

### 3. Il progetto

#### *Gli obiettivi del progetto*

Gli obiettivi che il CD palestro si propone per il 2022 sono in linea con quanto prefissato e iniziato nel 2021. Integrazione tra operatori, utenti e territorio, accettazione e collaborazione, abbattimento dello stigma e sensibilizzazione, faranno da cardine anche per questo anno.

Gli obiettivi che si propongono sono:

- Mantenimento e consolidamento degli obiettivi dell'anno precedente
- Accoglienza e inclusione di nuovi utenti
- Sviluppo e ideazione di progetti terapeutico riabilitativi ad personam, stilati e ideati con la partecipazione attiva degli utenti, della famiglia oltre che dell'equipe.
- Mantenimento di un clima assertivo e acritico nel gruppo
- Riduzione dell'isolamento sociale, dell'apatia, della scarsa motivazione e dello scarso empowerment e autoefficacia
- Definire degli spazi all'interno e all'esterno del servizio per attività destinate a pazienti giovani e/o a pazienti lievi e con poca storia clinica psichiatrica finalizzate allo sviluppo dell'autonomia, all'acquisizione di competenze professionali e sociali, promuovendo la relazione con il territorio e i suoi servizi;
- Puntare all'autonomia dei nostri assistiti, sia nella gestione della propria vita, sia nell'attivare altri utenti nella gestione e organizzazione delle uscite risocializzanti che il Centro Diurno offre, in quanto si nota come alcuni pazienti, dopo aver fatto un efficace percorso terapeutico-riabilitativo, abbiano dimostrato di possedere risorse e capacità che possono essere incentivate verso percorsi sempre più evoluti e creativi;
- Mantenimento della rete di collaborazione con il sistema CSM.
- Incentivare collaborazioni tra laboratori e agenzie territoriali

Il centro Diurno è pensato come un luogo dove ogni utente può fare un'esperienza sana, evolutiva, e dove potere ricomporre aspetti pratici e psichici della vita personale e relazionale vivendo gli spazi interni e territoriali come momenti utili alla riattivazione e ricostruzione di una rete sociale

#### Le modalità di progettazione

La progettazione prevista vuole essere un momento di espressione e rappresentazione di tutte le componenti che vivono il CD. Diversi momenti strutturati hanno come obiettivo la discussione e la revisione del progetto:

· gli operatori della ASL: incontri settimanali dove vengono segnalate le necessità ed i possibili interventi da fare sull'organizzazione e sulle linee riabilitative del CD, sulle iniziative convogliando idee e riflessioni. È utilizzato inoltre un quaderno delle consegne che permette di agevolare le comunicazioni delle informazioni quotidiane.

· il responsabile e gli operatori della cooperativa, i tecnici dei laboratori: i maestri d'arte oltre a trasmettere eventuali comunicazioni sul quaderno delle consegne, vengono individuati degli spazi dove tutti gli operatori della cooperativa si confrontano e si definiscono i percorsi insieme all'equipe ASL del CD. Ovviamente lo spazio coinvolge entrambe le cooperative che svolgono le attività e creando delle integrazioni e obiettivi comuni.

· gli utenti: abbiamo osservato una maggiore presenza degli utenti nei processi decisionali del CD, è comunque evidente una loro crescita alla partecipazione spontanea alle attività organizzative del centro diurno. Le decisioni fondamentali del centro vengono prese in riunione, a cadenza settimanale in cui ci si ritrova insieme agli utenti stessi, in un clima paritario e acritico. In questo spazio, assai apprezzato dagli utenti, vengono discusse e ragionate proposte e criticità inerenti alla quotidianità e dinamiche del CD.

· I familiari: la regolarità degli incontri settimanali nel corso del Gruppo di Psicoanalisi Multifamiliare permette di rilevare molte segnalazioni relative ai bisogni e alle criticità dell'utenza in rapporto con il CD. Tuttavia, per scelta riabilitativa, non vengono discusse in modo strutturato e sistematico con i familiari le linee progettuali del CD.

## La struttura

Il Centro Diurno Palestro è una struttura dotata di ampi spazi ben attrezzati, che coprono un'area fruibile all'utenza di 300 mq. L'ingresso è al piano terra dello stabile di via Palestro, al civico 39. Ai piani superiori vi sono i locali del Centro di Salute Mentale.

E' composto al piano terra da una sala relax e tv, una grande sala riunioni multimediale che ospita anche i laboratori di musica e ciclofficina e un grande locale per i laboratori di artistici. In questo piano ci sono anche le stanze organizzazione e colloqui e stanza multimediale. Sono inoltre disponibili servizi igienici per l'utenza, divisi in uomini e donne, con accessibilità handicap, servizi igienici uomini e donne per il personale, e una cucina utilizzata per la preparazione del vitto giornaliero che viene confezionato dalla ditta vincitrice di bando con la Asl Roma 1, oltre a merende e rinfreschi occasionali. Possiede quattro spazi contigui esterni, posti allo stesso livello, le chiostrine, utilizzate nei mesi estivi come spazi relax e fumatori. Nelle zone antistanti alle uscite sulle chiostrine sono ricavati quattro tavoli pranzo e la zona lettura quotidiani e bacheca.

Al primo piano, con scala interna, si accede al ripostiglio, a una grande stanza che ospita le postazioni PC per il corso d'informatica, e una stanza colloqui degli operatori del Centro Diurno. Ci sono spazi al piano inferiore che sono stati bonificati: due grandi locali ospitano le attività della ciclofficina, in una stanza è contenuto il forno di Ceramica, una terza stanza attualmente usata come deposito si pensa di attrezzarla in futuro come sala prove per la musica.

Il centro è ubicato in zona centrale in prossimità della stazione Termini ed è facilmente raggiungibile con i mezzi pubblici.

Le attività esterne vengono realizzate invece presso le agenzie che i territori di competenza offrono, in particolare si è voluto rafforzare la collaborazione stretta con la Casa della Pace, associazione storica dell'Ex Mattatoio. La Casa della Pace, infatti, collabora già da circa 4 anni con la UOC 1° Distretto Salute Mentale ospitando alcuni laboratori aperti ai nostri utenti e alla cittadinanza. Nel tempo si è stretta sempre di più la voglia di creare nuove relazioni e nuove integrazioni e la Casa della Pace sicuramente favorisce tutto questo in cambio di un piccolo contributo spese che si propone di poter continuare a dare all'associazione. La grande opportunità che ci offre la Casa della Pace è di svolgere le attività nel tessuto urbano e sociale del quartiere, aprendo le porte ai cittadini e agli eventi organizzati dall'associazione e/o dal quartiere. È un fare all'interno degli spazi di vita dove molti dei nostri utenti sono a proprio agio e dimostrano una maggiore motivazione.

## **Analisi del contesto (\*)**

Il territorio a cui fa riferimento il bacino di utenza del Centro Diurno Palestro/Centro del Sole è molto ampio.

L'offerta di agenzie e di possibili scambi è notevole, è la possibilità di integrarle e di mischiarle da sicuramente una spinta in più alla creazione di nuovi percorsi. Abbiamo rapporti continuativi su progetti individuali o su attività con la Caritas, con Galleria Borghese, con il servizio Samifo (Salute Migranti

Forzati), con il 1° Distretto e l'Unità Adolescenti, con l'AS Altura Scuola di vela e di mare (via della Pelliccia), Binario95 – CD Caritas, Sala Operativa Sociale (SOS), Casa dei Diritti Sociali.

Il Centro del sole situato nel centro di Testaccio ha tessuto rapporti con l'ex Mattatoio, con il Mercato rionale di Testaccio, con le associazioni del quartiere.

Si prosegue nella collaborazione con altri CCDD e servizi territoriali per integrare e condividere attività, con le scuole regionali per l'ECDL, con le istituzioni museali (Macro, Maxi, ecc.).

### ***Le attività di supporto allo sviluppo del progetto***

Si organizzano incontri con cadenza regolare per monitorare PTRI dove sono coinvolti gli utenti, l'equipe del CD e l'equipe del C.S.M. di riferimento (CSM Palestro e CSM Plinio).

Inoltre, il CD segue tutte le supervisioni di Dipartimento e di Modulo relative a casi o alle linee di intervento in cui svolge funzioni, proponendo attivamente problematiche che possono diventare oggetto di supervisione.

La documentazione sull'attività del Centro, sui percorsi clinico-riabilitativi degli utenti, sui laboratori e sui loro coordinatori, verrà garantita attraverso materiale cartaceo (schede cliniche, fogli presenza, resoconti, ecc.) e, da anni, da raccolta elettronica dei dati, che ha carattere di maggiore accuratezza, anche in base alle nuove disposizioni aziendali in tema di sistema informativo. E' infatti attivo il sistema informativo aziendale (GDSM) su cui il CD registra soltanto gli accessi quotidiani. Il Responsabile dei progetti aggiorna sistematicamente l'archivio informatico GDSM. Per quanto riguarda la documentazione cartacea, ogni utente del CD ha una scheda su cui sono raccolte informazioni anagrafiche, i dati necessari per la scheda utente da presentare al Comune di Roma e il progetto riabilitativo connesso al progetto terapeutico. Viene inoltre realizzata una scheda di contratto terapeutico-riabilitativo con utente, familiari e equipe da valutare periodicamente per valutare gli obiettivi condivisi con l'utente.

La presenza al CD viene segnata dagli operatori, e riportata, con dati personali sul quaderno delle consegne. Inoltre, sono presenti, per ciascuna linea di attività, i diari quotidiani.

Inoltre, è stato istituito un registro di accessi giornalieri dove vengono riportate le temperature corporee come da normativa vigente allegando anche l'autocertificazione per ogni utente in ingresso.

Si intende attivare percorsi di servizio civile o con associazioni di volontariato per integrare e incentivare le risorse all'interno del Centro Diurno.



## Prospetto riepilogativo aree e attività del Centro

AREE	LABORATORI / ATTIVITA'
SVILUPPO COMPETENZE PROFESSIONALI	<b>Laboratori di:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Informatica</li><li>● Giardinaggio</li><li>● Gastronomia</li><li>● Ciclofficina</li><li>● Multimediale</li><li>● Linguaggi della comunicazione</li><li>● Comunicazione foto-audio-visiva</li><li>● Tecnologie della informazione e della comunicazione</li></ul>
SVILUPPO CONOSCENZA TECNICHE ARTISTICHE	<b>Laboratori di:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Artistico-espressivo</li><li>● Ceramica</li><li>● Musica</li><li>● Riciclo</li><li>● Decoro urbano</li></ul>
SPORT	<b>Attività:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Piscina</li><li>● Kundalini yoga</li></ul>
ESPLORAZIONE E CONOSCENZA DEL TERRITORIO ATTRAVERSO ATTIVITA' CULTURALI	<ul style="list-style-type: none"><li>● Cinema</li><li>● visite guidate museali</li><li>● Visite guidate nel tessuto cittadino</li></ul>
REALIZZAZIONE PROGETTI DI RETE SOCIALE	In fieri con varie agenzie di zona <ul style="list-style-type: none"><li>● Associazione Casa della Pace</li></ul>
ATTIVITA' RISOCIALIZZANTI IN AUTONOMIA	<ul style="list-style-type: none"><li>● Cinema</li><li>● Uscite volte alla fruizione dei servizi e/o eventi della città di Roma e provincia</li></ul>

## 4. Le attività<sup>1</sup>

### *Descrizione della attività*

Il Centro Diurno Palestro/Centro del Sole nel 2022 si pone l'obiettivo di ampliare la programmazione dello scorso anno incentivando nuovi percorsi basati sull'integrazione tra laboratori e territorio mirati al potenziamento dell'autonomia del soggetto. Tra questi avrà inizio un gruppo di narrazione familiare e uno di problem solving a conduzione degli operatori Asl.

Per quanto riguarda i laboratori, ci sarà un aggiornamento del laboratorio di arti pittoriche che assume il nome di "Laboratorio Artistico-espressivo" che punta ad incentivare la creatività in un clima di lavoro di gruppo condiviso e collaborativo. Inoltre, nelle attività laboratoriali si vuole riprendere l'idea di realizzare, all'interno di essi, dei workshop dove coinvolgere un esperto del settore per stimolare nuove idee e anche un aggiornamento sulle tecniche, sugli interventi e sulle collaborazioni esterne.

L'obiettivo è dare un maggiore impulso alle attività di carattere pre-formativo (quelle che mettono in condizione l'utente di confrontarsi con i percorsi di inserimento lavorativo) ma anche a quelle attività che favoriscono l'integrazione socio-territoriale attraverso un quotidiano confronto con le attività ed i soggetti che vivono ed animano lo spazio circostante (dalla stessa Casa della Pace che ospita i laboratori esternalizzati del centro, alla realtà dell'ex Mattatoio, sede di attività artistiche, sociali, artigianali ma anche di corsi Universitari ed Accademici).

Si vuole riprendere il percorso multisensoriale già preventivato nello scorso progetto che però per le cause già note non è stato possibile mettere in atto. Il progetto della multisensorialità parte dalla relazione con l'altro nelle sue varie forme dove tutti i canali sensoriali si attivano. Il rapporto operatore-paziente, gli stessi laboratori, seppur con strumenti diversi, attivano un canale sensoriale piuttosto che un altro, partendo da questa idea, si è pensato ad un allestimento multisensoriale dei laboratori, ognuno con la sua specificità. Il progetto multisensoriale si conclude con la programmazione di un evento presso gli spazi delle chiostrine della nostra struttura o in altra sede esterna. Tale evento sarà aperto al territorio, alla cittadinanza e alle agenzie del territorio.

Su proposta della RTI delle cooperative che co-progettano e collaborano con i vari Centri Diurni della ASL Roma1, si propone di continuare ad aderire alla programmazione di eventi corali dei Centri Diurni della suddetta ASL aperto alla cittadinanza, come già avvenuto negli spazi istituzionali del Santa Maria della Pietà, coinvolgendo tutto il Centro Diurno.

Si intende continuare con gli incontri assembleari con tutti gli attori che frequentano il Centro in e outdoor (ad esempio coinvolgere il laboratorio multimediale realizzando un cortometraggio delle attività del Centro; coinvolgere i laboratori della comunicazione e proporli come parte della segreteria organizzativa dell'evento; proporre la band Funkasino per vari spazi musicali, ecc...). La scelta del come e del giusto apporto al progetto dipende fortemente dagli incontri con tutto il gruppo di lavoro del Centro: utenti, conduttori e operatori.

Di seguito si indicano gli obiettivi dei singoli laboratori:

#### **CERAMICA:**

Il Laboratorio di ceramica è uno tra i più seguiti al Centro Diurno.,del resto creare un manufatto di argilla non è solo un mero gesto manuale ma è anche stimolare la capacità simbolica,attraverso la manipolazione della materia possono emergere contenuti intrapsichiche può fare ritrovare al P.la propria narrazione di vita,si attiva così un dialogo interiore che può portare ad una maggiore consapevolezza di se stessie quindi una maggiore fiducia in se stessi,una maggiore autostima che può portare il P.anche ad una maggiore apertura all'esterno,tutto questo accade in un luogo del Cd che è percepito come uno spazio sicuro e accogliente.Attualmente il Laboratorio sta aderendo al "Progetto Corale" dei Centri diurni della Asl roma1,denominato "Nastro P.14" che si realizzerà nel

<sup>1</sup> N.B. Questa parte deve essere compilata per ciascuna attività del progetto (socializzante, sportiva, formativa, culturale, ludica).

comprensorio del S.M.D.P. il Laboratorio realizzerà un Totem che sarà un allestimento permanente, e lo farà in collaborazione con il CD di Montesanto. Un altro Progetto al quale il Laboratorio ha preso parte è quello proposto dall'Associazione culturale Tangram di Perugia, in collaborazione con il Museo Archeologico dell'Umbria, con la realizzazione di amuleti e talismani in ceramica ed altri materiali che sono stati provenienti da Centri Diurni di tutta Italia e dall'estero, che poi sono stati esposti, per un periodo di tempo nelle teche del Museo insieme a reperti Etruschi originari, gli utenti hanno apprezzato molto, con questi manufatti creati dal nostro CD è stato fatto un video che sarà proiettato a dicembre, gen 21/22 con altri video di altri CD; inoltre è stata creata una base musicale in collaborazione con il nostro Laboratorio di Musica, che accompagnerà la visione del sopradetto video.

## **LABORATORIO ARTISTICO-ESPRESSIVO**

L'attività del laboratorio prevede brevi tecniche espressive, visive e corporee per introdurre quelle artistiche a cui verrà dato ampio spazio.

Le finalità:

Potenziare le capacità espressive personali.

Favorire la conoscenza interpersonale e di gruppo.

Promuovere lo scambio ed il confronto per aumentare la consapevolezza individuale.

Gli incontri si svolgeranno in diversi momenti. Innanzitutto verrà disposta un'area con strumenti e materiali a vista (carte, cartoncini, matite, pennelli, stoffe, fili, materiali di riciclo, riviste, colle e forbici ecc)

Successivamente si procederà con una prima fase in cui ci sarà un gioco relazionale o di rilassamento, dove verrà dato un input di tipo narrativo, poetico o una tematica anche proposta degli utenti.

Seguirà una seconda fase in cui in base alla tematica scelta, verrà offerta una progettualità specifica, come pure materiali, strumenti ed il supporto tecnico, in un contesto non giudicante.

Infine, ci sarà la terza e ultima fase in cui verrà sciolto il gruppo, con la condivisione e il saluto finale.

## **MULTIMEDIALE:**

Il MultiMedia Lab è incentrato intorno allo sviluppo di un archivio multimediale, un Blog "Palestro Galattica" nato nel 2020 e arricchito nel 2021, in cui gli utenti possano raccogliere ed esprimere ciò che viene realizzato e vissuto all'interno e all'esterno del Centro, sviluppando abilità tecniche per rapportarsi al mondo digitale.

Nel Laboratorio viene dato anche grande rilievo al Cinema. Non solo nel proiettare e vedere films insieme, con tematiche e titoli per discutere ed analizzare percorsi di comune interesse o di forte attualità, ma anche dando vita a creazioni video autonome e strutturate, finalizzate alla realizzazione di un Cortometraggio sceneggiato e realizzato dagli stessi utenti, questo verrà realizzato in collaborazione con RASA film, società del settore cinematografico.

In questo progetto, che avrà un budget dedicato, per poter essere realizzato, gli utenti si potranno mettere in gioco in prima persona raccontando un flash delle loro storie personali, descrivendo ciò che realizzano nel Centro o creando una sceneggiatura originale da mettere in atto, basata sull'immaginazione o il loro vissuto.

Per l'attrezzatura necessaria alla finalizzazione del progetto, si pensava ad un noleggio, avvalendosi del supporto di una società di post-produzione specifica del settore, che fornisca i materiali e le attrezzature e di un operatore/finalizzatore per color-correction, conforming, encoding, mixaggio audio-video, grafica, titoli e trasposizione su supporti.

Il Laboratorio inoltre per incentivare un rapporto più integrato verso la città, si prefigge poi di organizzare mensilmente visite ad un museo, una mostra od un evento, o partecipare comunque ad un'esperienza multimediale che viene fatta in città, come un concerto o la presentazione di un libro, questo significa che potranno essere messe in opera forme di apprendimento di sistemi espressivi sia

dal punto di vista pratico - facendo esperienza di fotografia e video digitali, e di informatica- sia da un punto di vista più concettuale che vada ad aumentare la valorizzazione di ciò che si realizza nel centro e della propria capacità di esprimersi e comunicare.

Il laboratorio si occuperà anche della creazione e gestione delle locandine inerenti gli eventi organizzati e previsti dal centro e anche della sistemazione e gestione degli archivi fotografici con montaggio video per la raccolta delle esperienze svolte all'interno e all'esterno del centro.

Altro obiettivo sarà l'acquisizione di abilità utili all'elaborazione e l'organizzazione digitale per la creazione di database e raccolte fotografiche dei lavori fatti negli altri laboratori così da mantenere una memoria storica dei lavori e delle esperienze vissute.

Verranno sperimentate e acquisite conoscenze e abilità necessarie all'utilizzo di programmi di editor e grafica, così da puntare ad un'autonomia sempre maggiore da parte dei partecipanti, andando a stimolare anche iniziativa e processi decisionali individuali e di gruppo.

### **INFORMATICA:**

Il laboratorio di informatica si pone come obiettivo quello di fornire strategie e conoscenze all'utilizzo di strumenti informatici e tecnologici, soprattutto dei principali programmi operativi, pacchetto office(word,excell,power point)Durante il Covid i P.sono stati messi in condizione di utilizzare Zoom e Skipe;questo apprendimento continuerà,anche dopo il Covid,con i partecipanti che verranno dopo.

L'obiettivo sarà mettere gli utenti in grado di navigare in rete,in generale.Tutto questo lavoro porterà ad una stimolazione e riattivazione di abilità cognitive quali l'attenzione e la concentrazione.

Tutto questo farà sì che anche il livello di autostima migliori.Con gen.2022 si cambierà il Conduttore di Informatica.

### **KUNDALINI YOGA:**

Il Laboratorio di K.Yoga è una tecnica antistress per eccellenza, la lezione di Yoga è composta da una classe costituita da esercizi fisici che possono lavorare su tutti i sistemi del corpo umano, vengono inoltre utilizzate tecniche di respirazione per calmare stati d'ansia e di panico. Il partecipante lavora per trovare una propria specificità e i propri confini all'interno del gruppo.

L'uso di meditazioni statiche o dinamiche aiuta a modulare le emozioni e a riconoscerle sostenuto in questo dall'insegnante e a riscoprire il proprio corpo attraverso sensazioni fisiche (è destinata un'ora per la ricerca del materiale della classe specifica). L'obiettivo che si propone è di migliorare il benessere psicofisico e la socializzazione con l'altro proponendo anche momenti conviviali sia all'interno che all'esterno della struttura (gite, eventi, collaborazione con altre associazioni, ecc.)Tutto questo continuerà per il 2022.

.L'insegnante ha proposto per il 2022 nuove tecniche quali l'"Automassaggio yogico",che verterà inserito episodicamente all'interno delle lezioni,a tal proposito si pensava anche di fare alcuni seminari dedicati all'argomento.

Un'altra tecnica che si vorrebbe inserire è il "Breathwalking"che è collegare il camminare con il ritmo del respiro e da ultima "Tecniche di consapevolezza del mangiare"secondo la visione Yogica e Ayurvedica.

### **MUSICA:**

Il laboratorio di musica si pone come obiettivo quello di valorizzare il lavoro della band i Funkasino, con la partecipazione ad eventi organizzati, come pure il coinvolgimento di nuovi utenti e l'espressione delle proprie potenzialità.

Attraverso il linguaggio musicale si andrà a stimolare la capacità di ascolto e interazione sociale del singolo partecipante e del gruppo, rafforzando e stimolando le capacità espressive nelle dinamiche relazionali. Nello specifico, in un setting acritico e non impositivo si lavorerà sul rispetto dei tempi propri e altrui così da creare armonia e ritmo e sul rispetto di orari e impegni presi.