



**"A.M.A. la Vita" ONLUS**



**RELAZIONE ILLUSTRATIVA DEL PROGETTO**

# **UOMO A-MARE 2016**

## **"SULLE ROTTE DELLA SOLIDARIETÀ"**

Dopo 10 anni di navigazione i marinai di "UOMO A-MARE" si preparano a tracciare nuove rotte in direzione di una sempre maggiore autonomia e integrazione sociale.

Vogliono acquisire e consolidare la capacità di gestire una propria realtà associativa sempre più autonoma dall'ambito sanitario. Intendono costruire sul territorio una rete di relazioni, che consenta di sperimentare la bellezza e la fecondità del "fare assieme".

Attraverso l'associazionismo sportivo e il volontariato vogliono rafforzare il piacere di fare gruppo, la capacità di prendere decisioni, la dignità di considerarsi cittadini attivi che si impegnano per migliorare la qualità di vita propria e di tutta la comunità.



## L'IDEA PROGETTUALE

Il progetto è stato pensato dall'associazione "A.M.A. la Vita", assieme ai marinai del Gruppo Vela nato al suo interno, come **proseguimento e sviluppo del progetto "UOMO A-MARE"**.

Si pone come obiettivo l'inserimento del gruppo nel circuito della sport velico attraverso una nuova configurazione associativa più autonoma e meno legata all'ambito sanitario/psichiatrico e la creazione di una rete di collaborazioni sul territorio.

Tutto ciò significa che i componenti del gruppo Vela "Uomo A-mare" parteciperanno al progetto **non come disabili da assistere, ma come cittadini attivi** che s'impegnano nella propria realtà associativa, per migliorare la qualità di vita propria e di tutta la comunità.

Si ricorda inoltre che il **2016**, oltre a segnare il decimo anniversario della nascita di "Uomo A-mare", vedrà **RAVENNA CITTÀ EUROPEA DELLO SPORT**, circostanza quanto mai opportuna per riaffermare i valori educativi e di inclusione sociale che la pratica sportiva rappresenta.

## L'ASSOCIAZIONE PROPONENTE

**A.M.A. la Vita** è un'associazione di **Auto Mutuo Aiuto nell'ambito della Salute Mentale**, attiva a Ravenna dal 2003. I fondatori sono familiari di persone con disagio psichico e relazionale, ma l'associazione è aperta al contributo di tutti coloro che sono sensibili al problema (operatori, ex operatori, volontari, gli stessi utenti dei servizi di Salute Mentale). L'associazione conta una ventina di soci e altrettanti partecipanti alle sue varie attività.

Fin dall'inizio ci siamo proposti di creare una rete di sostegno ai familiari, per superare isolamento, pessimismo e senso di impotenza, creando occasioni per "star bene insieme": scampagnate, giochi, feste, convivialità. Nel corso degli anni la nostra capacità progettuale è cresciuta, l'associazione è stata in grado di promuovere attività più complesse, utilizzando risorse presenti sul territorio, creando e consolidando legami e collaborazioni.

Attualmente le attività dell'associazione sono le seguenti:

- Partecipazione a vari organismi (Consulta del Volontariato, Comitato Utenti Familiari Salute Mentale-Dipendenze Patologiche, Coordinamento Regionale Associazioni Familiari Salute Mentale)
- Incontri di auto mutuo aiuto tra familiari
- Incontri ludico-conviviali
- "Camminiamo insieme". Camminate, escursioni, visite guidate
- "Progetto Benessere": corsi di ginnastica dolce e di ginnastica posturale
- "Uomo A-mare" - Gruppo Vela
- Iniziative culturali (cineforum, conferenze)

Le attività dell'associazione sono nate in momenti diversi, con finalità e risorse diverse, ma presentano alcuni elementi comuni:

- si propongono di produrre socialità, piacere, benessere;
- si svolgono in un contesto non sanitario, ma associativo;
- non si rivolgono esclusivamente a persone utenti del servizio psichiatrico, ma coinvolgono una pluralità di soggetti;
- portando le persone sofferenti a contatto con la comunità cittadina, contribuiscono a un'informazione e rappresentazione corretta sul disturbo mentale, all'abbattimento dello stigma e all'inclusione sociale.

Con il **Dipartimento di Salute Mentale** dell'AUSL di Ravenna esiste un rapporto di leale collaborazione e una sincera convergenza d'intenti. Per il progetto "UOMO A-MARE - SULLE ROTTE DELLA FIDUCIA" la **dott.ssa PAOLA CAROZZA, Direttore del DSM**, ha espresso vivo apprezzamento e così scrive in una lettera indirizzata all'Associazione il 30 ottobre 2013:

*... Gli obiettivi del progetto sono di grande rilevanza per **favorire processi di guarigione e di inclusione sociale** delle persone con problemi mentali e perfettamente in linea con i principi del Servizio di Salute Mentale che dirigo. (...) Infatti l'attività proposta nel progetto incoraggia l'apprendimento e l'esercizio di abilità comunicative, emotive, cognitive e di ruolo, tutte essenziali per **superare l'identità di malato e acquisire quella di cittadino***

## **MOTIVAZIONI DEL PROGETTO e ANALISI DEI BISOGNI**

### **Non c'è salute senza salute mentale**

L'Associazione proponente parte dal vissuto dei propri aderenti, cioè gli utenti dei Servizi psichiatrici e i loro familiari. Tale vissuto induce naturalmente a condividere quelle concezioni della psichiatria che rispettano la dignità della persona sofferente, ne valorizzano le potenzialità, aprono alla speranza di guarigione.

In questo quadro, gli autori del progetto

## CONDIVIDONO PIENAMENTE

- la **definizione di salute dell' Organizzazione Mondiale della Sanità** come "stato di completo benessere fisico, psichico e sociale" : la salute, e quindi anche la salute mentale, costituisce un bisogno fondamentale per tutti. Essa tuttavia non è uno stato che si raggiunge una volta per tutte, ma piuttosto un obiettivo verso il quale tendere e che coinvolge sempre l'individuo insieme con l'organizzazione sociale di cui esso è parte
- l'idea che è preferibile **parlare di salute mentale piuttosto che di malattia mentale**: se la cura e la riabilitazione del disturbo mentale spettano ai Servizi Sanitari, **la salute mentale può essere promossa e incrementata da tutti gli attori sociali** (istituzioni, scuola, enti locali, volontariato, sport, famiglie, semplici cittadini) migliorando la qualità complessiva delle relazioni sociali e interpersonali.
- il **concetto di recovery** (ripresa, guarigione) che per il paziente psichiatrico significa esercitare proprie abilità, utilizzare proprie risorse, perseguire propri obiettivi, in una parola **"riprendere in mano la propria vita"**, o, detto in altri termini, sviluppare un'identità che vada oltre l'identità di malato, o ancora: aprirsi alla speranza di una soddisfacente qualità di vita.
- il **concetto di cittadinanza attiva**: nel vissuto del paziente psichiatrico incide pesantemente il considerarsi ed essere considerato un cittadino di serie B. Esercitare un ruolo sociale valido, capire che può rendersi utile nonostante il disturbo di cui soffre, e che anzi, **proprio perché ha fatto esperienza diretta del disagio è diventato più capace di comprendere e accogliere gli altri**: sono tutti elementi atti a imprimere una potente spinta evolutiva in direzione del recovery.

## INTENDONO DARE RISPOSTA

- al bisogno espresso dai marinai di UOMO A-MARE di **uscire dall'ambito psichiatrico**, di non essere più considerati "disabili" in condizione di minorità, di liberarsi dallo **stigma esterno** (come sono visti dagli altri), ma anche dallo **stigma interno** (come ciascuno vede se stesso). Il consolidamento del gruppo e il suo inserimento nel "normale" circuito dell'associazionismo velico significa per i partecipanti un passo importante in direzione del pieno inserimento sociale e della cittadinanza attiva
- al bisogno del gruppo trainante di UOMO A-MARE di essere sì autonomo, ma, almeno inizialmente, sostenuto dalla presenza e dalla collaborazione del gruppo dirigente di A.M.A. la Vita, in un **dialogo intergenerazionale** che comporti trasmissione di valori, di abilità gestionali, di esperienze: un passaggio del testimone che diventa fonte di arricchimento per tutti

## I PRECEDENTI

### A) L'ESPERIENZA di "UOMO A-MARE" (2006-2013)

Per i primi cinque anni di "navigazione" (2006-2010) vedi il volume "L'avventura di UOMO A-MARE. Vela e non solo" pubblicato nel 2011 grazie al contributo del Lions Club Ravenna Host. Per la cronistoria essenziale (2006-2013), vedi fascicoletto allegato (all. n. 1).

La maturità raggiunta dal gruppo nel suo complesso e da alcuni suoi elementi in particolare, il consolidamento dei risultati ottenuti con 8 anni di lavoro, ha stimolato A.M.A. la Vita e i partecipanti al Gruppo Vela a percorrere nuove rotte nella direzione di una crescente autonomia e di una maggiore integrazione nel mondo dello sport velico.

Da questa esigenza nasce l'idea di attivare il progetto "Uomo A-Mare . SULLE ROTTE DELLA FIDUCIA"

### B) "SULLE ROTTE DELLA FIDUCIA" (2014-15)

Il progetto costituisce un ampliamento e uno sviluppo di "UOMO A-MARE" e prevede una durata biennale.

Nel 2014-15 il gruppo ha perseguito l'obiettivo di delineare una nuova configurazione associativa, rendendosi progressivamente più autonomo da A.M.A. la Vita. Per fare ciò il gruppo ha intrapreso un percorso di formazione a più livelli (comunicativo, relazionale, nautico, amministrativo, giuridico).

### C) "SULLE ROTTE DELLA SOLIDARIETÀ" (2016)

Questo progetto è un ampliamento e uno sviluppo del precedente.

Nel 2016 sono previsti la precisazione e il consolidamento della nuova situazione associativa, che potrebbe essere, ad esempio, la confluenza di "Uomo A-mare" in una Associazione Sportiva Dilettantistica già costituita. Il gruppo intende impegnarsi in direzione di un'apertura verso azioni di volontariato e di cittadinanza attiva a sostegno di chi vive situazioni di disagio.

## DESTINATARI

Il progetto è rivolto a persone con disagio psichico e relazionale, ai loro familiari e a tutti coloro che, condividendo la passione della barca a vela, vogliono partecipare attivamente alla nascita della nuova realtà associativa di "Uomo A-mare".

## OBIETTIVI

- Liberarsi dallo stigma interno ed esterno
- Migliorare il clima relazionale interno al gruppo;
- Rafforzare la leadership nei differenti contesti;
- Favorire la capacità di rispettare i ruoli e di coordinarsi;
- Apprendere le strategie di comunicazione interna ed esterna al gruppo;
- Diventare capaci di accogliere nel gruppo nuovi partecipanti, attività di tutoraggio
- Potenziare il processo decisionale personale e di gruppo, l'assertività, la disciplina e l'autocontrollo.
- Acquisire le competenze per la gestione della nuova condizione associativa di "Uomo A-Mare" (i soci, il materiale, l'economia, le relazioni esterne, la finanza)
- Stabilire e consolidare proficui rapporti di collaborazione con le realtà del territorio che possono essere di sostegno

## FASI E MODALITÀ di REALIZZAZIONE DEL PROGETTO

1. Gennaio-Marzo 2016 - Incontri in aula: formazione, programmazione
2. Marzo 2016 - Lavori di manutenzione in cantiere del natante "Tuttabirra"
3. Aprile-Settembre 2016 - Scuola Vela, uscite in barca, partecipazione a regate ed eventi nautici, gite, soggiorni, gemellaggi.
4. Maggio 2016 - Organizzazione di un evento per informare la città sui nuovi sviluppi di "Uomo A-mare"
5. Ottobre-Dicembre 2016 - Manutenzione autunnale della barca, Riordino della documentazione (diari di bordo, fotografie) e progettazione di un volume sull'esperienza di "Uomo A-mare".

## METODOLOGIE ADOTTATE

Lo strumento principale per realizzare gli obiettivi del progetto sarà la navigazione.

Numerose analogie con la vita sociale e lavorativa fanno della barca a vela uno degli strumenti più adatti per una esperienza efficace di team building. Equipaggio come team di lavoro, skipper come team leader, rotta come strategia operativa, destinazione come obiettivo, mare aperto come capacità di orientarsi con relativi pericoli e decisioni da prendere, l'intensità e la direzione del vento come opportunità o rischio: sono solo alcune delle metafore che possono essere utilizzate per la crescita sia individuale che di gruppo. Nel caso di "Uomo A-mare le metafore riguardano la vita associativa: **le regole dello stare insieme in barca sono le stesse dello stare insieme in un'associazione** e, in definitiva, dello stare insieme nella vita, grazie all'acquisizione delle competenze socio-emotive capaci di migliorare la qualità di vita e di relazioni propria e degli altri.

## RISULTATI ATTESI

- Costituzione nuova realtà associativa "Uomo A-mare" e avvio attività
- Integrazione del progetto nel tessuto civile e associativo del territorio e partecipazione alle manifestazioni per 2016 RAVENNA Città Europea dello SPORT
- Comunicazione a tutta la cittadinanza dell'esperienza compiuta e dei risultati ottenuti (eventi pubblici, conferenze stampa, articoli, scrittura e pubblicazione di un libro)

## PARTNERSHIP

**Centro Velico di Punta Marina ASD** - L'Associazione ha tra le sue attività corsi Vela per bambini e adolescenti e possiede le risorse (barche, skipper) adatte a svariate attività.

**Lega Navale Italiana - Sez. Ravenna** - Collabora da molti anni con A.M.A. la Vita e può mettere a disposizione del progetto barche di media dimensione e skipper esperti

**Congrega del Passatore, Cervia** - Collabora da molti anni con A.M.A. la Vita mettendo a disposizione imbarcazioni Passatore e skipper per regate e veleggiate

## COLLABORAZIONI

Assessorato alla Sanità, Servizi Sociali e Volontariato - Comune di Ravenna

Assessorato alle Attività Produttive - Comune di Ravenna

Lions Clubs Ravenna Host, Ravenna Romagna Padusa, Ravenna Dante Alighieri, Ravenna Bisanzio

DSM-Ausl Romagna

Per gli Altri - Centro Servizi per il Volontariato, Ravenna

Porto Turistico di Marinara s.r.l.

Il Gavone, Marinara

Gruppo Ormeggiatori, Marinara

Cantieri Orioli, Marina di Ravenna

## FINANZIAMENTI

Fondazione Cassa di Risparmio di Ravenna

C.M.C.

Bambini S.r.l.

## DURATA COMPLESSIVA DEL PROGETTO

Dal 02/01/2016 al 31/12/2016



## AMBITO TERRITORIALE PREVALENTE

Provincia di Ravenna

## RISORSE UMANE COINVOLTE

Soci di "A.M.A. La Vita" e membri del gruppo "Uomo A-mare"

Psicologo facilitatore e supervisore

Formatori

Volontari

Skipper

Esperti del settore associazionismo

## REFERENTI del PROGETTO

Maria Clara Schiffrer - presidente di "A.M.A. la Vita" (cell. 342.7810514)

[cschiffrer@libero.it](mailto:cschiffrer@libero.it)

[amalavita@racine.ra.it](mailto:amalavita@racine.ra.it)

Nevio Chiarini - referente del progetto per "A.M.A. la Vita" (cell. 339.8149065)

dott. Gianluigi Casadio - psicologo e psicoterapeuta (cell. 348.8141240)

la responsabile del progetto  
Maria Clara Schiffrer

Ravenna, 30 settembre 2015

