

Petali e torrenti

Bozza provvisoria in attesa di raccogliere ulteriori commenti, proposte e contributi.

Dicembre 2020/gennaio2021

Laboratori "Arti, riprendersi realizzarsi"



Sommario

- Pag. 2 Premessa
- Pag. 3 Prefazione *Marco Bertoli*
- Pag. 4 Primavera... *Elisa* pag. 6 Quella paura *Elisa Franz*
- Pag. 6 Covid 19 e conseguenze esistenziali *a cura della Redazione*
- Pag. 7 "In abbraccio e in contatto" di *Elisa Franz*
- Pag. 11 Contributi dal libro: "Io è tanti...io è un abbraccio – Dialoghi durante il lockdown" *A cura di Maria Angela Bertoni, Barbara Galmo e Alessia Lestani*
- Pag. 15 Dalla chiusura alle proposte estive di uscite
- Pag. 17 Da casa ragazzi/e. Abitare casa e lavoro: una testimonianza dal passato recente a oggi. *Chiara Parise*
- Pag. 19 Contributi alla bellezza della casa *a cura di Alessandro*
- Pag. 21 Natale in tempi di lockdown
- Pag. 21: La scelta di quadri *Alessandro* Pag. 19 Il dipinto "I girasoli" e la sua simbologia *Chiara*
- Pag. 23 Cooperazione sociale: alla Viarte "Fruts di Bosc" *a cura di Alessandro*
- Pag. 24 Cooperazione sociale: l'Azienda agricola sociale "Molin Novacco"
- Un incontro agostano. – "Il mulino di Novacco" nel tempo *Stefano Perini*
- Pag. 31 I sabati degli incontri: tra scritture di articoli, poesia, foto, video e musica. Poesia "Il blocco" *Elisa Franz*
- Pag. 33 Poesie con Tomas .*Tomas Milocco* Pag. 30 Da "Ossi di seppia" *Tomas N. Z.*
- Pag. 35 Due opere di *Ruben Sverzut*
- Pag. 36 Frequentando il Corso di grafica digitale al Lab di Udine *Ruben Sverzut*
- Pag. 39 La vittoria della danza. *Micaela*
- Pag. 40 **Letture.** Iacopo Melio "Faccio salti altissimi – La mia storia oltre le barriere tra ruote bucate e amori senza tempo" a cura di *Chiara Parise*
- Pag. 41 Simona Atzori "Cosa ti manca per essere felice?" a cura di *Chiara*
- Susanna Tamaro "Anima mundi" a cura di *Alessandro*
- Pag. 42 Da un libro sull'Hip-hop di Davide Fant a sorprese da canzoni rap.
- Pag. 39 "Cose preziose" *Caos One*. Pag. 41 "La vita va avanti" *Zampa*
- Pag. 49 "Le età del desiderio" *Francesco Stoppa* – Presentazione
- Pag. 51 In ricordo di Tizi
- Pag. 53 Postfazione "Contribuire a dialoghi valorizzanti. I° parte" a cura di *Andrea*

Premessa

Si sono delineati i Laboratori “Arti riprendersi realizzarsi” nel tempo, raccogliendo l’esperienza del Laboratorio “Immagini, foto e narrazioni” e integrandola ad esperienze quali quelle maturate con la scrittura di poesie e il loro commento con immagini...ecco che si è sviluppata una esperienza che riunisce più contributi sia di gruppo che individuali.

Una delle esperienze costanti è l’incontro nei fine settimana, il sabato alle 15.00, al CSM 24 ore di Palmanova di un gruppo per ora con le presenze abituali di Elisa, Daniele, Gianpaolo, Ruben, Tomas M., Tomas N. Z., Andrea e altre/i gentilissime/i partecipanti.

Questi scritti vogliono dare conto di alcune di queste esperienze fatte.

Una delle esperienze dei laboratori appartiene anche a percorsi nell’ambito di Casa ragazzi/e a Sottoselva. Lì ha preso forma il titolo di questa rivista, “Petali e torrenti”. Petali come rappresentazione e simbolo di essenza e poesia... e torrenti, come simbolo di forza giovane, irruente, che plasma nel tempo anche le pietre, che tuttavia può trasportare i petali che cadono e li porta lontano.

Redazione provvisoria: Elisa Franz, Laboratori “Arti, riprendersi realizzarsi”, Andrea Tomada, con Alessandro Marchetto e Chiara Parise

Collaborano: Marco Bertoli, Anna Matellon, Stefano Perini, Francesco Stoppa, Angela Tuniz, Michela Varutti, Azienda Agricola sociale “Molin Novacco”.

Prefazione

Bellezza. Riprendersi. Frammenti di vita.

Questa è la sintesi, a mio parere, di “Petali e torrenti”, rivista di varia umanità, dicembre 2020/gennaio 2021.

La bellezza innanzitutto di noi.

Noi non come limite, imperfezione, errori.

Ma noi già come risorsa, bellezza, incontro, in qualunque punto della vita siamo.

Forse non sempre così performanti, attivi, attenti, capaci.

Forse a volte talmente arrabbiati con la vita che stiamo anche male.

Ma noi sempre alla ricerca di qualcuno che ci ami.

Sempre nella disperata necessità di non essere abbandonati. E allora...

E allora...c'è la realtà.

E allora...ci sono dei rapporti che ci aiutano a “uscire dalla nebbia”.

E allora dobbiamo con forza riconoscere che nel marasma più totale c'è ancora qualcuno che rivolge il suo sguardo su di noi, stanchi e smarriti.

Può essere un parente, può essere un operatore, può essere un'amicizia più intima.

Vi è un'unica necessità: di tenere gli occhi aperti.

Di accogliere veramente un piccolo gesto di relazione.

Di non rimanere imperturbabili, anche nella difficoltà, per riprendersi.

Riprendersi dalla fatica, dalla aridità, dalla noia, dalla indifferenza, dalla sofferenza.

Riprendersi per lasciare la traccia di noi nella realtà.

Per non confondersi ed affermare il nostro io.

Perciò questi frammenti di vita sono essenziali, sono paradigmatici, sono decisivi perché noi, insieme ad altri, possiamo non solo scrivere la rivista, ma addirittura, la storia.

Marco Bertoli

Direttore del Dipartimento di Salute Mentale

Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale

Ecco dei componimenti che, immedesimandosi nei disagi esistenziali dovuti a quanto accaduto in conseguenza della pandemia da Covid 19, danno loro forma espressiva.

Primavera...

In questo giorno di primavera...
osservando quelle opere...
Quella rinascita della natura...
quella rinascita che attendiamo...
In questo momento così difficile...
In questo momento di tante lacrime.
Quel restare in casa
osservando quel panorama dalle finestre...
Quella passione in attesa.
Quella voglia di quel volo...
di quella leggerezza...
quel bisogno di libertà
quella speranza
quel contatto...
ora negato...
ora bramato...
quell'abbraccio così desiderato.
Quella solitudine
in questi domestici contorni...
Quei pensieri...
Quella voglia di speranza...
Quel contatto...
noi così distanti...
così lontani...
Insieme ce la faremo...
Insieme ci ritroveremo..
Questa primavera...
Quella rinascita che attendiamo...
Così distanti...
ma anche così vicini...
Quella voglia di contatto...

Elisa 7.04.2020

QUELLA PAURA

Quella paura continua...
che non mi fa respirare...
Quel respiro
quella paura di perdere
abbracci e contatti.
Quella paura...
quegli stimoli...
come una spugna...
tutta quella vita
quella passione
quell'energia...
quel fiume prosciugato
quella paura...
Quella paura di sbagliare...
così continua...
così dolorosa...
Quella fame d'aria...
Quella sensazione... di soffocare...
quella paura dell'abbandono...
quella paura di restare sola...
quella paura di far soffrire...
quella paura di non essere all'altezza...
Quell'amare...
quel voler bene...
quella paura di perdere contatti
quella paura
e quella voglia
di abbracci e contatti...
quella carezza...
quello sguardo...
in anima viva...
quanta bramosia...
Quella paura...
continua...
quel bisogno
e quella voglia di contatto...

Elisa Franz – Palmanova, 08/04/2020

Covid 19 e conseguenze esistenziali

La pandemia di Covid-19 ha avuto e sta avendo grosse ripercussioni sulla salute, con la perdita di tante vite preziose, sulle abitudini sociali e sull'economia sia del nostro che di tanti altri paesi. Sarebbe più corretto parlare di una "sindemia": questo per sottolineare che l'epidemia coinvolge pesantemente, oltre agli ambiti sanitari con uniti gli ambiti emotivi, appunto quelli economici e culturali che, insieme, determinano un moltiplicatore senza precedenti di malesseri esistenziali e relazionali. Molte ricerche che man mano si sono susseguite nel tempo mostrano innanzitutto che metà delle persone contagiate manifestano dei disagi esistenziali importanti tali da venire valutati come disturbi così come individuati dalle valutazioni approntate dall'OMS. Senza contare i disagi esistenziali di chi ha visto mancare un proprio caro.

Sono vari gli aspetti della crisi economica, come conseguenza della pandemia, che incrementano anche il disagio mentale in tutta la popolazione. Diverse ricerche mostrano come il rischio di depressione è il doppio in chi percepisce un reddito inferiore ai 15.000 euro l'anno e diventa tre volte in chi risulta disoccupato. Ecco ora alcune riflessioni che mostrano come si è manifestato e si manifesta per alcune persone il disagio esistenziale dovuto a questa pandemia.

Quegli inizi di primavera 2020 già sono stati contraddistinti da dei periodi in cui man mano ci si doveva ritirare in casa. Questo da alcuni è stato vissuto con sofferenza. La mancanza di contatto umano ha cominciato a rendere alcuni più facili alle lacrime. E' cominciata a crescere la nostalgia di un abbraccio o di un contatto umano con più calore. ...E l'incontro dei volti? La mascherina toglie tanto l'espressività dei volti. Quante volte abbiamo avuto ed abbiamo una più o meno velata difficoltà a riconoscere un volto? Forse da tutto questo possono essere emerse delle paure, paura dell'abbandono, sotterranea eppur pervadente. Paura di veder sfilacciarsi dei contatti prima ben vitali; paura che non possano ricostruirsi adeguatamente in futuro. Parimenti sentir crescere in sé il desiderio di riconoscimento, di prove che l'altro ci sia vicino, vicina. Paura per molti per il futuro lavorativo e conseguentemente economico. E quindi ecco accrescersi numerose ansie...Voglia di speranza che sembrava per un certo periodo estivo 2020 trovare conferma salvo poi sempre più diventare opaca man mano che l'autunno avanzava. Speranza ora, nel 2021, riaccesa dalle possibilità fatte intravedere dalla vaccinazione; rimangono tuttavia molte incognite in relazione alle conseguenze economiche avutesi con questa pandemia/sindemia. **A cura della Redazione**

Ecco ora un componimento che rinvia a quel desiderio di contatto:

In abbraccio e in contatto



Un canto, un sussurro,
in colore, l'arcobaleno,
l'emozione,
la passione
del benessere
nel tutto...



Goccia...nell'oceano...
che ricchezza con sorelle...
non è che sí può far senza...
Cantando con i sensi...
Cantando con i pensieri...

Cantando in emozioni...
in quell'anima...
così fatata...



così reale...
Danzando...
quel cavallo in libertà...
che io vorrei come amico...



In farfalla...
in leggerezza...



Cavallo, farfalla, tigre...
Io natura...
e in natura vivo...
in Madre Padre Terra...
quell'abbraccio, quel contatto
quell'amore in Danza e Sensí...
Danza, Sensí,
colorí, profumí,
magía di quel reale...
reale di quella favola...
Io con te vorrei stare...
Io con te vorrei condividere...
Quello scorrere
dell'acqua,
quello scorrere... di VITA...
in galassía ed uníversono...
in pianeta, cosmo,
stella...
In sílenzío e in parola...
In azione e in apparente noía...

Tu che sguardi mi ravviví
Tu che sguardí...
In dolcezza, in grinta
e forza...
Con il sorriso, il riso...
In follia come tu credí...
in diversità di ognun appartiene...
In abbraccio e contatto...
In colore, in stormí e volí...

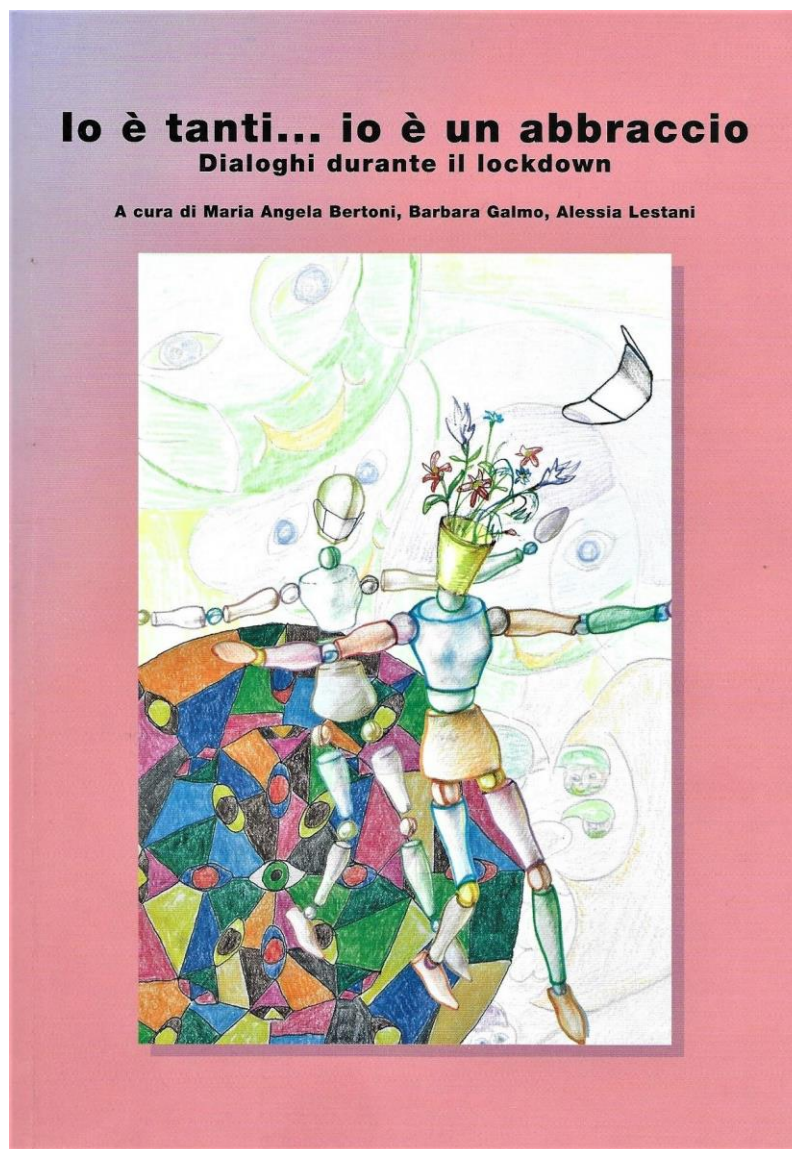


In Terra, in Cielo e in Mare...
Aria, Acqua, Fuoco...
quel sale...
quella Terra in cui viviamo...
In Danza... un abbraccio...
... in abbraccio e in contatto...
in passione... e in dolcezza...
amicizia, amore e festa...
In lacrima e in sorriso...
In abbraccio e in contatto...

Elisa F., 03/04/2014

Contributi dal libro:

“Io è tanti...io è un abbraccio – Dialoghi durante il lockdown”



E' un libro fondato su testimonianze scritte sul periodo del lockdown dal 30 marzo al 18 maggio 2020. Testimonianze e non solo, visto che ci sono degli scritti sia da parte di due di coloro che hanno curato il libro ovvero la Maria Angela Bertoni Psichiatra responsabile dei Centri di Salute mentale aperti 24 ore, di Udine sud e di Udine Nord del DSM – ASUFC, e Barbara Galmo coordinatrice infermieristica del CSM di Tarcento del DSM –ASUFC. L'altra curatrice del libro è il medico psichiatra Alessia Lestani. Nel periodo sopra indicato sono state raccolte testimonianze a partire dal coinvolgimento dei seguenti gruppi: Arum, Parco, Via Riccardo D.G., Via German, Udine Nord, Tarcento, Teatrarum, Frida, Cividale, Udine Sud, Comunove, Manzano, Phyllis, Ohama e Pagnacco.

Di settimana in settimana veniva dato un tema a cui le varie persone, sia a titolo personale o come gruppo davano un contributo di riflessioni inviato via mail o anche trascritto a viva voce dal telefono.

Ecco i temi su cui si è riflettuto:

Il Tempo: pensare in “tempo di emergenza”

Lo Spazio: la cura delle piccole cose e la cura di noi stessi e noi stesse

L’Incontro: la relazione e l’amicizia

La Cura: il nostro essere fragili rende necessaria la cura

La Bellezza: la vita è supremamente bella

Gli animali e le piante insieme a noi: la vita nei giorni del lockdown “dalle stelle alle stalle...”

Settimo incontro: il mio racconto all’apertura del cancello.

Intense sono le testimonianze...un vero percorso di autoformazione a dar parole a emozioni e pensieri.

Importanti sono pure le postfazioni di Barbara D’Avanzo, studiosa del campo, e del giornalista Gianpaolo Carbonetto.

Dal libro leggiamo alcune testimonianze in relazione ad alcuni temi

IL TEMPO: pensare in “tempo di emergenza”

“E’ come tenere fra le mani un fiocco di neve: man mano che lo studiamo ci si scioglie fra le dita fino a scomparire. (...) Perché alla fine, forse, il mistero del tempo riguarda ciò che siamo noi più di quanto riguardi il cosmo” Carlo Rovelli

Ecco una ulteriore testimonianza tratta dal libro:

- Il tempo al tempo del Covid -19.
 - Il tempo di chi lotta contro il tempo per salvare una vita
 - Il tempo di chi non sa come ingannare il tempo
 - Il tempo di chi, colpito dalla polmonite, annega nei suoi liquidi.
 - Il tempo di chi aspetta il bollettino medico del suo caro ricoverato.
 - Il tempo di chi non può andare a fare la sua corsa quotidiana.
 - Il tempo di chi non può vedere i propri nipoti
 - Il tempo per chi il tempo si è fermato perché ha perso una persona di riferimento
 - Il tempo di chi non sa come far fronte alle tante richieste di aiuto.
 - Il tempo di chi è in coda per entrare al supermercato.
 - Il tempo per chi è e si sente solo
- Per ognuno di noi il tempo ha un valore diverso, rispettiamo senza giudicare

Maria Teresa C. (Gruppo Udine Sud)

C'è tempo, c'è tempo, ci ripetiamo continuamente mentre ci sfugge il tempo presente / un mare infinito di gente ci passa davanti / dovremmo cogliere gli istanti / passato e futuro sono provocanti / come delle amanti / rimango connesso / il passato è passato, non possiamo modificarlo / però possiamo trasformarlo in insegnante / il futuro dobbiamo ancora affrontarlo ma non farlo preoccupante / il presente è qui ed ora, non riesco ad ascoltarlo, è limitante.

Luca (Gruppo Arum) – Componimento rap.

LO SPAZIO: la cura delle piccole cose e la cura di noi stessi e noi stesse.

“Anche il pane, un piccolo pane – se non dispone dello spazio e dell’aria sufficienti – non può lievitare e non può diventare sostegno e gioia per le nostre vite. Così oggi la distanza tra i nostri corpi non fa lievitare le nostre relazioni e lascia poca aria alle nostre emozioni e ai nostri sentimenti. Lo spazio si è stravolto nel nostro stare quotidiano, siamo costretti a lievitare a comando nel breve tempo che ci è concesso per la relazione, per l’osservazione e per la comprensione (...) Laura (Gruppo Teatrarum)

L’INCONTRO: la relazione e l’amicizia

“(...) In questo periodo di restrizioni l’instaurare e/o mantenere delle relazioni diventa più difficile, più sofferto: non possiamo salutarci che con un cenno di occhi e sopracciglia lontani l’uno dall’altro per questioni di sicurezza (...) . Quanto diventa prezioso poter vedere un sorriso dietro la mascherina, ascoltare una parola sussurrata all’orecchio, sentire il profumo delle nostre madeleine che sanno di casa., di famiglia, ma soprattutto essere avvolti e avvolgere a propria volta in un abbraccio? (...) Nessun uomo è un’isola, ma anche se lo fosse, esistono le navi! (...)”.

“(...) Gli incontri filtrati da computer e telefono ci fanno perdere la spontaneità. Per me l’incontro è qualcosa di spontaneo e sincero. La lontananza può rafforzare alcuni rapporti ma molti altri si possono distruggere perché una persona la devo guardare negli occhi per capire cosa dice e cosa pensa attraverso le sue reazioni, i suoi sguardi e movimenti. E’ cambiata la mentalità perché ci sentiamo più numeri che persone. Bisogna ricostruire il sistema delle relazioni in tutto il mondo. La città vuota... Non c’è risposta alla città vuota, dentro di me c’è apprensione. Lo stadio vuoto...uno schifo!” Nicoletta (Gruppo Comunove).

“(...) In questo tempo di silenzio l’incontro più frequente è quello con me stessa. Ci sono giorni in cui questo mi basta, mi perdo nei ricordi che si incrociano con progetti e sfociano in un fare simile a un gioco di bambini in età prescolare. Ci sono giorni in cui la ricerca del colloquio, il bisogno del contatto con gli altri mi crea disagio finchè non riceve una risposta adeguata con una telefonata o uno scambio di messaggi con persone amiche (...). E’ indubbio che la relazione e l’amicizia non devono mancare per una vita sana, completa, soddisfacente; talvolta però il timore della delusione, la paura di rimanere offesi nella propria eccessiva sensibilità, possono mettere un freno all’incontro con l’altro (...)” Rita (Gruppo Frida).

“Se incontrarsi resta una magia, è non perdersi la vera favola” (M. Gramellini)
“In questi tempi difficili dobbiamo essere in grado di far continuare la favola, alimentando la relazione nonostante la distanza, grazie alle tecnologie che, in tempi normali, additiamo come causa di rapporti superficiali e non veri.”
(Gruppo Cividale).

LA BELLEZZA: la vita è supremamente bella

“La bellezza è il risultato dell’aver cura di se stessi. Cura in ogni senso che consiste nel ritmo ordinato della giornata con gesti e pensieri. Pensieri dedicati ai propri cari, familiari e amici. Pensieri che nascono nella solitudine di questi giorni, tra i muri di casa, tra ricordi e oggetti dimenticati e celati in qualche angolo, scaffale o cassetto, talvolta da molti anni. La bellezza dei ricordi lontani riempie la solitudine di queste giornate”. (Gruppo Cividale)

“La bellezza è timida. E’ la grazia di mia madre. La bellezza è potente. Delicatissima. E’ un quadro di Frida Kahlo. L’odore dei capelli di mio figlio. La bellezza è imperfetta. E’ ogni singolo difetto di un volto umano. La bellezza è perfetta: è un papavero rosso, una calla candida, il verde bagnato di un bosco in Carnia, i saltelli di uno scoiattolo nel parco, le gocce trasparenti della pioggia, il lucido delle salamandre, la forma di una balena. La bellezza può essere piccolissima. Un neo. I granelli di zucchero di una ciambella. La bellezza è lacerante. E’ “Strange fruit” cantata da Nina Simone. La bellezza non è mai scontata. E’ un regalo che puoi ricevere in decine di occasioni in una sola giornata, se la sai coltivare (...) Berenice (Gruppo Comunove).

A cura di Andrea

Dalla chiusura alle proposte estive di uscite

Dopo aver dedicato a luglio alcune visite alla Mostra a Illegio *Nulla è perduto*, di cui si avrà modo di scrivere, ecco le attività in agosto 2020.



Uno scorcio di Illegio

1 agosto 2020 Visita ad Ariis di Rivignano, passeggiata nel parco della Villa Savorgnan-Ottelio e allegre consumazioni al Bar Kyrie Eleinson e successiva visita all'esterno del Castello di Flambruzzo

8 agosto Visita alla Abbazia di Rosazzo e partecipazione serale alla "Sagra dai gjambars di flum" a Castions delle Mura.

14 agosto Visita al lago di Bordano, entrata alla Casa delle Farfalle, e successiva visita al Lago di Cavazzo e a Cavazzo del Friuli. In collaborazione con il "Gruppo Accoglienza" e con 14 partecipanti.

22 agosto Partecipazione al "Festival internazionale degli artisti di strada" a Cervignano del Friuli.

29 agosto 2020 Partecipazione al "Lunatico festival" presso il Parco Basaglia a Gorizia

Sabato 26 settembre 2020

Visita alla Rocca Bernarda in occasione della manifestazione "Castelli aperti" e passaggio dal Bosco Romagno

17 ottobre A Strassoldo per la mostra di vivai e artigianato artistico "Magici Intrecci Autunnali" al Castello di Strassoldo di Sopra.



*"Festival internazionale degli artisti di strada" a Cervignano del Friuli.
22 agosto 2020. Foto di Gianpaolo Caon*



*Alla mostra "Magici Intrecci Autunnali" al Castello di Strassoldo di Sopra.
17 ottobre 2020. Foto di Daniele Delorenzi*

Da casa ragazzi/e

Abitare casa e lavoro: una testimonianza dal passato recente a oggi.

Dicembre 2015. Finito il Corso di pasticceria al Civiform di Cividale, sono io la prima che entra nella casa in Sottoselva riservata alle ragazze, in Via Europa Unita. Mi aspettava, nel breve periodo, anche una borsa lavoro a Santa Maria la Longa nel locale panificio e pasticceria. Ero entusiasta! Era il passaggio che mi preparava ad accedere ad una casa mia ed ad un parallelo lavoro contrattuale.

Tornando al mio ingresso, la casa non era ammobiliata. Così ho aiutato anch'io a montare mobili, sistemare letti e altro ancora. Poi si aggiungeranno Valentina, Karin, Barbara, Cristel, e, successivamente, Stefania...Avevamo con noi le Operatrici/ori della Cooperativa Sociale "Thiel" (Isabella, Raffaella) del Consorzio "Il Mosaico" a cui era intestato l'appartamento che ci sostenevano e questo unitamente alla progettazione congiunta con il CSM 24 ore di Palmanova che pure non mancava di sostenerci con le sue Operatrici/ori, con il coordinamento generale della Dr.ssa Angela Tuniz

Dopo breve rodaggio comunque abbiamo iniziato ad autoorganizzarci, sia per le pulizie, la spesa...e soprattutto la cucina, con la cottura, tra l'altro, di buone pizze e poi torte alle mele e vari tipi di crostate e biscotti.

Sinceramente, non è che tutto filasse liscio. Così nel 2018 decido che è meglio rientrare a casa dai miei con la speranza, non lo nascondo, di poter fare a meno della progettazione e del sostegno del CSM. Fare la mia vita, cioè!

Frattanto, innanzitutto, sempre nel 2018 termina la borsa lavoro a Santa Maria la Longa e trovo lavoro al Fast Food del Tiare a Villesse. Poi ulteriori assunzioni quali un mese di lavoro all'Ikea a Villesse, successivamente, nel 2019, quattro mesi in borsa lavoro presso un allevamento di cani di razza a San Vito al Torre, altri sei mesi, questa volta in lavoro contrattuale, in una Azienda agricola... Io sempre accanita, quindi, nel cercare di trovare un lavoro contrattuale; tuttavia la borsa lavoro rimane comunque una base di possibile partenza, ripresa e occasione di rafforzamento delle proprie capacità. Una cosa ulteriore ho poi imparato. Se in un lavoro non ti trovi, vedi ad esempio difficoltà con colleghi di lavoro o lavoro troppo insopportabile, invece di dare le dimissioni è meglio darsi un tempo di attesa e provare a parlare con il Dirigente responsabile per vedere se è possibile trovare accordi nuovi e migliori.

Dicembre 2019. Un anno fa! Accetto di riprovare l'uscita dai miei entrando con progetto nell'altra casa presa in affitto dal "Mosaico", "Casa ragazzi" dove c'erano Federico e Alessandro, tutti e due in borsa lavoro. Avrei avuto una camera tutta mia, innanzitutto. E poi quei ragazzi, pensavo, visto che son lì da diversi anni, saran autonomi, ci intenderemo!

Ecco che arriva qualche mese dopo la pandemia da Covid.

Così nel periodo tra febbraio e maggio si acquisiscono le settimane di chiusura e di sospensione anche di attività lavorative; certo ci sono dei turni per le pulizie durante la settimana...ma in cucina chi si darà da fare? Chi cucinerà per tutti? Io. Così...vai con pizze, paste

variamente condite, risotti, fumanti hamburger e altro! Su internet trovavo anche nuove ricette e poi, io realizzavo. Io facevo, facevo... I ragazzi erano contenti, "grazie" mi dicevano... ma dopo un certo periodo mi sono "smonata".

Avrei gradito che anche loro talvolta si proponessero di "fare da mangiare" per tutti. Comunque, accade che a metà anno cambiano anche gli operatori, sempre del Consorzio "Il Mosaico" ma della Cooperativa Sociale "Nemesi".

Così abbiamo riverificato i turni di pulizie e altro. Si è pensato a quel che serviva di meglio in bagno e in cucina specie in riferimento alle pentole ormai troppo consumate. Si è pensato anche a come abbellire ulteriormente soggiorno e le altre stanze. Con i contributi della Cooperativa sociale e del Volontariato si è proceduto a progettare la acquisizione di quadri sia come copie e sia realizzati direttamente da un'artista, all'acquisto di vari soprammobili che dessero un più di bellezza personalizzata alla casa. Poteva poi mancare un albero di Natale, sia pur artificiale, con tanto di addobbi e luci intermittenti? E almeno un piccolo presepe?

Nel frattempo, opportunamente accompagnata da Lucia, (una delle operatrici della Cooperativa Sociale insieme a Denise, Larissa e Rinaldo), ho fatto la domanda per entrare nella graduatoria degli alloggi ATER. Già perché con le paghe ristrette che per ora ricevo anche dal mio attuale lavoro, ho bisogno di pagare un affitto che sia adeguatamente moderato. Novità. Da un mese ho un lavoro con contratto, per ora trimestrale, che mi permette di lavorare con il completo orario previsto settimanalmente e paga conseguente.

Nel medesimo tempo sto facendo un corso che mi permette di professionalizzarmi ulteriormente. Sono grata a tutti gli Operatori, anche del CSM, che mi sono vicini. Come va in casa? Certo sono sincera. Me ne voglio andare "il prima possibile". La convivenza ha spesso dei lati che mi rattristano. Ok, ho fatto in parte il percorso del Corso di Laurea di Educazione Professionale, sono sensibile al tema della comprensione e della empatia, ma capisco anche chi, dopo il lavoro, vuole ritagliarsi angoli di tranquillità e di "ricarica"...

Intanto, appena potrà aprirsi la possibilità di abitare una mia casa, porterei con me o riacquisterei se non li posso portare con me, i quadri, l'albero di Natale con le luci ma soprattutto, "Chantilly", la coniglietta che mi fa compagnia dopo la perdita di "Luna" che purtroppo era venuta a mancare. Pian piano le sta piacendo, in libertà, esplorare, annusare. Sì perché esprimere l'affetto ha anche questi volti. Sono i volti, certo innanzitutto delle persone con cui scegli di stare, che pure danno concretezza e sapore buono e affettivo alla parola "emancipazione".

Chiara

Contributi alla bellezza della casa

Quattro anni fa ero entrato come coinquilino nella casa di Via Europa Unita n.14 in Sottoselva. Rimasi colpito per la qualità degli spazi, sia interni che esterni e per l'arredamento. Ma nel corso degli anni ho cominciato a sentire che mancavano delle espressioni di bellezza ai muri e sopra i mobili. Il soggiorno sembrava spoglio.

E' per questo che insieme ai miei coinquilini abbiamo scelto, ciascuno a proprio gusto, delle copie di opere di pittori da poter incorniciare. Inoltre, una visita in un negozio specializzato, mi ha permesso di contribuire all'acquisto non solo di cornici ma anche, in particolare, di varie specie di fiori, lanterne e peluche d'affezione, per dare più calore e vivacità innanzitutto al soggiorno ed al corridoio d'entrata. Si sono poi aggiunti un albero di Natale comprensivo di luci, un piccolo presepe e altri addobbi e soprammobili.

Ben volentieri ho messo a disposizione una parte di quanto ricevo per il mio lavoro in tirocinio alla Viarte. Al mio contributo e a quello dei miei coinquilini si è aggiunto, gentilmente, quello della Cooperativa Sociale "Nemesi" e del Volontariato (1).

Ecco il soggiorno come si presentava a fine ottobre 2020:



Ecco come si presenta ora da dicembre 2020:



Nel soggiorno e nel corridoio di entrata sono state predisposte anche delle piante e delle lanterne. Nel soggiorno c'è una pianta denominata "pianta cucchiaino" o "spatifillo", oltre a delle orchidee, e che potranno essere curate con il sostegno di un familiare esperto. Nel corridoio abbiamo disposto in vari modi oltre a piante degli oggetti espressivi.

Le piante danno colore e luce, le lanterne, come preannuncio della notte, danno un senso di caldo riparo.

E' stato importante poter abbellire la libreria dove Federico sta raccogliendo da anni dei preziosi volumi dedicati sia alla Grande Storia e sia volumi che approfondiscono tanti aspetti, spesso sconosciuti, riguardo i pianeti e l'universo in generale.

A cura di Alessandro

(1) Nota. La Organizzazione di Volontariato "Ricerche e risorse ODV".
e il Comitato Libero Movimento "Fare assieme per la qualità" CLM

Natale in tempi di Lockdown

Dopo che con Chiara è stato scelto l'albero di Natale sintetico con ciuffi di neve e con Federico è stata disposta la ghirlanda di luci, ecco arrivare il giorno di Natale. Il giorno prima è stato preparato l'impasto per una focaccia da far lievitare. Poi il pranzo di Natale, la madre di Federico ha portato un pasticcio, ma niente consumazione insieme viste le regole che ci si era autoprescritte. Con l'operatrice Larissa si è quindi messa in forno la focaccia che ben ha accompagnato il pasticcio

La scelta dei quadri

Il quadro che io ho scelto è un quadro che Salvador Dalì dipinse nel 1931 e conosciuto con il titolo *"La persistenza della memoria"*



Il quadro di Dalì mi dava un senso di lungimiranza, con il tempo senza vincoli, per simboleggiare una vita interiore, senza enfatizzare la vita frenetica di città. Un occhio di una persona sempre impegnata, un quadro così potrebbe, nell'immedesimarsi, innervosirsi, perché vissuto come distante dal suo tempo frenetico e super organizzato. Mentre qui sembra che tutto vada a diluirsi, a perdersi, dove tutto sembra scorrere e si scorda fluidamente anche per lasciar spazio ad una interiorità, come sembra potersi rivelare anche nel sogno.

Alessandro

Il dipinto “Girasoli” e la sua simbologia.

*Ai girasoli non importa quello che accade intorno a loro
si girano solo verso ciò che conta davvero*



Ho scelto questo quadro dipinto da Vincent Van Gogh perché sono rimasta molto colpita dalla sua storia e dal suo modo di dipingere, dalle sue particolari pennellate. Nel suo bagaglio artistico i girasoli sono tra i soggetti ricorrenti. C'è un aspetto importante nella simbologia dei girasoli, ovvero il riconoscere che abbiamo bisogno di nutrirci e di essere nutriti dalla luce di buone relazioni per crescere in bellezza, forza e coraggio di scelte per noi fruttuose. “Siamo come i girasoli: ci sono giornate grigie in cui teniamo la testa abbassata e giornate in cui la alziamo felici per i raggi del sole”

A cura di Chiara

Cooperazione sociale: alla Viarte, “Fruts di Bosc”

La Cooperativa sociale, Azienda agricola ortofrutticola “Fruts di Bosc” è situata a Santa Maria la Longa, coltiva ortaggi e frutta di stagione che poi vende sia con vendita diretta nel suo negozio o su ordinazione con un trasporto nelle sedi richiedenti.

Da poco sono stati aggiunti per la vendita diretta dei latticini, salumi, marmellate e succhi di frutta, frutto della collaborazione con altre ditte che li producono a loro volta.

Ci lavoro da circa un anno e mezzo, e ho svolto compiti diversi all'interno dell'Azienda: sia nella coltivazione comprendendo la semina, la cura e il raccolto e sia come magazziniere.

L'Azienda è collegata anche ad una Comunità che accoglie ragazzi che stanno facendo un percorso didattico ed educativo comprendente anche l'esperienza pratica lavorativa, questo accompagnati da educatori.

Ragazzi giovani con più anni sono indirizzati alla parte più lavorativa e collaborano tra loro, sempre accompagnati da mani esperte.



Cooperazione sociale: l'Azienda agricola sociale "Molin Novacco"

Un incontro agostano.

Proprio così, all'inizio di agosto 2020, si è tenuto presso la Azienda Agricola sociale "Molin Novacco" un incontro dal titolo suggestivo: "Molin Novacco: vita di ieri e di oggi".

Dopo la introduzione di Marco Peronio, Direttore del Consorzio di Cooperative Sociali "Il Mosaico" è intervenuto Stefano Perini, Presidente della Associazione di Volontariato Ricerche e risorse" Onlus, storico che sui mulini di Aiello del Friuli aveva anche scritto un libro frutto di approfondite ricerche.

IL MULINO DI NOVACCO NEL TEMPO

L'attuale attività molitoria dell'azienda agricola sociale "Molin Novacco" ha ripreso e continua un'attività che, in questo caso mossa dall'energia dell'acqua, ha segnato per secoli la località dove essa si trova e da cui prende il nome: Novacco in comune di Aiello del Friuli. Anzi è ancora esistente l'edificio dove essa si svolgeva. Parlo naturalmente dell'attività di macinazione dei cereali, importantissima oggi, ma ancora di più un tempo, quando gran parte dell'alimentazione umana dipendeva da essa. Le località della Bassa friulana ricche di acqua corrente durante tutto l'anno erano ideali per l'installazione di quelle macchine che sono i mulini idraulici. Ad Aiello essi furono quattro, quello di Novacco era il più grande e forse il più antico, perché le prime notizie, almeno dell'esistenza della località, risalgono al 1166. Nei suoi momenti migliori, nell'Ottocento, lavorò con ben sette ruote mosse dall'acqua e quindi con sette macchine. Agli inizi probabilmente proprietà del Patriarca di Aquileia, fu poi concesso ai conti Strassoldo, che lo vendettero ad altri nel corso del XIX secolo. Qui nel 1863 nacque Arturo Colavini, figlio del proprietario del tempo. Egli divenne poi uno dei pittori più famosi della regione e ci ha lasciato anche alcuni acquerelli del mulino. Nel Novecento con la forza dell'acqua veniva pure prodotta l'energia elettrica ad uso dell'abitazione del mugnaio e del mulino stesso. Cessò di lavorare dopo la Seconda Guerra Mondiale, vinto dai mulini a motore.

I mulini erano frequentati da moltissime persone, provenienti pure da paesi anche distanti, quelli dell'Alta pianura ad esempio, dove non c'erano acque correnti per alimentarli. Dunque erano luoghi di incontro, di uomini e donne. Nei momenti seguenti ai raccolti, soprattutto, la ressa era notevole. La fila di coloro che attendevano il loro turno era lunga e alle volte si protraveva per più di un giorno. Era quindi il luogo ideale per scambiarsi impressioni, notizie, chiacchiere. Un posto importante, dunque, nella vita di generazioni e generazioni di persone.

Al centro della vita del mulino c'era naturalmente il mugnaio. Nei tempi più recenti era anche il proprietario, in quelli più antichi era uno che prendeva in affitto il lavoro. Con la sua attività raggiungeva un discreto tenore di vita per i tempi. Per

questo era visto come un furbone che s'arricchiva imbrogliando sulla molenda, la parte del macinato che gli spettava per il suo lavoro. In tutta Europa un gran numero di proverbi mettono in evidenza questa sua nomea. Molti se ne trovano anche in Friuli . Ad esempio: "Si barate mulin, ma no mulinâr" oppure: "Al mulinâr al met al Signôr di fur parsè che nol viodi se che al fâs di dentr". I mugnai erano anche accusati dalla voce popolare di essere degli accaniti dongiovanni, che approfittavano del luogo solitario in cui in genere era posto il mulino per insidiare le donne, giovani o meno giovani, che venivano da sole a far macinare i loro cereali, granoturco soprattutto.

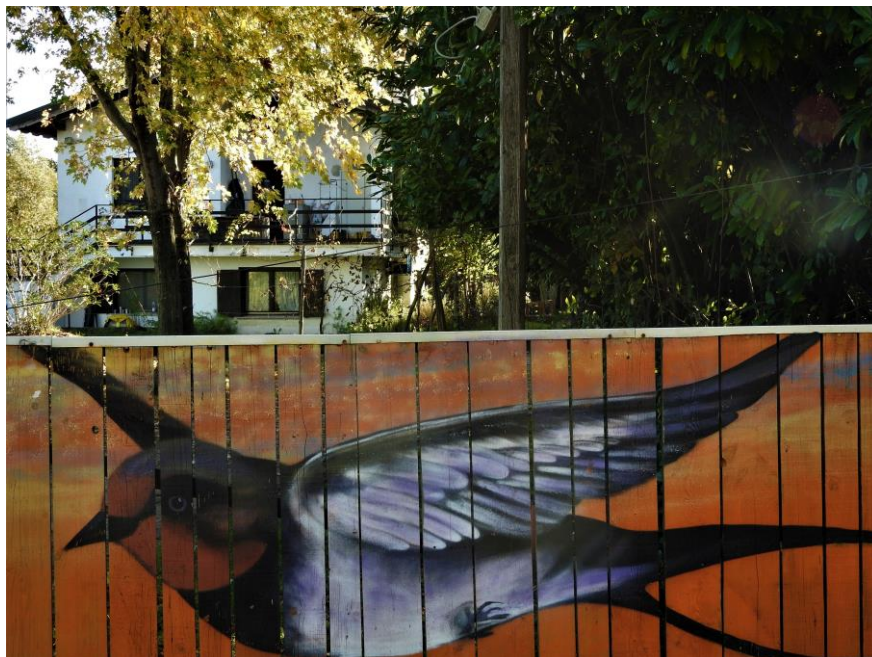
Stefano Perini

Il resoconto del contributo di Francesco

Sarà possibile anche fare una sintesi dei contributi di Marco Peronio, e del dr. Marco Bertoli; ora, in questo numero è opportuno concentrarsi, ora, sull'intervento di Francesco Comar.

Dopo aver apprezzato il percorso storico e umano descritto da Stefano Perini, Francesco ha ricordato che il passaggio ad una agricoltura stabile collegato anche alle coltivazioni di cereali ed alla preparazione del pane ha portato alla costruzione di villaggi già 10.000 anni fa segnando il passaggio a rapporti più stretti e meno vaghi rispetto all'uomo prettamente cacciatore valorizzando la socialità, l'abitare e lo stare bene.

In relazione a questa osservazione Francesco ha rilevato che la Azienda Agricola Sociale "Molin Novacco" e così il Consorzio "Il Mosaico" hanno come scopo quello di creare una società diversa dove ognuno si senta importante da qualsiasi parte esso venga e qualsiasi lavoro esso faccia.



Francesco argomenta che questo si inserisce in uno scambio tra un dare ed un avere. Viene messo in evidenza come è opportuno ci sia un equilibrio rispetto al “prestare un’opera”; una volta si diceva “prestà un imprest”: in agricoltura significa prestare un’opera, era qualcosa di più di un attrezzo era “l’aiuto” e quindi era un termine inclusivo.

Richiamando una osservazione del sindaco di Aiello del Friuli, Andrea Bellavite, Francesco ha rilevato che Molin Novacco non è un luogo ma un “percorso” fatto di strade diverse, non di strade sbagliate. In questo ricollegandosi ad un incontro precedente in cui si era sviluppato il tema della “pecora nera”. Un percorso che ha fatto incontrare, lui ed i suoi colleghi, delle persone che lo hanno personalmente arricchito personalmente e che hanno dato tanto nonostante la sofferenza che avevano, una sofferenza, in cui, però, era nascosta una grandissima umanità. Francesco ha sottolineato che vivere, abitare a Molin Novacco, è un dono. Oltre al tema inerente specificatamente il mulino che ha preferito lasciare all’approfondimento di Stefano, Francesco ha voluto sottolineare la cura degli animali, la fattoria didattica volendo però andare oltre un discorso puramente zootecnico. Ha quindi sottolineato che per loro questi animali e gli stessi ortaggi sono degli “oggetti transizionali”, nel senso che trasportano le persone verso qualcosa di diverso rispetto allo stato attuale in cui è presente il “disagio” termine da preferire rispetto a quello di “malattia”. Questo tenendo conto che lo scopo è pensare alla promozione dello star bene a 360°.



Francesco ha sottolineato che una Azienda agricola può essere al centro di una

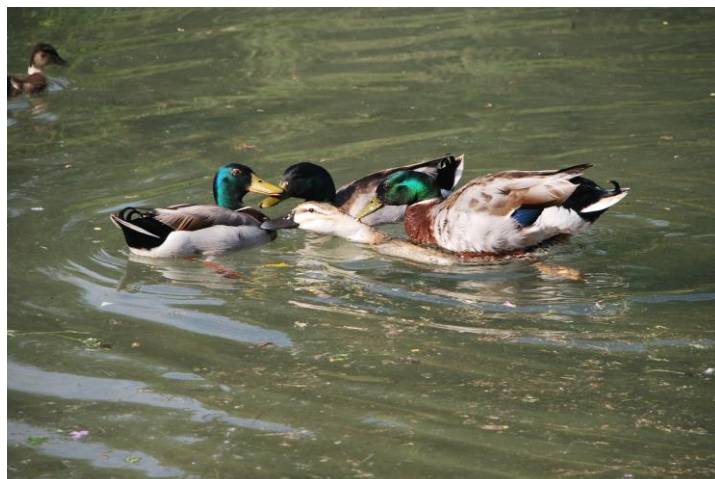
economia solidale, di una economia sociale, innanzitutto perché ha i tempi dilatati, perché ha mille risorse dando molte possibilità di far esprimere la propria esperienza e la propria umanità. Obiettivo è trasformare le disabilità in abilità.

Sottolinea, inoltre, che, proprio in relazione all'incontro dedicato alla "pecora nera" in cui si era affrontato il tema del senso del termine educazione, educare significa "ex-ducere" inteso nel senso di "portare fuori" quello che noi siamo, non quello che noi vogliamo o quello che gli altri vogliono.

Quindi, rispondendo ad una domanda che desiderava approfondire il senso dell'essere fattoria didattica, ha sottolineato innanzitutto che questa ha significato innanzitutto per tutte le persone che se ne prendono cura, per il valore dimostrato che ha la affettività.

Questo ha permesso a molte persone passate a Molin Novacco, ha aggiunto, di affrontare le difficoltà relazionali che avevano, difficoltà relazionali nel far uscire quello che si è e che non corrisponde a quel che si deve essere; con questo permettendo il rientrare nel circuito relazionale delle persone. Come fattoria didattica, inoltre, ha continuato, ci rivolgiamo anche al mondo dei bambini. In relazione a questa dimensione, Francesco ha voluto ricordare quella che ha definito una favola significativa e bella; quella del colibrì e dell'incendio.

Un incendio enorme che, ha proseguito, può essere paragonato al malessere, a quell'inferno di cui ognuno può aver prova in varie misure e circostanze, dentro di sé. Continuando con l'esposizione della favola, ha ricordato come sia leoni che gli elefanti, paragonabili a coloro che sono grandi e grossi, avevano paura e fuggivano. Prendevano in giro il colibrì che vedevano andare avanti ed indietro portando delle gocce d'acqua nel becco per cercare di spegnere l'incendio. Francesco ha sottolineato che il senso generale di Molin Novacco unitamente alla funzione di fattoria didattica risiede nello sviluppare il "pensiero colibrì". I bambini, ha aggiunto, sono i primi a portare avanti questo testimone, un testimone che rappresenta una direzione in cui alla malattia si sostituisce il valore fondante della umanità e della solidarietà. Ha quindi dato la parola a Stefano affinché potesse esporre quanto opportuno sulla attività del mulino nella Azienda Agricola Sociale "Molin Novacco".



L'ulteriore contributo di Stefano

Ecco ora una sintesi dell'intervento di Stefano Plef che ha iniziato riflettendo innanzitutto che, a differenza dell'antico mulino distante a poco più di duecento metri e risalente almeno al XIV° secolo, sfrutta l'energia non delle acque di risorgiva ma della corrente elettrica.

Uguale è però l'utilizzo della macina costituita da due mole di pietra circolari; il movimento di una di queste permette di ricavare la farina che ha la caratteristica di non venire riscaldata e quindi di mantenere tutte le proprietà. I grani, ha continuato, in quel movimento si sbriciolano. A partire da questo si ha poi la scelta del grado di raffinazione tramite dei filtri che setacciano la farina. Stefano ha quindi indicato i tipi di cereali che vengono macinati a Molin Novacco e cioè il grano tenero, il farro, la segale, il mais e prossimamente il grano duro.

Rispetto al tipo di farina relativamente al grano tenero, ha aggiunto che questa ha un grado di raffinazione più basso rispetto alla farina 00, questo perchè si cerca di mantenere il più possibile le sostanze nutritive del grano stesso.



Le farine vengono quindi messe in alcuni appositi sacchi che vengono forniti a diversi panifici, una parte viene messa in piccoli sacchetti e vengono portati al negozio a Privano; lì, ha continuato Stefano, si possono trovare, oltre alle varie farine, le varie verdure di stagione, il miele, la pasta, i crackers, dei vasetti per la conservazione di diversi ortaggi. Ritornando alle tipologie di Farine ha quindi specificato, verso la conclusione del suo intervento, che a Molin Novacco si può trovare la farina semi-integrale ed integrale; ha aggiunto che lui stesso ha provato ad utilizzare tale farina, in particolare per realizzare delle torte ed ha assicurato che, integrando sempre più l'impasto, iniziando dalla farina semi-integrale, si possono ottenere splendidi risultati.



Il punto vendita che si trova a PRIVANO di Bagnaria Arsa

E' collocato in Via della Chiesa n.8, a circa 4 Km dalla Azienda agricola Molin Novacco.

Orari del punto vendita:

- lunedì: *CHIUSO* martedì: *CHIUSO* mercoledì: 15:00 – 18:00
- giovedì: *CHIUSO* venerdì: 9:30 – 12:30 sabato: 9:30 – 12:30 domenica: *CHIUSO*



Uno scorcio all'interno del punto vendita a Privano

Associazione di Volontariato "Ricerche e risorse" Onlus
 Consorzio di Cooperative Sociali "IL MOSAICO"
 A.S.U. Friuli Centrale DSM - CSM 24 ore di Palmanova

Con il Patrocinio del Comune di Aiello del Friuli

INVITO ALL'INCONTRO

Sabato 1 agosto 2020, alle ore 10.00
presso l'Azienda Agricola Sociale
"Molin Novacco" - Località Novacco

sul tema
Molin Novacco: vita di ieri e vita di oggi



Il mulino a pietra oggi attivo presso la Azienda Agricola Sociale "Molin Novacco"



Almeno dal 1400 si ha notizia di un mulino in località Novacco qui rievocato, prima della chiusura, in un acquerello di Arturo Colavini

Ore 10.00 Introduce **Marco Peronio** - Direttore del Consorzio di Cooperative Sociali "IL MOSAICO"

Intervengono:
Stefano Perini - Presidente della Associazione di Volontariato Ricerche e risorse" Onlus – Studioso delle relazioni tra storia, comunità e territorio.
Francesco Comar - Azienda Agricola Sociale "Molin Novacco"

Segue dibattito e conclusioni con
Marco Bertoli - Direttore del Dipartimento di Salute Mentale della Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale Responsabile del C.S.M. 24 ore di Palmanova.

Coordina l'incontro **Daniela Moretti** – Vice Presidente di "Ricerche e risorse" Onlus

Collabora all'iniziativa il Comitato Libero Movimento "Fare assieme per la qualità"

I sabati degli incontri: tra scritture di articoli, poesia, foto, video e musica

Pomeriggi a Palmanova, in CSM, con il Laboratorio "Arti, riprendersi realizzarsi"

Al sabato gli incontri si sviluppano con scrittura, poesia, foto, video, musica. Ecco un esempio tratto dalla raccolta di poesie di Elisa: "I contatti e l'energia delle parole":

QUEL BLOCCO

Quel blocco
Quelle emozioni vulcaniche
Quei pensieri che non escono
che mi distruggono.



Quello zaino di sogni
di pensieri
di emozioni
di sogni e desideri.
Quella forza implosa
Quel sorriso che non esce
Quelle parole che quasi non conoscono vallata.

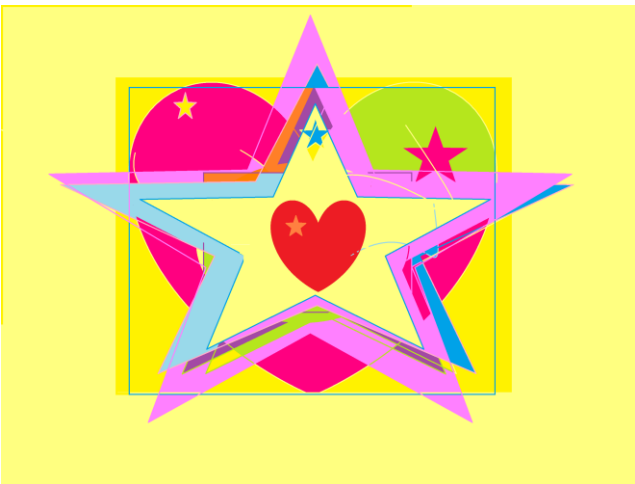


Mi sento così vulcano
ma anche così impotente.
Quello zaino
di azioni desiderate
bramate
pensate...

Quell'arrancare
Quella fatica
Quella voglia di dire basta
ma quell'aria che mi blocca



Anima
Respiri
Quegli abbracci
sognati
Quel senso di fallimento
quella voglia di esserci nell'Adesso.



In quel potere in Adesso
e nell'Adesso...
Ora...

Elisa F., 15/03/2017

Ecco ora altre poesie composte da Tomas

Poesie con Tomas

Albe colorate

Albe colorate

rosseggianti verso l'infinito

tramonti immensi

fiammeggianti all'orizzonte

arcobaleni infiniti nella volta del cielo

li ammiro con la mente rapita

intrappolato nella meraviglia

vorrei sempre perdermi con la mente

[scrutando l'orizzonte

Incontrando albe, tramonti e arcobaleni

In un tripudio di luci e tonalità inebrianti

Ti regalo

Ti regalo un fiore

un gesto d'amore.

Ti regalo un bouquet di rose

come si fa con le spose

Ti regalo un sogno

perché ne hai bisogno

Ti regalo la vetta di un monte

perché dell'amore sei la fonte

Ti regalo la gioia

perché tu non abbia più noia

Staremo insieme sempre

due cuori uniti eternamente

Tomas Milocco

Da “Ossi di seppia” di Eugenio Montale

Meriggiare pallido e assorto
presso un rovente muro d’orto,
ascoltare tra pruni e gli sterpi
schiocchi di merli, frusci di serpi

Nelle crepe del suolo o su la vecchia
spiar le file di rosse formiche
ch’ora si rompono ed ora s’intrecciano
a sommo di minuscole biche.

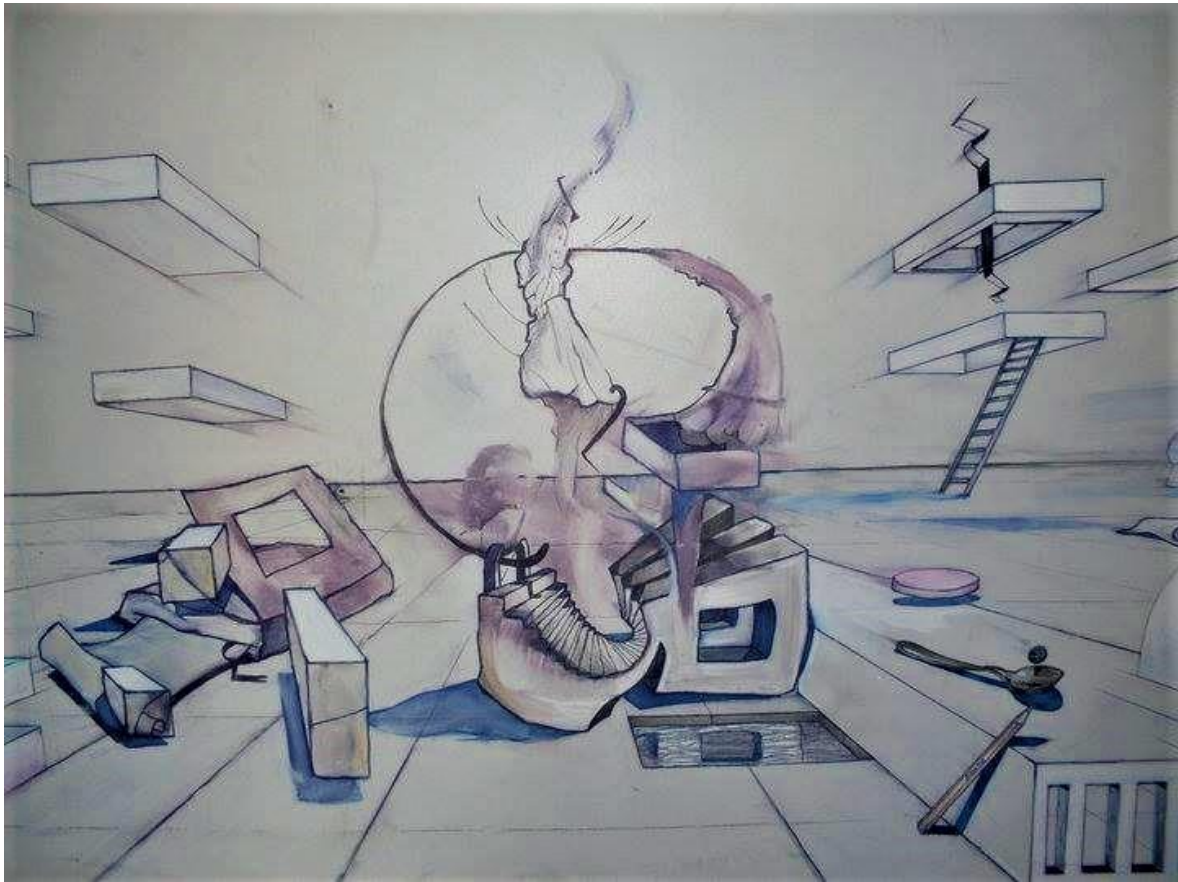
Osservare tra frondi il palpitare
lontano di scaglie di mare
mentre si levano tremuli scricchi
di cicale dai calvi picchi.

E andando nel sole che abbaglia
sentire con triste meraviglia
com’è tutta la vita e il suo travaglio
in questo seguitare una muraglia
che ha in cima cocci aguzzi di bottiglia.



Poesia proposta al nostro sentire da **Tomas Nadalin Zanon**

Due opere di Ruben Sverzut



Entropia

Quest'opera nasce nel 2010 e si intitola "entropia", è realizzata su un pannello lucidato con tecnica mista tra cui penna, tempera, acrilico.

Rappresenta un'opera surrealista dove gli elementi si fondono tra loro creando un setting armonico e disarmonico al contempo.

La prospettiva ha il punto focale centrato ricordando le opere di Salvador Dalì



Città onirica

La “Città onirica” è realizzata nel 2009 su una tela di caucciù con china e colore ad olio, oro e argento.

Rappresenta il sogno, una città dove il sogno prende vita e forma, svincolandosi tra le fantasie cromatiche e grafiche dell’opera.

Frequentando il Corso di grafica digitale al Lab di Udine

Il corso è iniziato nell’ottobre 2020

Questo è il quarto corso che sto facendo sempre al Lab Centro Solidarietà giovani di Udine. La ragione di tale frequenza è legata allo scopo di integrare le conoscenze in campo grafico e artistico oltre che per avere dei crediti in più utili per il curriculum e quindi per facilitare l’inserimento lavorativo.

Si conclude il 10 febbraio.

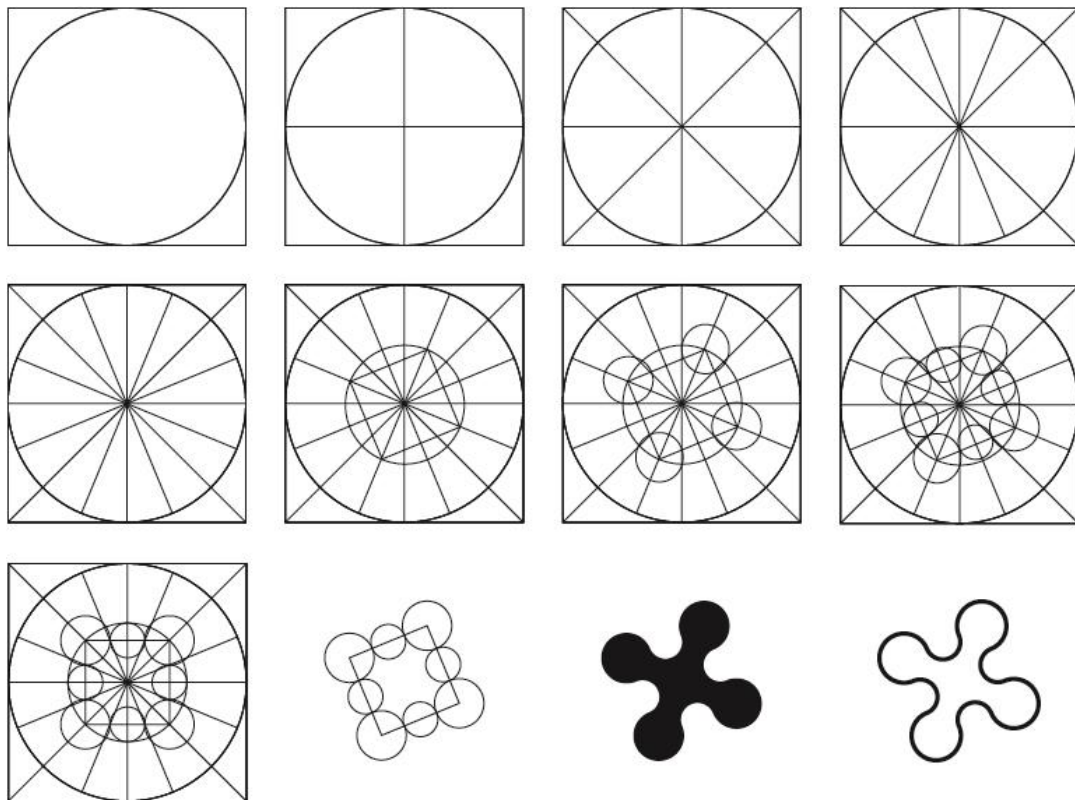
Ma già da ora posso fare le seguenti riflessioni.

E’ stato un corso stimolante, il rapporto con i docenti è stato davvero ottimo. Sono davvero qualificati nonostante sia il quarto corso mi ha dato delle risorse in più rispetto a prima nella conoscenza dei software che si usano in questo campo. In particolare Illustrator, In design, Photoshop. Il rapporto con gli altri allievi è stato buono anche perché eravamo un giorno sì ed uno no con formazione a distanza, perché così non si è pressati tutti i giorni in classe e c’è un respiro nelle relazioni.

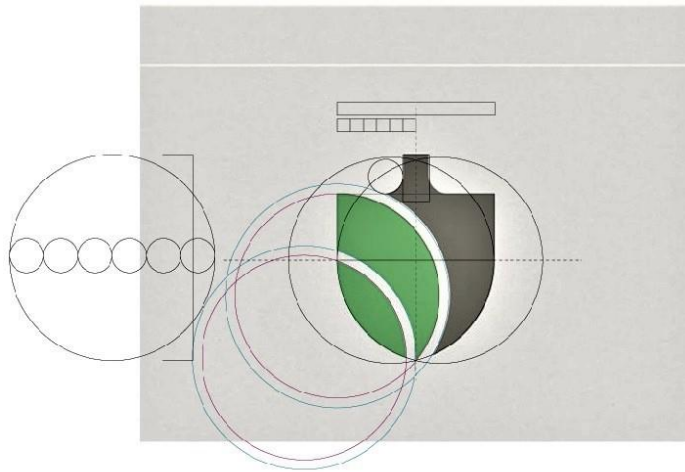
Gli argomenti trattati più significativi sono stati:

- Costruzione di marchi e loghi con docente Maurizio Faleschini
- Realizzazione di documenti stampati, pieghevoli e libri con Alessandra Bergagna
- Photoshop, dal fotoritocco all'analisi tecnica dell'immagine con Elena Gattari
- Storia della grafica e dei suoi miti, analisi delle locandine e delle tecniche di stampa dei formati carta, con Oscar Serafin
- Corso sulla sicurezza e ricerca attiva del lavoro con Massimo Taboga

Ecco ora alcuni esempi di elaborazioni grafiche concretamente realizzate



Il Logo della Regione Lombardia realizzato da Bruno Munari. Dalla linea di base al logo finito con tutti i passaggi della costruzione.



Una ricostruzione grafica di un marchio da giardino con tutte le linee che vanno a rivelare la costruzione effettiva del logo.



Un assemblaggio di immagini di città trattate con un colore di fondo, per creare una cartolina.

La vittoria della danza

Mi piace ballare, lo sanno in tanti, quando ballo esprimo me stessa in modo unico. E' indescrivibile la sensazione che provo. E' proprio aria di libertà: libertà che provo nei movimenti e nella mente. Ballando si possono fare tante conoscenze nuove e dare un'occasione a chi non sa ballare di provare a ballare con te. Si possono invitare a ballare le persone perché secondo me tutti sanno ballare la propria musica del cuore. E può sentire il sentimento dell'amore nel ballare e ci si diverte tanto. Concedere un ballo è come concedere il mio cuore. A chi lo faccio è come concedere un po' del mio amore. E questo è bellissimo. Nel ballo c'è qualcosa di positivo. Vibrazioni positive del corpo conducono a vibrazioni positive della mente e tanto buon umore. Scarichi le tensioni emotive mostrandoti per ciò che sei senza preoccuparti per come appari e del giudizio delle persone. Ho scritto questo titolo proprio perché quando ballo sento di poter vincere un po' di più la mia battaglia interiore, calmando la mia anima.

Micaela



Lettere

Ho trovato coinvolgente la lettura di questo libro di **Iacopo Melio** *"Faccio salti altissimi – La mia storia oltre le barriere tra ruote bucate e amori fuori tempo"* Mondadori

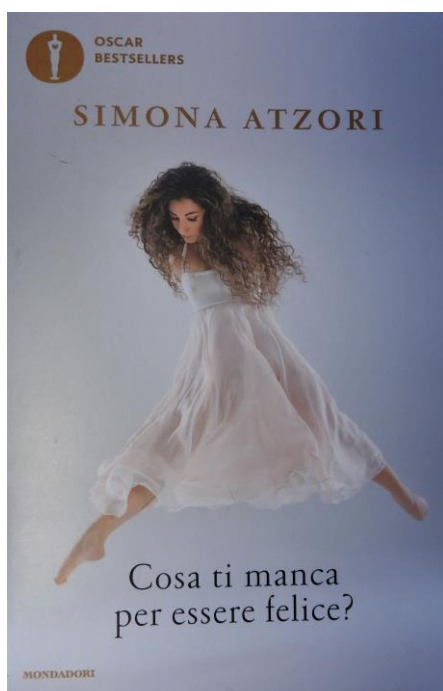


Nel retro di copertina così scrive Iacopo "Ho scritto questo libro per sentirmi vivo e per condividere un pezzo di questa mia vita stropicciata. L'ho fatto per ricordare e ricordarmi che non dobbiamo aver paura di sbagliare, che i nostri errori sono solo tentativi per sognare più forte. Che vivo con le ruote per terra, ma faccio salti altissimi" ...Questo giovane, costretto da una rarissima "sindrome di Escobar" a vivere costretto in una sedia a rotelle presenta una testimonianza fatta di sincerità e coraggio.

A cura di Chiara

Inoltre, sempre con interesse, ho letto:

- *Simona Atzori "Cosa ti manca per essere felice?" Mondadori*



Spesso i limiti non sono reali, i limiti sono solo negli occhi di chi guarda.

«Se avessi avuto paura sarei andata all'indietro, invece che in avanti. Se mi fossi preoccupata mi sarei bloccata, non mi sarei buttata, avrei immaginato foschi scenari e mi sarei ritirata. Invece ho immaginato. Adesso sono felice, smodatamente, spudoratamente felice. Ed è una gioia raccontarla, questa mia felicità.»

Simona Atzori 1974. Nata senza le braccia, è ballerina di successo e pittrice. Da anni conduce incontri motivazionali presso aziende, scuole e associazioni.

«Le sue braccia sono rimaste in Cielo, ma nessuno ha fatto tragedie.»

Candido Cannavò

Questa ragazza, nata senza braccia, scrive la sua autobiografia da cui emerge quanto sostegno ha avuto innanzitutto dalla sua famiglia. Racconta dei suoi incontri con il mondo in cui si realizza, diventando anche una affermata ballerina e pittrice. Così scrive: "Non è retorica, la vita è una danza. Come tutti, ho i miei punti forti e i miei punti deboli e a furia di danzare ho scoperto perfettamente quali sono. Il mio punto debole è che, dopo aver tanto ballato, dipinto e parlato, mi sento come svuotata. Quando viene quel momento, mi inchino. Mi inchino profondamente, a ringraziare quanti mi hanno dedicato tempo e cuore. Sento i capelli scivolare lungo la schiena e arrivare a terra, il respiro farsi più regolare, e vedo i miei piedi. Allora comincio a immaginare un nuovo sogno" *Simona*

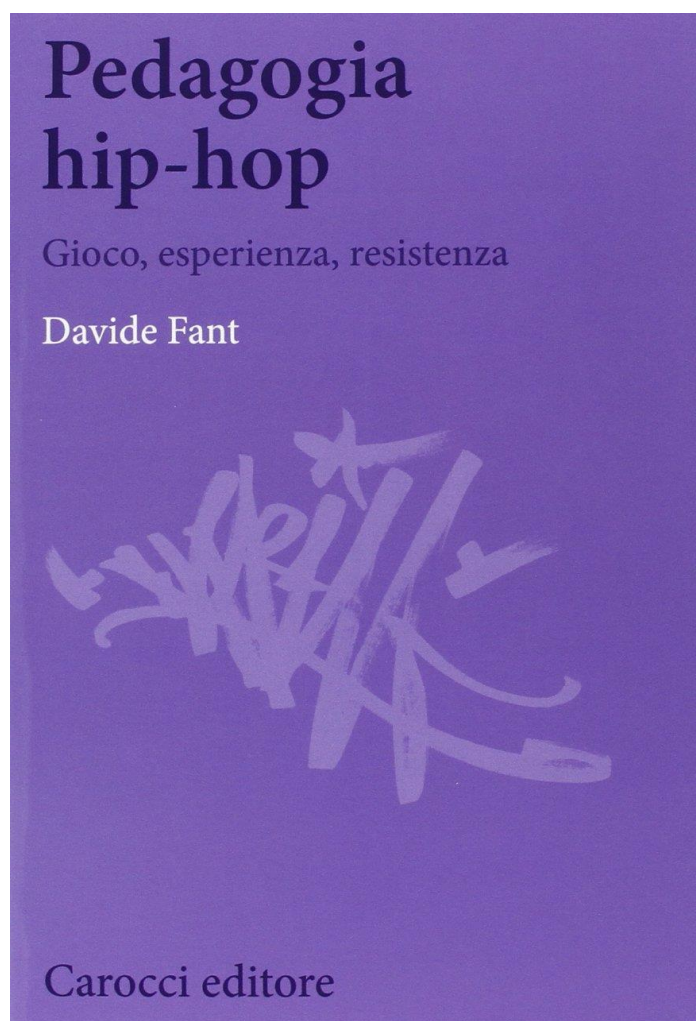
A cura di Chiara

Ho trovato nel libro "Anima mundi" di Susanna Tamaro questo che tengo con me:
"Secondo la tradizione cinese
la vita di un essere umano si divide in tre fasi:
un tempo per crescere,
un tempo per sperimentare la precaria seduttività del mondo,
un tempo per rientrare in sé stessi e approdare all'essenza profonda delle cose"

A cura di Alessandro

Da un libro sull’Hip-hop di Davide Fant a sorprese da canzoni rap

Nell’ambito della cultura “hip-hop” lo sviluppo delle canzoni rap ha permesso a molti giovani di trovare una possibilità di espressione di disagi, di aspirazioni e proposte di rinnovata vita. Una guida a riconoscerne il valore viene dal libro di Davide Fant “Pedagogia hip-hop – Gioco, esperienza, resistenza”, Carocci Editore 2015. Davide Fant ha su questo tema creato un blog facilmente consultabile su internet.



“Può l’hip-hop, cultura giovanile sorta nella periferia newyorkese, essere assunto a paradigma pedagogico della contemporaneità? L’autore, con consapevole azzardo e provocazione, sostiene di sì. Nel testo si evidenzia come un gruppo di giovani cresciuti nel ghetto abbiano sviluppato modalità inedite ed efficaci per apprendere, prendersi cura di sé e del proprio contesto sociale in una condizione di forte disagio, materiale ed esistenziale. Questo approccio è diventato oggi una risorsa di crescita per molti giovani in tutto il mondo. L’analisi si sofferma sulle molteplici connessioni tra gli elementi caratterizzanti le pratiche culturali hip-hop e le riflessioni al centro

della discussione pedagogica attuale, sottolineando il valore formativo, per certi versi avanguardistico, di tale esperienza. Il volume, arricchito da diversi esempi di utilizzo di queste pratiche in contesti educativi e scolastici, si rivela uno strumento essenziale per educatori e insegnanti che vogliano sfruttare le potenzialità formative dell'hip-hop nei propri contesti di lavoro, per chi è già coinvolto in questa cultura e voglia approfondirne la dimensione educativa, e per chiunque voglia relazionarsi con il mondo degli adolescenti di oggi, valorizzandone le risorse più originali”

L'Hip-hop si differenzia in quattro direzioni espressive:

- a) Il breaking: il gioco della danza nel break
- b) Il Djing: giocare con i ritmi
- c) Il MCing: giocare con le rime (che si svilupperà nel rap)
- d) Il writing: il gioco delle lettere

Rispetto alla direzione c), il MCing, questo si riferisce al fatto che nei parties di strada ogni Dj era affiancato da un maestro di cerimonia (abbreviato con MC) che con microfono incitava i partecipanti alla festa e alla danza...da lì ad inventare dei ritornelli e poi delle rime il passo fu breve. E' la nascita della musica rap. Si affermò così la figura del rapper, cantastorie della contemporaneità. Ecco due esempi che rivelano dei percorsi del riprendersi.

A cura di Andrea

Cose preziose

Fritz da Cat feat. Kaos One

Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché lacrime rosse non cadranno sull'asfalto.
Vedro' il tuo volto, sapro' perché mi hai scelto.
Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché le mie battaglie non saranno concluse.
Ogni tuo sguardo, ogni frase: cose preziose!

A sedici anni stavo messo male:
Vedevo il sole splendere dalla corsia di un ospedale.
Scendo. Toccai il fondo, continuai scavando,
Ero allo sbando, tiravo a campare fumando.
Non scorderò mai quel periodo in cui non c'eri,
Quando l'ultimo atto di fatto era il primo dei miei pensieri.
Giorni interi passando tra incubi e deliri,
Cercando la verità sul fondo di troppi bicchieri.

Ricordo con precisione l'istante,
Il primo contatto e la promessa che feci, che ancora rispetto;
L'episodio piu' importante della mia esistenza,
La conoscenza che mi guida in ogni circostanza.
Con te, sempre insieme in ogni situazione,
Mi hai ceduto ogni cosa che ho avuto, compreso il nome.
So bene che il mio debito è immenso,
Lacrime spese cercando un senso... cose preziose!

Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché lacrime rosse non cadranno sull'asfalto.
Vedro' il tuo volto, sapro' perché mi hai scelto.
Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché le mie battaglie non saranno concluse.
Ogni tuo sguardo, ogni frase: cose preziose!

Oggi combatto per me stesso,
Adesso ho un obiettivo, sopravvivo,
Aspetto il passo successivo,
Attratto dalla concreta presenza di una visione,
La cui espressione è l'insieme di quattro discipline.
Voci lontane che ascolto, rivolte in alto,
Attendo che ogni quesito sia risolto, vedro' il tuo volto,
Ricordero' ogni frase in ogni sguardo mistico,
Perché se vivo ancora è solo tempo in prestito.
Sono dettagli, talvolta abbagli,
A volte i tagli sopra i polsi affermano che sono sbagli;
Passi falsi fatti in luoghi silenziosi,
Sono le nostre anime unite come in simbiosi.
Occhi chiusi, scegli la giusta direzione,
Qualcosa sopravvive anche se a rischio di estinzione.
So bene che il mio debito è immenso,
Lacrime spese cercando un senso... cose preziose!

Rit.:

Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché lacrime rosse non cadranno sull'asfalto.
Vedro' il tuo volto, sapro' perché mi hai scelto.

Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché le mie battaglie non saranno concluse.
Ogni tuo sguardo, ogni frase: cose preziose!

Nuovi orizzonti, nuove sfide, è un ciclo che si conclude,
Nuove strade per chi procede sull'asfalto,
Nel buio è avvolto il resto del cammino,
Hai scelto il mio destino e adesso portami lontano.

Lascio che sia tu a guidarmi, a condurmi altrove,
Perché mi aspettano altri dubbi, nuove insidie, altre prove.
Sapro' sentire la tua voce anche se tace,
Saro' capace di inoltrarmi in posti senza luce,
In mezzo a volti mai visti, trucchi tra illusionisti,
Ricorda questo: esisto solo perché esisti.
Manifesto un legame profondo più dell'oceano
E il suono che mi accompagna oltre la terra di nessuno
E insieme camminiamo nel buio fino alla fine
Perché è tempo che il mio viaggio arrivi a destinazione.
So bene che il mio debito è immenso,
Lacrime spese cercando un senso... cose preziose!

Rit.:

Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché lacrime rosse non cadranno sull'asfalto.
Vedro' il tuo volto, sapro' perché mi hai scelto.
Nel buio tu cammini con me,
Tu sei il motivo per cui sopravvivo perché
Mi hai dato un obiettivo finché le mie battaglie non saranno concluse.
Ogni tuo sguardo, ogni frase: cose preziose!

La vita va avanti di Zampa

Apro gli occhi
e mi sveglio
oggi sto meglio
sento un po' di musica
due rime
leggero come l'elio

e se spalanco
la finestra
il sapore di festa
entra dentro il cuore
e non si arresta
c'è un cielo
limpido e pulito
penso che soltanto sette giorni fa
mi davo per fallito
dopo ho sentito qualche amico
e alla fine ho capito
che tutto è così semplice e infinito
una spremuta e un caffè
mentre mia madre fa il the
un po' di tele per vedere
che c'è....

Poi suona il cell
è un messaggio di shen
mi dice che
questa sera c'è da spingere il rap
"No problema bro "
rispondo poi
mi rilasso un po'
oggi è domenica e lo sai
che mi sento al top...
Ora la vita va avanti...
Ed i problemi e gli scleri
sembrano distanti

Rit.

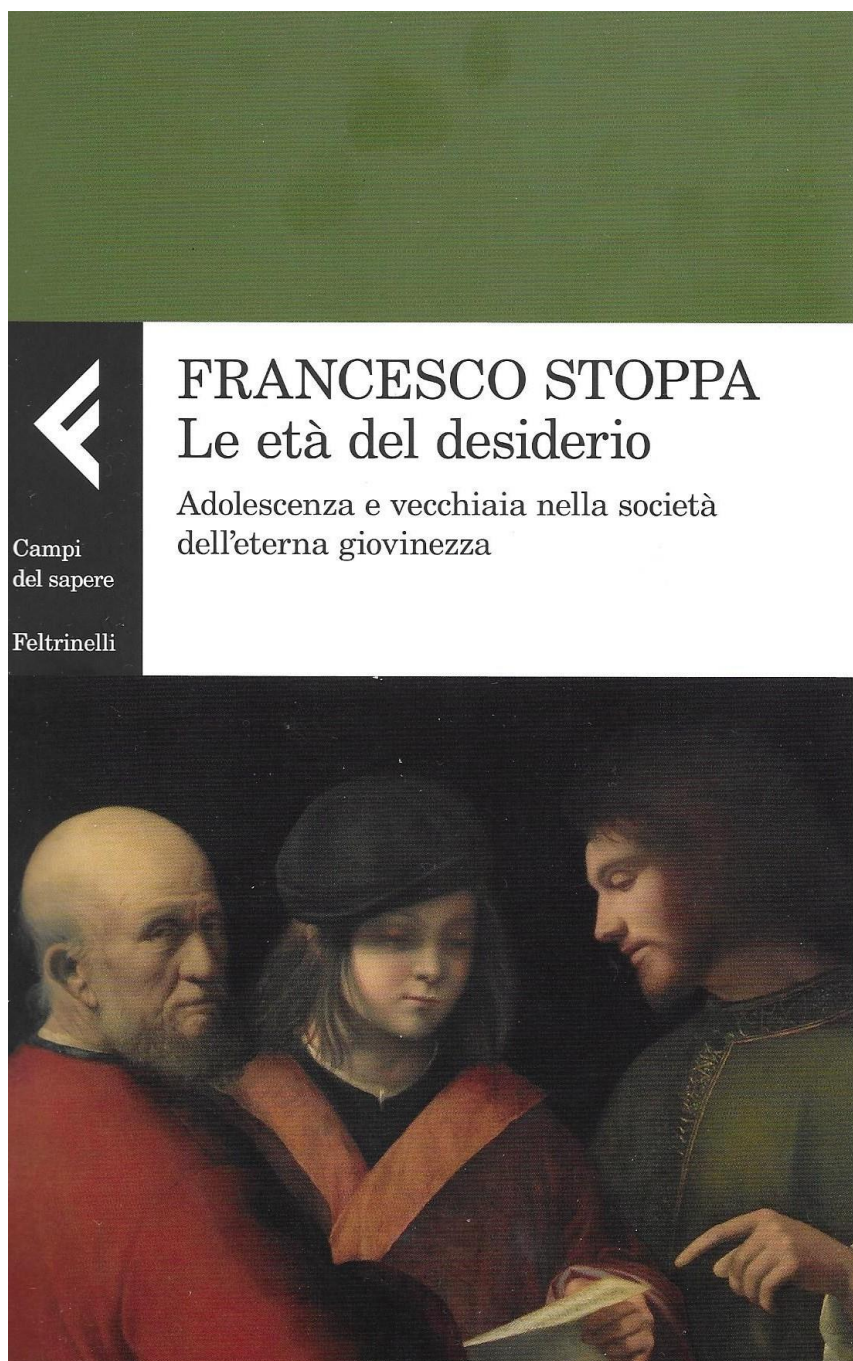
No che non mi fermerò //nè spegnerò // se tenterò
non mi pentirò //ogni vibra che io incontrerò //la sfrutterò

la vita va avanti

Oooooohhhhhhhhhh sì!
È tutto a posto così
ogni istante va vissuto da king
prova a capirlo b
Ehy....
Il tempo che è passato
non ritorna
ma se siamo qui
è per domare quest'onda
Z,a,m,p,a
Quanto ho pianto
ma ogni errore
e ogni sbaglio
dà tanto.
Libero il mio cuore
da ogni
dolore
Poi canto
so che giù con me c'è il mio branco....
È ho ancora voglia di combattere
di vincere
di crescere
di vivere
e dipingere
storie poi da spingere
Ora che lo sai
basta fingere
.....La vita è un pozzo
da cui attingere
....Ehhhhhh già!
e se ti sembra poco
ricorda che sei tu
il padrone del gioco
l'artista ed il cuoco

in quello che c'è
tu sii il re non il topo
cercalo in te il tuo scopo // Fuori di casa
non c'è più foschia
il sole sulla via // lascia la sua scia
Muovo i miei passi a tempo
come un loop di batteria
perché l'aria è frizzante
ed ogni para
o spada.....
sembra molto più distante
Ho visto storie
pazze traiettorie
perso tra
la rabbia e il dolore
la morte e il rancore
l'odio
l'astio
l'ansia
le scorie....
Adesso riesco a fonderle nel sole
e ogni secondo
ora lo vivo fino in fondo
con le mie utopie ti rispondo
e no che non affondo
io non mi nascondo
né giro più in tondo
Voglio essere libero nel mondo
ed è così uomo
da qui riparte il mio film
con più trame // più skills
E un appeal nuovo
è stupido sprecare questi istanti
perché la vita è così e va avanti

Francesco Stoppa “Le età del desiderio – Adolescenza e vecchiaia nella società dell’eterna giovinezza” Edizioni Feltrinelli 2021



Presentazione.

Ogni età deve rinegoziare il suo rapporto col mondo, gli altri, il corpo alle prese con le proprie trasformazioni. Il libro mostra come l’adolescenza e la vecchiaia si rivelano le età della vita nelle quali ciascuno esercita al massimo grado la capacità di scrittura

e riscrittura della condizione umana. Sono queste età a rappresentare i passaggi cruciali nei quali fare ricorso a una vera e propria arte di stare al mondo: arte di crescere in un caso e di tramontare nell'altro nel contemporaneo dare spazio a profondi respiri di vita e di senso relazionale. Sono le età in cui maturare un nuovo sentimento delle cose e dire sì alla vita e questo ne fa le età per eccellenza dell'uomo e quindi del desiderio che Francesco Stoppa ha modo di delineare approfonditamente. Nell'adolescenza e nella vecchiaia i cambiamenti della propria immagine corporea portano ad attraversare i lati meno rischiarati della vita. "Eppure il mondo adulto, ossessionato dal bisogno di certezze e poco propenso a concepire il proprio tramonto, finisce in fondo per emarginarle". In tale attraversamento "il desiderio è l'ospite inatteso e spesso ingombrante e recalcitrante che non viene a chiudere il cerchio e a confermare le aspettative, ma che sparglia i buoni propositi costringendoci a ritornare sui come e sui perché". Per avere a che fare con questi attraversamenti è opportuno quello che Stoppa chiama "il tocco umano": "L'arte di esserci senza imporsi, la capacità, al momento giusto, di sapersi sottrarre per lasciare spazio all'imprevedibile evoluzione delle cose". Forse è possibile percepire in queste elaborazioni un vento zen, così come quando Francesco Stoppa lascia intravedere che "Il desiderio non si combina granchè bene con la felicità, a fargli da cassa di risonanza è piuttosto il gaudium, la gioia di chi ha potuto ritrovarsi dopo essersi perso, di chi ha saputo attraversare l'angoscia e farsene qualcosa del dolore di esistere".

Francesco Stoppa. Psicologo, psicoterapeuta. Ha coordinato per anni l'Area riabilitativa del Centro di Salute Mentale di Pordenone. Analista, docente all'ICLeS per la formazione degli psicoterapeuti. E' redattore della rivista "L'Ippogrifo". Tra i suoi libri: "La prima curva dopo il Paradiso. Per una poetica del lavoro nelle istituzioni" (Borla, 2006). "Istituire la vita. Come riconsegnare le istituzioni alla comunità" (Vita e Pensiero, 2014). "La restituzione. Perché si è rotto il patto tra le generazioni" (Feltrinelli, 2011). "La costola perduta. Le risorse del femminile e la costruzione dell'umano" (Vita e Pensiero, 2017). Ha curato il volume "La rivoluzione dentro. Per i quarant'anni della legge 180" (Libreria al segno editrice, 2018)

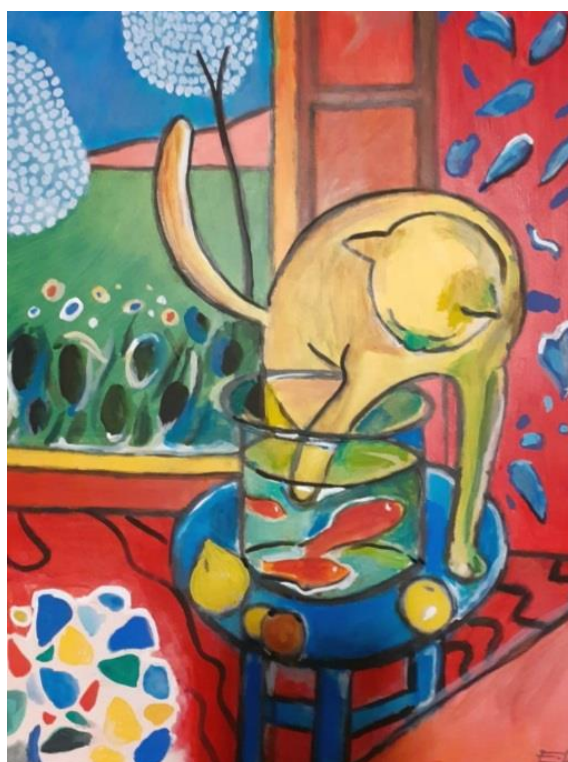
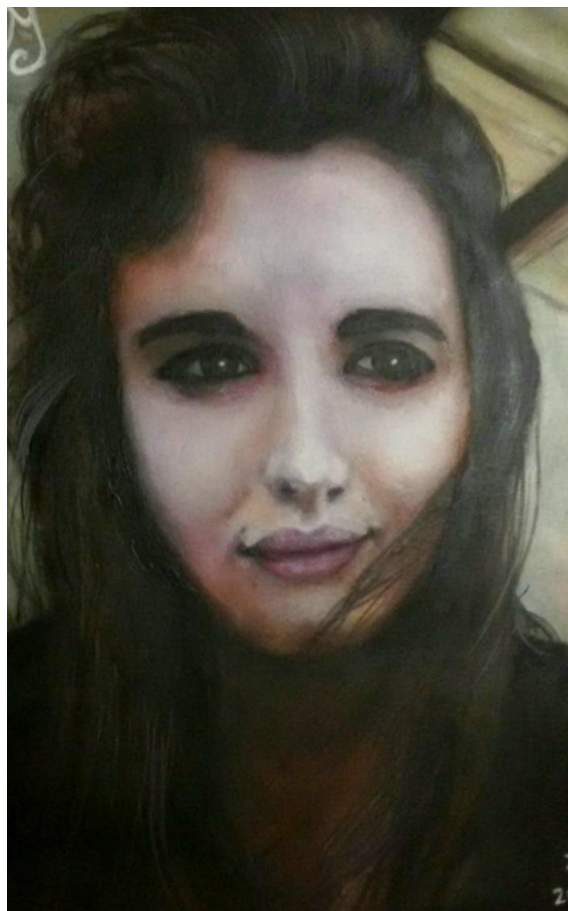
In ricordo di Tizi

Si, sabato 5 dicembre 2020 è venuto a mancare Tiziano Zorzenon, strappato a noi dal Covid. Idealmente partecipe del Laboratorio “Arti, riprendersi realizzarsi”, partecipe di tante iniziative culturali, dal mondo delle arti, della poesia a quello del teatro, per passare agli interessi storici e della topografia...

Ecco una foto che lo ritrae vicino al Mulino Miceu ad Aiello del Friuli



Ecco ora alcune delle opere pittoriche da lui ultimamente portate a termine; a titolo esemplificativo, ecco un ritratto e la copia da un quadro di Henri Matisse.



Per una postfazione

Contribuire a dialoghi valorizzanti anche nelle interrelazioni con il mondo delle arti (Prima parte)

Premessa

Certo è un argomento ampio da approfondire il contribuire a dialoghi valorizzanti. Valorizzanti quali dimensioni? Provando a individuarle ecco una prima traccia di risposta, vale a dire “che valorizzino” e promuovano:

- a) Diritti/doveri e capacità
- b) Percorsi del riprendersi, realizzarsi
- c) Interrelazioni con il mondo delle arti.

Diritti/doveri e capacità

In relazione al tema dei diritti, con l’Organizzazione delle Nazioni Unite, mettendo insieme la Dichiarazione universale dei diritti dell’uomo con la Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità, emerge tutta una serie di diritti individuati come fondamentali (1).

Per i doveri si tratta innanzitutto di rispettare e promuovere per gli altri gli stessi diritti. Rispetto a questi diritti, anche se a livello sociale sono garantiti anche con leggi sia nazionali che regionali, “non è automatico che le persone siano in grado di esercitarli e di cogliere le opportunità a loro disposizione” (2) Ecco che diventa opportuno portare in campo anche il tema delle “capacità”. In questo facendo riferimento alle elaborazioni di Martha Nussbaum e di Amartya Sen secondo il quale le capacità sono “lo spazio più idoneo all’interno del quale valutare la qualità di vita” (3).

A sua volta, Martha Nussbaum sostiene che “nel riferirsi alle capacità non si intendono le caratteristiche “intrinseche” della persona. Le capacità sono le opportunità sostanziali, concrete, che una persona ha di acquisire certe condizioni di vita, di realizzare particolari attività...opportunità sostanziali di essere e di fare che sono riconosciute alla persona” (2). Lei ha elaborato nel tempo una lista provvisoria di capacità (4).

Tali capacità si sostengono, in vari modi, l’una con l’altra. Per questo è difficilmente sostenibile la tesi che un dialogo valorizzante debba procedere per compartimenti stagni. Per esempio la produzione di opere autoespressive, che viene menzionata tra le capacità da favorire e che può consistere in opere di scrittura, di scelta di ascolto di brani di canzoni o di opere letterarie e di altre possibilità espressive, sono collegate in modi sia palesi che meno palesi ad altre capacità, permettendo di aggiustare in meglio progetti di vita e di possibili opportunità di sostegno alla persona. Questo non significa negare le priorità ma significa osare percorsi di comprensione della persona vista maggiormente nella sua complessità, nella peculiarità dei suoi percorsi tesi al riprendersi e al realizzarsi. A questo riguardo viene spesso proposta la prospettiva auspicabile, per chi esercita relazioni di aiuto, di accompagnare le persone verso la costruzione di “vestiti su misura”. Ecco una ulteriore argomentazione in tal senso.

I percorsi del riprendersi realizzarsi e...

Sono stati menzionati i percorsi del riprendersi, realizzarsi. Non a caso non è stata posta una virgola o una congiunzione tra le due forme verbali. A sottolineare che sono due processi che sono in realtà intrecciati che ne fanno un esempio di percorsi umani relazionali ricchi di implicazioni per la vita di ogni persona. Ampia è la disponibilità di esperienze dirette e di studi che lo confermano e che approfondiremo nella prossima parte. Così come è per le interrelazioni con il mondo delle arti che già ha delle evidenze e delle prove in questo numero della rivista “Petali e torrenti”.

- (1) “Non discriminazione; diritto alla vita, libertà e sicurezza della persona; libertà dallo sfruttamento, violenza ed abuso; diritto al rispetto del corpo e della mente; libertà di movimento; diritto a vivere nella comunità; libertà di comunicazione ed espressione; rispetto della privacy; rispetto della casa e della famiglia; diritto alle cure, all'educazione, al lavoro; diritto ad un dignitoso livello di vita; diritto alla partecipazione alla vita civile e politica; diritto a partecipare alla vita culturale”
Tratto dall'opera citata in nota (2).
- (2) Giulio Borgnolo e Altri “ICF e Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità. Nuove prospettive per l'inclusione” Erikson 2009.
- (3) Martha Nussbaum “Creare capacità” Il Mulino 2012
- (4) Ecco, sempre dall'opera di Martha Nussbaum “Creare capacità” la lista provvisoria:
 - (1) **Vita.** *Avere la possibilità di vivere fino alla fine una vita di normale durata; di non morire prematuramente, o prima che la propria vita sia limitata in modo tale da risultare indegna di essere vissuta.*
 - (2) **Salute fisica.** *Poter godere di buona salute, compresa una sana riproduzione; poter essere adeguatamente nutriti e avere un'abitazione adeguata*
 - (3) **Integrità fisica.** *Essere in grado di muoversi liberamente da un luogo all'altro; di essere protetti contro aggressioni; comprese la violenza sessuale e la violenza domestica; di avere la possibilità di godere del piacere sessuale e di scelta in campo riproduttivo.*
 - (4) **Sensi, immaginazione e pensiero.** *Poter usare i propri sensi, poter immaginare, pensare e ragionare, avendo la possibilità di farlo in modo “veramente umano”, ossia in modo informato e coltivato da una istruzione adeguata, comprendente alfabetizzazione, matematica elementare e formazione scientifica, ma nient'affatto limitata a questo. Essere in grado di usare l'immaginazione e il pensiero in collegamento con l'esperienza e la produzione di opere autoespressive, di eventi, scelti autonomamente, di natura religiosa, letteraria, musicale, e così via. Poter usare la propria mente tutelati dalla garanzia di libertà di espressione rispetto sia al discorso politico che artistico, nonché della libertà di culto. Poter fare esperienze piacevoli ed evitare dolori inutili.*
 - (5) **Sentimenti.** *Poter provare attaccamento per persone e cose oltre che per noi stessi; poter amare coloro che ci amano e si curano di noi, poter soffrire per la loro assenza; in generale, amare, soffrire, provare desiderio, gratitudine e ira giustificata. Non vedere il proprio sviluppo emotivo distrutto da ansie e paure.*
(sostenere questa capacità significa sostenere forme di associazione umana che si possono rivelare cruciali per lo sviluppo).
 - (6) **Ragione pratica** *Essere in grado di formarsi una concezione di ciò che è bene e impegnarsi in una riflessione critica su come programmare la propria vita (ciò comporta la tutela della libertà di coscienza e di pratica religiosa).*
 - (7) **Appartenenza.** *a) Poter vivere con gli altri e per altri, riconoscere e preoccuparsi per gli altri esseri umani; impegnarsi in varie forme di interazione sociale; essere in grado di immaginare la condizione altrui (proteggere questa capacità significa proteggere istituzioni che fondano e alimentano tali forme di appartenenza e anche tutelare la libertà di parola e di associazione politica implica la tutela contro la discriminazione in base a razza, sesso, tendenza sessuale.*

- . b) *Disporre delle basi sociali per il rispetto di sé e per non essere umiliati; poter essere trattati come persone dignitose il cui valore eguaglia quello altrui. Questo*
- (8) Altre specie.** *Essere in grado di vivere in relazione con gli animali, le piante e con il mondo della natura, avendone cura.*
- (9) Gioco** *Poter ridere, giocare e godere di attività ricreative.*
- (10) Controllo del proprio ambiente.** a) *Politico. Poter partecipare in modo efficace alle scelte politiche che governano la propria vita; godere del diritto di partecipazione politica, delle garanzie di libertà di parola e associazione.* b) *Materiale. Essere in grado di avere proprietà (sia terra che beni mobili) e godere di diritto di proprietà in modo uguale agli altri; avere diritto di cercare lavoro alla pari degli altri; essere garantiti da perquisizioni o arresti non autorizzati. Sul lavoro, essere in grado di lavorare in modo degno di un essere umano, esercitando la ragion pratica e stabilendo un rapporto significativo di mutuo riconoscimento con gli altri lavoratori.*

A cura di Andrea