

il somm^{ergibile}

Numero 43 - Agosto 2022

Iscritto al n. 12/07 del Registro dei Giornali
e Periodici tenuto c/o il Tribunale di Trani

Si arricchisce la rete dei servizi offerti dalla Società Cooperativa Sociale "Questa Città" sul territorio della sesta provincia pugliese nei confronti di persone che hanno necessità di cure legate alla malattia mentale. Da giugno è attiva nella città di Andria una nuova struttura residenziale terapeutica riabilitativa psichiatrica, la c.r.a.p. (comunità riabilitativa assistenziale psichiatrica), pensata per accogliere 14 persone che attraversano momenti di difficoltà nella cura di sé, nelle relazioni familiari e sociali, nel lavoro, e necessitano di trattamenti di risocializzazione e di recupero delle abilità compromesse. L'equipe della struttura è composta dalla coordinatrice dott.ssa Alessandra Casiero, da un consulente psichiatrico dott. Vincenzo Delcuratolo, da una consulente psicologa dott.ssa Giovanna Santoniccolo, da operatori sanitari e assistenti sociali in numero di 9, e da operatori socio assistenziali in numero di 5.

La comunità occupa un intero edificio di tre piani. È posizionata in via Togliatti, zona semi-centrale della città fedriciana, facilmente raggiungibile a piedi, con mezzi pubblici e privati. L'accesso e la dimissione degli utenti avvengono in base ad un programma riabilitativo personalizzato, concordato e periodicamente verificato, fra operatori del Centro di Salute Mentale (CSM) della ASL BAT, operatori della c.r.a.p., utenti ed eventuali persone di riferimento.

LA REDAZIONE

OLTRE LA PENULTIMA VERITÀ RASSEGNA REGIONALE DI CORTOMETRAGGI

Continuare a creare spazi in cui parlare della salute mentale è un impegno dal quale non è possibile prescindere. Sono tanti ancora i pregiudizi e le false convinzioni relative alle persone con disturbo mentale che è necessario implementare gli sforzi affinché quel marchio che si portano dietro, e spesso infamante, di diverso, fuori dal normale e pericoloso, venga rimosso ed estirpato dalle

gonadi sociali e culturali. Sì perché le categorie di pensiero con le quali si coglie la realtà e la si valuta non sono prodotti del singolo individuo, bensì dipendono dal contesto nel quale ci si muove, si vive e si cresce. Motivo per cui modificando le lenti sociali con le quali si filtrano le esperienze personali e di gruppo, si potrebbero finalmente dissociare lo stigma dalla malattia mentale.

Un contributo in tale direzione è arrivato dal festival regionale "Oltre la penultima verità", una rassegna di cortometraggi nata per raccontare con il linguaggio dell'arte cinematografica il mondo delle persone con malattia psichica, andato in scena al castello svevo della città di Barletta, lo scorso mese di giugno. L'evento promosso dai Centri di Salute Mentale della sesta provincia pugliese, ed organizzato dal Dipartimento di Salute Mentale ASL BAT in collaborazione con gli enti gestori e le associazioni di tutela della salute mentale della provincia, è stato un tentativo di andare oltre la ricerca della verità fatta con le normali categorie del pensiero umano per arrivare alla penultima verità, raggiungibile sul piano



continua a pag. seguente

emotivo attraverso l'espressione artistica declinata nella forma del cortometraggio. L'obiettivo, ha dichiarato Filippo Iovine, responsabile del centro di salute mentale di Andria e Canosa dell'ambulatorio della Asl Bat, è stato quello di veicolare, attraverso il cinema, messaggi semplici di facile comprensione sulla salute mentale andando oltre i confini e gli schemi delle nostre quotidiane attività.



Passando al concorso, 14 sono stati i lavori selezionati dal comitato organizzativo della rassegna su 46 corti giunti alla segreteria del festival. Dopo la proiezione una giuria di esperti ha proceduto alla valutazione, aggiudicando il premio come miglior corto del festival all'opera presentata dalla Cooperativa Sociale Questa Città dal titolo *"Gesù in ferie... tanto immaginare non costa niente"*, con la regia di Michele Bia.

Il premio per il miglior interprete protagonista è andato a Marica Todisco di *Ristorante fuori di testa* della Cooperativa Sociale Temenos, con la regia di Pino Tatoli; mentre il premio per il miglior interprete non protagonista è andato agli attori di *Barche piccole di carta* del CSM Ceglie Messapica, con la regia di Lona's Studios. Il premio della critica è andato a *The Memory Atlas-L'Atlante della Memoria* di Domenico Centrone. Menzioni speciali per *Oltre il confine* di Maria Gabriella Porta e *Intanto* di Paolo Castrovilli, con la regia di Paolo Castrovilli e Raffaella Ippolito.

Tutti i 14 corti selezionati hanno ricevuto un premio rimborso pari ad euro 1.000, mentre tutte le 46 opere pervenute e candidate alla selezione finale sono state pubblicate sul canale Youtube dell'ASL BT.

LA REDAZIONE

LE EMOZIONI PERSONALI ALLA PROVA DELLA VITA

La nostra vita è costellata dalle emozioni, intense e brevi, ma che danno un valore aggiunto alle nostre esperienze quotidiane, ai nostri incontri, alle nostre relazioni. Imparare a riconoscerle, a decodificarle e a esprimerle è un passo verso la loro gestione. In tal modo è possibile viverle apprezzandole, senza temerle o soffocarle. È per questo che all'interno dell'attività di psicoeducazione abbiamo intrapreso con gli ospiti della c.r.a.p. di Gravina un percorso mirato alla gestione delle emozioni, riflettendo gradualmente sulla loro centralità nella vita di ciascuno.

Di seguito i pensieri tratti da alcuni utenti sul bilancio della propria vita e sulle prospettive future dopo l'esperienza della comunità alla luce del proprio mondo emotivo.

D'Ambrosio Gianbartolo

Mi guardo allo specchio, un foruncolo, residuo bellico di un'adolescenza travagliata, vabbè, è la vita, dopotutto ho ventisette anni. Guardo più a fondo, sotto gli occhi, due occhiaie, quelle due virgole viola mi ricordano bene le serate passate a ballare, i negroni di troppo, i doppi caffè nelle nottate pre-esame, le notti insonni. Ho sempre giocato ad indovinare dalle facce di una persona i suoi vizi e la sua vita. Ma dalla mia cosa si vede? Si intravedono le mie scelte sbagliate, le mie gioie, i miei dolori? Guardo le mie guance, da quando ho fatto scelte sbagliate si sono scavate. In fondo ero arrivato a pesare 49 chili per 178 cm., era più che naturale che accadesse, ma adesso, chi mi guarda il volto, se ne accorge? Posso dire però che ho riso, ho riso di gusto, ho pianto, mi sono divertito, mi sono disperato, mi sono lasciato travolgere dall'euforia propria del mio disturbo mentale, ma anche dal suo lato negativo. Un bilancio sulla mia vita? Direi positivo, nonostante la mia ex tossicodipendenza, posso dire di essermi innamorato, di avere preso gli allori che avrei voluto dall'università e a scuola, di aver intessuto amicizie secolari, di avere viaggiato. Adesso però a questo bilancio si accosta anche ciò che di negativo ho da tirare in barca, ovvero il conto di quell'euforia. Però, va bene, affronto tutto con ottimismo che da sempre mi contraddistingue. Vedo la mia permanenza in comunità come una sfida con me stesso, un'esperienza che mi sta arricchendo di consapevolezza, la più importante delle quali è il rapporto con la mia famiglia e i miei genitori, cosa che ho sempre dato per scontato. Guardo allo specchio, vedo le mie prime rughe sul mio contorno labbra, così come il mio viso invecchierà anche i miei genitori un giorno, spero lontano, non ci saranno più. Probabilmente anche io sarò genitore prima o poi, e vorrei che la somma di tutto ciò che ho riposto nel fardello delle mie esperienze sia la più positiva possibile, per sapere che posso donare al prossimo il meglio di me stesso.

Patrizia Pasquale

Sono una combattente nata, col desiderio di raggiungere le mete prefissate e con i sogni nel cassetto. Non mi ha mai abbandonata la forza di volontà accompagnata da una istintività innata. Se dovessi fare un bilancio della mia vita, questo è ricco di esperienze, di incontri, di delusioni, ma anche di grandi soddisfazioni. Sono uno spirito libero ma, adesso, sento che non riesco a gestire la mia vita indipendentemente dagli altri. E questo ciò che per me è più frustrante: troppe persone da cui dipende la mia sorte: il c.s.m., mio padre, la c.r.a.p. che mi ospita, l'amministratore di sostegno, il legale che mi assiste...

Torno spesso indietro con la mente, agli anni in cui ero veramente felice. Per molti la felicità dura attimi, ma io la provavo a lungo ogni volta che mi apprestavo ad affrontare un viaggio. Ho girovagato per il mondo alla scoperta delle meraviglie della natura o create dall'uomo; i preparativi, i souvenir scelti con oculatezza da portare ai familiari al ritorno erano momenti che mi facevano sprizzare di gioia da tutti i pori. A tutto ciò si aggiungeva l'equitazione e l'università. Che grande soddisfazione ogni volta che superavo un esame, soprattutto per la gioia che provavano i miei genitori. E che felicità quando, dopo tanti sacrifici, ho conseguito la laurea. Adesso c'è una parola che ripeto spesso a me stessa: errore. Ne ho commessi tanti, e l'idea che non posso tornare indietro non mi fa stare, a volte, serena. Molti sbagli li ho commessi in buona fede o per ingenuità, ma non sono motivi sufficienti per giustificarli. Quando ne parlo con altre persone, tutti mi rispondono con la retorica frase che siamo uomini e commettiamo tutti molti sbagli. Ma io odio i luoghi comuni. Penso, invece, come sarebbe andata la mia vita se mi fossi soffermata ad immaginare le conseguenze di ogni mia scelta. Forse tutto il mio vissuto è dovuto alla mia testardaggine o dalla mia abitudine di decidere da sola. Jacques Prévert scriveva: "cruelle come la memoria e sciocco come i rimpianti." È questo ciò che mi consola.

Oggi, però, la mia indole sta mutando, da una libera ed indipendente farfalla, mi sforzo di essere una persona saggia e prudente per costruire un futuro fatto di concretezze e con meno sensi di colpa.

AL DI LA' DELL'OBIETTIVO LABORATORIO DI FOTOGRAFIA E DINTORNI

I sociologi hanno definito quella attuale la società delle immagini.

In effetti viviamo in un mondo in cui tutto passa attraverso le immagini: le relazioni, i ruoli, le credenze religiose, l'economia, la politica, le informazioni, ecc. Non c'è cosa che non si comunichi attraverso di esse. Per produrre, per dare vita alle immagini, utilizziamo modalità, tecniche e strumenti più disparati. La fotografia è uno di questi.

Attraverso uno scatto è possibile fissare su di un supporto il transito della vita. Una immagine fissa, certo, una foto, ma fortemente comunicativa, quasi desiderosa di socializzarsi, come se mantenesse traccia di quella vita di cui è riflesso. Per questo la fotografia comunica, esprime, evoca emozioni, suggestiona... Nell'ambito scientifico e psichiatrico è presente da più di un secolo, permettendo di far emergere con tecniche molto semplici tutto ciò che il paziente ha dentro, utile a stimolare la fantasia e rievocare la memoria.

Con l'obiettivo di acquisire una maggiore consapevolezza di sé e del mondo circostante, condividendo la propria condizione e i propri stati emotivi, ha avuto inizio, presso la c.r.a.p. di Spinazzola, l'attività del laboratorio di fotografia guidato dalla fotografa Tiziana Picerno.

Una volta la settimana vi sono lezioni "indoor" in cui si parla della storia della fotografia, di teoria e delle tecniche da usare, alternate a lezioni "outdoor", in cui si fanno uscite programmate allo scopo di mettere in pratica quello che si è imparato. Durante il primo incontro, infatti, si è rievocata la storia della fotografia, le sue origini e la sua evoluzione nel corso degli anni, attraverso la visione di attrezzature risalenti ai primi anni dell'800: pellicole, negativi e vetrini. Negli incontri successivi, invece, gli ospiti si sono recati in diversi posti



del territorio: il ponte dei 21 Archi, il Santuario Del Bosco, il centro storico di Spinazzola le Cave di Bauxite, per vedere e fotografare soggetti, paesaggi e monumenti da diverse angolazioni.

La fotografia aiuta l'osservatore a compiere un piccolo viaggio nelle tematiche di cui è costituito il progetto: "la mia giornata", "i luoghi che vivo", "gli altri", "io".

Questo è un progetto che consente l'integrazione e l'inclusione di una fascia sociale molto debole. Attraverso la fotografia i partecipanti raccontano la propria quotidianità e la propria vita, mediante una ritrovata libertà di espressione e soprattutto di creatività. Un esempio da seguire per rendere la nostra società attuale più solidale e meno indifferente nei confronti di chi combatte costantemente con il disagio della malattia mentale.

CRAP SPINAZZOLA



LABORATORIO DEL GUSTO

Alla CRAP di Gravina in Puglia gli ospiti partecipano attivamente al Progetto "Benessere", quest'ultimo inteso nella sua complessità, ovvero quella condizione di equilibrio psico-fisico e socio-ambientale, attraverso la promozione della cultura di un'alimentazione sana, bilanciata e consapevole. Il percorso quest'anno ha anche una valenza pratica ed esperienziale attraverso il Laboratorio del "Gusto", con il contributo dell'esperta biologa-nutrizionista, dott.ssa Ferrulli Giovanna. A lei abbiamo chiesto di presentare il Laboratorio, sia dal punto di vista organizzativo che secondo i presupposti e gli obiettivi che si è intesi raggiungere. Queste le sue parole: *"Insieme all'èquipe della CRAP ho condiviso innanzitutto la linea guida da percorrere con il Laboratorio*

del Gusto, ovvero quella di offrire l'occasione utile per gli utenti ad approfondire il tema degli elementi fondamentali per il mantenimento di un buon stato di salute, nello specifico i carboidrati. Di qui nasce l'idea di soffermarci sulla conoscenza di quegli alimenti come la pasta, il pane ed i biscotti da forno che li contengono. Oltre a sottolineare l'importanza che hanno i carboidrati per il nostro equilibrio psico-fisico, abbiamo voluto dare anche un valore socio-culturale ed economico al nostro percorso, valorizzando l'aspetto salutistica della produzione locale, nel nostro caso del grano".

Il Laboratorio ha visto due momenti: quello prettamente nozionistico, finalizzato alla conoscenza dei vari tipi di grano, dei tempi di raccolta e delle varie metodiche di macinatura, che portano alla produzione di diverse farine, e quello pratico. In quest'ultima fase gli utenti si sono cimentati nella realizzazione di prodotti alimentari secondo tradizione locale, ovvero cavatelli, orecchiette, cartellate (dolce gravinese tipico delle festività natalizie), focaccia, pane case-reccio. Sono state utilizzate farine diverse allo scopo di far cogliere loro le differenze nel gusto. Avendo rilevato l'entusiasmo da parte degli utenti, abbiamo concluso gli incontri laboratoriali con la partecipazione ad un Concorso nazionale del "Raduno Archeogastronomico della Magna



Grecia 2022" in collaborazione con lo "Slow Food - Condotta delle Murge", con la Fondazione Ettore Pomarici Santomasi ed il panificio delle "Sorelle Corrado" di Gravina in Puglia. Con gli utenti abbiamo preparato un dolce tipico di Gravina, il sasanello, legato alla presenza sul territorio di un reperto archeologico (la formella), custodito all'interno della Fondazione E.P. Santomasi. Tale dolce ci richiama alla celebrazione dei matrimoni gravinesi di un tempo, nella cui occasione veniva preparato come simbolo di prosperità e fertilità. Il tutto è stato racchiuso in un video che ha raccontato la storia del sasanello ed i momenti salienti del laboratorio durante la sua preparazione. Il riscontro nell'ambito concorsuale è risultato già dal primo momento positivo, tuttora in fase di valutazione.

**C.R.A.P.
GRAVINA IN PUGLIA**



IL BASKIN

LO SPORT INCLUSIVO CHE UNISCE TUTTI

Si ispira alla pallacanestro mantenendone lo stesso scopo, ma si presenta con caratteristiche e regole differenti in grado di permettere a tutti, uomini e donne, sportivi e non, normalmente abili e diversamente abili, di giocare insieme nella stessa squadra provando a centrare con una palla uno dei sei canestri presenti in campo. Stiamo parlando del baskin, parola composta da "basket" e "inclusione", nato a Cremona nel 2003 grazie ad una intuizione dell'ingegner Antonio Bodini e dell'insegnante di educazione fisica Fausto Capellini. Sono loro ad aver inventato una disciplina sportiva nuova in grado di includere e di dare a tutti il diritto di potersi esprimere al meglio, facendo della propria fragilità uno degli elementi necessari alla vittoria.

A quasi vent'anni dalla sua comparsa, il baskin è oggi uno sport in forte diffusione. Nella città di Trani, ad esempio, è presente dal 2017 la Fortitudo Baskin Trani, la squadra di pallacanestro inclusivo nata grazie a due donne tenaci e volenterose: Anna Brizzi e Angela Basile, rispettivamente presidente dell'associazione genitori della città l'una, e presidente della Fortitudo Basket Trani l'altra, a cui abbiamo rivolto alcune domande:

Anna Brizzi, come è nata l'idea di dar vita a questo progetto?

"Nel 2017, durante il corso di aspiranti allenatori di baskin, io e Angela Basile abbiamo deciso di unire le nostre forze per creare qualcosa di molto speciale nella nostra città di Trani, un qualcosa che avesse non solo un valore sportivo ma anche inclusivo, capace di contrastare e abbattere le barriere sociali".



Siete soddisfatte dei risultati sportivi e non che avete raggiunto fino ad oggi?

"Certamente, ma nella vita non è mai abbastanza. Quindi bisogna sempre migliorare e migliorarsi per rendere la nostra realtà sportiva ed inclusiva un esempio di buon auspicio per tutti".

Quali obiettivi vi ponete per portare avanti con costanza questa iniziativa?

"Continueremo a fare il nostro passaparola nella nostra città attraverso i mezzi tecnologici e non per allargare il raggio di interesse in tutta la comunità, sensibilizzando il nostro progetto là dove non c'è la giusta conoscenza della disciplina sportiva, sociale e inclusiva del baskin".

La Fortitudo Baskin Trani, tra istruttori e giocatori, coinvolge una trentina di persone. Ogni partecipante ricopre un ruolo preciso. I ruoli vanno da 1 a 5 in base alle proprie capacità motorie e di esperienza maturata sul campo della pallacanestro in tempi passati, prima di entrare a far parte della squadra. I ruoli 1 e 2 sono definiti pivot, in carrozzella o meno, con difficoltà parziale o totale dal punto di vista motorio. Il loro spazio specifico dove eseguire un tiro a canestro è ubicato nella parte laterale del campo da gioco con un canestro più basso di 1 metro e 10 centimetri circa, ed un altro più alto, poco superiore ai 2 metri. Il ruolo 3 è con o senza disabilità per l'uso parziale o totale delle mani, in cui vi è una corsa non costante e uno scarso equilibrio nel fondamentale del palleggio; il ruolo 4 è con o senza disabilità o con protesi, che consente al partecipante il camminare, la corsa e il palleggio, in una forma fluida e costante. In ultimo il ruolo 5, con o senza disabilità che possiede tutti i fondamentali del baskin.

Va sottolineato come all'interno della nostra regione Puglia (con la presenza ovviamente anche in altre regioni italiane) sono presenti diverse squadre di baskin. Da alcuni anni (fatta eccezione per il periodo 2020-2021 con la pandemia del covid e le restrizioni) si svolge un campionato regionale con l'obiettivo di divertirsi e soprattutto portare in alto il nome della nostra regione, che con le fasi finali del campionato è chiamata a difendere gli onori di casa per arrivare all'obiettivo sportivo massimo, cioè alle finali nazionali, in modo da scrivere un bel pezzo di storia sportiva ed inclusiva a tutto tondo.

NICOLA DE LUCIA

FITNESS IN ACQUA

Quanto bene fa l'attività ginnica in acqua? Senza scomodare esperti sportivi o medici del settore, basta chiederlo a Giovanni, Vito, Nunzia e Sabrina, ospiti della casa per la vita di Poggiorsini, che in piscina oramai si muovono come se fossero sulla terra ferma.

È vero, forse queste parole potrebbero apparire un pò esagerate, ma la concessione che ci siamo data è funzionale al mettere in evidenza tutti i benefici del fare attività fisica in acqua, anche per chi, come nel nostro caso, non è più un giovanotto. Ma andiamo con ordine. Dopo la prima esperienza fatta nel 2021, Giovanni, Vito, Nunzia e Sabrina hanno richiesto di tornare in piscina per migliorare ed affinare il movimento del corpo. Così a casa per la vita si è deciso di riorganizzare un altro ciclo di incontri di Fitness in acqua anche per quest'anno.

L'attività svoltasi nei mesi scorsi presso la cooperativa sociale sportiva dilettantistica "Salus per Aquam", è



stata diretta dalla fondatrice ed istruttrice Nicoletta Capuzzi, la quale, con la giusta grinta e vivacità, ha saputo far appassionare i nostri ospiti allo sport acquatico. Grazie alla sua dedizione per questo mondo, gli utenti, hanno dapprima superato la paura dell'acqua, e successivamente hanno imparato a gestirla.

Vito, prima di quest'esperienza, era terrorizzato "dall'acqua dolce", più pesante di quella marina, Nunzia, non aveva mai provato ad immergere totalmente il suo corpo in acqua, Sabrina e Giovanni invece, due nuotatori provetti.

L'attività di "fitness in acqua", nata dall'esigenza di confrontarsi con il mondo dello sport per raggiungere uno stile di vita salutare, si presenta come una ginnastica diversa da quella convenzionale, poiché l'ambiente acquatico dà una sensazione e un piacere unici, pertanto l'attività fisica si arricchisce di una marcia in più.

L'attività in acqua risulta ottima sia come prevenzione che come coadiuvante alle terapie farmacologiche

verso le patologie tipiche dell'avanzamento degli anni, in particolare alla funzionalità cardiaca e circolatoria, alla funzionalità respiratoria e alla condizione ossea, quindi risulta molto completa e coordinata grazie al fatto che l'acqua, opponendo resistenza ai movimenti, ti costringe a sforzarti di più e a spendere più energia. Il vantaggio è che neutralizza anche la gravità, alleggerendo il tuo peso corporeo e facilitando il lavoro.

L'assenza di gravità che si avverte in acqua, rende questo sport adatto a chiunque, anche alle donne in gravidanza, le quali, non avvertiranno il peso in eccesso.

Da non sottovalutare anche la riduzione di stress e stanchezza che l'attività motoria acquatica favorisce. La molteplicità di esercizi che si possono svolgere in acqua, insieme alla musica, contribuiscono a rendere questa attività particolarmente divertente e stimolante, motivo per cui aiuta a combattere la pigrizia.

**CASA PER LA VITA
POGGIORSINI**



SALE IN ZUCCA

Fiorisce nel cuore della città di Gravina l'“hortus”, un fazzoletto di terra che l'amministrazione comunale a partire dal 2014 ha voluto recuperare e sottrarre all'abbandono e all'incuria. Parte un tempo del convento di Sant'Agostino, l'oasi oggi è teatro di molteplici iniziative, dai laboratori didattici agli eventi artistici e culturali. Tra queste l'orto-terapia, attività alla quale hanno preso parte un gruppo di ospiti delle nostre strutture riabilitative della città. Guidati dal perito agrario Giovanni Cifarelli, i partecipanti hanno realizzato durante i mesi invernali un piccolo orticello, abbellito con fiori ed erbe aromatiche. Valore aggiunto all'attività è stata data dalla



presenza di un gruppo di studenti a indirizzo agrario dell'istituto professionale Bachelet di Gravina, segno di un percorso di inclusione sociale e di lotta allo stigma che in queste collaborazioni vede il raggiungimento di traguardi importanti.

Per conoscere più a fondo ciò che è stata l'attività di orto-terapia abbiamo scambiato due chiacchiere col maestro Cifarelli:

Cifarelli l'orto può essere una terapia? Quali i vantaggi?

“Assolutamente sì, l'orto come terapia. I vantaggi sono ottenibili innanzitutto dal diretto contatto con la natura, il prendersi cura delle piante e della microfauna; dall'osservare grazie alle nostre cure il passaggio dal seme al frutto finale”.

Svolgere questo tipo di attività aiuta la inclusione sociale e la relazione tra le persone?

“L'attività aiuta l'inclusione a 360 gradi. Ho notato con piacere, dopo i primi incontri, i ragazzi della comunità ridere e collaborare con i ragazzi dell'istituto agrario”.

Quali sono state le mansioni svolte dagli ospiti assistiti dal personale qualificato?

“Le mansioni legate alla cura dell'orto sono varieguate. Siamo passati dalla vangatura del terreno alla sistemazione dei tubi per l'irrigazione, la semina di alcune essenze e il trapianto per altre. Di qui in poi, ci siamo dedicati alla raccolta dei frutti”.



Questo tipo di attività stimola la motricità?

“Tutto questo stimola la motricità di quasi tutti i muscoli.”

Quali conoscenze può acquisire l'ospite da questa esperienza?

“L'ospite dopo questa esperienza è in grado di conoscere i periodi di cui necessita l'orto estivo (vangatura, semina scalare, trapianto) per andare in produzione, riconoscere le varie essenze orticole, modalità e periodo di raccolta degli ortaggi”.

Quali i benefici derivanti da questa esperienza?

“L'ospite sviluppa abilità interiori come la fiducia e la pazienza ed accresce la sua autostima, grazie ai risultati ottenuti con il proprio impegno”.

Cifarelli cosa si porta a casa dopo questa esperienza?

“mi sono molto arricchito. Ogni persona che ho conosciuto è stata importante per me e per l'attività”.

**STRUTTURE RIABILITATIVE
RETE DI GRAVINA**

UN GIRO PER LE SALINE

Giovedì 12 maggio, ore 08:30, tutti pronti per un tour guidato presso la riserva naturale Salina di Margherita di Savoia, area protetta della Puglia istituita nel 1977.

Presenti tutti i partecipanti delle diverse strutture di Andria e Trani, facenti parte del gruppo AMA con la psicologa Santoniccolo e la coordinatrice della comunità alloggio Lamesta.

Nella prima parte della mattinata abbiamo visionato una diapositiva in cui veniva spiegato l'origine delle saline, l'estensione e la descrizione del fondale delle vasche.

Successivamente, abbiamo visitato un laboratorio dove ci sono state spiegate le diverse qualità del sale e l'argilla presente sul fondale delle vasche utilizzati per le cure termali.

Di questa escursione ci ha colpito particolarmente vedere i fenicotteri, poter toccare il sale direttamente dalle vasche e in fine vedere le piccole sculture realizzate con il sale.

Per il pranzo ci siamo recati presso il ristorante “riccio di mare” dove abbiamo degustato un pranzo a base di pesce.

Partecipare a questa iniziativa ci è piaciuto molto poiché, oltre ad essere una risorsa, le saline sono un luogo di attrazione per i turisti di ogni età e non solo.

Bella giornata in compagnia di bella gente.

Alla prossima, un saluto da Maurizio, Remo, Cosimo, Giovanni e Francesco.

**COMUNITÀ ALLOGGIO
GRUPPO APPARTAMENTO
ANDRIA - TRANI**



La CASA delle FARFALLE

Nei tuoi passi

*È bello aiutare il mondo
anche se non c'è più rispetto per il prossimo
È bello fare pace sotto la luce
stare bene dopo aver fatto l'amore
La vita a volte sai è bella
può essere una canzone da ricordare in fondo al cuore
come un bambino che dal sonno si sta per svegliare
Come in un giorno d'estate
sdraiarsi al sole al calore della riva del mare
Un bacio spedito sullo specchio
guardo i tuoi occhi riflettere
l'istante in cui ritornano i nostri ricordi indietro
Sei la cosa più bella
che abbia mai visto su questa terra
Questo inverno ho fatto di tutto
per entrare nel tuo paradiso eterno
ma domani non smetterò mai di cercarti
starò sempre dietro ai tuoi passi
e scavalcheremo nelle difficoltà i nostri ostacoli.*

Tu e gli Angeli

*Era un vuoto dietro quel muro
non ci si poteva appoggiare
forse si aspettava un contatto più sicuro
dove potersi rilassare
Vivimi come fossi nei sogni degli angeli
Vivimi come se non potessi mai scordarti di amarti
Vivimi fino a quando faremo ormai vecchi
Vivimi nei sogni degli angeli
Le altre adesso non contano
conta soltanto che di te ho un forte bisogno
Bisogna credere nel mondo e nel nostro futuro
per un domani più sicuro.*

Fabio Martelli

il **so**  **ergibile**

Periodico della
Soc. Coop. Sociale **"Questa Città"** a r.l.

Iscritto al n. 12/07 del Registro dei Giornali
e Periodici tenuto c/o il Tribunale di Trani

Sede sociale e direzione:
Via Guardialto, 8
70024 Gravina in Puglia

Direttore Responsabile:
Sebastiano Inchingolo

Redazione:
Letizia Sansonne, Alessandra Ricci,
Valentina Patella, Alessia Donato,
Emilia Di Meo, Vittoria Piemonte,
Teresa Loglisci, Carmen D'Agostino,
Grazia Laddaga.

Stampa e Grafica:
Grafiche Guglielmi
via Diaz, 10 - tel. 0883.544843 - Andria