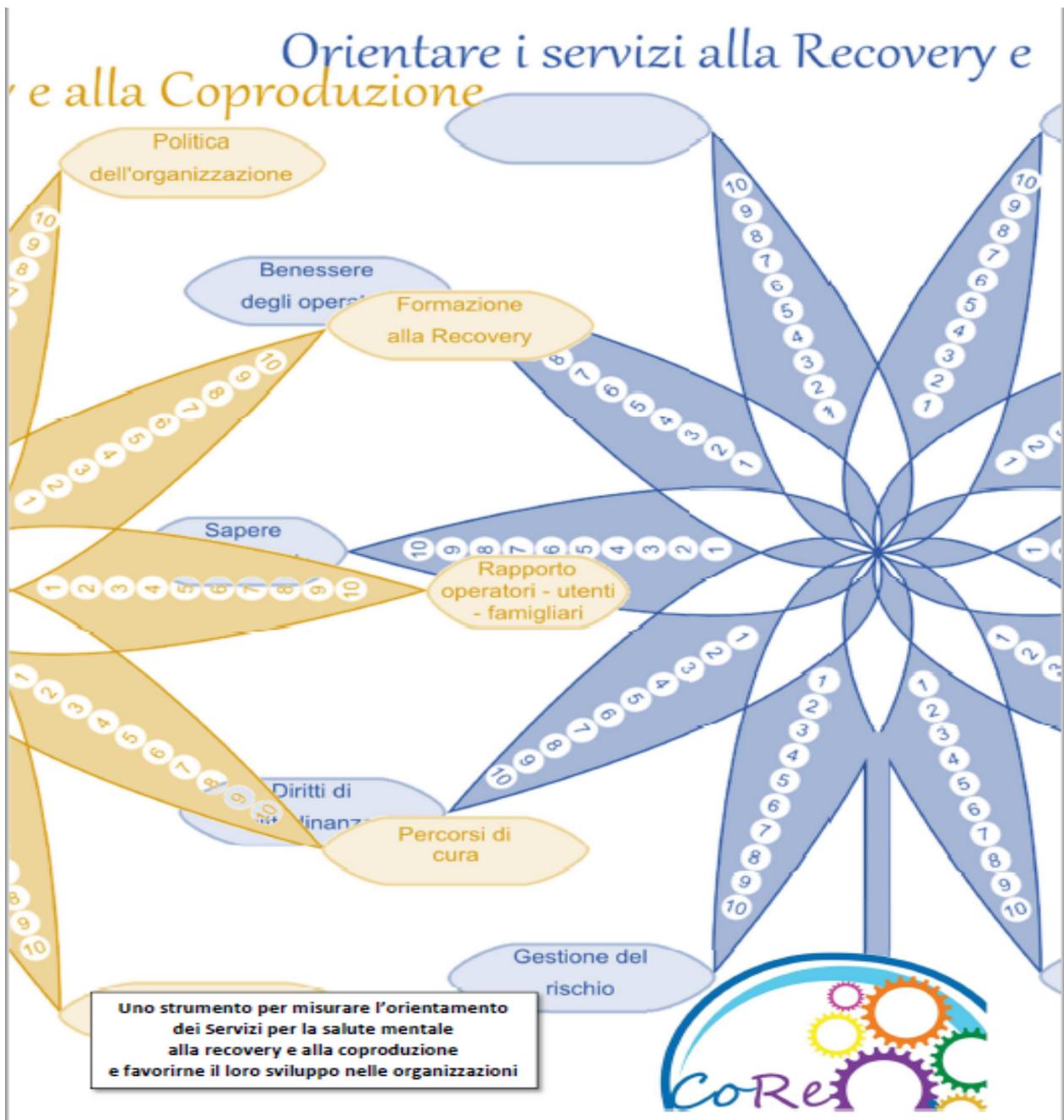


LAVORO DI RETE, INCLUSIONE SOCIALE E LAVORATIVA INSIEME ALL'ESP "ESPERTO IN SUPPORTO TRA PARI"



a cura di Milena Garavaglia, Alice Bruni, Stefania Borghetti

“Lavoro di rete, inclusione sociale e lavorativa insieme all'ESP - Esperto in Supporto tra Pari.

*Progetto Innovativo Regione Lombardia TR 89 ASST-Rhodense, Dipartimento Salute Mentale e
Dipendenze: CPS di Bollate, Garbagnate M.se, Passirana di Rho e Settimo M.se”.*

A cura di Milena Garavaglia, Alice Bruni, Stefania Borghetti.

30 marzo 2023

RINGRAZIAMENTI

Se state leggendo queste righe, significa una cosa: ce l'abbiamo fatta, insieme, a portare a termine la stesura del racconto di una avventura tuttora in corso. Nelle pagine che seguono riassumiamo tutto ciò che per noi è stato significativo in questo decennio nella realizzazione del progetto innovativo promosso da Regione Lombardia e dedicato agli Esperti in Supporto tra Pari (ESP). Non avremo descritto proprio tutto, ma speriamo sia possibile farvi un'idea sugli obiettivi di questo progetto e sul ruolo degli ESP all'interno dei nostri servizi e del nostro territorio. Sul loro percorso umano, formativo e professionale. La stesura di questo documento non è stata semplice, come non è mai semplice il "fare assieme", per quanto bello e necessario soprattutto nel campo della salute mentale.

Abbiamo incontrato alcune difficoltà e abbiamo cercato di superarle insieme. Per questo motivo desideriamo ringraziare tutti i co-autori per la sincerità, per i suggerimenti e anche per le critiche costruttivamente mosse nei mesi scorsi.

La modalità con cui via via queste pagine hanno preso forma rispecchia quel lavoro di rete e di gruppo che è fondamentale nella nostra routine professionale ma, anche, nella vita di tutti i giorni.

Ringraziamo anche per i riscontri positivi ricevuti da parte delle molte persone che hanno goduto – e godono – della preziosa e insostituibile esperienza del supporto tra pari.

Milena Garavaglia, Alice Bruni, Stefania Borghetti

In qualità di direttore della Unità Operativa di Psichiatria della ASST Rhodense, sono lieto di presentare questa brochure che descrive il percorso del supporto tra pari all'interno dei nostri servizi. Tale percorso negli ultimi anni ha visto diventare parte integrante del nostro lavoro quotidiano non solo il ruolo attivo e prezioso della figura dell'Esperto in Supporto tra Pari (ESP) ma, anche, concetti preziosi e necessari ai quali: "fare – assieme", "Recovery" ed "Empowerment", che verranno di seguito approfonditi.

Augurandovi buona lettura, esprimo l'auspicio che la strada intrapresa in questa direzione possa continuare, valorizzando e potenziando i passi compiuti fino a qui insieme.

Marco Toscano

Direttore Struttura Complessa

U.O.C. Psichiatria Ospedaliera e Territoriale

ASST Rhodense

INDICE

Premessa	5
Introduzione	6
Principi professionali dell'Esperto in Supporto tra Pari	8
Le finalità degli interventi dell'Esperto in Supporto tra Pari	12
Percorso formativo dell'Esperto in Supporto tra Pari	13
Attività dell'Esperto in Supporto tra Pari e luoghi di attività	14
L'importanza del lavoro da remoto	15
L'Esperto in Supporto tra Pari nei vari organismi istituzionali	15
I contesti in cui opera l'Esperto in Supporto tra Pari in ASST Rhodense	16
L'attività dell'Esperto in Supporto tra Pari nei distretti territoriali	17
Testimonianze	21
Appendice	27

PREMESSA

Il valore della esperienza degli Esperti in Supporto tra Pari nel campo della Salute Mentale all'interno dei nostri servizi e territori che è stata raccolta in queste pagine, è il valore di una prassi e di un pensiero che finalmente permettono di **abbandonare le contrapposizioni, a volte anche conflittuali, tra "curati" e "curanti"**.

Queste contrapposizioni, in qualche modo intrinseche agli specifici sguardi, vengono superate in una "terra di mezzo" in cui utenti e operatori mantengono il proprio sapere integrato a quello dell'altro, in virtù di una scelta tecnica ed etica e di una attitudine alla condivisione dei saperi, degli obiettivi e delle responsabilità. Insomma, quello che l'esperienza del supporto tra pari potrebbe e dovrebbe rappresentare costituisce una **nuova possibilità di alleanza tra le diverse parti in campo**, soprattutto laddove tale alleanza pare essere tanto difficoltosa quanto necessaria.

Quanto espresso dalla esperienza del "fare assieme", descritto nelle pagine che seguono, non è solo una operazione di incremento di speranza o un auspicio di "democrazia terapeutica", ma si traduce in azioni, progetti e utilizzo di strumenti che sono già realtà.

Queste nuove prassi stanno iniziando a dimostrare – anche nei nostri servizi - una efficacia evidente rispetto il buon esito dei percorsi di cura, sebbene sia necessario il coraggio di una valutazione anche a lungo termine all'interno delle pratiche e delle organizzazioni.

Quale psichiatra della Unità Operativa di Psichiatria della ASST Rhodense, sono felice di condividere questa brochure stesa a più mani. Il racconto dello sviluppo del supporto tra pari conferma ancora una volta quanto sia importante l'approccio del "fare assieme" nei sistemi per la salute mentale, ambito in cui è necessario unire le forze ed i punti di vista a vantaggio delle persone che ai nostri servizi giungono ogni giorno chiedendo benessere, inclusione, accompagnamento, esercizio dei diritti di cittadinanza.

L'auspicio per il futuro del supporto tra pari nel nostro territorio riguarda non solo il potenziamento della collaborazione già esistente con i servizi nelle loro varie articolazioni, con il terzo settore e le associazioni di utenti e familiari, ma anche una possibile collaborazione con altre parti del sistema. Tali parti potrebbero includere il reparto di psichiatria all'interno dell'ospedale e magari anche le nascenti Case di Comunità, presidi pensati come luoghi elettivi per la cura ed anche per quella integrazione sociosanitaria così importanti nel campo della Salute Mentale.

Stefania Borghetti
Psichiatra
ASST Rhodense

INTRODUZIONE

Il programma regionale innovativo attualmente denominato “Lavoro di rete, inclusione sociale e lavorativa insieme all'ESP, Esperto in Supporto tra Pari” è nato all' interno del nostro Dipartimento di Salute Mentale nel 2009, su indicazione di Regione Lombardia per il territorio del nord-ovest milanese. Il programma è stato pensato per promuovere il “supporto tra pari” all'interno dei servizi per la salute mentale nelle loro articolazioni.

Nel corso degli ultimi anni, diverse esperienze nazionali ed internazionali hanno evidenziato risultati positivi rispetto al valore e l'utilità del coinvolgimento di utenti dei servizi per la salute mentale formati *ad hoc* (Esperti in Supporto tra Pari - ESP) a supporto di altri utenti con disagio psichico. Il programma è volto a sostenere e potenziare risorse e abilità che molti utenti posseggono attraverso attività e percorsi formativi dedicati proprio a coloro che decidono di intraprendere questo cammino finalizzato al supporto di altri pazienti.

Negli anni, il progetto si è evoluto e potenziato, come ben documentato nel lavoro di ricerca partecipata del 2015¹, condotto secondo la metodologia della “co-produzione” e del “fare assieme” coinvolgendo ESP, operatori, famigliari, figure della Direzione Generale Welfare di Regione Lombardia e docenti della Università Milano-Bicocca.

La figura dell'utente esperto (ESP) è nata nel contesto anglosassone² e, negli ultimi decenni si è diffusa anche in Italia con particolare attenzione allo sviluppo di competenze e attività specifiche che le persone con disagio psichico possono implementare a supporto di altri utenti (pari) dei servizi. Tali competenze si potenziano grazie ad una crescita di consapevolezza rispetto al proprio percorso di salute e grazie alla partecipazione a percorsi formativi strutturati con periodi di tirocinio nel sistema dei servizi.

La formazione è di fondamentale importanza anche per tutti gli operatori che hanno bisogno di essere formati rispetto l'importanza del supporto tra pari e rispetto la collaborazione con le persone che conoscono per esperienza diretta il disagio psichico.

Pertanto, proprio agli operatori – e su questi temi - è stato dedicato un momento informativo e formativo nel 2015 presso l'*auditorium* del collegio dei Padri Oblati di Rho. Tale evento, denominato “Conferenza territoriale salute mentale”, è stato promosso dalla ex-Azienda Ospedaliera “G. Salvini” in collaborazione con diverse realtà attive nel supporto tra pari.

La giornata, aperta a tutte le figure professionali e alla cittadinanza, ha favorito la condivisione di una cultura diversa intorno al tema della salute mentale con l'intento di valorizzare il sapere esperienziale, condividere le buone prassi e le strategie ripetibili, riflettere sulla sostenibilità del progetto ESP e sottolineare l'importanza delle pratiche di inclusione sociale.

Un altro momento fondamentale di questo percorso è stato la 1^a Conferenza Nazionale degli Utenti e Familiari Esperti in Supporto tra Pari tenutasi nel settembre del 2021, in collaborazione con il Dipartimento Salute Mentale di Bologna e con il patrocinio del Ministero della Salute.

Alla conferenza hanno partecipato attivamente quarantatré realtà attive in Supporto tra Pari provenienti da undici regioni italiane. Nella conferenza è stata stesa la prima Carta Nazionale degli Esperti in Supporto tra Pari, sui cui principi fondanti le varie realtà si stavano confrontando da diversi anni.

¹O. Kauffmann, D.M. Motto, S. Borghetti, A. Mastroeni, ESP In Cammino – L'Esperto in supporto tra pari in salute mentale tra conoscenza di sé e comprensione dell'altro. Ed. Franco Angeli, 2017.

²www.imroc.org/ (ImROC, Implementino Recovery through organizational Change)



Il documento getta le basi per la costituzione di un *network* costituito dalle realtà attive (associazioni, cooperative, movimenti, enti e gruppi) nel “Supporto per Esperienza”

La 1ª Carta Nazionale dà una definizione condivisa della figura dell'ESP e descrive diversi aspetti quali il valore del sapere esperienziale, gli elementi caratterizzanti il supporto, gli aspetti formativi ed i contesti in cui può operare l'ESP.

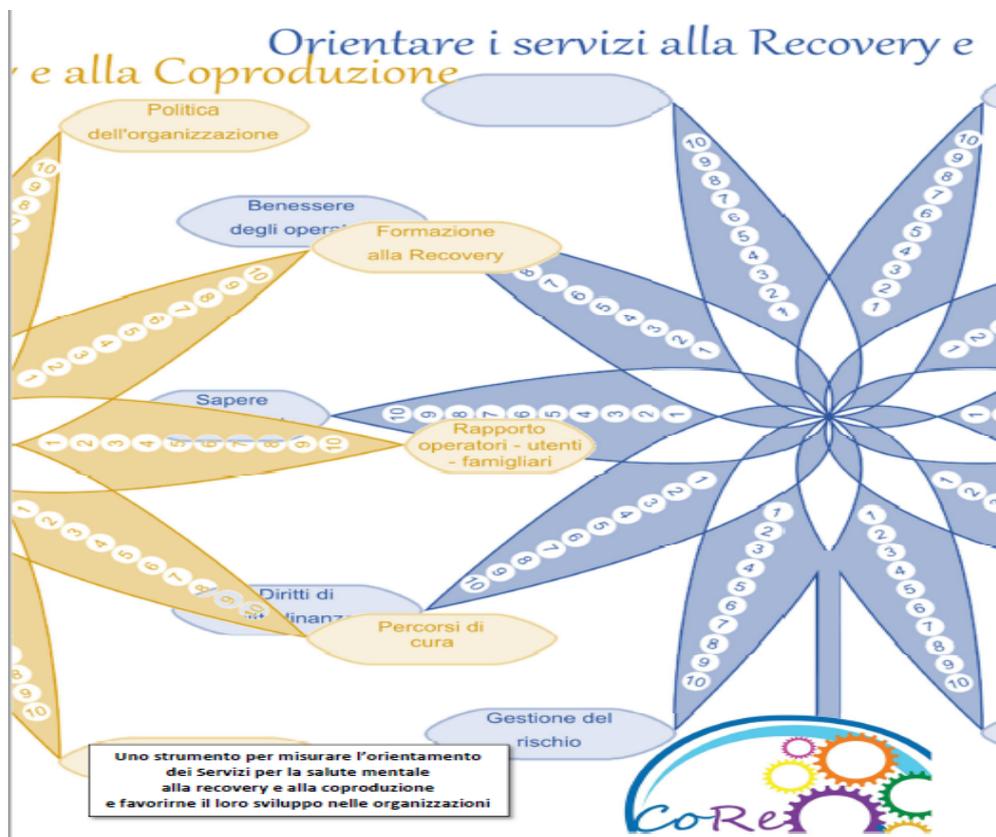
Il *network* delle realtà attive nel supporto si propone di condividere e sviluppare i contenuti della Carta e proseguire nella promozione della figura dell'ESP nel sistema dei servizi pubblici e privati su tutto il territorio nazionale.

PRINCIPI PROFESSIONALI DELL'ESPERTO IN SUPPORTO TRA PARI

Alla base dei principi professionali dell'ESP vi sono alcuni concetti che vengono qui di seguito descritti.

1. RECOVERY³

La *Recovery* è un percorso esperienziale che parte dalla consapevolezza rispetto ai punti di forza personali al di là delle proprie fragilità. La *Recovery* è un vero e proprio cammino di miglioramento che ha una durata illimitata e che non esclude la comparsa di ricadute del disagio psichico. Nei sistemi per la salute mentale sensibili al tema della *Recovery*, la strutturazione degli interventi ed il lavoro degli operatori prevede un cambiamento organizzativo e culturale coerente con i principi della *Recovery* e della co-produzione intesa come "fare-assieme". Al fine di monitorare come i servizi si orientino all'approccio della *Recovery* è stato sviluppato uno strumento denominato **CòRe**⁴.



³ <https://recovery.ilchiarodelbosco.org/associazione>; www.outcomsstar.org.uk

⁴ Lo Strumento CòRe serve per misurare l'orientamento dei Servizi della salute mentale alla *Recovery*, alla coproduzione e favorirne il loro sviluppo nelle organizzazioni.

2. EMPOWERMENT

L'*empowerment* è un atteggiamento della persona o di un insieme di persone che sperimentano direttamente un disagio e che si riconoscono autonomia, capacità d'azione e la possibilità di riprendere energia a partire da piccoli obiettivi alla propria portata. L'Empowerment conduce ad una buona consapevolezza di sé ed alla auto-determinazione sulle proprie scelte nella vita personale e sociale⁵.

Di seguito, si riportano due definizioni di *empowerment* secondo una nostra ESP.

Empowerment

... è la capacità di riappropriarsi delle risorse personali latenti che prescindono dalla patologia.

... è la riscoperta della stima di sé e la riacquisizione del potere sulla gestione del sintomo.

ESP Maria Rosa

3. IL SAPERE ESPERIENZIALE DELL'ESP

Il sapere esperienziale dell'ESP è il principio fondante delle pratiche del supporto tra pari. Gli ESP sono facilitati nel sostegno ed affiancamento di persone con disagio psichico poiché possiedono un linguaggio comune e condiviso relativo all'esperienza di sofferenza e di *Recovery* vissute in prima persona. Gli ESP presentano una personale prospettiva di possibile miglioramento.

Di seguito, alcune definizioni di tale concetto secondo quanto scritto da alcuni di loro.

Il sapere esperienziale è lo strumento principale del supporto tra pari.

È frutto della consapevolezza del vissuto patologico.

È un valore aggiunto nei percorsi di cura in salute mentale.

È basato su empatia, comprensione e non giudizio.

ESP Maria Rosa

⁵ O. Kauffmann, D.M. Motto, S. Borghetti, A. Mastroeni, *ESP In Cammino – L'Esperto in supporto tra pari in salute mentale tra conoscenza di sé e comprensione dell'altro*. Ed. Franco Angeli, 2017, pag. 22/23.

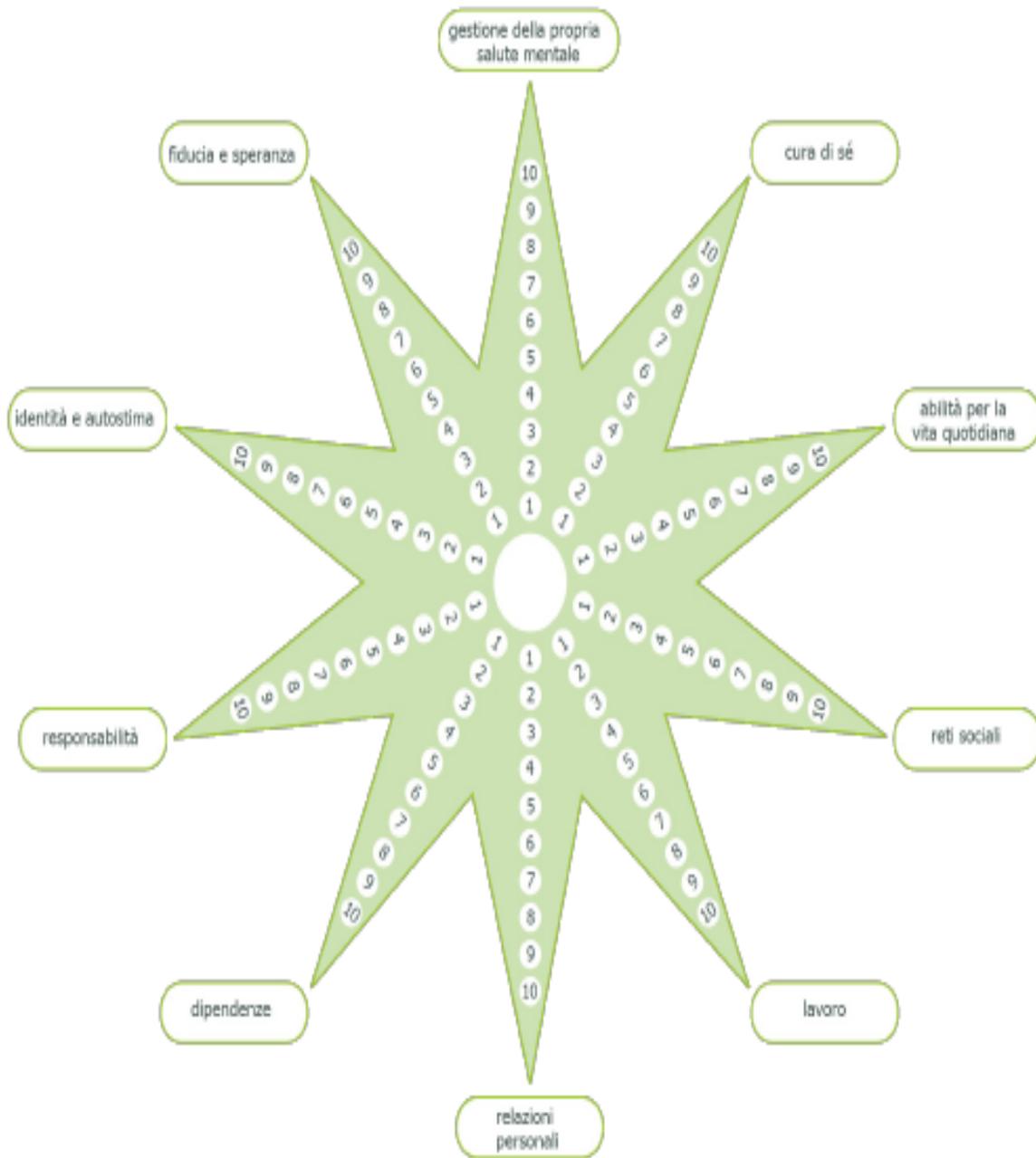
In Viaggio con l'ESP

I servizi per la Salute Mentale possono adottare lo strumento della *Recovery Star*⁶ per supportare e misurare i processi di cambiamento a partire dal punto di vista dell'utente.

Le aree su cui la persona si attribuisce un punteggio da cui partire per il proprio percorso di *Recovery* sono 10 e sono rappresentate dalle punte della stella :

1. area della fiducia e speranza
2. area della gestione della propria salute mentale
3. area della cura di Sé
4. area delle abilità per la vita quotidiana
5. area della identità ed auto-stima
6. area della responsabilità
7. area delle reti sociali
8. area delle dipendenze
9. area del lavoro
10. area delle relazioni personali.

⁶ La *Recovery Star* è uno strumento sviluppato per supportare e misurare i processi di cambiamento che avvengono nei percorsi di cura di persone con disturbi mentali. La *Recovery Star* valuta le prospettive dell'utente, dei servizi e favorisce l'*empowerment* e la possibilità di scelta; supporta la *Recovery* e l'inclusione sociale.



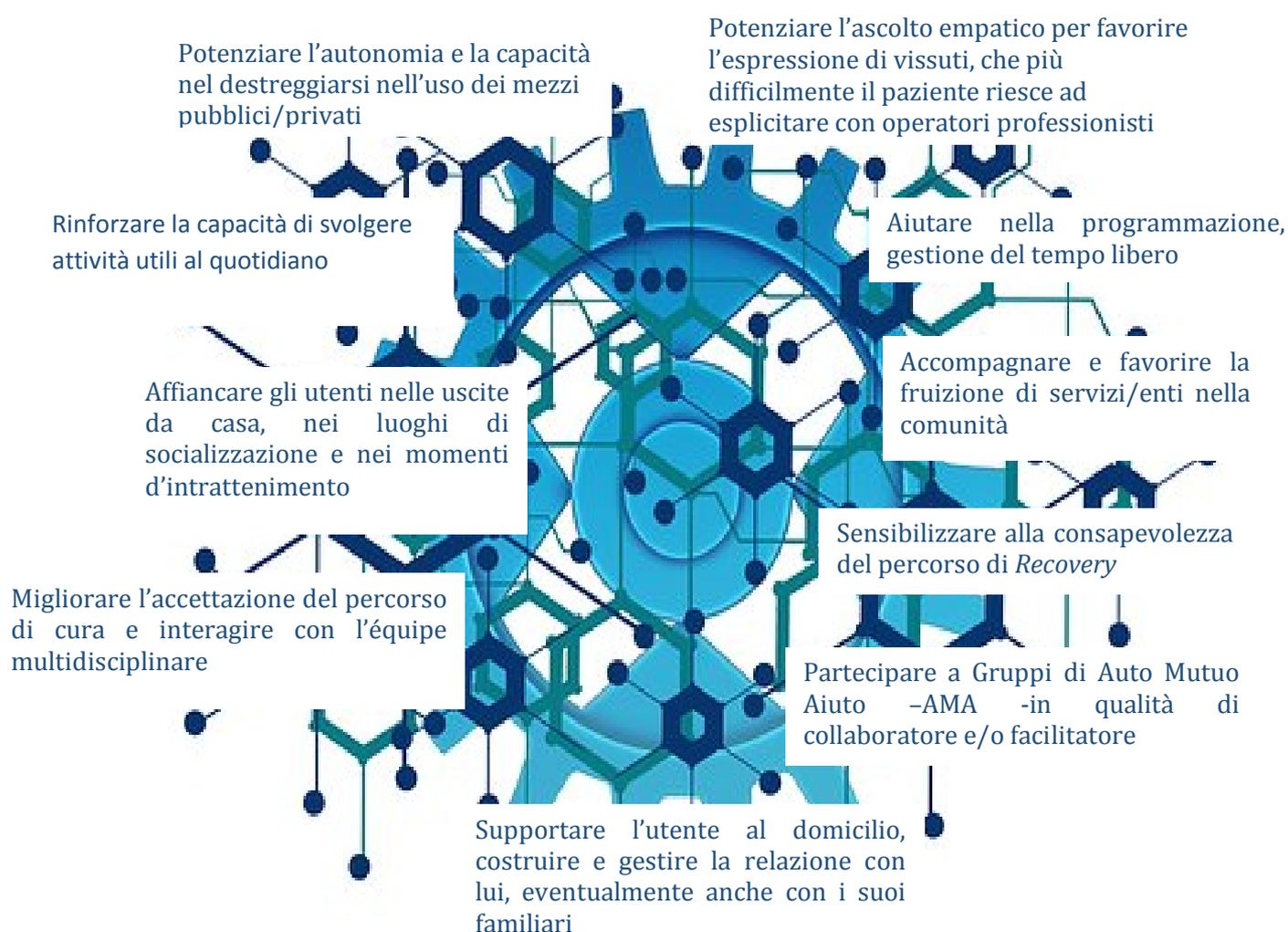
Rappresentazione grafica della *Recovery Star*.

LE FINALITÀ DEGLI INTERVENTI DELL'ESPERTO IN SUPPORTO TRA PARI

L'Esperto in Supporto tra pari può essere attivo in tutti i contesti dedicati alla salute mentale.

Il Dipartimento di Salute Mentale è il primo contesto in cui si raccolgono ed organizzano le risposte ai bisogni dei cittadini che hanno un disagio. Il Dipartimento, oltre a gestire direttamente gran parte dei servizi, opera in sinergia con il Terzo settore cooperativo, con il volontariato e con gli Enti istituzionali e sociosanitari della Comunità. L'ESP può dunque essere attivo in tutti questi contesti.

Nella seguente immagine si vuole rappresentare la sinergia delle attività dell'ESP e le finalità dei loro interventi.





PERCORSO FORMATIVO DELL'ESPERTO IN SUPPORTO TRA PARI

Dal 2011 ad oggi, si sono succeduti tre cicli di formazione per ESP, organizzati anche in collaborazione con Regione Lombardia e IAL (Innovazione, Apprendimento Lavoro – Lombardia - Impresa Sociale) che hanno contribuito a formalizzare ed accreditare il loro percorso formativo.

I corsi sono stati frequentati da numerosi utenti della nostra Unità Operativa di Psichiatria e alcuni dei partecipanti hanno ottenuto il titolo di "ESP", dopo aver sostenuto l'esame di idoneità e discusso la propria tesina finale su argomenti di loro particolare interesse ed esperienza.

Da una tesina del corso Esperto in Supporto tra Pari Regione Lombardia – 2019:

RECOVERY

...Se per inizio della *Recovery* intendiamo inizio della ripresa, della risalita dalla fossa in cui mi ero cacciato, allora la possiamo fare risalire alla difficoltosa raggiunta consapevolezza di essere malato o meglio di soffrire di una patologia e di dovermi curare. Non è stato facile raggiungere questa consapevolezza...

...ma ancor di più l'evidenza del fatto che assumendo i farmaci stavo meglio. Ricominciai a riappropriarmi delle mie funzioni fisiologiche e cognitive...

...tornare a fare quello che mi piaceva e farlo meglio.

T.E.

In Viaggio con l'ESP

Alcuni operatori dei servizi hanno aderito a titolo volontario alla proposta di docenza durante i corsi. Successivamente all'aver ottenuto l'attestato di riconoscimento come "ESP", i partecipanti alla formazione sono stati assunti dalla cooperativa Il Portico di Rho e ingaggiati in diversi servizi sociosanitari sia pubblici, che privati. Gli ESP proseguono la loro formazione permanente tramite la partecipazione a diversi momenti di aggiornamento a livello locale e nazionale.

Nell'autunno 2022 è stato promosso dal Ministero della Salute e da ASL Città di Torino, per tutte le Regioni Italiane, il progetto formativo europeo denominato EX-IN (**Ex**perienced – **In**volvement). Il progetto EX-IN - attualmente in corso - ha come obiettivo la formazione di utenti al fine di incrementarne il coinvolgimento e l'inclusione nel lavoro dei servizi per la salute mentale.

Si ipotizza e si auspica per il futuro l'organizzazione di una nuova edizione del corso di formazione per ESP in Regione Lombardia.

ATTIVITÀ DELL'ESPERTO IN SUPPORTO TRA PARI E LUOGHI DI ATTIVITÀ

L'ESP si occupa del supporto e della socializzazione a favore delle persone seguite dai servizi per la Salute Mentale.

L'intervento degli ESP è condiviso nelle micro-équipe della Unità Operativa di Psichiatria che si occupano del percorso di cura all'interno dei servizi territoriali e delle strutture residenziali.

Contemporaneamente l'ESP può essere impiegato anche presso le associazioni presenti sul territorio.

Tra le attività svolte, riportiamo le seguenti:

- Nel CD (Centro Diurno): gruppi socializzanti e riabilitativi, organizzazione del tempo libero, accoglienza.
- Nel CPS (Centro Psico Sociale): supporto in *front-office*, supporto al piano di cura, conduzione condivisa dei gruppi AMA⁷ e altri gruppi tematici.
- In CRA (Comunità Riabilitativa Assistenziale) e RL (Residenzialità Leggera): attività ludiche e di socializzazione, attività di supporto alle abilità quotidiane, gruppo piscina, cucina, pittura, cineforum e altre attività.
- Al domicilio e sul territorio: visite domiciliari, accompagnamenti per sviluppare le abilità personali (uso dei mezzi pubblici e/o supporto alle attività di vita quotidiana).

⁷ Gruppo Auto Mutuo Aiuto

L'IMPORTANZA DEL LAVORO DA REMOTO

L'emergenza sanitaria da COVID-19 ha avuto un rilevante impatto sulla salute mentale e sulla stabilità emotiva delle persone.

Tra gli effetti di maggior gravità si è osservato un incremento del ritiro delle persone e del loro isolamento sociale. L'attività degli ESP è stata importante e ha facilitato il supporto agli utenti in difficoltà durante la fase di lock-down. Il lavoro dell'ESP si è valso anche dell'ausilio telefonico, strumenti *WEB* e gruppi WhatsApp al fine di mantenere la relazione di vicinanza ed ascolto empatico.



L'ESPERTO IN SUPPORTO TRA PARI NEI VARI ORGANISMI ISTITUZIONALI

Due ESP del distretto territoriale di Rho/Settimo M.se hanno iniziato a svolgere attività di volontariato con Associazioni di Promozione Sociale e organizzazioni di volontariato. Ritenendo che l'impegno personale nel sensibilizzare la comunità sia anche funzionale al percorso di benessere personale (*Recovery*).

L'attività di sensibilizzazione è essenziale per:

- Accrescere la conoscenza del disagio psichico.
- Favorire una costruzione dei percorsi di *Recovery* condivisa e per potenziare le strategie e l'erogazione di prestazioni dei servizi deputati alla "cura".
- Promuovere l'aggregazione e confronto con altri soggetti vulnerabili per rinforzare la mutualità dell'aiuto.

Gli ESP sono presenti anche nei seguenti organismi istituzionali:

- Tavolo dipartimentale DSMD dell'ASST-Rhodense con Associazione IncontRho e Cooperativa Il Portico.
- Gruppo regionale Promozione Esperto in Supporto tra Pari (Gruppo PRO-ESP).
- Rete Utenti Lombardia "RUL" (www.reteutentilombardia.it)
- OCSM: Organismo di Coordinamento Salute Mentale (tavolo nazionale)



▪ **ESP attivi**

Nel 2022 il numero di ESP attivi nel Dipartimento di Salute Mentale Dipendenze dell'ASST Rhodense è stato di **nove** persone con un impegno settimanale complessivo di **40 ore**. Gli ESP operano sui due distretti territoriali dell'Azienda Socio-Sanitaria: 5 ESP nel Distretto Bollate e Garbagnate M.se e 4 ESP nel Distretto di Rho e Settimo M.se.

Nel territorio della nostra ASST è attiva una convenzione con la Cooperativa il *Portico* di Rho che permette di impiegare attivamente gli ESP nelle varie articolazioni dei servizi. Gli ESP sono assunti direttamente dalla Cooperativa con un contratto a tempo indeterminato. I fondi per la loro retribuzione derivano in parte dalle risorse erogate da Regione Lombardia per il Programma Innovativo TR 89 ed in parte dalla cooperativa stessa. La cooperativa "Il *Portico*" impiega così 6 ESP su 9, con ulteriori ore settimanali presso altri servizi della cooperativa stessa, quali i programmi di Residenza Leggera nei territori di Arese, Rho e Bollate, i Servizi Integrati Territoriali di assistenza al domicilio (S.I.Te.) nell'area Ovest Milanese e il progetto di residenzialità Casa Fa.Ro ad Arese, come illustrato nella tabella n. 1 e n. 2.

Tabella n. 1 **Monte ore lavorativo degli ESP nel Distretto di Bollate e Garbagnate M.se**

ESP	Ore				Distretto
	Totali settimanali	in RL*	in Si.te *	Progetto TR 89	
G.S.	20	16	2	2	Garbagnate
P.MV.	21	15	-	6	Bollate
S.M.	16	10	-	6	Garbagnate
C.L.	2	-	-	2	Garbagnate
T.E.	2	-	-	2	Bollate

*RL Residenza Leggera Si.te Servizi integrati territoriali di assistenza al domicilio

Tabella n. 2 **Monte ore lavorativo degli ESP nel Distretto di Rho e Settimo M.se**

ESP	Ore				Distretto
	Totali settimanali	in RL	in Si.te	Progetto TR 8	
S.MR.	22	17	-	5	Settimo M.se
R.MG.	8	2	-	6	Settimo M.se
M.V.	4	2	-	2	Settimo M.se
M.A.	5	-	-	5	Rho

Nel corso dello sviluppo del Progetto TR 89 emerge sempre più la necessità di un ampliamento del monte ore lavorativo degli ESP, poiché la loro collaborazione nei percorsi di cura con le micro-équipe della Unità Operativa Psichiatrica (UOP) appare sempre più utile e richiesta.

L'ATTIVITÀ DELL'ESP NEI DISTRETTI TERRITORIALI

Le tabelle n. 3 e n. 4 descrivono le attività dei nove ESP attivi nei due distretti del DSMD della ASST Rhodense nell'anno 2022.

➤ Distretto di Bollate e Garbagnate M.se

Nel territorio di Garbagnate M.se e Bollate sono attivi cinque ESP.

Tabella n. 3

Attività individuale e di gruppo degli ESP nel distretto di Garbagnate M.se - Bollate.

ESP	Ore settimanali	Tipo di intervento (individuale, gruppo, associazione)	Obiettivi ed attività	Risultati raggiunti e osservazioni
G.S.	2	Gruppo AMA per donne che condividono fatiche quotidiane	Co-conduzione con un'educatrice attraverso il costante confronto. Partecipazione ad attività espressive. Supporto Individuale/ascolto empatico. Mediazione nelle dinamiche interne al gruppo.	Miglioramento delle relazioni all'interno del gruppo e creazione di relazioni significative. Partecipazione più consapevole e più competente nel ruolo di facilitatore nel gruppo AMA.
S.M.	6	Intervento individuale	Ascolto empatico. Potenziamento di abilità di base soprattutto in merito alla cura del sé e igiene personale. Ampliamento della conoscenza delle risorse territoriali. Mantenimento del benessere psico-fisico attraverso l'attività motoria. Uscite socializzanti di conoscenza del territorio. Camminate nel parco. Supporto nella cura del benessere fisico.	Buona interazione e confronto tra paziente ed ESP. Migliorata igiene personale e più cura per affrontare i diversi incontri. Progressi nella cura del sé.
S.M.		Intervento individuale	Uscite socializzanti nel territorio. Supporto lavorativo attraverso il confronto e l'ascolto delle problematiche che emergono di volta in volta. Ricerca di strategie per affrontare le difficoltà.	Ottimo rapporto tra paziente ed ESP. Buon avvio del riavvicinamento al mondo del lavoro. Gratitudine per il supporto e il sostegno svolto dall'ESP.
S.M.		Intervento individuale	Ascolto e supporto in merito alle difficoltà della gestione della patologia. Mantenimento abilità lavorative insieme agli operatori dell'équipe del CPS. Supporto costante nei momenti di difficoltà.	Miglioramento strategie che permettano di affrontare le difficoltà. Miglioramento interazione paziente/ESP. Buone le capacità del paziente di darsi dei limiti negli impegni lavorativi rispetto al ruolo di <i>care giver</i> per accudimento della madre.

In Viaggio con l'ESP

C.L.	2	Intervento individuale	<p>Supporto socializzante nel rientro al domicilio dopo lungo ricovero in CRA. Mantenimento abilità lavorative in previsione della ripresa del lavoro in <i>smart working</i>.</p> <p>Creazione di una rete sociale che porti alla possibilità di condividere le attività sul territorio insieme ad altre persone (biblioteche e luoghi di aggregazione).</p>	<p>Miglioramento nella gestione del quotidiano. Riacquisite le abilità di base. Ripresa del lavoro in <i>smart working</i>. Aumentata disponibilità nelle uscite socializzanti e ricreative. Capacità nella ricerca di contesti di socialità sul territorio. Buona e significativa la relazione tra ESP e paziente.</p>
E.T.	2	Intervento individuale	<p>Supporto al paziente e alla famiglia nelle criticità ambito familiare. Ricerca di strategie che gli permettano di affrontare le difficoltà di volta in volta, anche familiari. Ascolto empatico. Creazione di una relazione significativa e di aiuto.</p>	<p>Accettazione del supporto da parte dell'ESP. Miglioramenti nella ricerca delle strategie. Buona l'alleanza dell'ESP con la famiglia.</p>
P.MV.	6	Intervento individuale	<p>Ascolto e supporto in merito alle difficoltà della gestione della patologia. Migliorare alleanza con familiari. Ampliamento della conoscenza delle risorse territoriali ed esplorazione dei servizi utili per socializzazione.</p>	<p>Maggior autonomia per gestione dei momenti quotidiani (facende domestiche, igiene personale e ambientale). Ottima relazione tra paziente ed ESP. Accettazione del supporto dell'ESP da parte del paziente e familiari.</p>
		Intervento individuale	<p>Ascolto e supporto in merito alle difficoltà della gestione della patologia. Monitoraggio della situazione del paziente. Stimolazione del paziente alla conoscenza delle risorse territoriali.</p>	<p>Maggior conoscenza del territorio d'appartenenza. Maggior capacità di interazione e narrazione.</p>
		Intervento individuale	<p>Uscite socializzanti sul territorio.</p>	<p>Accettazione presenza ESP.</p>

➤ **Distretto di Rho - Settimo M.se**

Nel territorio di Rho-Settimo M.se sono attivi quattro ESP.

Tabella n. 4

Attività individuale e di gruppo degli ESP nel distretto di Rho-Settimo M.se.

ESP	Ore settimanali.	Tipo di intervento (individuale, gruppo, associazione)	Obiettivi ed attività	Risultati raggiunti e osservazioni
S.MR.	5	Intervento individuale	Affiancamento per uscite da casa. Incremento capacità uso mezzi pubblici. Supporto socializzante. Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> .	Ripresa guida dell'auto. Tendenza dei familiari a utilizzare la presenza dell'ESP ha interferito nel supporto tra pari.
S.MR.		Intervento individuale	Ascolto empatico. Potenziamento attività tempo libero. Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> .	Migliorata la sicurezza e consapevolezza di sé nell'uso di luoghi all'aperto e aggregativi. Nel tempo le dinamiche relazionali tra paziente ed ESP hanno portato all'interruzione prematura del supporto.
S.MR.		Intervento individuale	Ascolto empatico. Supporto socializzante in CRA e riunioni con équipe. Supporto per attività burocratiche con enti.	Maggiore sicurezza e consapevolezza di sé nell'uso di luoghi all'aperto e uso mezzi pubblici. Migliorata la capacità di disbrigo pratiche burocratiche.
S.MR.		Intervento individuale	Ascolto empatico. Supporto socializzante in CRA e riunioni con équipe. Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i>	Migliorata abilità nell'uso mezzi pubblici. Maggiore attenzione alla cura di sé e controllo del peso corporeo.
R. MG.	6	Gruppo AMA "Il Distacco" su lutti e perdite.	Funzioni di segreteria e co-facilitatrice del gruppo. Attivazione gruppo <i>WhatsApp</i> per partecipanti del gruppo AMA "Il Distacco". Gestione gruppo <i>WhatsApp</i> dal periodo di <i>Lockdown</i> in poi.	Maggiore sicurezza di sé nelle attività segretariali. Capacità di amministrare il gruppo a distanza. Le incertezze nel proporre argomenti ai partecipanti del gruppo a distanza sono state mediate con la supervisione del facilitatore
R.MG.		Intervento individuale	Ascolto empatico. Supporto socializzante in collaborazione Associazione IncontRho e sul territorio. Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> .	Apprezzato il supporto individuale. Utile supporto nella fase di inserimento dei gruppi dell'Associazione. Intervento concluso per cambio residenza.
R.MG.		Intervento individuale	Ascolto empatico. Supporto socializzante a domicilio e sul territorio per uscite da casa. Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> .	Apprezzato il supporto individuale a domicilio. Buona alleanza con l'ESP.
		Intervento individuale	Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> .	Apprezzati i momenti informativi e le conoscenze acquisite.

In Viaggio con l'ESP

		Associazione IncontRho	Accoglienza e accompagnamento alle attività inclusive in laboratori. Tempo libero con soci dell'Associazione IncontRho e cittadini attivi.	Esperienza positiva e apprezzata la presenza dell'ESP. Miglioramento delle interazioni con le persone.
M.E.	5	Associazione IncontRho	Collaborazione con l'associazione IncontRho. Organizzazione e conduzione del corso "Storia del cinema".	Buona partecipazione. Buon coinvolgimento dei partecipanti. Buon consenso all'evento.
M.V.	2	Intervento individuale	Ascolto empatico. Attività supporto socializzante per potenziare l'organizzazione del tempo libero. Riavvicinamento al mondo del lavoro. Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> .	Apprezzato il supporto individuale sul territorio. Buona alleanza con l'ESP. Maggiore sicurezza di sé. Aumentata la capacità della ricerca di nuove esperienze lavorative. Candidatura per corso formazione nazionale Ex-In per nuovi ESP.
		Intervento individuale	Ascolto empatico. Potenziamento della socializzazione. Facilitazione dell'organizzazione del tempo libero. Riavvicinamento al mondo del lavoro. Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> .	Apprezzato il supporto individuale. Buona alleanza con l'ESP. Potenziamento capacità ricerca lavoro.
		Intervento individuale	Sensibilizzazione alla <i>Recovery</i> . Ascolto empatico.	Paziente refrattario al supporto tra pari. Non essendoci i presupposti per la continuazione dell'intervento si è rimandata al curante e al referente progetto.

Con l'intento di diffondere la cultura del supporto tra pari, le attività degli ESP hanno previsto, per alcune ore settimanali e a titolo volontario, la partecipazione attiva ad alcuni eventi delle associazioni sotto riportate:

- Associazione di Promozione Sociale IncontRho
- gruppo ProESP (Promozione Utente Esperto Regione Lombardia)
- RUL (Rete Utenti Lombardia).
- OCSM: Organismo di Coordinamento Salute Mentale (organismo istituzionale nazionale)

TESTIMONIANZE

“Come ESP abbiamo in comune il problema di avere una patologia psichica e di aver chiesto supporto e aiuto, ai servizi sanitari, al fine di curarla. Questo primo passo è molto delicato e a volte prende un lungo arco di tempo. Infatti, esiste uno stigma nei confronti della malattia mentale. Non solo da parte dei famigliari e amici della persona in difficoltà, ma a volte da quest’ultima che pensa di non essere malata e che la psichiatria è un mondo di matti che non sanno ragionare. Il paziente può nascondersi per non soffrire a causa di questi pregiudizi. Col passare del tempo si rende però conto che nella sua vita c’è qualcosa che non funziona e, nei migliori dei casi, inizia ad accettare un percorso di aiuto e di assumere una terapia farmacologica. A questo punto il paziente non si nasconde più e ha maggiore consapevolezza delle sue difficoltà. In particolare, la figura dell’ESP è in grado di trasformare le proprie debolezze in risorse perché è in grado di capire ed essere maggiormente sensibile ai problemi degli utenti che sono seguiti dai servizi di salute mentale. La figura dell'ESP è una figura che si colloca tra il paziente e il medico, oppure tra il paziente e l'educatore, che opera al fine di sostenerlo e stimolarlo a seguire le indicazioni degli specialisti. In genere opera nelle RL, CRA, CD, CPS oppure segue il singolo utente. L’ESP è in grado di ascoltare e capire, grazie a una ottima empatia ed esperienza personale, le esigenze e i bisogni di chi non sta bene, al fine di riportare il proprio punto di vista agli operatori dei servizi e di creare una relazione di supporto con l’utente assegnato, senza sconfinare nell’amicizia. Per diventare ESP bisogna seguire un corso di formazione. I docenti sono medici, operatori specializzati e anche altri esperti in supporto tra pari, tutti con molta esperienza e molto bravi a trasmettere nozioni complesse con un linguaggio semplice e accessibile. L’ultimo corso è stato realizzato nella sede della Regione Lombardia e come ESP, comprese anche le figure affini delle varie regioni italiane, si confida che questa figura sia finalmente riconosciuta a livello nazionale, cosicché sia nota nel mondo della sanità, privata e no, e possa essere valorizzato il suo alto potenziale.”

ESP Bollate e Garbagnate M.se

“L’esperienza individuale di noi quattro ESP ha punti in comune come quello di esserci, un giorno, imbattuti nella sofferenza psichica, di esserci inizialmente sentiti smarriti a causa di una realtà sconosciuta e lontana da logica. Ciascuno con il suo tempo, ha saputo successivamente individuare risorse personali grazie alle quali cominciare un cammino fuori dalla malattia e verso la riconquista di sé persona e del suo ruolo nel sociale. Ciascuno di noi ha imparato a riconoscere e convivere con le fragilità e partendo proprio dal vissuto esperito ha trasformato l’esperienza in uno strumento di aiuto per altri e di auto/aiuto.”

ESP Settimo M.se e Rho.

Il Sapere esperienziale è una fonte ineguagliabile di coinvolgimento e divulgazione. Il potenziale intrinseco e la consapevolezza del valore aggiunto rendono la relazione di aiuto preziosa per chi entra in contatto con l’ESP.

Alice

*Servizio Sociale Professionale
Bollate - Garbagnate M.se*

Gli ESP sono risorse perché sono in grado di incoraggiare i pazienti a vivere il momento della malattia e di supporto al servizio.

Domenico infermiere

L’affiancamento degli Esp ai pazienti costituisce per loro una facilitazione psicologica in quanto gli ESP vengono percepiti più vicini alla loro esperienza di vita ed emotiva.

Psicologo

Utile e formativo è stato sviluppare attività riabilitative psicosociali con gli ESP in cui gli stessi si propongono di ispirare ai pari fiducia e speranza nella possibilità di un miglioramento e favorire percorsi di consapevolezza e autonomia.

Francesca Servizio Sociale Professionale

Osservo lo stupore e meraviglia nelle persone che incontrano per la prima volta l'ESP.

I pazienti comprendono che possono uscire dal tunnel...

Milena Servizio Sociale Professionale

L'esperienza del supporto tra pari e degli ESP all'interno dei servizi è fondamentale ed insostituibile perché rappresenta la possibilità di creare quella "terra di mezzo" tra operatori e utenti - terreno di mediazione e negoziazione continua - che solo chi conosce il disagio in prima persona può costruire. Gli ESP sono un ponte prezioso tra operatori ed utenti.

Stefania psichiatra

La tua testimonianza

L'autorealizzazione dell'ESP nel percorso di Recovery mi ha dato l'opportunità di una crescita e gratificazione personale e professionale. Condividere con gli ESP la gestione della quotidianità dei pazienti crea una buona sinergia e innesca una riduzione della cronicità.

Raffaella infermiera

Entusiasticamente colpita dall'energia e sensibilità dei nostri ESP trasformata in grande capacità professionale e relazionale.

Lucia Servizio Sociale Professionale

...Uno dei motivi per cui ho intrapreso il corso ESP è stato quello di dimostrare a me stesso, ai miei familiari e amici che un paziente della psichiatria ha tante potenzialità e può, anche, lavorare come chi non è seguito dalla psichiatria. Penso che la figura lavorativa dell'ESP sia un buon inizio per diminuire sensibilmente lo stigma nei confronti delle persone seguite dalla psichiatria...

Dalla tesina del corso Esperto Supporto tra Pari
Regione Lombardia - 2019

Risorsa impiegabile nell'aggancio e nella socializzazione a pazienti più ritirati e soli. L'ESP agisce nel supporto tra servizio-territorio e famiglia.

Leonardo psichiatra

La figura dell'ESP è fondamentale per chi riceve ma, anche per chi dà.

L'ESP attraverso l'ascolto attento e il dialogo mai invadente, è l'operatore con cui il paziente si identifica maggiormente.

*Solo chi ha attraversato la malattia in prima persona costruendo un percorso evolutivo basato sulla consapevolezza del proprio disagio e quindi, conquistandosi un ruolo socialmente attivo nel contesto, può diventare uno **STIMOLO** per chi ancora questo disagio lo sta vivendo pienamente.*

Ed è proprio questo il valore aggiunto degli ESP: pazienti al proprio domicilio che hanno necessità di un confronto costante con "chi li comprende pienamente", hanno bisogno di "condividere esperienze ed emozioni dovute alla loro condizione psicopatologica e a tutto ciò che comporta", hanno bisogno di sentire che ce la possono fare.

E l'esempio è proprio davanti a loro.

L'ESP rappresenta per queste persone una speranza ma anche la concretezza di una vita soddisfacente nel proprio contesto sociale e familiare.

Sara

Educatrice del Centro Diurno di Bollate

Il valore aggiunto della figura dell'ESP è il grado di empatia che riesce a trasmettere all'utente, proprio grazie al fatto che, avendo vissuto in prima persona il disagio psichico, comprende le difficoltà e le fatiche che si attraversano durante i momenti "critici"; quindi, l'utente avverte un senso di maggiore comprensione e soprattutto non si sente giudicato.

Purtroppo, infatti, lo stigma e il pregiudizio rispetto alla malattia mentale, ancora oggi sono molto presenti.

In tal senso, la figura dell'ESP è di grande esempio perché trasmette il messaggio di non nascondersi, di non rinchiudersi ed isolarsi ma di riconoscere ed accettare la malattia come una difficoltà che allo stesso tempo diventa una grande opportunità.

Grazie a questo l'ESP sente di essere una grande risorsa per l'utente e per i Servizi in cui lavora, sentendosi valorizzato. Aiutando gli altri, aiuta anche sé stesso.

Stefania e Patrizia



Nelle nostre attività ed eventi sono preziosi il sapere e l'esperienza degli ESP nell'interazione con tutti i partecipanti per favorire l'*empowerment* e la *recovery*.

Associazione APS IncontRho



APPENDICE

Completiamo questa presentazione allegando alcuni documenti significativi per la storia del progetto:

1. La locandina della Conferenza Salute Mentale, che si è tenuta a Rho nel 2015. La conferenza ha rappresentato un momento significativo sul territorio per aggiornare tutti gli operatori della Azienda Ospedaliera "G. Salvini" e tutta la cittadinanza.
2. La copia della *Newsletter* del 1° gennaio 2015, che spiega a cinque anni dell'avvio del progetto, come si è evoluta la figura dell'ESP. La *Newsletter* è stata rivolta agli operatori del Dipartimento Salute Mentale con l'obiettivo di informare e aggiornare sul lavoro svolto dagli Esperti in Supporto tra Pari all'interno del progetto.
3. Un estratto dagli atti del corso di formazione promosso dalla Cooperativa Il Portico per tutti gli Esperti in Supporto tra Pari, relativa alla definizione di *Recovery*.

Durante la giornata ci sarà la possibilità di visitare l'esposizione delle opere dei **Laboratori Artistici** dei DSM di **Garbagnate Milanesa**, di **Legnano** e dell'ospedale "San Carlo Borromeo" Milano.

Con la partecipazione di:

CORO "BOLLE DI SAPONE"

- Cooperativa Sociale **IL FIORE**, Magenta
- Cooperativa Sociale **IL PORTICO**, Rho
- **RCIL LOMBARDIA**
- **PAR&DISPARI**, Legnano/Magenta
- **SPECIAL ONLUS**, Arluno
- **ASSOCIAZIONE FAREASSIEME**, Corsico
- **CLUB CORSICO ONLUS**
- Centro Diurno Psichiatrico **IL CAMALEONTE**
Fondazione Sacra Famiglia, Cesano Boscone
- **AKTIAMOLI**, Legnano
- **PORTE SEMPRE APERTE**, Garbagnate M.se

"... sembra che ora tutto abbia un senso e uno scopo;

il cambiamento sta nel cambiamento da passivo

Partecipazione e Crediti ECM

Secondo le indicazioni contenute nella D.G.R. n. VII/18576 del 05/08/2004 e successive modificazioni, all'evento sono stati attribuiti n. 2,8 crediti ECM. E' stato inoltre richiesto il riconoscimento dei crediti (FCO.AS) validi ai fini della formazione continua degli Assistenti Sociali.

Modalità di iscrizione:

on-line da martedì 24.03.2015 al sito <http://formazione.asm1.mi.it>

Organizzazione:

UOS ORGANIZZAZIONE, FORMAZIONE E QUALITA'
ASL Milano 1
Via Spagliardi 19 - Parabiago
tel. 0331/498521-522-523



**CONFERENZA
TERRITORIALE
SALUTE MENTALE**

17 aprile 2015



I
N
C
L
U
S
I
O
N
E
S
O
C
I
A
L

Corso Europa, 228

Collegio dei Padri Oblati

Sala Maytovaji-Furiofi

RHO MI





Newsletter E.S.P. n. 1 Gennaio 2015 E.S.P. ESPERTO IN SUPPORTO TRA PARI – FACILITATORE Programma Innovativo TR 89

Colgo l'occasione per illustrarvi il programma per l'anno 2015 e aggiornarvi sul lavoro fatto nel 2014.

Invio i miei auguri di un sereno anno nuovo. **MILENA GARAVAGLIA** Assistente Sociale Specialista CPS RHO Referente per i CPS Rho/Settimo M.se del progetto TR 89



2015 Prosegue il Programma Innovativo TR 89 "Consapevolezza della persona con disagio psichico l'utente diventa **E.S.P. Esperto in Supporto tra Pari – Facilitatore Sociale**".

Assunzione degli ESP-FAC La Cooperativa il Portico trasformerà il contratto a progetto in assunzione gli Esp-Fac. con contratto a termine per 12 mesi.

Gli ESP-FAC. acquisiranno i diritti del contratto di lavoro che la Cooperativa Il Portico adotta per tutti gli altri dipendenti.

Gli **ESP-FAC** che non hanno accettato l'assunzione, ma sono disponibili a collaborare con la nostra UOP 42 continueranno a titolo volontaristico¹.

Dovranno svolgere cinque ore settimanali nelle varie sedi di lavoro come previsto nel loro piano lavorativo.

Il progetto TR 89 crede nei seguenti principi:

1. **EMPOWERMENT** è un processo dell'azione sociale attraverso il quale le persone, le organizzazioni e le comunità acquisiscono competenze sulle proprie vite al fine di cambiare il proprio ambiente sociale e politico per migliorare l'equità e la qualità di vita.
2. **RECOVERY** è l'esperienza vissuta o effettivamente avvenuta di una persona, dal momento in cui accetta e supera la sfida della disabilità e sente di recuperare una nuova percezione del proprio sé e il significato della vita al di là dei limiti della disabilità.
3. **ESPERIENZA PERSONALE DELL'ESP-FAC.** supporto a utenti in carico al servizio per la salute mentale.

2014 Primo anno di lavoro intenso e costruttivo [Attività ESP attuate nel 2014](#)

Gli ESP-FAC hanno lavorato con contratto a progetto presso la Cooperativa Il Portico di Rho, per i primi sei mesi del 2014, poi il loro contratto è stato rinnovato a tutto dicembre 2014.

Le postazioni lavorative sono state presso le strutture del CPS di Rho, Centro Diurno di Rho e struttura residenziale CRA di Rho.

Gli ESP-FAC che non hanno accettato l'assunzione sono stati disponibili a collaborare con la nostra UOP 42 a titolo volontaristico.

Le mansioni degli ESP-FAC sono state concentrate sulla collaborazione amministrativa, assistenziale e socializzante.



Attività ESP attuate nel CPS di Rho e Settimo M.se

- Partecipazione ai gruppi di Auto Mutuo Aiuto e di Risocializzazione Gruppo A.M.A Il Distacco e Gruppo A.M.A Burbar Speranza Rho
- Supporto tra Pari sostegno individuale ad altri pazienti in carico al CPS
- Partecipazione a incontri di sensibilizzazione rivolti ai cittadini.
- Attività amministrativa e di Front Office inizialmente di affiancamento agli operatori e successivamente in autonomia.
- Attività socializzante affiancamento a pazienti.

Attività ESP attuata nel Centro Diurno di Rho

- 1) Gestione in autonomia e in collaborazione con Educatore Professionale per garantire l'accoglienza del mattino al gruppo *Battello*.
- 2) Partecipazione ai seguenti gruppi risocializzanti: gruppo creativo di lettura, l'immagine gruppo fotografia, gruppo sviluppo di abilità personali per fruizione mezzi pubblici.
- 3) Sostegno individuale ad altri pazienti che fanno parte del gruppo *Percorsi* del Centro Diurno.

Attività attuata nella struttura residenziale C.R.A. di Rho

1. Partecipazione e gestione a volte in autonomia o in collaborazione con Educatore Professionale, dei seguenti gruppi:
 - a. cineforum, cucina, pittura
2. Sostegno individuale ad altri pazienti ad attività ludica ricreativa.
3. Uscite risocializzanti sul territorio con pazienti.



Attività attuata dal referente del progetto TR 89 e Tutor nelle postazioni lavorative

- ✚ sostegno degli Esp-Fac. a scopo motivazionale, chiarimento e confronto rispetto all'esperienza lavorativa.
- ✚ incontro di gruppo per incoraggiare la coesione e sentirsi parte di un insieme con scopo comune e dar senso al cammino in atto
- ✚ favorire i legami relazionali.
- ✚ supervisione nei singoli gesti dell'Esp-Fac. per realizzare le azioni.
- ✚ supervisione ai gruppi per favorire la coesione, il confronto di vissuti, la progettazione di nuove esperienze.
- ✚ incontri con cooperativa Il Portico di Rho per la gestione amministrativa, la divisione degli incarichi, la condivisione delle problematiche del nuovo progetto, regolarizzazione e continuità del progetto lavorativo, riconoscimento nuova figura professionale.
- ✚ partecipazione ai Tavoli Tematici interni alla UOP N. 42, in ASL (Inclusione Sociale) e sul territorio.
- ✚ Partecipazione al coordinamento ESP-FAC Regione Lombardia.



La presenza dell'ESP-FAC nelle riunioni politiche

- ❖ Partecipazione ai Tavoli Tematici "Inclusione Sociale" dell'ASL
- ❖ Partecipazione al Tavolo ASL Governance OCSM (Organismi di Coordinamento Salute Mentale)



L'aggiornamento professionale dell'ESP-FAC

- Partecipazione al convegno annuale medicina di genere "Save the date Le donne si raccontano storie di malattia e di cura" ASL Prov. Milano 1 a Rho Il 16/12/2014.



La narrazione dell'ESP-FAC

Tutto è iniziato con un disturbo psichiatrico, che si è presentato nella mia vita come un temporale, ma come si è presentato così può passare.

Il mio percorso è iniziato con il partecipare a un gruppo di auto mutuo aiuto, un gruppo in cui ci si trova e si condivide le proprie paure e ansie, e ci si aiuta nel superarle.

Partecipando al gruppo sono venuta a conoscenza di un corso per facilitatore sociale, così mi sono iscritta e ho frequentato il corso con esito finale.

Ora ho l'attestato di ESP- facilitatrice sociale, ne sono fiera e sto praticando con onore nel ruolo di ESP-FAC.

Il mio lavoro consiste nel collaborare alla conduzione di gruppi di auto mutuo aiuto, operare sul computer, sostenere altri pazienti e partecipare a incontri sul territorio.

Le mie sensazioni sono positive, mi sento gratificata nel pensare che anche nelle difficoltà sia riuscita a superare le mie paure e ansie creandomi una nuova realtà.



L'ESP-FAC nella comunità e nel territorio

- Partecipazione al Gruppo Donne di Rho
- Partecipazione al Gruppo AMA per disoccupati presso Job Caffè Lainate
- Partecipazione e collaborazione al Gruppo Ama Camminiamo Insieme Lutti

IL PRINCIPIO PROFESSIONALE DELLA RECOVERY

Curato dell'ESP Maria Rosa

 <p>COOPERATIVA IL PORTICO cooperativa sociale a r.l.</p>	Formazione Portico del 07/02/2019
<p>LA RECOVERY</p>	

La recovery personale, in psichiatria, è un percorso di maturazione di concetti che aiuta a gestire al meglio qualsiasi malessere abbiamo.

Nella recovery giocano fattori individuali, sociali e culturali (capacità di dare dei termini ai sintomi con un linguaggio comune).

La recovery è un cammino che dura all' infinito e che non esclude la ricomparsa di recidive.

L' obiettivo, quindi, è quello di avere un percorso lineare ed asintomatico.

La recovery diventa metodo quando una persona affronta più volte la patologia imparando strategie funzionali che delimitano un sottilissimo confine fra l'essere utente ed essere persona.

In Viaggio con l'ESP

Alla stesura di questa pubblicazione hanno partecipato i referenti del Progetto TR 89 dell'ASST Rhodense e tutti gli ESP attivi, l'Associazione IncontRho e la Cooperativa Il Portico – nell'ottica del “fare-assieme”.

In particolare, hanno collaborato:

per Associazione di Promozione Sociale **IncontRho**:

Pedagogista del Direttivo: IncontRho Rosaria Viola.

per la **ASST-Rhodense**:

Educatrici: Franca Zappalà e Sara Lorenzi – Centro Diurno di Bollate e Garbagnate.

Psichiatra: Stefania Borghetti - Residenzialità di Rho

Servizio Sociale Professionale: Alice Bruni – Centro Psico Sociale di Bollate e Garbagnate M.se
e Milena Garavaglia – Centro Psico Sociale di Passirana di Rho e Settimo M.se.

per la **Cooperativa Il Portico**:

Responsabile dei Servizi alla Persona: Manfredi Toscano

Educatrice: Patrizia Molinari

per il gruppo degli **ESP - Esperti in Supporto tra Pari**:

L. C., S. G., M.V., P.M. S., E.T. – Unità Operativa Psichiatrica di Bollate e Garbagnate M.se; V.M.,
A.M, M.G. R. e MR S. – Unità Operativa Psichiatrica di Passirana di Rho e Settimo M.se.

Si ringrazia l'Ufficio Operativo Comunicazione U.O.C. Marketing dei Servizi dell'ASST Rhodense per il supporto tecnico.