per costruire insieme percorsi di cura e ripresa personale e buone pratiche.

Siamo sempre più convinti che partecipare attivamente alla progettazione e alla verifica dei propri piani di trattamento favorisca più facilmente il raggiungimento di obiettivi condivisi e che la presenza ed il contributo che gli utenti possono dare alla vita dei servizi sia un criterio di qualità importante da perseguire.

In questo senso la coproduzione, il lavorare e pensare insieme, richiede agli operatori e agli utenti l'andare oltre prassi tradizionali e spinge tutti a immaginare servizi più aperti, più vicini alle persone e ai loro contesti di vita, pronti a favorire l'incontro fra i saperi professionali e le esperienze vissute in prima persona.

# Indice

Il **Centro Psico Sociale** è il presidio territoriale di riferimento per tutti gli utenti della Unità Operativa e vi si accedete tramite invio del Medico di Medicina Generale o anche liberamente ed è la sede in cui vengono definiti i percorsi di cura attraverso interventi multidisciplinari sia sanitari che sociali.

**CPS**  
**Pag. 6**

Il **Centro Diurno di Abilitazione Psichiatrica** è una struttura che offre attività di gruppo per l'acquisizione, il mantenimento o il recupero di abilità sociali, relazionali, emotive e orientate all'inclusione sociale. E' aperto dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 16.00 e si può accedere tramite il CPS.

**Centro  
Diurno**  
**Pag. 8**

La **Struttura Residenziale Psichiatrica per trattamenti riabilitativi a carattere intensivo** offre interventi di cura, riabilitazione e risocializzazione in una prospettiva orientata alla recovery basandosi sulla coproduzione degli interventi individualizzati. Inoltre offre interventi dedicati ai familiari al fine di intervenire sulla rete sociale. Accoglie anche pazienti in regime di post-acuzie. I pazienti possono accedere tramite il CPS.

**SRP1  
(CRA)**  
**Pag. 9**

La **Struttura Residenziale Psichiatrica per trattamenti riabilitativi a carattere estensivo (SRP2)** e la **Struttura Residenziale Psichiatrica per interventi sociorabilitativi (SRP3)** sono strutture che garantiscono l'assistenza socio-sanitaria, promuovono interventi educativi e riabilitativi attraverso la condivisione con il paziente di progetti di lungo e medio periodo. Si accede al servizio tramite il CPS.

**SRP2-3  
(CPA - CPM)**  
**Pag. 9**

In collaborazione con la cooperativa LiberaMente sono gestiti programmi di **Residenzialità Leggera** come risposta flessibile alle esigenze abitative di utenti clinicamente stabilizzati a supporto del loro percorso riabilitativo. Si può accedere tramite CPS.

**Residenzialità  
Leggera**  
**Pag. 10**

**SPDC**

**Pag. 10**

È il **Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura** si trova presso l'ospedale di Montichiari ed è un reparto di degenza.

Si rivolge alle persone che sono in una fase acuta della malattia e si può accedere tramite il Pronto Soccorso o in accordo con il medico del CPS.

**Esperienza  
FOR**

**Pag. 11**

L'esperienza FOR è una proposta annuale per offrire conoscenze, competenze e strategie a persone impegnate in un percorso personale di recovery. Il programma di ogni corso è pensato e gestito da operatori e utenti. Tutti i corsi sono aperti ad utenti, familiari e persone interessate agli argomenti proposti.

**Coproduzione**

**Pag. 18**

La **partecipazione** di utenti e familiari nei Servizi per la salute mentale può assumere vari gradi di coinvolgimento e partecipazione fino ad arrivare a coprodurre, cioè a pensare e attuare insieme (operatori, utenti e familiari) le attività e i percorsi di cura.

**Perché ci  
vuole una città**

**Pag. 20**

Promuovere salute mentale non è possibile se non in relazione a un territorio e alle persone che lo abitano: la piena cittadinanza, unitamente all'inclusione sociale, sono ingredienti attivi per la recovery individuale.

**Progetti**

**Pag. 22**

Ogni organizzazione che vive attraverso il rapporto con chi la usa e con chi ci lavora ha fra i propri obiettivi il miglioramento dei propri servizi. Per questo sono importanti spazi di ricerca e sperimentazione di nuove idee che una volta valutati possono contribuire a rendere i servizi più efficaci, più responsivi ai bisogni degli utenti.

**Recapiti**

**Pag. 24**

I recapiti dei Servi della Unità Operativa di Psichiatria n. 23.

Il Centro Psico Sociale è il presidio territoriale di riferimento per tutti gli utenti della Unità Operativa e vi si accedete tramite invio del Medico di Medicina Generale o anche liberamente ed è la sede in cui vengono definiti i percorsi di cura attraverso interventi multidisciplinari sia sanitari che sociali.

### *Attività di gruppo del CPS*

#### *Biblioteca (Montichiari)*

L'esperienza che coinvolge un numero massimo di cinque persone ha lo scopo di favorire lo sviluppo delle relazioni interpersonali e l'espressione delle abilità cognitive ed emotive in un contesto di gruppo protetto collocato nella realtà della propria Comunità di appartenenza. I compiti svolti sono quelli di riordino e ricerca dei prestiti negli scaffali, ricollocazione secondo classificazioni specifiche del patrimonio presente, registro inventariale, rietichettatura di intere sezioni e ingressatura di libri nuovi.

#### *Calcio (Montichiari)*

L'attività di calcio ha un obiettivo risocializzante (è con particolare attenzione alla qualità della relazione) ha anche lo scopo di migliorare la qualità della vita delle persone sia attraverso il miglioramento della salute fisica che la riduzione dei limiti che il disagio psichico comporta dal punto di vista soggettivo e sociale. Attraverso il gioco di squadra la persona è portata a riconoscere i propri punti di forza e i limiti che una volta manifestati e condivisi con gli altri permettono raggiungere risultati significativi non solo nello sport ma anche negli altri ambiti di vita della persona. Gli allenamenti svolti regolarmente portano inoltre ad organizzare incontri con altre realtà sportive presenti sul territorio per favorire l'inclusione sociale, anche partecipando come spettatori a partite del campionato di squadre locali o nazionali.

#### *Arteterapia (Montichiari)*

L'attività di arteterapia possiede numerose caratteristiche che la rendono importante come servizio alla persona, "luogo protetto" dove il paziente può verbalizzare i propri vissuti utilizzando un canale non verbale recuperando così informazioni, dettagli, frammenti di vissuti utili alla "ricostruzione" del proprio sé che risulta spesso frammentato e disorganizzato.

L'intervento viene progettato su ogni singola persona favorendo la stima di sé, la socializzazione, visto che l'atelier è di gruppo, il mantenimento delle abilità di base e di autonomie specifiche e generali. Si lavora sulla ristrutturazione e/o sviluppo di competenze perse o mai apprese recuperando un ruolo sociale e familiare.

#### *Progetto Orto Sociale (Montichiari)*

Il progetto in fase di sperimentazione è nato dalla partecipazione del CPS al bando del Comune di Montichiari per la gestione di un orto sociale. Il CPS coinvolge un gruppo di persone in carico al Servizio con lo scopo di stimolare le competenze e capacità individuali così da responsabilizzare il singolo nell'assunzione e mantenimento di un impegno dove l'interesse e le risorse personali possono essere messe in gioco.

#### *KeepYourMindRunning (Brescia)*

**"Una corsa, un percorso, una nuova occasione"** - Il progetto, promosso dall'Associazione Laura Saiani Consolati ([www.psichiatriabrescia.it](http://www.psichiatriabrescia.it)), promuove attraverso la corsa esperienze di benessere personale e consapevolezza rispetto ai temi della salute mentale. Nel 2015 e 2016 un gruppo di utenti del Servizio si è allenato e ha partecipato a diverse manifestazioni podistiche fra le quali la mezza maratona di Verona e la maratona di Firenze. Con le stesse finalità l'iniziativa viene riproposta anche nel 2017.

## *Socializzazione in Ambiente Reale (SAR)*

Avere opportunità di studio, di lavoro, di svolgere attività di volontariato è importante per ogni persona in relazione ai diversi momenti della propria vita. Favorire l'avvicinamento ad attività che siano o no retribuite può rispondere anche ad obiettivi individuati tramite la costruzione dei piani di trattamento individualizzati. L'UOP, oltre a collaborare con gli enti che hanno un mandato istituzionale specifico per l'inserimento ed il supporto lavorativo, può promuovere direttamente dei tirocini risocializzanti denominati **SAR** (socializzazione in ambiente reale) che in genere hanno la finalità di sperimentarsi in ambienti lavorativi di vario genere svolgendo mansioni e aderendo a regole ed impegni concordati fra utente, operatore di riferimento e azienda ospitante.

I SAR possono essere un passaggio verso un inserimento lavorativo vero e proprio oppure rispondere a bisogni di socializzazione anche per periodi medio-lunghi.

La UOP 23 ha alcuni operatori sociali che fanno da riferimento per questa tipologia di intervento che può avvalersi di collaborazioni e consulenze esterne.

## *GRUPPI DI PSICOEDUCAZIONE SUL DISTURBO BIPOLARE*

La psicoeducazione è una tecnica psico-sociale che supporta i processi di comprensione, consapevolezza dei disturbi mentali. L'intervento, articolato in 8 incontri, è condotto secondo un approccio di gruppo (secondo il metodo Erfurth) ed è rivolto a utenti e famigliari, secondo un calendario annuale.

I suoi obiettivi principali sono:

- fornire informazioni sulle cause e le manifestazioni cliniche del disturbo bipolare;
- fornire informazioni sulle modalità di trattamento;
- favorire strategie per prevenire o contenere le ricadute;
- favorire la partecipazione attiva (del paziente e dei familiari) al processo di cura.

I corsi di psicoeducazione attivati dall'UOP 23, sia presso il CPS di via Romiglia, sia presso il CPS di Montichiari, sono rivolti separatamente ai pazienti con disturbo bipolare ed ai loro familiari. Si svolgono in piccoli gruppi (max 15 persone circa) e sono strutturati in 8 incontri, a cadenza settimanale.

Ad integrazione dei corsi di psicoeducazione è presente inoltre uno SPORTELLO DI INFORMAZIONE E SUPPORTO SULLA PSICOEDUCAZIONE per utenti e familiari, che è un riferimento stabile sia per chi desidera avvicinarsi a questi gruppi, sia per chi vi ha già preso parte. L'accesso allo sportello è libero: non è necessario richiedere un appuntamento, ma è sufficiente presentarsi nei giorni e negli orari di apertura stabiliti da calendario.

Per informazioni, rivolgersi agli operatori del CPS.

# CENTRO DIURNO DI ABILITAZIONE PSICHIATRICA

**CDAP**

Via Romiglia, 1

Il Centro Diurno è una struttura che offre attività di gruppo al fine di acquisire o recuperare abilità sociali, relazionali, emotive e lavorative e promuovere il benessere personale.

Le 5 vie del benessere (cfr. Five Ways to Wellbeing - [www.neweconomics.org](http://www.neweconomics.org)) indicano aspetti importanti che orientano le attività proposte.

## Le attività proposte dal CDAP

**Attività corporee**  
per promuovere un corretto stile di vita e il benessere personale:

Ballo  
Camminata  
Ginnastica  
Karate  
Piscina  
T'hai chi ch'uan

**Attività espressive e creative**  
per promuovere l'espressione personale attraverso linguaggi diversi:

Manualità  
Musica  
Pittura  
Teatro

**Attività sulle abilità di base**  
per promuovere l'acquisizione di abilità utili nella vita:

Computer  
Cucina

**Attività di socializzazione**  
per promuovere la relazione e il confronto fra le persone:

Cinema  
Lettura  
Redazione

*Per l'accesso alle attività del Centro Diurno è previsto il coinvolgimento dell'operatore del CPS (medico e/o case manager) con il quale si concorda l'opportunità di un percorso riabilitativo presso il CDAP. Eventuali informazioni possono essere richieste direttamente agli operatori del Centro Diurno o ad altri utenti che già frequentano il centro.*

*Il CDAP è aperto dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 16.00*



# SRP CRA e CP

## Strutture Residenziali Psichiatriche

### SRP1 (CRA) - Via Romiglia, 1

**La Struttura Residenziale Psichiatrica per trattamenti riabilitativi a carattere intensivo** offre interventi di cura, riabilitazione e risocializzazione in una prospettiva orientata alla recovery basandosi sulla coproduzione degli interventi individualizzati. Inoltre offre interventi dedicati ai familiari al fine di intervenire sulla rete sociale. Accoglie anche pazienti in regime di post-acuzie. I pazienti possono accedere tramite il CPS.

#### Riabilitazione Cognitiva

Per il recupero e lo sviluppo di abilità cognitive.

#### Attività riabilitative psicosociali

Attività individuali e di gruppo di tipo espressivo, socializzazione, supporto alle abilità.

#### Stili di vita e benessere

Attività di tipo fisico, percorsi di psicoeducazione finalizzati al benessere personale

#### Attività per i famigliari

Attività e incontri individuali e di gruppo finalizzati al supporto e alla condivisione del percorso clinico.

#### Gruppi e laboratori

Cantiere delle idee  
Cassetta attrezzi rec  
Consiglio comunità  
Equipe allargata  
Gruppo 3r  
Gruppo fareinsieme  
Gruppo uscite  
Laboratorio comunità  
Laboratorio creatività  
Laboratorio foto  
Laboratorio spazi utenti

### SRP2 (CPA) e SRP3 (CPM)

**La Struttura Residenziale Psichiatrica per trattamenti riabilitativi a carattere estensivo (SRP2) e la Struttura Residenziale Psichiatrica per interventi socioriabilitativi (SRP3)** sono strutture che garantiscono l'assistenza socio-sanitaria, promuovono interventi educativi e riabilitativi attraverso la condivisione con il paziente di progetti di lungo e medio periodo. Si accede al servizio tramite il CPS.

#### SRP2 - CPA (Comunità protetta alta protezione)

Via Bissolati 4 Brescia

Eroga interventi sulle 24 ore, di media intensità riabilitativa di tipo socio sanitario, educativo e riabilitativo per persone con gravi disabilità, in assenza o carenza della rete familiare, sociale e assistenziale.

#### SRP2 - CPM Appartamenti (media protezione)

Via Bissolati, 4 e Via Robusti, 24 Brescia

L'azione è di tipo educativo e riabilitativo nell'area delle abilità necessarie allo svolgimento della vita quotidiana, reinserimento sociale e lavorativo, favorisce la costruzione della rete integrata di supporti necessari al rientro stabile nel tessuto sociale e lavorativo oppure familiare.

#### Gruppi e laboratori

##### Aperti agli utenti della UOP 23

Biodanza  
Giannastica  
Life Coching  
Arteterapia

##### Aperti agli ospiti della CP

Gestione dei farmaci  
Pianificazione della giornata  
Percorso appartamenti  
Diritti di cittadinanza

#### SRP3 - CPB Appartamenti (bassa assistenza di fascia B)

Via Michelangelo Brescia

Questa struttura ha gli stessi obiettivi della SRP2, ma costituisce una posizione avanzata ed emancipativa della persona che sperimenta un alto livello di autonomia e responsabilità.

# RESIDENZIALITÀ LEGGERA

**RL**

Brescia  
Vighizzolo

Il progetto si pone l'obiettivo di fornire, attraverso una soluzione abitativa caratterizzata da una rete di cura e protezione gestita da una équipe multidisciplinare, risposte concrete ai bisogni che il disagio mentale pone in termini di continuità nei percorsi terapeutici/riabilitativi. Il progetto è attuato con la collaborazione e un forte lavoro di concertazione tra la UOP n. 23 e la Cooperativa Sociale LiberaMente di Mazzano, i Comuni e i servizi sociali dei Comuni di residenza.

I Progetti Individuali:

- ◆ favoriscono il mantenimento di un buon grado di autonomia nella gestione della quotidianità, nella cura della propria persona e nella gestione del denaro.
- ◆ stimolano la partecipazione alla vita della comunità locale e all'utilizzo dei servizi di pubblica utilità.
- ◆ favoriscono rapporti di buon vicinato, le relazioni famigliari e/o amicali.
- ◆ supportano per aumentare la stima e l'accettazione di sé;

L'inserimento degli utenti in un programma di Residenzialità Leggera è programmato e proposto dal CPS.

# SERVIZIO PSICHIATRICO DI DIAGNOSI E CURA

**SPDC**

Montichiari

È il **Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura** si trova presso l'ospedale di Montichiari ed è un reparto di degenza.

Si rivolge alle persone che sono in una fase acuta della malattia e si può accedere tramite il Pronto Soccorso o su invio del medico del CPS.

## *Sportello informativo*

Si tratta di uno sportello informativo co-gestito da operatori del reparto (SPDC), operatori del territorio (CPS), da famigliari ed utenti esperti.

L'obiettivo è quello di favorire dei processi condivisi di informazione/ riflessione sulla crisi, sui percorsi e servizi di sostegno alla persona (con particolare riferimento alla UOP23).

**Lo sportello è attivo tutti i martedì dalle 13 alle 14**

## *La Terapia Elettroconvulsivante (TEC)*

La TEC è una tecnica che tutte le linee guida internazionali indicano utile per i disturbi dell'umore farmaco-resistenti ed in situazioni cliniche particolarmente gravi nelle quali è richiesta rapidità di intervento in presenza di una impossibilità ad utilizzare farmaci. Il programma TEC dal 2014 è accreditato presso lo *Scottish ECT Accreditation Network* (SEAN) e vi accedono circa 70 pazienti all'anno che provengono da tutte le regioni italiane.

Nel 2015 è nata l'**Associazione ETICA** (all'interno dell'Alleanza per la Salute Mentale di Brescia), composta da utenti, operatori e famigliari con l'obiettivo di far conoscere la Terapia ElettroConvulsivante (TEC) e le altre possibilità terapeutiche.

Per informazioni: <https://eticaautentibrescia.wordpress.com>  
[eticaautenti@gmail.com](mailto:eticaautenti@gmail.com)

# ESPERIENZA FOR

*Formazione e opportunità per la recovery*



	Numero corso e titolo	Data primo incontro 1ª edizione	Data primo incontro 2ª edizione		
<i>Recovery</i>	1 Guarire si può!	29 Marzo	20 Settembre	ECM	
	2 Change!!! Fotografare e narrare il cambiamento	3 Aprile			
	3 La recovery e i farmaci	3 Maggio	24 Ottobre	ECM	
	4 Lo sguardo interiore	11 Maggio			
	5 Stima e autostima	17 Maggio			
	6 Strumenti per il percorso di recovery	12 Giugno			
	7 Coproduzione e supporto fra pari	14 Giugno	8 Novembre	ECM	
<i>Sintomi e trattamenti</i>	8 Quando la preoccupazione gira nella testa (ed. primavera)	27 Marzo	23 Maggio		
	8 Quando la preoccupazione gira nella testa (ed. autunno)	18 Settembre	25 Ottobre		
	9a Per-Corsi di salute mentale: I servizi	29 Marzo	21 Settembre		
	9b Per-Corsi di salute mentale: I principali disturbi mentali	5 Aprile	28 Settembre		
	9c Per-Corsi di salute mentale: I trattamenti	3 Maggio	26 Ottobre		
	9d Per-Corsi di salute mentale: Il vissuto dei famigliari	10 Maggio	2 Novembre		
	10 Cos'è la Terapia Elettroconvulsivante	4 Aprile	27 Novembre		
	11 C'è ansia e ansia	12 Aprile	6 Dicembre		
	12 I disturbi dell'umore	3 Maggio			
	13 I sintomi psicotici	20 Settembre			
	<i>Benessere personale e sociale</i>	14 Alimentare il Benessere	2 Marzo	5 Ottobre	
		15 Comunicazione e ascolto	12 Giugno	23 Ottobre	ECM
		16 Le mie emozioni	13 Giugno		
17 Essere donna è...		25 Settembre			
18 Cittadini attivi: diritti e doveri per scelte responsabili		11 Ottobre			
19 Alla conquista della felicità		8 Novembre			
20 Strategie per vivere meglio		14 Novembre			
<i>Creatività</i>		21 Presentazione percorso Kaos	27 Marzo		
	21a Kaos: La vita in scena	3 Aprile			
	21b Kaos: Kobayashi	22 Maggio			
	21c Kaos: Non solo musica	26 Giugno			
	21d Kaos: Dar arte al cambiamento	18 Settembre			
	21e Kaos: Gioca a dar forma all'ombra che c'è in te	23 Ottobre			
	22 Aria, acqua, terra, fuoco, bellezza, spirito. Scrivere l'umano	11 Settembre			

# Essere studenti del proprio benessere

Di seguito sono riportati i corsi dell'Esperienza FOR che, prendendo spunto dall'esperienza dei Recovery College inglesi, offrono una serie di proposte formative preparate e condotte da operatori, utenti e famigliari. I corsi si rivolgono ad operatori, utenti, famigliari cittadini del territorio della UOP n. 23. Ulteriori informazioni sui corsi (contenuti dettagliati, modalità di svolgimento, nome dei facilitatori, recapiti per informazioni, ecc.) saranno disponibili un mese prima dell'inizio del singolo corso sul sito internet [www.programmafor.it](http://www.programmafor.it) e presso la Segreteria FOR.

## 1 Guarire si può!

Un'introduzione al concetto di recovery quale percorso personale di cura e partecipazione attiva nei Servizi. I temi trattati saranno: che cosa significa recovery, gli strumenti per favorire i percorsi di cura, la partecipazione attiva degli utenti, la coproduzione e la qualità dei Servizi.

1<sup>a</sup>  
edizione

5 incontri  
Il mercoledì dalle 14.00 alle 16.00  
29 Marzo - 5, 12, 19, 26 Aprile

ECM

5 incontri  
Il mercoledì dalle 10.00 alle 12.00  
20, 27 Settembre - 4, 11, 18 Ottobre

2<sup>a</sup>  
edizione

## 2 Change!!! Fotografare e narrare il cambiamento...

Il percorso vuole far sperimentare il cambiamento attraverso diverse tecniche espressive (teatro, arte, scultura gestuale), alla ricerca di nuove modalità di narrare il proprio sé e le proprie esperienze. Il percorso sarà fotografato e narrato in tempo reale da una fotografa professionista e una blogger.

8 incontri  
Il lunedì dalle 14.00 alle 16.00  
3, 10, 24 Aprile - 8, 15, 22, 29 Maggio  
5 Giugno

## 3 La recovery e i farmaci

Impariamo a conoscere i farmaci più utilizzati, come funzionano, come assumerli, riconoscerne gli effetti collaterali. E come la terapia farmacologica si integra nei percorsi di recovery personale.

1<sup>a</sup>  
edizione

2 incontri  
Il mercoledì dalle 14.00 alle 16.00  
3, 10 Maggio

ECM

2 incontri  
Il martedì dalle 14.00 alle 16.00  
24, 31 Ottobre

2<sup>a</sup>  
edizione

## 4 Lo sguardo interiore

Percorso di riflessione e dialogo per ascoltare la nostra dimensione spirituale, parte integrante della persona (al di là di ogni appartenenza religiosa) e possibile strumento di guarigione personale.

6 incontri  
Il giovedì dalle 14.30 alle 16.30  
11 Maggio - 1 Giugno - 14 Settembre  
5 Ottobre - 9 Novembre - 7 Dicembre

## 5 Stima e autostima

Il corso si pone l'obiettivo di rinforzare i concetti di stima e autostima attraverso riflessioni teoriche ed esperienze pratiche.

**4 incontri**  
Il mercoledì dalle 14.00 alle 16.00

17, 24, 31 Maggio - 7 Giugno

## 6 Strumenti per il percorso di recovery

Per un percorso individuale di recovery è importante individuare degli obiettivi di cambiamento che sono esplicitati in strumenti come il PTI o il PTR.

**3 incontri**  
Il lunedì dalle 16.00 alle 18.00

12, 19, 26 Giugno

## 7 Coproduzione e supporto fra pari

Obiettivo del corso è approfondire gli strumenti per la coproduzione delle attività nei servizi da parte di utenti e famigliari. Verrà inoltre analizzato il significato di supporto tra pari, inteso come la possibilità di utenti e famigliari di mettere a disposizione il proprio sapere esperienziale a favore di altri.

1<sup>a</sup>  
edizione

**4 incontri**  
Il mercoledì dalle 14.00 alle 16.00  
14, 21, 28 Giugno - 5 Luglio

**4 incontri**  
Il mercoledì dalle 10.00 alle 12.00  
8, 15, 22, 29 Novembre

ECM

2<sup>a</sup>  
edizione

## 8 Quando la preoccupazione gira nella testa

Capita a tutti di avere delle preoccupazioni, apprensione per qualcosa, rimuginare sulle cose, ma quando il rimuginio diventa problematico? Il corso cerca delle risposte a questa domanda e cerca di fornire qualche strategia per l'occorrenza

**1 incontro** in una delle seguenti date:

Lunedì 27 Marzo dalle 10.00 alle 12.00  
Martedì 23 Maggio dalle 14.30 alle 16.30  
Lunedì 18 Settembre dalle 10.00 alle 12.00  
Mercoledì 25 ottobre dalle 10.00 alle 12.00

## 9 Percorsi di salute mentale

Il corso è rivolto ad utenti, famigliari e a chiunque sia interessato ad ottenere informazioni e a condividere riflessioni sui principali aspetti correlati alla salute mentale.

**Articolato in 4 moduli**  
**per un totale di 10 incontri**  
**Dalle 18.30 alle 20.00**

*È possibile l'iscrizione al singolo modulo*

1<sup>a</sup> Edizione - il mercoledì

2<sup>a</sup> Edizione - il giovedì

9/a <i>I servizi dedicati alla salute mentale</i>	29 Marzo	21 Settembre
9/b <i>I principali disturbi mentali</i>	5, 12, 19, 26 Aprile	28 Settembre - 5, 12, 19 Ottobre
9/c <i>I trattamenti</i>	3 Maggio	26 Ottobre
9/d <i>Il vissuto dei famigliari</i>	10, 17, 24, 31 Maggio	2, 9, 16, 23 Novembre

## 10 Cos'è la TEC

La Terapia ElettroConvulsivante (TEC) è una tecnica riconosciuta dalle linee guida internazionali, indicata per il trattamento dei disturbi dell'umore farmacoresistenti ed in situazioni cliniche particolarmente gravi. È importante conoscerla e superare eventuali pregiudizi.

1<sup>a</sup>  
edizione

1 incontro  
martedì dalle 16.00 alle 18.00  
4 Aprile

1 incontro  
lunedì dalle 14.00 alle 16.00  
27 Novembre

2<sup>a</sup>  
edizione

## 11 C'è ansia e ansia

Il corso si rivolge a utenti che hanno provato l'esperienza dell'ansia e si propone di condividere informazioni e conoscenze sulla sintomatologia e le strategie di fronteggiamento.

1<sup>a</sup>  
edizione

3 incontri  
Il mercoledì dalle 10.00 alle 12.00  
12, 19, 26 Aprile

3 incontri  
Il mercoledì dalle 10.00 alle 12.00  
6, 13, 20 Dicembre

2<sup>a</sup>  
edizione

## 12 I disturbi dell'umore

Il corso si rivolge ad utenti che hanno provato l'esperienza di un disturbo dell'umore (depressione e/o altalenanza dell'umore come nei disturbi bipolari) e si propone di condividere informazioni e conoscenze sulla sintomatologia e le strategie di fronteggiamento.

8 incontri  
Il mercoledì dalle 10.00 alle 12.00  
3, 10, 17, 24, 31 Maggio - 7, 14, 21 Giugno

## 13 I sintomi psicotici

Il corso si rivolge a utenti che hanno sperimentato l'esperienza dei sintomi psicotici e si propone di condividere informazioni e conoscenze sui disturbi, la sintomatologia e le strategie di fronteggiamento.

4 incontri  
Il mercoledì dalle 14.00 alle 16.00  
20, 27 Settembre - 4, 11 Ottobre

## 14 Alimentare il benessere

Il benessere delle persone passa anche attraverso scelte di vita sane, fra queste l'alimentazione e l'esercizio fisico rivestono un aspetto importante.

Il corso permette di sperimentarsi nella preparazione dei pasti e nell'attività fisica.

*Il corso sarà svolto presso la Casa degli Alpini di San Zeno Naviglio.*

7 incontri  
Il giovedì dalle 10.00 alle 14.00

1<sup>a</sup>  
edizione

2, 9, 16, 23, 30 Marzo  
20, 27 Aprile

5, 12, 19, 26 Ottobre  
9, 16, 23 Novembre

2<sup>a</sup>  
edizione

## 15 Comunicazione e ascolto

Chiunque coinvolto in una relazione d'aiuto necessita di competenze centrate sulla comunicazione di qualità. Diventa così fondamentale saper comunicare in modo assertivo sia per costruire relazioni d'aiuto efficaci che per il proprio benessere.

1<sup>a</sup>  
edizione

4 incontri  
Il lunedì dalle 14.00 alle 16.00  
12, 19, 26 Giugno - 3 Luglio

4 incontri  
Il lunedì dalle 10.00 alle 12.00  
23, 30 Ottobre - 6, 13 Novembre

2<sup>a</sup>  
edizione

## 16 Le mie emozioni

Il corso propone un breve percorso formativo-esperienziale e di condivisione per il riconoscimento ed il fronteggiamento di 4 emozioni di base: gioia, tristezza, paura e rabbia.

5 incontri  
Il martedì dalle 14.30 alle 16.30  
13, 20, 27 Giugno - 4, 11 Luglio

## 17 Essere donna è...

Uno spazio dedicato al mondo femminile. Attraverso immagini di quadri raffiguranti donne si daranno spunti di riflessione per riscoprire aspetti tipici della femminilità quali : creatività, intuizione, ricettività, accoglienza, sensibilità, empatia, comprensione, amore e bellezza.

4 incontri  
Il Lunedì dalle 10.00 alle 12.00  
25 Settembre - 2, 9, 16 Ottobre

## 18 Cittadini attivi: diritti e doveri per scelte responsabili

Il corso fornisce informazioni di base sui diritti e doveri della convivenza civile. Promuove scelte consapevoli e responsabili per stimolare l'identità di cittadino e l'autonomia individuale. Gli incontri verranno condotti col metodo dell'apprendimento cooperativo.

9 incontri  
Il mercoledì dalle 16.15 alle 18.15  
11, 18, 25 Ottobre - 8, 15, 22, 29 Novembre  
6, 13 Dicembre

## 19 Alla conquista della felicità

Il corso è un *viaggio* finalizzato a favorire l'esplorazione degli aspetti relativi alla felicità per riconoscere la propria gioia interiore.

4 incontri  
Il mercoledì dalle 14.00 alle 16.00  
8, 15, 22, 29 Novembre

## 20 Strategie per vivere meglio

Il corso propone l'acquisizione di alcune tecniche e strategie molto pratiche che permettono il controllo delle emozioni sgradite e il cambiamento degli stati d'animo non desiderati. Verranno proposte e sperimentate diverse tecniche perché poi ognuno possa scegliere quelle più adatte a sé.

6 incontri  
Il martedì dalle 15.00 alle 17.00  
14, 21, 28 Novembre  
5, 12, 19 Dicembre

## 21 Kaos

Sviluppare creatività e capacità di affrontare le situazioni in modo alternativo sperimentando diverse modalità.

**Articolato in 5 moduli**

**Incontro di presentazione:  
Lunedì 27 marzo ore 14.00**

### **21/a - La vita in scena**

Mettere in gioco i corpi, le voci e l'immaginazione utilizzando tecniche teatrali.

**5 incontri**

**Il lunedì dalle 10.00 alle 12.00  
3, 10, 24 Aprile - 8, 15 Maggio**

### **21/b - Kobayashi**

Un laboratorio per imparare a scovare e riconoscere le storie nascoste in ogni cosa.

**5 incontri**

**Il lunedì dalle 10.00 alle 12.00  
22, 29 Maggio - 5, 12, 19 Giugno**

### **21/c - Non solo musica**

Un viaggio nel mondo dei suoni e degli strumenti musicali.

**4 incontri**

**Il lunedì dalle 10.00 alle 12.00  
26, Giugno - 3, 10, 17 Luglio**

### **21/d - Dar arte al cambiamento**

Sperimentare il cambiamento nella "trasformazione" di un oggetto familiare.

**5 incontri**

**Il lunedì dalle 14.00 alle 16.00  
18, 25 Settembre - 2, 9, 16 Ottobre**

### **21/e - Gioca a dar forma all'ombra che c'è in te**

Un gioco artigianale per cercare il proprio volto dietro alle maschere quotidiane.

**5 incontri**

**Il lunedì dalle 14.00 alle 16.00  
23, 30 Ottobre - 6, 13, 20 Novembre**

## 22 Aria, acqua, terra, fuoco, bellezza, spirito. Scrivere l'umano.

Laboratorio di scrittura per riflettere sulle esperienze di vita in una prospettiva di senso e significato. Condividere nel gruppo fatiche e sofferenze, ma anche coraggio e speranza di cambiamento nell'ascolto reciproci. Ogni incontro porterà stimoli della letteratura e delle arti (pittura, musica e cinema) per la scrittura personale e per co-costruire un libro collettivo.

**8 incontri (ogni 15 giorni)**

**Il lunedì dalle 17.00 alle 19.30**

**11, 25 Settembre - 9, 23 Ottobre**

**6, 20 Novembre - 4, 18 Dicembre**

## Corso per utenti esperti in supporto fra pari

L'esperienza personale della malattia può essere usata come strumento per favorire percorsi di recovery per altre persone. L'essere "esperti per esperienza" può diventare un'utile risorsa anche all'interno dei Servizi e, per fare questo in modo consapevole e appropriato, è necessario un percorso di formazione e approfondimento. La proposta è articolata su un percorso che prevede 3 incontri di informazione e orientamento e un "**piano di studio**" composto da alcuni corsi presenti nella proposta FOR (Guarire si può, Recovery e farmaci, I Servizi dedicati alla salute mentale) e altri incontri che affronteranno in modo specifico il ruolo dell'esperto in supporto fra pari (ESP) nella relazione con gli altri utenti e con gli operatori.

### **Incontri di informazione e orientamento:**

**9 maggio ore 10.00: Cos'è l'utente esperto in supporto fra pari (ESP)**

**23 maggio ore 10.00: La coproduzione e il ruolo degli ESP**

**6 giugno ore 10.00: Presentazione del corso che prenderà inizio nel mese di settembre**

## Sede dei corsi FOR

I corsi saranno svolti presso il **Centro Diurno di Via Romiglia, 1** a Brescia, le eccezioni sono già indicate per il singolo corso ed eventualmente comunicate al momento dell'iscrizione.

## Informazioni e iscrizioni

- ◆ **Segreteria FOR**
- ◆ **E-mail:** [info@programmafor.it](mailto:info@programmafor.it)
- ◆ **Sito internet:** [www.programmafor.it](http://www.programmafor.it)
- ◆ **Telefono:** 3382548132 (solo negli orari della segreteria)
- ◆ **Accoglienza di Via Romiglia**



[www.programmafor.it](http://www.programmafor.it)

La partecipazione ai corsi è gratuita e, per l'iscrizione, è necessario compilare l'apposita scheda reperibile presso la Segreteria o sul sito internet.

La **scheda di iscrizione** compilata dovrà essere consegnata alla Segreteria FOR almeno 10 giorni prima dell'inizio dei corsi, in una delle seguenti modalità:

- ◆ Presentandosi di persona presso la Segreteria FOR
- ◆ Inviando una copia via mail
- ◆ Iscrivendosi on-line collegandosi al sito [www.programmafor.it](http://www.programmafor.it)

**È possibile iscriversi ai corsi che si svolgono da Marzo a luglio dal 13 Febbraio al 16 giugno**

**È possibile iscriversi ai corsi che si svolgono da Settembre a Dicembre dal 19 giugno al 30 novembre**

**I corsi FOR, presentati nel presente opuscolo,  
sono rivolti ai cittadini  
del territorio della UOP n. 23 (come indicato a pagina 2)**

 Per i corsi che hanno l'indicazione "ECM" è stato chiesto l'accreditamento ECM/CPS per gli operatori della UOP n. 23. Al momento dell'iscrizione saranno fornite ulteriori indicazioni.

**Un mese prima dell'inizio del singolo corso sarà disponibile una scheda dettagliata  
dei contenuti e delle modalità di svolgimento  
che potrà essere richiesta presso la segreteria o scaricata dal sito internet**

### Segreteria FOR

**Da lunedì 13 febbraio**

**sarà attiva la Segreteria FOR presso l'atrio di ingresso di Via Romiglia  
sarà aggiornato il sito internet ([www.programmafor.it](http://www.programmafor.it)) e sarà possibile effettuare l'iscrizione on line**

**Orari della Segreteria**

**Lunedì e mercoledì dalle 9.00 alle 12.00 e dalle 14.00 alle 16.00**

Le e-mail inviate alla segreteria ([info@programmafor.it](mailto:info@programmafor.it)) saranno lette settimanalmente per comunicazioni urgenti rivolgersi ai referenti dei singoli corsi come indicato nelle Schede dettagliate

**È possibile iscriversi ad una news-letter per ricevere gli aggiornamenti dei corsi FOR  
dal sito [www.programmafor.it](http://www.programmafor.it) come indicato nella sezione "Newsletter UOP n. 23"**

# COPRODUZIONE E SUPPORTO FRA PARI

COPRO-  
DUZIONE

*La partecipazione di utenti e famigliari nei Servizi per la salute mentale può assumere vari gradi di coinvolgimento e partecipazione fino ad arrivare a coprodurre, cioè a pensare e attuare insieme (operatori, utenti e famigliari) le attività e i percorsi di cura. Le persone che usano i servizi contribuiscono, quindi, anche a produrli. Una coproduzione può essere attuata in due diversi ambiti:*

- *nella costruzione e attuazione del singolo percorso di cura e quindi nella redazione dei progetti individuali (PTI e PTR) con l'utilizzo di strumenti come la Mental Health Recovery Star™;*
- *nella progettazione e attuazione di proposte e attività dei Servizi con l'impegno diretto di utenti e famigliari a favore di altri utenti e altri famigliari con un ruolo che è quello del supporto fra pari.*

*Un ruolo importante è quindi quello dell'esperto in supporto tra pari (ESP) che è, o è stato, un utente nei servizi di salute mentale che trae, dalla propria esperienza di malattia, un punto di forza in grado di fornire una diversa prospettiva, a se stesso e ad altri pazienti, per affrontare il percorso terapeutico.*

## Gruppo utenti UOP 23 “Armonicamente”

Nel dicembre del 2015, per iniziativa di alcuni utenti attivi nei Servizi, si è costituito un “Gruppo utenti della UOP n. 23” come spazio aperto di incontro e confronto per diffondere i temi legati alla recovery e offrire uno strumento di rappresentanza che possa collaborare con i Servizi in un’ottica di coproduzione e responsabilizzazione degli utenti stessi.

Il gruppo si riunisce circa una volta al mese e la partecipazione è libera.

**Quanti sono interessati possono chiedere ulteriori informazioni e le date degli incontri presso l’Accoglienza di via Romiglia o consultare il sito [www.menteserena.it](http://www.menteserena.it)**

Il gruppo utenti è anche in collegamento con la **Rete Utenti della Salute Mentale della Lombardia (RUL)** nata a Como nel 2014 che si pone come interlocutore diretto con le istituzioni e i media promuovendo all’interno degli stessi la cultura della Recovery.

## L’Accoglienza di via Romiglia

L’Accoglienza è un gruppo, composto principalmente da utenti, che è nato nel 2013 con l’idea di offrire uno spazio di accoglienza all’ingresso dei Servizi di via Romiglia, gestito dagli utenti stessi.

L’obiettivo è quello di informare sulle opportunità offerte dai vari servizi sia interni che esterni e accogliere il disagio di coloro che si presentano nei servizi, in particolare la prima volta, offrendo un primo contatto amichevole e rassicurante.

Il gruppo Accoglienza collabora anche con le varie iniziative dell’Unità Operativa.

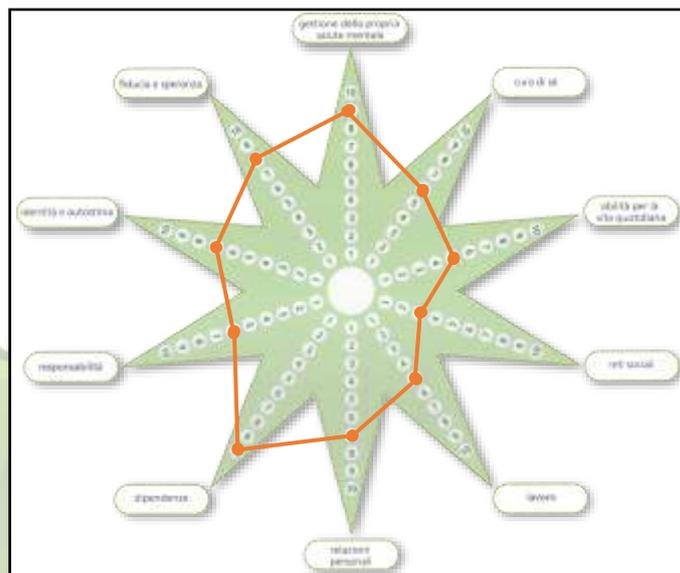
**L’Accoglienza è attiva dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 17 nell’atrio di ingresso dei Servizi di Via Romiglia a Brescia**

## La Mental Health Recovery Star™

La Mental Health Recovery Star™ è uno strumento elaborato nel 2011 da Triangle Consulting ([www.outcomesstar.org.uk](http://www.outcomesstar.org.uk)) e tradotto in italiano a cura dell'associazione Il Chiaro del Bosco ONLUS ([www.ilchiarodelbosco.org](http://www.ilchiarodelbosco.org)). Gli operatori, gli utenti e i famigliari della UOP 23 hanno contribuito al lavoro di traduzione e sperimentazione dello strumento ed ora è utilizzato per la costruzione condivisa dei progetti individuali di cura e riabilitazione (PTI e PTR). Lo strumento si basa su un modello di cambiamento basato su 5 fasi:

*Blocco, Accettazione dell'aiuto, Crederci, Apprendimento, Basarsi sulle proprie forze*

Durante il colloquio dell'utente con l'operatore viene valorizzata l'esperienza vissuta in prima persona dall'utente stesso per favorirne il percorso di recovery. Fra operatore e utente avviene una negoziazione che porta alla realizzazione di un progetto individuale coprodotto. Alcuni operatori, utenti e famigliari della UOP 23 sono anche formatori per l'utilizzo dello strumento per conto de Il Chiaro del Bosco ONLUS.



**È possibile chiedere informazioni agli operatori e agli utenti che hanno già sperimentato lo strumento.**

**L'associazione il Chiaro del Bosco ONLUS organizza corsi di formazione per operatori, utenti e famigliari presso la Scuola IAL Lombardia in via Castellini, 7 a Brescia, nelle seguenti date:**

**3 e 10 febbraio (prima edizione) - 9 e 16 marzo (seconda edizione)**

**I corsi sono accreditati ECM - per informazioni: [www.ilchiarodelbosco.org](http://www.ilchiarodelbosco.org)**

## I gruppi famigliari

Il gruppo famigliari è uno spazio presente dal 2006 come luogo di incontro dedicato ai famigliari dei pazienti con l'obiettivo di sostenere e facilitare la relazione e la convivenza nel nucleo parentale.

Nel gruppo si raccolgono e rielaborano informazioni pertinenti al disturbo del familiare, ai servizi di cura e ai trattamenti possibili. Il gruppo è anche un luogo di supporto psicologico, di scambio di esperienze e di ricerca di senso. I famigliari possono quindi diventare parte attiva nel percorso di cura e nel favorire cambiamenti significativi nelle pratiche dei Servizi.

**Quanti sono interessati possono chiedere informazioni presso il proprio CPS.**

## Le associazioni per i famigliari

L'UOP n. 23 collabora attivamente con le associazioni famigliari del territorio:

- Alleanza per la salute mentale ONLUS ([www.alleanzasalutementale.it](http://www.alleanzasalutementale.it))
- Il Chiaro del Bosco ONLUS ([www.ilchiarodelbosco.org](http://www.ilchiarodelbosco.org))
- La Carovana (gruppo di Auto Mutuo Aiuto per famigliari - [www.amabrescia.org](http://www.amabrescia.org))
- Nessuno è un'isola ([www.nessunoeinisola.it](http://www.nessunoeinisola.it))

## La Rete Utenti Lombardi (RUL)

La RUL è la Rete Utenti della Salute Mentale della Lombardia nata a Como nel 2014 e utenti dell'UOP n. 23 ne fanno attivamente parte. Si pone come interlocutore diretto con le istituzioni e i media promuovendo all'interno degli stessi la cultura della Recovery.

**Per informazioni è possibile chiedere presso l'Accoglienza di via Romiglia o consultare il sito: [www.reteutentilombardia.it](http://www.reteutentilombardia.it)**

# Perché ci vuole una città

CITTADI-  
NANZA

*Non esiste salute mentale se non dentro un territorio e una comunità e la piena cittadinanza, unitamente all'inclusione sociale, sono essenziali per promuovere la recovery individuale.*

*In queste pagine sono riportate alcune iniziative che sono promosse o sostenute dalla UOP n. 23, ma che "vivono" fuori dai Servizi per "abitare" la città e promuovere il benessere psicosociale per riappropriarsi dei personali tempi di vita.*

## *Collaborazione con i Servizi territoriali del Comune di Brescia*

Da molti anni l'Unità Operativa di Psichiatria n. 23 collabora con i servizi territoriali del Comune di Brescia con i quali si condividono spazi di attività e iniziative, in particolare:

- **il Centro Diurno Cimabue e Cascina Riscatto**
- **la Casa delle Associazioni**

## *Metamorfosi Festival*

### **Programma**

- ◆ **14/15/16 marzo: workshop per attori professionisti, utenti e operatori della UOP n. 23**
- ◆ **18 marzo: Parata per le vie del centro di Brescia**
- ◆ **23 marzo: "La casa nella testa" studio di messa in scena del Laboratori Metamorfosi**
- ◆ **24 marzo: "Canto d'amore alla follia" Animali Celesti Teatro d'arte civile**
- ◆ **25 marzo "Personaggi" Teatro la Ribalta.**

**Tutti gli spettacoli si terranno al Teatro Idra presso il Palazzo Mo.Ca di Brescia (Via Moretto)**

"Metamorfosi Festival – Scena mentale in trasformazione" mette in relazione esperienze di teatro di comunità condotte all'interno di centri di salute mentale, comunità terapeutiche e scuole con proposte artistiche di alto livello, che vedono nel rapporto con la diversità e il mistero della vulnerabilità umana e del dolore, una possibilità d'arte oltre che di cultura sociale. Metamorfosi porta al di fuori dei luoghi della cura, non solo l'esistenza della diversità e della fragilità, ma soprattutto il loro valore. Diversità, fragilità, squilibri che sono dentro noi tutti, per guardarli in faccia e scoprirne la parte sana. Cambiare sguardo e rivolgerlo alla città, scoprire una possibilità di cambiamento, non solo personale. È un'iniziativa di Teatro19, in collaborazione con UOP n. 23, Comune di Brescia, Fondazione Asm, BCC Brescia, Animali Celesti, Teatro d'Arte Civile.



**Serendippo** è una trasmissione radiofonica che con ironia tratta vari temi che sono attinenti al tema della salute mentale - del suo racconto, dello star male e dello star meglio - attraverso varie rubriche. Offre quindi una visione personale e condivisa sulla salute mentale da parte di chi frequenta, in vari modi, i Servizi di Via Romiglia.

**In onda il giovedì dalle 15.15 alle 16.00 su Radio Onda d'Urto (FM 99.6)**

**<http://serendippo.radiondadurto.org>**

L'**Officina** è lo spazio redazionale del programma radiofonico, dove vengono decisi temi, contenuti, la scaletta della trasmissione.

**Il lunedì dalle 14.00 alle 16.00 in Via Romiglia.**

*Serendippo è un animale strano, un po' malato e un po' sano, che cerca nel suo candore un approccio alla vita migliore. Conoscerlo è amarlo, sentirlo alla radio fa bene al cuore.*

### ***Attenti al proprio benessere: salute mentale positiva nella Comunità***

L'Associazione Il Chiaro del Bosco ONLUS, in collaborazione con la UOP 23 ASST Spedali Civili di Brescia e con il cofinanziamento di Fondazione della Comunità Bresciana promuove il progetto "Attenti al proprio benessere: salute mentale positiva nella comunità": promozione di una salute mentale positiva attraverso percorsi di consapevolezza e acquisizione di strategie, informazione sui disturbi psichici più comuni ed interventi per la riduzione dello stigma saranno gli elementi centrali dell'iniziativa. Consulenti, operatori e utenti del Servizio insieme proporranno agli adolescenti (nelle scuole, negli oratori, nei centri di aggregazione giovanile...) incontri informativi sui temi della salute mentale e percorsi laboratoriali di Musica, Arte, Teatro, Scrittura, T'ai chi ch'uan e Mindfulness con l'intento di favorire non soltanto la conoscenza dei disturbi mentali, dei fattori di rischio e di protezione ma anche l'individuazione di strategie e risorse per affrontare le situazioni di stress e le avversità.

# PROGETTI PERCORSI SPERIMENTAZIONI

## Progetti

In questa sezione “*progetti*” sono riportate iniziative, idee, percorsi che si stanno sviluppando con la collaborazione di operatori, utenti, famigliari della UOP n. 23, che si caratterizzano per essere trasversali ai singoli Servizi e aperti alle collaborazioni con altri soggetti del territorio. Alcuni progetti sono ormai “rodati” e consolidati, altri solo abbozzati, secondo una logica di sperimentazione, verifica e diffusione, come descritta nella “Spirale del cambiamento” (Cfr. Il Libro Bianco sulla innovazione sociale, NESTA). Sono tutti spazi di ricerca per la crescita complessiva dell’Unità Operativa, con l’obiettivo di migliorare l’efficacia degli interventi.



### Il Gruppo Qualità della UOP n. 23

Dal mese di gennaio 2016 è stato costituito il Gruppo Qualità della UOP n. 23 composto da operatori, utenti e famigliari, che si riunisce ogni due mesi.

Il compito del gruppo è quello di confrontarsi sui temi della qualità, sull’organizzazione dei servizi e sul loro orientamento alla recovery e alla coproduzione. Ha anche il compito di proporre alla Direzione della UO possibili cambiamenti organizzativi, eventuali modifiche alle procedure in atto, eventuali analisi del contesto e della soddisfazione degli utenti.

**Per informazioni: Referente Qualità Locale della UOP 23** (Gianpaolo Scarsato - presso Centro Diurno)

### Il Progetto CoRe

Il progetto CoRe è un percorso di studio, approfondimento e confronto che ha portato alla realizzazione di uno strumento per misurare l’orientamento alla recovery e alla coproduzione dei Servizi per la salute mentale.

Al progetto hanno partecipato numerosi servizi e organizzazioni della Lombardia, ma anche da Biella, Bologna, Trento e Trieste, rappresentati da operatori, utenti e famigliari.

Obiettivo principale dello strumento è quello di favorire percorsi di cambiamento organizzativo all’interno dei Servizi .

**Per informazioni: Referente Qualità Locale della UOP 23** (Gianpaolo Scarsato - presso Centro Diurno)



### Menteserena

È un luogo di incontro e di dialogo aperto a chiunque sia interessato all’ascolto e al confronto sui diversi temi legati alla salute mentale. Operatori, utenti, famigliari e cittadini possono liberamente partecipare e favorire il confronto. Per la partecipazione non sono previste iscrizioni.

**Tutti i giovedì pomeriggio dalle 14.30 alle 16.30** - Ulteriori informazioni sul sito [www.menteserena.it](http://www.menteserena.it)

## Individual Placement and Support (IPS)

Il modello IPS (Individual Placement and Support) è stato sviluppato negli anni '90 da D.Becker e R.Drake, sulla base delle esperienze sul campo negli Stati Uniti, per favorire l'inserimento lavorativo delle persone con disagio psichico nel libero mercato del lavoro.

È un intervento centrato sulle caratteristiche della persona che desidera avere un'occupazione. L'IPS fornisce, tramite uno specialista, l'aiuto necessario nella ricerca, nell'ottenimento e nello svolgimento di un impiego all'interno del mercato del lavoro. Il presupposto è che l'attività lavorativa degli utenti è realizzata all'interno di normali luoghi lavorativi e con gli stessi diritti e doveri che ogni libero cittadino incontra durante lo svolgimento del proprio lavoro.

Si tratta di un metodo basato su principi chiari e trasparenti, dove gli operatori IPS valorizzano le capacità, i punti di forza, il recupero e il benessere della persona attraverso dei percorsi personalizzati.

Nel corso del 2017, in collaborazione con l'Associazione Laura Saiani Consolati, saranno attivati i primi percorsi lavorativi secondo il modello IPS, per utenti della UOP n. 23.

## Progetto TR 09 (Chimera)

Il Progetto Chimera è un progetto regionale innovativo (TR09) che impegna da cinque anni la UOP n. 23 sul tema del riconoscimento e dell'intervento precoce a favore di adolescenti che presentano disturbi gravi dell'umore. Frequentemente infatti i disturbi dell'umore in questa fascia di età o non vengono riconosciuti oppure vengono interpretati come "normali" difficoltà scolastiche, "problemi di carattere" o mascherati da uso di sostanze o comportamenti rischiosi che possono attivare risposte o interventi non appropriati. Attraverso questo progetto è stato possibile avviare collaborazioni con diversi enti del territorio (NPIA, consultori, etc.) che ne condividono le finalità.

UOP n. 23

## Recovery CO-LAB UOP 23

Si tratta di uno spazio allestito presso i Servizi di Via Romiglia e l'SPDC di Montichiari per favorire l'interazione fra operatori e utenti sui temi della recovery e della coproduzione. È frutto di un Progetto FARB nato da una collaborazione fra Unità Operativa di Psichiatria n. 23 e il Dipartimento di Design dei Servizi del Politecnico di Milano che si concluderà nella primavera del 2017 con un evento pubblico.



# *Recapiti e orari dei Servizi dell'Unità Operativa*

## **Segreteria Unità Operativa**

Via Romiglia, 1 Brescia      Tel. 0302405618 - fax 0302405601  
E-mail: [psichiatria23.montichiari@asst-spedalivicivi.it](mailto:psichiatria23.montichiari@asst-spedalivicivi.it)  
dal lunedì al venerdì      dalle 9.00 alle 12.30

## **Centro Psico Sociale Brescia Sud (2° CPS)**

Via Romiglia, 1 Brescia      Tel. 0302405611  
E-mail: [2cps.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it](mailto:2cps.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it)  
dal lunedì al venerdì      dalle 8.00 alle 17.00

## **Centro Psico Sociale Montichiari (4° CPS)**

Ospedale di Montichiari      Tel. 0309963372  
E-mail: [4cps.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it](mailto:4cps.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it)  
dal lunedì al venerdì      dalle 8.00 alle 17.00

## **Centro Diurno di Abilitazione Psichiatrica (CDAP)**

Via Romiglia, 1 Brescia      Tel. 0302405633  
E-mail: [cdap.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it](mailto:cdap.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it)  
dal lunedì al venerdì      dalle 8.00 alle 17.00

## **Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura (SPDC)**

Ospedale di Montichiari      Tel. 0309963366  
E-mail: [spdc.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it](mailto:spdc.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it)  
orari di visita giorni feriali:      dalle 13.00 alle 14.00 - dalle 18.45 alle 20.00  
orari di visita giorni festivi:      dalle 10.00 alle 11.00 - dalle 14.30 alle 16.00 - dalle 18.45 alle 20.00

## **Struttura Residenziale Psichiatrica per trattamenti terapeutici riabilitativi a carattere intensivo (SRP1-CRA)**

Via Romiglia, 1 Brescia      Tel. 0302405608  
E-mail: [srp1.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it](mailto:srp1.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it)  
orari di visita dal lunedì al venerdì:      dalle 16.00 alle 17.30 - dalle 19.00 alle 20.00  
orari di visita sabato e festivi:      dalle 10.00 alle 11.30 - dalle 14.30 alle 18.00 - dalle 19.00 alle 20.00

## **Struttura Residenziale Psichiatrica per trattamenti terapeutici riabilitativi a carattere estensivo (SRP2-CPA)**

## **Struttura Residenziale Psichiatrica per interventi socioriabilitativi (SRP3-CPM)**

Via Bissolati, 4 Brescia      Tel. 0303534057  
E-mail: [srp2.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it](mailto:srp2.dsmuop23@asst-spedalivicivi.it)  
orario di visita da concordare con gli operatori della struttura

## **Programmi di Residenzialità Leggera (in collaborazione con la cooperativa LiberaMente)**

Per informazioni in merito ai Programmi di Residenzialità Leggera rivolgersi al CPS Brescia Sud

*ASST degli Spedali Civili di Brescia - Sede Legale: Piazzale Spedali Civili, 1 – 25123 Brescia*  
Telefono 0303995.1 Fax 030303300  
P.IVA 03775110988 – C.F. 03775110988  
[protocollo.spedalivicilibrescia@legalmail.it](mailto:protocollo.spedalivicilibrescia@legalmail.it)  
[www.asst-spedalivicivi.it](http://www.asst-spedalivicivi.it)