

ASSOCIAZIONE
A.M.A.

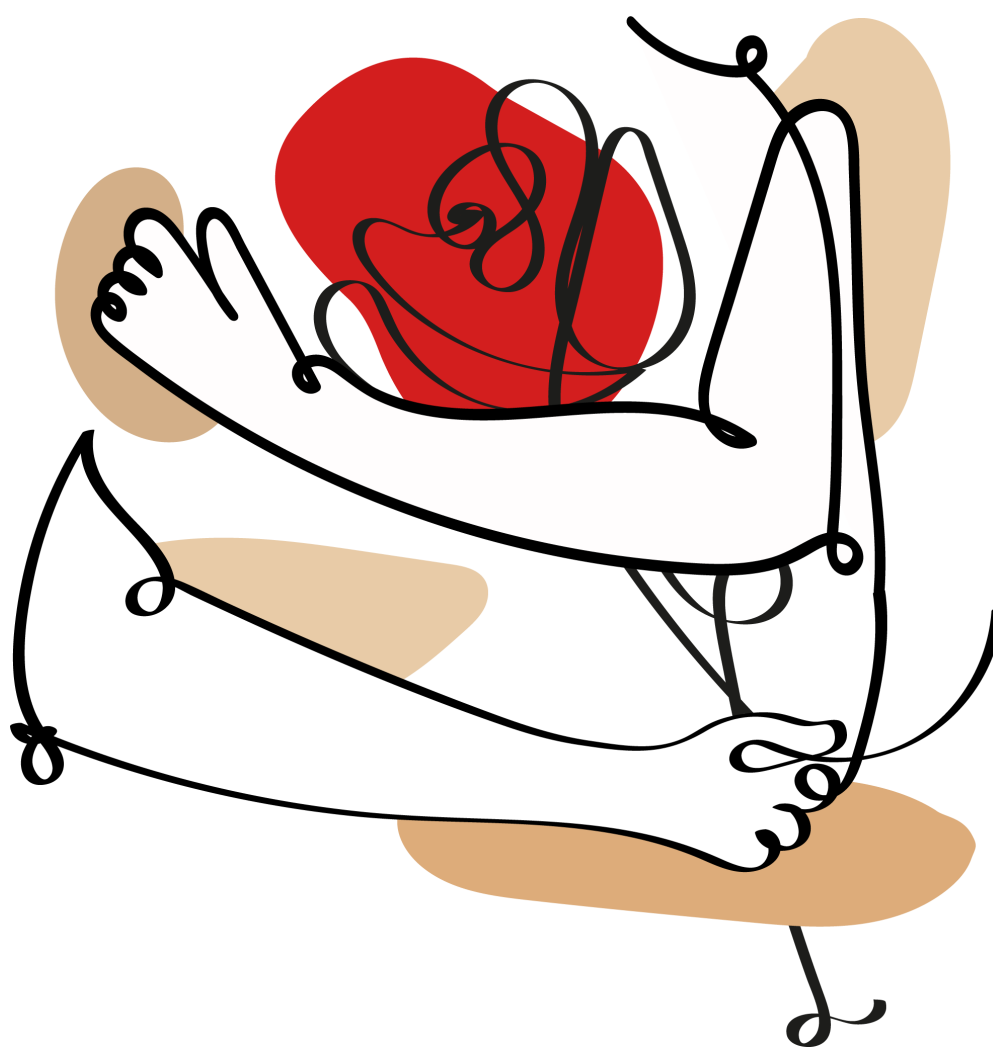


auto mutuo aiuto

chiama

PERIODICITÀ QUADRIMESTRALE - POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - D.L. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N°46) ART. 1, COMMA 2, DCB TRENTO - TAXE PERCUE

BILANCIO SOCIALE 2019 Essenziale



Gruppo Redazione: Annalisa Benacchio, Erika Bugna, Beatrice Caratù, Lisa Dal Mas, Chiara De Monti, Maddalena Franzoi, Alessandra Gianotti, Monica Sadler, Marta Spanevello, Giulia Tomasi, Paola Tonina, Miriam Vanzetta, Zilma Lucia Velame.

Impaginazione grafica e illustrazione di copertina: *Elena Oss*

Stampa: Litotipografia Alcione Lavis (Trento)

Editore: Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto

Direttore Responsabile: Luca Marognoli

Registrazione tribunale di Trento n° 1013 del 18/11/98

Indirizzo della Redazione: Associazione A.M.A. auto mutuo aiuto Trento
Via Taramelli 17 - 38122 TRENTO - Tel. 0461-239640 - Fax 0461-222951

E-mail: info@automutuoaiuto.it - Sito: www.automutuoaiuto.it

Essenziale

Scoprir fa bene e male
che quel che c'affannava
non è poi così essenziale.

Essenza? E senza...
viver non si può
o solo in apparenza?

Eppur la vedo dura
che ci basti la lezione,
superata l'emergenza,
passata la paura...

Ce lo insegna anche la storia
che se non facciam tesoro
serve a poco la memoria.

“La nostra vita non sarà più la stessa”
suona un po' come minaccia,
vorrei fosse una promessa!

Io prometto. Tu prometti?

Maddalena Franzoi

BILANCIO SOCIALE 2019

Essenziale

Introduzione

Quest'anno, nei nostri resoconti del passato e progetti per il futuro, non possiamo prescindere dall'emergenza che stiamo vivendo. Per alcune famiglie non si tratta solo di un'emergenza sanitaria ma comporta molto altro. Chi più chi meno, ogni famiglia, anche le più "equilibrate" e "dotate di strumenti" per reagire, ha dovuto sfoderare una resilienza imprevista e impensata.

E ci siamo resi conto che c'è qualcosa di cui, in situazioni di "normalità", arriviamo addirittura a stufarci, ma di cui in realtà non possiamo proprio fare a meno: abbracciare i nostri cari, ricevere o dare una carezza, condividere gioie, dolori, rituali e tradizioni.

D'ora in poi, sperando di poter riprendere a vivere senza nuove limitazioni sanitarie, dovremo riscoprirne questa essenzialità, che ci mancava e ci manca ancora. Nessuno di noi può indicare agli altri il modo. Ognuno pensi, cerchi di trovarla da sé, di sperimentarla in modo autentico. Questo il mio invito, il mio augurio per la libertà ritrovata di domani.

Cecilia Dal Rì, presidente Associazione A.M.A.

Premessa

Beni essenziali. Se ne è parlato tanto nell'ultimo periodo, nella primavera 2020. Cibo, farmaci: non potevamo farne a meno, erano beni che potevano, che dovevano circolare; per tutto il resto non ci siamo potuti muovere. E ci siamo resi conto, forse, di poter fare a meno di tante cose che prima reputavamo indispensabili.

Ci siamo anche accorti che c'è qualcos'altro di cui abbiamo un bisogno profondo, qualcosa che non si vede e non si tocca. "L'essenziale è invisibile agli occhi", dice il Piccolo Principe di Antoine de Saint-Exupéry.

Ce ne rendiamo conto ora più che mai perché questo bene, che pur riconosciamo come "essenziale", non possiamo averlo. O, per lo meno, non possiamo averlo come prima. Ci mancano le strette di mano, gli abbracci, gli sguardi, i gesti, le parole degli altri. Ci mancano le relazioni. Familiari, amici, colleghi, vicini di casa. All'A.M.A., ci mancano le persone con cui condividiamo il percorso nei gruppi e negli spazi, i momenti di confronto tra volontari, le occasioni di incontro nei diversi progetti.

E' in questo tempo particolare che dobbiamo presentare il bilancio sociale riferito all'anno 2019, ma ci sembra difficile proporlo prescindendo dalla prospettiva di questi giorni.

Oltre quindi a presentare alcuni dati e grafici riferiti alle attività dell'Associazione A.M.A. nello scorso anno, proveremo a raccontare qualcosa del "bene essenziale" che abbiamo cercato di curare nei diversi progetti: Gruppi a.m.a., Punto Famiglie, Vivo.con, Gioco d'azzardo-cura e prevenzione, Invito alla vita, Tra-di-noi. Non sarà una descrizione esaustiva delle iniziative realizzate per ciascuno di essi, ma un focus su alcuni aspetti importanti, partendo da uno sguardo attuale.

Presentazione dei dati

In questa pagina e nella successiva sono riportate la composizione dello staff dell'Associazione A.M.A. e la descrizione delle persone che partecipano ai sei progetti.

A pagina 6 sono riportate alcune informazioni (numero, genere, età e residenza) delle persone che nel 2019 sono entrate in contatto con l'Associazione A.M.A. per la prima volta.

Nelle pagine successive, da 7 a 9, le icone e i dati hanno il colore del progetto a cui si riferiscono e mettono in evidenza:

- » **il numero di persone** che hanno partecipato ai vari progetti nel 2019 e le presenze delle stesse alle varie iniziative
- » **i colloqui** svolti in sede, **le telefonate** ricevute alla linea telefonica "Invito alla vita" e **le conversazioni online** del progetto "Tra di noi"
- » **il numero di volontari**, risorsa essenziale per i vari progetti
- » **le ore di formazione** ai volontari e soci
- » **le ore e il numero di partecipanti alle iniziative di formazione e sensibilizzazione** su temi vari proposte alla comunità
- » **il numero di incontri dei tavoli** di lavoro a cui gli operatori hanno partecipato, nell'ottica del lavoro di rete sul territorio

STAFF



12 operatrici part time sui progetti
(assistenti sociali, psicologhe,
educatrice)



1 coordinatrice



1 responsabile
dell'amministrazione



4 tirocinanti (assistenti sociali,
educatori e grafica)

LE PERSONE NEI DIVERSI PROGETTI

GRUPPI a.m.a.

Chi desidera affrontare un proprio disagio o una situazione di vita attraverso il confronto in gruppo

GIOCO D'AZZARDO

Persone e famiglie che vivono un problema legato al gioco d'azzardo

PUNTO FAMIGLIE

Singoli, coppie, genitori e famiglie che sentono il bisogno di confronto, incontro e sostegno nel loro normale e quotidiano percorso di vita

VIVO.CON

Persone disponibili a ospitare qualcuno nella propria casa e persone in cerca di una sistemazione abitativa temporanea, nell'ottica del mutuo aiuto

INVITO ALLA VITA

Persone che vivono un disagio, una situazione di solitudine, una sofferenza psichica

TRA DI NOI

Giovani fino ai 30 anni che hanno l'esigenza di una relazione d'ascolto, di sostegno emotivo, di informazione e orientamento alle risorse del territorio

NUOVE PERSONE

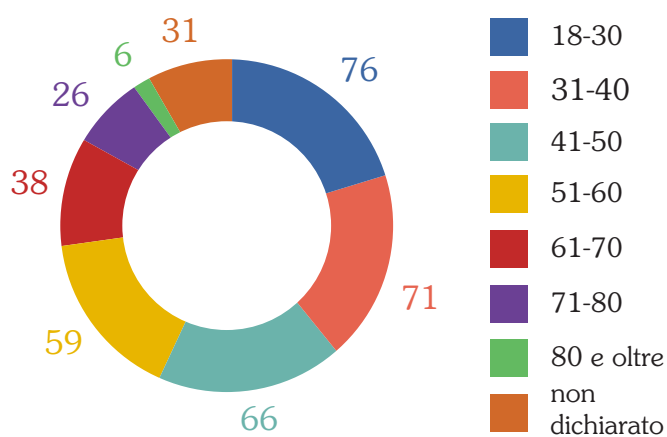
entrate in contatto con l'Associazione A.M.A. per la prima volta



GENERE



ETÀ



RESIDENZA



*Per gli 11 familiari del progetto gioco d'azzardo non abbiamo a disposizione: genere, età, residenza.

*23 persone non hanno dichiarato la provenienza

*Tra le persone che ci sono rivolte al progetto VIVO.CON ci sono 6 famiglie e 3 coppie; nei grafici è considerato solo il capo famiglia

PERSONE

che hanno partecipato ai vari progetti

PERSONE

che si sono rivolte alla piattaforma online Tra di Noi

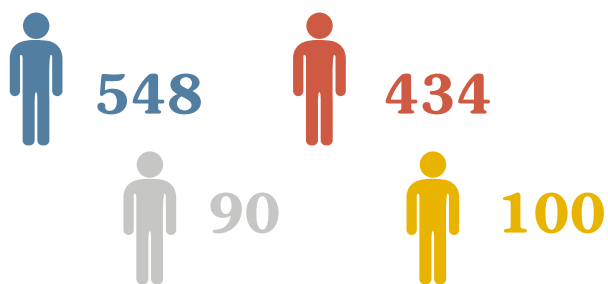
PRESENZE

COLLOQUI

TELEFONATE

al numero verde di Invito alla Vita

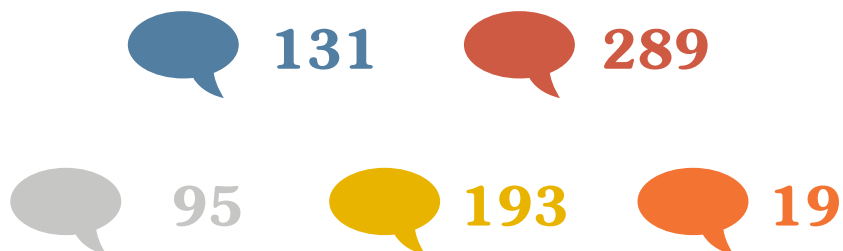
TOTALE 1.172



TOTALE 16.233



TOTALE 727



CONVERSAZIONI ONLINE



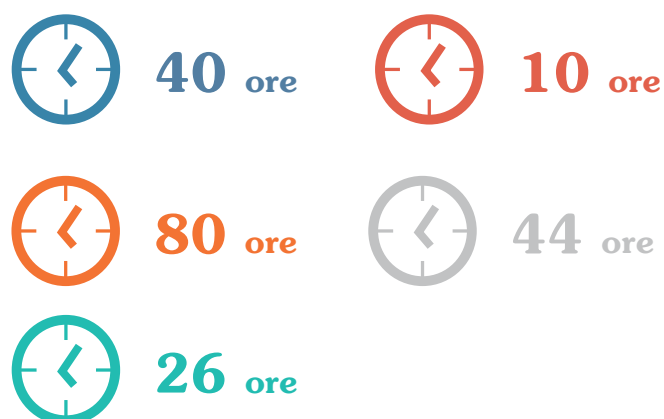
VOLONTARI



+3 Consiglio direttivo e Collegio revisori dei conti

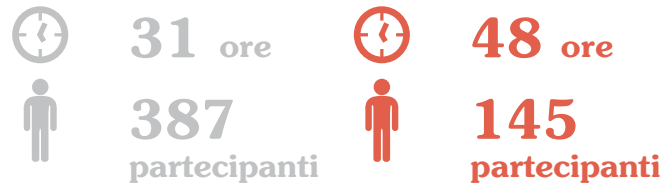
TOTALE 145

SUPERVISIONE E FORMAZIONE VOLONTARI E SOCI



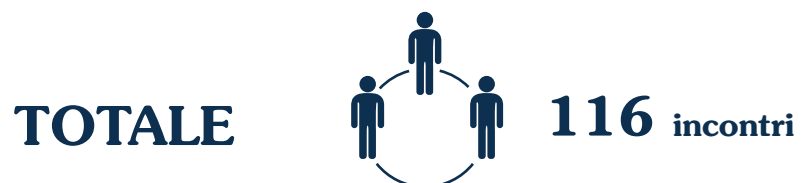
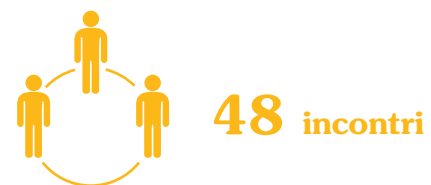
TOTALE 200

FORMAZIONE E SENSIBI- LIZZAZIONE ESTERNE



TAVOLI DI LAVORO

con realtà istituzionali e
della sfera sociale, cultura-
le e sportiva



I PROGETTI DELL'ASSOCIAZIONE A.M.A.

GRUPPI A.M.A.

Promozione e sostegno ai gruppi di auto mutuo aiuto rappresentano l'attività fondante per la nostra associazione. Partecipare a un gruppo permette a persone accomunate dalla stessa esperienza di incontrarsi, conoscersi e confrontarsi in una dimensione di scambio e reciproco sostegno.



PUNTO FAMIGLIE ascolto e promozione

Punto famiglie – ascolto e promozione si rivolge a famiglie del Comune di Trento con proposte di incontro, condivisione, approfondimento e la possibilità di percorsi e consulenze sia individuali sia di gruppo.



GIOCO D'AZZARDO cura e prevenzione

Il progetto Gioco d'Azzardo propone iniziative a sostegno delle famiglie con problematiche connesse al gioco d'azzardo e promuove attività di prevenzione e informazione rivolte alla comunità.



VIVO.CON

Il progetto VIVO.CON propone la possibilità di coabitazioni temporanee tra privati cittadini, all'interno di un percorso di conoscenza e consapevolezza.



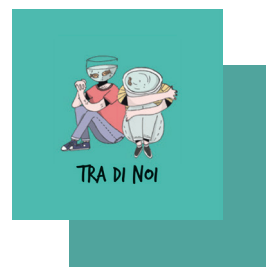
INVITO ALLA VITA

Il progetto Invito alla Vita – prevenzione del suicidio in Provincia di Trento, gestito in stretta relazione con l'APSS, promuove una corretta informazione per ridurre lo stigma e fornisce supporto ai familiari e alle persone che vivono situazioni di fragilità, in particolare attraverso una linea di ascolto telefonica.



TRA DI NOI

Il progetto Tra-di-Noi/Youngle Trento è una piattaforma interattiva rivolta ai giovani che fornisce ascolto, sostegno e informazioni sui corretti stili di vita e sui servizi di riferimento.



GRUPPI DI AUTO MUTUO AIUTO



Le tematiche comuni che portano le persone desiderose di frequentare un gruppo all'Associazione A.M.A. sono le più disparate. Può trattarsi della difficoltà legata ad uno stato patologico come una dipendenza, la depressione, una malattia cronica, la disabilità. Può essere il dolore legato ad una perdita come il lutto, la separazione, la disoccupazione, non avere più una casa.

Quello che accomuna tutte queste fragilità è il vissuto della solitudine, dell'isolamento, la scarsità delle relazioni o la scarsa qualità delle relazioni personali che aggravano e rendono tutto più faticoso da sopportare e da affrontare.

Nei giorni di pandemia siamo stati tutti accomunati dalla solitudine, dall'isolamento forzato, dalla paura dell'ignoto, del futuro, assediati da un nemico invisibile che ci rendeva tutti vulnerabili. Abbiamo sofferto di nostalgia per la lontananza dai nostri cari, per l'impossibilità di esprimere con la fisicità amore, passione, comprensione, empatia. In una parola, siamo stati depauperati della relazione fisica significativa con l'altro; allo stesso tempo abbiamo preso maggiore consapevolezza di come la relazione rappresenti un bisogno primario per un'esistenza ricca e soddisfacente.

La povertà di relazione è esattamente la condizione che vivono le persone che arrivano all'A.M.A. e che pian piano, incontro dopo incontro, sperimentano quella che definiamo "magia" del gruppo, grazie alla quale iniziano a lievitare comprensione, condivisione, aiuto reciproco anche concreto, informazione... in una sola parola: "benessere". Qualsiasi sia la tematica del gruppo, le relazioni tra le persone sono generative di cambiamento, di affiliazione reciproca. Chi sperimenta il gruppo spesso afferma di aver trovato una famiglia che, talvolta a differenza della famiglia naturale, è luogo di libertà, di rispetto, di accudimento, di non giudizio.

In quest'ottica, all'interno dei gruppi la relazione rappresenta un bene essenziale.

Nel 2019, oltre al consueto impegno nel sostegno ai gruppi esistenti, nel coinvolgimento e formazione di nuovi volontari, nella sensibilizzazione della popolazione e di specifiche categorie professionali su temi trasversali per aumentare le capacità di vita e per promuovere la propria salute, abbiamo dato l'avvio ad alcuni gruppi nuovi:

- » **GRUPPO CAREGIVERS (GRIGNO):** per persone che si prendono cura di un proprio caro non autosufficiente o che hanno un familiare in casa di riposo. I caregivers vivono la condizione comune di completa dedizione alla cura del proprio familiare; il gruppo permette loro di prendersi un tempo per la cura di sé, per sfogarsi e per ricaricarsi, per non sentirsi soli di fronte a un forte impegno fisico e psicologico.

- » **GRUPPO PER GENITORI DI FIGLI AFFETTI DA ANORESSIA O BULIMIA (TRENTO):** per genitori che affrontano una condizione difficilissima, una malattia che condiziona molto la quotidianità di tutta famiglia e che ha ricadute sul piano psicologico, ma anche sociale, dei vari componenti; sono seguiti dal Centro per i Disturbi alimentari, ma apprezzano la possibilità di potersi incontrare in un clima di non giudizio e accoglienza tra pari.
- » **GRUPPO PER GENITORI DI BAMBINI CON DISPRASSIA (TRENTO):** un disturbo che è poco riconosciuto ma che ha conseguenze sull'autostima di questi bambini, soprattutto quando diagnosticato con ritardo. I genitori hanno potuto riconoscersi negli aspetti della quotidianità, nella gestione dei bambini, molto impegnativa per le famiglie, e sostenersi attraverso lo scambio di informazioni e la partecipazione a campagne di sensibilizzazione.
- » **GRUPPO PER PERSONE AFFETTE DA DOLORE CRONICO (TRENTO):** una patologia che intacca il benessere psicologico, lavorativo e sociale. L'invisibilità del dolore è stata abbattuta dall'appartenenza a un gruppo, dal fatto di essere accolti e compresi perchè si condivide una condizione di vita difficilissima. La qualità delle relazioni può migliorare un quadro clinico immutabile, ma con il quale si può convivere.

In tutte queste esperienze, ciò che ha permesso l'accettazione di una situazione spesso difficile da modificare, è il cambiamento di sguardo verso sé stessi e verso gli altri (in particolare per i familiari), è la relazione; quella vicinanza emotiva ed esperienziale che è preziosa testimonianza

nei gruppi. Ascoltare gli altri è come ascoltarsi dentro e ciò che non si riesce ad esprimere può magari trovare parole nel discorso della persona di fronte e nel suo racconto emotivo. Le idee su come affrontare gli ostacoli quotidiani e le prospettive sulle situazioni sono molteplici in un contesto di gruppo, più ampio di quello personale e familiare.

La reciprocità aiuta le persone a muovere i passi verso la libertà di ascoltarsi, riconoscersi, di fare nuovi tentativi, di avere nuovi sguardi sui problemi, di dare nuovo senso alla propria fragilità, non come ostacolo insuperabile ma come percorso di vita.

Questo cammino ha bisogno di uno sguardo di fiducia e di cura dell'altro che il gruppo offre ai suoi partecipanti, non lasciandoli soli e riconoscendo loro ogni sforzo fatto per guadagnarsi un pezzo di benessere in più.

PUNTO FAMIGLIE - Ascolto e promozione



Stringi stringi, volendo andare a cercare il cuore, l'essenziale delle attività di Punto Famiglie, due sono le parole chiave che ci sono venute in mente: quotidianità e tempo. Ci pare che facciano incastrare bene tra loro, come in un puzzle composito e variopinto, i diversi tasselli rappresentati dalle nostre proposte, sia quelle realizzate nel 2019, che quelle del "prima" e dell'"oggi".

Proposte dentro la quotidianità e quotidianità dentro le proposte

Quotidianità è una parola che ci piace molto perché punta i riflettori sulle piccole cose di ogni giorno, sui mattoncini che aggiungiamo, pezzo dopo pezzo, per costruire una dimensione di benessere dentro i contesti a cui apparteniamo, in primo luogo la famiglia. I mattoncini che disegnano l'architettura del rapporto di coppia; quelli che costruiscono la relazione affettiva ed educativa con i nostri figli e che danno base, struttura e forma al loro percorso di crescita; i mattoncini che, in un'ottica più comunitaria, danno vita a "opere collettive" piccole e grandi. Spesso si tratta di un lavoro quasi invisibile, che rischia di passare inosservato e di non essere giustamente valorizzato. E' per giunta un lavoro faticoso, che può risultare logorante e frustrante, se si perde di vista il progetto complessivo,

l'opera che si intende realizzare, concentrandosi esclusivamente sul singolo mattoncino, che può a volte assomigliare di più a un macigno... Le nostre proposte, da sempre, vogliono dare valore, dignità e linfa vitale proprio a questa dimensione: l'impegno e la fatica del quotidiano nell'ambito delle relazioni familiari e sociali.

Sia che parliamo di spazi di incontro, gruppi e serate di confronto, colloqui di ascolto e sostegno.

In primo luogo, le nostre proposte si inseriscono all'interno della quotidianità delle persone, come appuntamenti fissi, momenti attesi e desiderati che accompagnano il susseguirsi delle settimane e dei mesi.

In secondo luogo, la quotidianità viene portata dentro le nostre proposte, attraverso la condivisione e il confronto delle proprie esperienze, sfide, fatiche, soddisfazioni, emozioni, difficoltà, risorse...

Mentre scrivevamo queste righe, in piena emergenza sanitaria, ciascuno di noi si trovava ad affrontare una quotidianità sicuramente diversa da quella di prima, anche se in misura molto variabile, a seconda della fase di vita che stava vivendo, e in base ad una serie di elementi e a come si sono combinati in ciascuna famiglia (chi ha perso il lavoro e chi ha lavorato più di prima, chi ha vissuto malattie e lutti e chi non è stato toccato direttamente, famiglie separate, genitori soli, persone con bisogni speciali, ecc.).

Le persone che vivono sole, private di ogni relazione, possono aver sperimentato vissuti di tristezza, ansia e preoccupazione, senza la possibilità di dividerli con qualcuno dal vivo... Chi, al contrario, ha una famiglia, magari numerosa, si è trovato a vivere la fatica della convivenza ininterrotta, in contesti familiari non sem-

pre armoniosi...

Lavoro e scuola sono entrati dentro le case e questo ha aumentato in modo significativo il carico delle famiglie con bambini e ragazzi.

Dai genitori abbiamo raccolto una grande fatica a mantenere routine e regole, faticosamente costruite nel tempo. Sono cambiate le abitudini, gli orari sono stati sballati, i bambini con genitori che lavoravano sono stati lasciati molte ore da soli (in molti casi davanti agli stessi schermi da cui prima si cercava di toglierli!). La sfida per i genitori è stata quella trovare un equilibrio tra una ragionevole flessibilità, necessaria in una situazione di eccezionalità, e una cornice chiara che garantisse un sufficiente livello di benessere di tutti, adulti e bambini.

Il Covid ha stravolto le vite dei bambini/ragazzi soprattutto nel campo delle relazioni. Da un giorno all'altro hanno lasciato scuola, amici, nonni, sport, giochi e corse all'aria aperta. Si sono dovuti adattare alla nuova realtà e alle nuove richieste...

Insomma, le sfide legate a questa nuova quotidianità, in continua evoluzione per giunta, sono state molteplici... Per questo, abbiamo cercato di portare avanti anche in questa fase le nostre proposte di ascolto e confronto con le persone e tra le persone, a distanza naturalmente, attraverso canali alternativi (telefono, Skype, Whatsapp, Zoom, Meet, ecc.).

Scegliere di prendersi il tempo

Il tempo è un altro bene essenziale al centro delle nostre proposte passate, presenti e future. Partecipare a uno spazio di incontro, al gruppo nonni, a una serata di confronto tra genitori, fare un percorso di consulenza individuale o come coppia affettiva o genitoriale significa prendersi un tempo per sé. Un tempo dedicato, perché ne vale la pena. Un tempo in cui rallentare, fermar-

si, riflettere, osservare e osservarsi, condividere, connettersi con gli altri e ancora prima con se stessi e con le proprie emozioni.

Il tempo dei colloqui offre l'opportunità di andare a vedere, con una lente di ingrandimento e l'aiuto di una persona preparata per questo, le proprie relazioni, dinamiche, difficoltà e risorse, in una prospettiva di cambiamento.

All'inizio dell'emergenza Coronavirus serpeggiava tra i genitori l'euforica sensazione di poter finalmente disporre di più tempo libero. Ben presto ci siamo accorti che purtroppo non era così, per diversi motivi: è vero che c'era chi non lavorava, ma c'era anche chi lavorava più di prima; le incombenze in casa erano maggiori a causa della presenza costante; la scuola a distanza sollecitava e richiedeva molto ai bambini, ma anche ai genitori che li dovevano affiancare; in famiglia, nucleare o allargata, potevano esserci persone ammalate con bisogni di assistenza, ecc.

Questo ci ha confermato un sospetto che avevamo già da prima: se aspettiamo che il "tempo libero" arrivi da solo, rischiamo di dover attendere molto a lungo... Per questo è necessario scegliere di prendersi il tempo per le cose a cui teniamo, decidendo di metterlo da parte.

E... la situazione di confinamento ci ha offerto la preziosa opportunità di prenderci il tempo di farci alcune domande: cosa mi è mancato di ciò che avevo prima? Di cosa ho capito di poter fare a meno? Cosa potrei ridimensionare? Dove voglio investire?

Ci auguriamo che il tempo dedicato alle proposte di Punto Famiglie e della nostra associazione risulti ai primi posti della vostra classifica!

GIOCO D'AZZARDO - Cura e prevenzione



Il 2019 è stato, per l'ambito del gioco d'azzardo, un anno importante: abbiamo infatti festeggiato i 20 anni trascorsi da quando l'Associazione A.M.A. ha iniziato a occuparsi di questa tematica. Alla luce di questo anniversario, è difficile pensare di sintetizzare in poche righe quello che rappresenta l'essenziale per questo progetto.

Numerose sono le attività che la linea azzardo ha svolto in questi anni e altrettanto numerose sono le persone che con noi hanno collaborato per creare una cultura locale e nazionale diversa sul tema del gioco d'azzardo.

Cercando di evidenziare comunque i nuclei fondanti di questo progetto non possiamo non partire dai gruppi, dalle persone, il cuore pulsante di questa micro-realtà interna ad AMA, che prende vita nel 1999 quando Paolo Dallago decide di far partire il primo gruppo di auto mutuo aiuto rivolto giocatori d'azzardo e familiari.

In questi vent'anni centinaia e centinaia di persone sono passate dall'Associazione, i gruppi si sono moltiplicati, si sono gemmati sul territorio e hanno cominciato a spuntare nelle diverse realtà dove ce n'era bisogno; attualmente i gruppi di auto mutuo aiuto attivi sono 8.

A dicembre dello scorso anno abbiamo realizzato un convegno proprio per festeggiare questo grande traguardo, per ricordarci di tutte le attività che sono state svolte e di tutte le persone che ci hanno aiutato e sostenuto.

Ripercorrendo la storia di questi anni, a partire dal 2011 abbiamo assistito all'esplosione delle richieste di aiuto rivolte all'Associazione A.M.A., che ha coinciso con l'introduzione progressiva e sempre più massiccia, a partire dagli anni precedenti, di opportunità di gioco sul territorio provinciale, così come nel resto d'Italia.

Dalla metà degli anni Novanta infatti l'offerta di azzardo ha cominciato a moltiplicarsi esponenzialmente: pressoché ogni anno, lo Stato ha ammesso l'introduzione di una nuova tipologia o modalità di gioco che rendesse più attraente il prodotto offerto in precedenza.

A partire dal 2011 hanno iniziato ad arrivare all'Associazione A.M.A. anche sollecitazioni da parte di numerose circoscrizioni del Comune di Trento e Rovereto e di altri Comuni della Provincia rispetto alla situazione che vedevano crearsi nei propri territori: "il fiorire continuo e crescente di locali dove si pratica il gioco d'azzardo, cambiando profondamente la geografia dei centri abitativi: dove prima c'erano esercizi commerciali di prima necessità o luoghi di aggregazione come i bar, ora si trovano sale-slot e in molti bar/edicole/tabaccai sono state installate macchinette".

Per cercare di affrontare in modo coordinato ed efficace la situazione, sono nate una serie di collaborazioni tra enti pubblici, soggetti economici e realtà a carattere sociale, coordinate da

Amministrazione comunale di Trento e Associazione A.M.A., che hanno portato alla creazione di un documento, l'Alleanza per la tutela e la responsabilità condivisa nel contrasto e nella prevenzione del gioco d'azzardo patologico, sottoscritto il 2 maggio 2012, da Comune di Trento, Associazione AMA – auto mutuo aiuto, Provincia Autonoma di Trento, Azienda Provinciale per i Servizi Sanitari, Comune di Rovereto, Casse Rurali Trentine, Consorzio Comuni Trentini, Confesercenti, Ordine dei Giornalisti, Coordinamento Nazionale delle Comunità d'Accoglienza (CNCA), Federazione Italiana Tabaccai (FIT), CONSOLIDA, Caritas.

Alcuni soggetti aderenti all'Alleanza sono stati invitati in Consiglio provinciale per fornire il proprio parere rispetto a due disegni di legge proposti sull'azzardo, che hanno portato all'approvazione all'unanimità della L.p. 22 luglio 2015, n. 13: Interventi per la prevenzione e la cura della dipendenza da gioco, che prevede tra l'altro lo spostamento e l'eliminazione delle slot delle VLT dai luoghi sensibili.

Quest'anno, proprio alla luce della legge approvata nel 2015, l'associazione AMA è stata convocata in audizione dal Consiglio provinciale per discuterne ancora una volta.

Ripensando all'essenziale, questi traguardi dimostrano in che modo le persone, dal basso, possono portare la loro voce per cambiare in maniera attiva la realtà che le circonda.

Una realtà che ci pone di fronte a nuove sfide e cambiamenti sempre più rapidi, basti pensare alla crescita del gioco d'azzardo online o l'utilizzo dei videogiochi problematico che può approdare al gaming disorder, soprattutto per i giovani e giovanissimi.

Per affrontare queste nuove problematiche, nel corso del 2019, l'Alleanza, costituitasi a partire dal tema del gioco d'azzardo, ha preso una nuova forma e una nuova spinta: vari enti e associazioni si sono riuniti nell'Alleanza #Dai-muoviamoci, con l'obiettivo di affrontare i temi delle dipendenze e prevenire i comportamenti a rischio che attirano le fasce giovanili, promuovere stili di vita sani e alternative positive quali importanti fattori protettivi e creare una comunità educante, attraverso il coinvolgimento di tutte le forze in campo: famiglia, scuola, comunità, realtà politiche, culturali ed economiche.

Tornando ad oggi, vogliamo mettere in risalto l'impegno e la dedizione dimostrate dai nostri volontari nel periodo di quarantena data dal Covid-19. Tutti i facilitatori si sono prodigati per assistere e seguire le persone dei rispettivi gruppi telefonicamente o tramite videochiamate.

Un dato che ci rende molto orgogliosi è che più della metà dei gruppi azzardo sono riusciti a mantenere il loro incontro settimanale sfruttando le possibilità offerte dal mondo virtuale. E' evidente che l'importanza della relazione fisica e dell'incontro non vengono dimenticati, ma riteniamo che gli incontri virtuali siano stati rappresentativi delle solide relazioni di sostegno che si sono create negli anni all'interno dei vari gruppi.



E' sempre un'emozione osservare un mondo che si conosce bene da una nuova prospettiva. Da inizio marzo 2020, la casa per noi ha acquisito nuovi significati, abbiamo guardato con occhi diversi cose che già conoscevamo, abbiamo imparato cose che non sapevamo. Nuovi sguardi, nuove consapevolezza, nuovi segreti ci hanno portato a considerare in modo differente il nostro essere nel mondo e di conseguenza il nostro abitare e pensare la nostra casa.

Sicuramente chi si è trovato in isolamento sociale nella propria abitazione, ha potuto valutare la propria fortuna o il proprio disagio a partire da molti fattori: essere soli oppure no, avere dello spazio all'aperto o non averlo, essere in centro o in periferia, avere del verde vicino oppure no, avere metri quadri a sufficienza o non abbastanza, essere in un condominio o in una casa singola... esperienze diverse legate alla struttura della propria casa, alla propria condizione economica e alla propria composizione familiare. In grande difficoltà si è trovato un numero importante di persone: quelle che una casa non l'avevano!!! O che potevano anche averla, ma non era tuttavia accessibile perché lontana, perché incompatibile con il luogo di lavoro o per altri motivi.

Abbiamo abitato per molto tempo un mondo

molto superficiale e la quarantena ci ha permesso di svestire molti miti della nostra società, lasciando spazio per le nostre necessità primarie, per l'essenziale... E così il bisogno di stare a casa, indispensabile per contenere l'espansione della pandemia e permettere la tenuta del nostro sistema sanitario, ha rivelato quanto la nostra società sia ancora lontana dal garantire un contesto socio-economico di base che permetta a tutti di poter vivere dignitosamente e fare proprie le regole comuni.

Questa non è una novità, infatti nel 2019 il nostro progetto VIVO.CON ha compiuto 10 anni di attività nella provincia di Trento. VIVO.CON, attraverso l'auto mutuo aiuto abitativo, porta il sostegno relazionale e pratico a domicilio, proprio perché da molto tempo sono noti i disagi personali e comunitari all'interno del tema abitare. Il progetto crea spazi di incontro tra persone che hanno una casa (risorsa) ma percepiscono la solitudine, l'insicurezza, il peso della sua gestione, e persone che una casa non ce l'hanno perché studenti, lavoratori fuori sede, careleavers o migranti. Questi spazi di incontro sono pensati come luoghi di conoscenza, di maturazione di consapevolezza rispetto ai propri bisogni e alle proprie risorse da mettere nella relazione con l'altro, da cui nasce la fiducia necessaria per coloro che scelgono di VIVERE CON qualcuno che non è un familiare.

Abbiamo festeggiato il nostro decennale con un convegno nazionale "Abitare Condiviso" (8 e 9 novembre 2019), che ci ha confermato il nostro operato con dati molti incoraggianti rispetto a quanto la qualità della vita passa per l'abitare che, riprendendo le parole dette per l'occasione dalla dirigente del Servizio Politiche Sociali della PAT Federica Sartori, è un aspetto "strategi-

co per il benessere”. In questi 10 anni abbiamo visto crescere il numero di esperienze di auto mutuo aiuto abitativo, abbiamo affinato i nostri strumenti e modelli di intervento e abbiamo consolidato la rete dei partner territoriali e nazionali.

Ma se di casa si ha sempre bisogno, e non serve un'emergenza sanitaria per capirlo, perché tanti disagi legati alla casa?

Perché la “casa” è un plurale: di valori, di sfumature, di significati. In questo senso, nel 2019, VIVO.CON ha iniziato a proporre ai suoi partecipanti e anche alla popolazione in generale il percorso-laboratorio “Quanto vale una Casa”. E' un interrogativo a cui sembra facile rispondere; ma a quale valore stiamo facendo riferimento?

Le dimensioni di valore di una casa sono molteplici: la casa è innanzitutto un nido sicuro, uno spazio fisico che ci accoglie e ci fa sentire protetti, nel quale possiamo rifugiarci per trovare calore e ristoro; ma la casa è anche un contesto affettivo, nel quale facciamo le prime esperienze di legami umani all'interno della famiglia e che rappresenta per tutta la vita un punto di incontro con i nostri cari; la casa, inoltre, è parte di una comunità e di un territorio ai quali apparteniamo e che ci appartengono a loro volta; infine, la casa è un immobile con un valore economico sul mercato, ma anche con un valore normativo, in quanto costituisce il luogo nel quale possiamo registrare la nostra residenza...

Insomma, una casa vale molto e non ne possiamo fare a meno! Nella nostra società abbiamo bisogno di abitare in un luogo, per avere una buona qualità di vita e un buon adattamento sociale. Senza una casa è difficile riuscire a riposarsi, trovare conforto e ristoro, studiare, lavorare, stare con gli amici e con gli affetti, crescere i figli, accogliere i genitori, vivere in salute!

Ma questi valori sono per noi così evidenti? O ci sono differenze nel percepirli, non solo da un

punto di vista della singolarità di ciascuno, ma anche dovute all'età, alla condizione di avere o non avere una casa, alle differenze culturali? Questi sono gli spunti che il percorso “Quanto vale una casa” ha cercato di radunare per creare contesti di pensiero e di crescita personale in un ambiente di gruppo.

Nel corso del 2019 abbiamo collaborato con molti operatori che, come noi, cercano di promuovere la qualità di vita attraverso la qualità dell'abitare, partecipando a molti tavoli di lavoro sul tema (“Residenzialità Leggera di Trento”, “Fa' la casa giusta” di Rovereto, “Housing di Territorio” della Rotaliana) e a momenti di incontro ad hoc con altre realtà, come le Comunità della Valle di Sole e dell'Alto Garda e Ledro.

Vogliamo concludere con una riflessione sul perché noi dell'Associazione A.M.A. ci siamo avventurati nell'ambito dell'abitare.

Perché casa vuol dire “prossimità”, “vicinanza”. Noi esseri umani abbiamo una motivazione innata e intrinseca a creare legami con gli altri: l'attaccamento. Questo legame ci spinge non solo alla ricerca di una prossimità fisica che ci garantisca benessere e sopravvivenza fisica, ma ci muove verso sentimenti come quelli della sicurezza, della fiducia, del sostegno nei momenti di crisi, del bisogno dell'altro nella nostra vita. La nostra casa rappresenta la possibilità che questi legami di attaccamento si espandano dalle persone agli oggetti, e da questi al territorio più ampio. Come il nostro io costituisce una stanza psichica che permette il continuo scambio tra il nostro mondo interno e il nostro mondo esterno, anche la casa ci permette di collegare questi due mondi e rappresenta uno strumento di ponte e di dialogo tra quello che siamo e quello che viviamo, sia nella relazione tra me e me, sia nella relazione tra me e l'altro.

INVITO ALLA VITA



Prevenire un atto suicidario, gli addetti ai lavori se lo ripetono spesso, può suonare ambizioso se non irrealistico. Ma, come suggerisce il nome del progetto di prevenzione dell'Azienda Sanitaria gestito dall'Associazione A.M.A., "Invito alla vita", è possibile sostenere le persone più fragili, quelle che tecnicamente si definiscono "a rischio suicidario". E' possibile aiutarle a cambiare la prospettiva sulla loro vita, ad ampliare il loro orizzonte ristretto dal dolore, dalla fatica, dall'incomprensione, dalla frustrazione, dalle catene che le tengono ancorate a un'esistenza disperata.

Cosa può cambiare l'aspettativa di sofferenza ininterrotta e senza via di scampo che permea l'esistenza di una persona che non coglie più il senso della sua vita? Ce lo suggeriscono le molte persone incontrate in questi anni di progetto che a un certo punto hanno provato a sottrarsi al male di vivere: è la relazione, la prossimità a persone significative, magari incontrate per caso o riscoperte per caso nel proprio contesto di vita.

Le relazioni significative sono il primo fattore protettivo per le persone. Le relazioni sane e soddisfacenti sono una rete di salvataggio, sono il sicuro appiglio in caso di caduta, in caso

di disavventura, in caso di perdite. Un'intera comunità accogliente, attenta e premurosa quindi, può rappresentare il fattore protettivo per eccellenza per chi al suo interno ha imboccato il tunnel della disperazione e non vede più la luce in fondo ad esso.

Da questo punto di vista possiamo quindi affermare che prevenire un suicidio è possibile e non è "affare" esclusivamente di specialisti, ma di tutti. Con questa rassicurante certezza più di 200 persone hanno lasciato l'auditorium di Lavis il 10 settembre 2019, giornata mondiale della prevenzione del suicidio, alla fine di un'emozionante serata in cui, appunto, una comunità intera ha voluto stringersi attorno alle famiglie di chi in quel territorio ha perso un proprio caro suicida. Un'intera comunità addolorata e incredula ha voluto interrogarsi insieme a professionisti della salute mentale, delle istituzioni, al vescovo Lauro Tisi, sul perché anche persone molto giovani decidano di abdicare al mestiere di vivere. Un'intera comunità ha deciso di interrompere l'omertà che spesso accompagna questi eventi per parlarne, per capire come è possibile che alcune persone fragili si trovino nella condizione di essere costrette a togliersi la vita. Se ne è parlato con chiarezza, senza mezzi termini, perché è necessario affrontare questo argomento che è caratterizzato ancora da un forte stigma, che fa tanto soffrire chi sopravvive al suicidio di un proprio caro.

Se la comunità è in grado di allearsi con le istituzioni, con i professionisti della salute mentale e con tutti i soggetti significativi nella lotta a questo doloroso fenomeno, qualcosa può cambiare e si può fare la differenza.

L'abbiamo fatto tante volte anche nel 2019 organizzando incontri di formazione a Trento, Rovereto e Cles dal titolo "OPERATORI IN RETE". Incontri che hanno permesso a tanti professionisti diversi (forze dell'ordine, operatori sociali e sanitari, parroci, volontari dell'emergenza...) di incontrarsi, conoscersi e confrontarsi, tutti passi fondamentali per tessere alleanze di contrasto al fenomeno suicidario.

Sono stati momenti formativi importanti per poter approfondire una tematica che tocca tutti, ma di cui sembra difficile poter parlare. Momenti di incontro che, nella logica dell'auto mutuo aiuto, hanno permesso un confronto tra professionisti, tra persone che con generosità hanno condiviso le loro esperienze, domande, paure e speranze. Incontri che hanno permesso di inserire un nuovo tassello nel complesso puzzle che il progetto "Invito alla Vita" continua a comporre per creare reti di prevenzione.

Altro tassello fondamentale del puzzle è di certo la linea telefonica gratuita di ascolto gestita da volontari che ogni giorno, dal mattino alla notte, regalano a chi chiama il loro ascolto. Il vero ascolto dell'altro è un'arte raffinata e difficile, soprattutto se avviene attraverso un telefono, senza poter essere vicini e senza potersi vedere.

E proprio la lontananza di questi mesi, che ci ha costretti chiusi in casa, ci ha fatto vivere e capire quanto possa essere difficile sostenersi a distanza, ma quanto questo sostegno sia prezioso. Mai come in questo momento storico ognuno di noi ha sperimentato la solitudine, l'isolamento, la paura del futuro, la malattia, la perdita, l'allontanamento dalla propria comunità di riferimento e ha potuto forse intuire la disperazione che può portare una persona a uccidersi.

L'esperienza che abbiamo fatto può essere un'occasione per farci riscoprire più sensibili anche verso un tema come questo, può sollecitarci a interrogarci su quanto ognuno di noi può rappresentare quella relazione significativa per la persona sofferente che abbiamo accanto. Ancora di più in questa prospettiva, la relazione con l'altro diventa un bene essenziale, un bisogno primario, un vero e proprio "salvavita" per chi ci sta accanto.

TRA DI NOI



Il bisogno di appartenenza a un contesto relazionale è un bisogno primario. Per i giovani, soprattutto, far parte di un gruppo di pari è essenziale e necessario. Quando questo bisogno, per motivi diversi, non è soddisfatto, i ragazzi stanno male. Ben conosciamo i danni provocati da forme di bullismo, di emarginazione ed esclusione a cui i ragazzi possono andare incontro durante i molti anni trascorsi a scuola.

Oltre al contesto scolastico e alla relazione tra pari, i ragazzi possono sperimentare il mancato senso di appartenenza anche in famiglia e questo vissuto di esclusione può aggravarsi ulteriormente, diventando potenzialmente molto pericoloso.

In questi mesi i ragazzi hanno sperimentato l'allontanamento forzato dalle proprie dimensioni comunitarie, la classe, gli amici, gli affetti. Ci sono venute incontro le tecnologie per cercare, almeno parzialmente, di porre rimedio alla situazione di distanziamento sociale; in particolare, il nostro progetto TRA-di-NOI Youngle Trento, nato come progetto di ascolto on line a 360° per far sentire accoglienza, vicinanza e accettazione ai ragazzi in difficoltà, è stato molto utile anche per chi, in questo periodo, ha sofferto per la mancanza di relazioni vis a vis dovute alle restrizioni causate dalla pandemia. In molti

hanno scoperto la nostra piattaforma e hanno potuto contare su un gruppo di pari accogliente, interessato a loro e formato all'ascolto (digitale e non).

Il 2019 è stato per il progetto un anno molto significativo da molteplici punti di vista, ha potuto godere della stabilità di una giovane educatrice che ha monitorato e coordinato costantemente il progetto. Questo ha permesso di ampliare, arricchire e dare un ritmo armonico al progetto, con il giusto investimento di tempo e risorse.

Si è lavorato sul senso di appartenenza del gruppo dei volontari, proponendo momenti formali come formazioni e serate di informazione e sensibilizzazione su tematiche ricorrenti all'interno delle chat, ma allo stesso tempo occasioni di incontro informali, come riunioni in un bar dove parlare sia del progetto, sia delle proprie esperienze personali di quel periodo.

Permettere ai volontari di confrontarsi tra di loro su come stanno è fondamentale, perché se una persona sta bene e si sente supportata, è più facile che riesca ad aiutare l'altro, e perché gli stessi volontari sono ragazzi giovani che possono incontrare difficoltà simili a chi scrive in chat.

Questo ha consentito di consolidare il gruppo già esistente e di facilitare l'inserimento di nuovi volontari, che hanno trovato accoglienza e un loro spazio all'interno del progetto.

Il gruppo di volontari si è rafforzato anche attraverso un progetto interessante che abbiamo proposto all'interno degli Istituti Scolastici, con un format di attività pensato e costruito dagli stessi volontari, con stimoli di diversa natura, materiale multimediale, giochi di ruolo, brain-

storming per far emergere le emozioni, le paure, ma anche le risorse dei ragazzi, il tutto in un'ottica preventiva del disagio.

Si è parlato dell'utilizzo positivo dei media, della delicata tematica del cyberbullismo e bullismo e del progetto TRA-di-NOI Youngle Trento. È stato un momento importante per sperimentarsi nell'interazione con gli studenti, in linea con la modalità della "peer education".

Parallelamente, si è lavorato intensamente per creare collaborazioni con i servizi del territorio, al fine di creare una rete efficace e presente attorno ai ragazzi. Abbiamo attivato collaborazioni con il Comune di Trento, lo Sportello Giovani, le Università, il CSM –Centro di Salute Mentale- le Cooperative e Associazioni del sociale che si occupano direttamente o indirettamente di minori. Abbiamo partecipato a eventi del territorio per presentarci e per informare le persone della possibilità di utilizzare e "sfruttare" al meglio il progetto e la nostra chat di ascolto.

Infine, si è lavorato a livello nazionale sulla costruzione di relazioni con le altre sedi della rete nazionale Youngle, di cui facciamo parte dalla fine del 2018 e sul mantenimento delle relazioni già create precedentemente. Questo ha permesso al progetto "Tra di noi" di diventare un punto di riferimento anche a livello nazionale.

SOSTIENICI

Dona il 5xmille

Nella dichiarazione dei redditi scegli l'area dedicata al
“**sostegno delle organizzazioni di volontariato**”,
firma e indica il codice fiscale della nostra associazione
96040990226

Fai una donazione

La somma donata è un onere detraibile nella propria
dichiarazione dei redditi
Conto corrente intestato ad **ASSOCIAZIONE A.M.A.**
Cassa Rurale di Trento
IBAN IT 04 O 08304 01813 000045353553

Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto
Via Taramelli, 17 - Trento
0461 239640
0461 391383 (Punto Famiglie)
www.automutuoaiuto.it
info@automutuoaiuto.it



Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto onlus Trento
[@associazioneama](https://www.facebook.com/associazioneama)



Associazione A.M.A. Trento