

# Uno Nessuno Centomila

Agosto 2023 - Numero Sette



Mensile realizzato dalla CTRP B della Cooperativa "Un segno di Pace Onlus" di Vallonara di Marostica (VI)  
Sito: [www.unsegnodipace.it](http://www.unsegnodipace.it)  
Social: Facebook Un Segno di Pace ONLUS  
Instagram [unsegnodipaceonlus](https://www.instagram.com/unsegnodipaceonlus)

## SOMMARIO

Editoriale  
Attualità  
Giochi  
Arte & Arte  
La pagina della cultura  
Attività di Comunità  
Io mi ricordo  
Le Favole di Elisa  
Racconti Fantastici  
Le Avventure di SuperT

## IN REDAZIONE

Alberto B.  
Fabio F.  
Dunia (Oss)  
Giulio S.  
Elisa M.  
Samuele (Oss)  
Cinzia B.

È con la partecipazione  
del dott. Francato

# EDITORIALE

A cura di Dunia Basso



*Il paese delle vacanze  
non sta lontano per niente:  
se guardate sul calendario  
lo trovate facilmente.  
Occupate, tra Giugno e Settem-  
bre,  
la stagione più bella.  
Ci si arriva dopo gli esami.  
Passaporto, la pagella.  
Ogni giorno, qui, è domenica,  
però si lavora assai:  
tra giochi, tuffi e passeggiate  
non si riposa mai.  
(Gianni Rodari)*

Avete presente quelli che raccontano con ardore mille avventure strabilianti, mentre tu rimani lì, con un sorrisetto abbozzato, a chiederti se siano vere e da dove provenga cotanta immaginazione un po' sbruffona?

Il bambino in questione si chiama Nuvolario, biondo, paffutello, occhi sorridenti, ed è il protagonista del fumetto *Vacanze in scatola* (che titolo geniale!), scritto da Tuono Pettinato e illustrato dall'esordiente Martina Sarritzu, con il dichiarato intento di omaggiare Gianni Rodari.

Nel libro – coloratissimo, movimentato e zeppo di particolari – si racconta di una famiglia in viaggio verso le vacanze e irrimediabilmente bloccata nel traffico per un tempo alquanto lungo, diciamo giusto il tempo della storia. Ben presto scopriamo che la vera vacanza, per il nostro Nuvolario, si realizza proprio durante l'avanzare lento, stressante e rumoroso all'interno della macchina.

I due autori, i cui rispettivi linguaggi si accordano con stupefacente armonia, creano un mondo grottesco e visionario, in cui l'unica cosa certa è che ciò che vediamo è esattamente ciò che scaturisce dalla fantasia di Nuvolario, senza freno alcuno, mentre osserva attraverso il finestrino le macchine accanto (*“come le navi in bottiglia del nonno”*). Nuvolario si stupisce, sempre più, mentre i genitori fumano, si stressano, si urlano addosso, per poi passare in secondo piano rispetto alle fantasticherie del bambino e alla realtà in continuo mutamento.

Mi è parso di vedere uno sguardo esterno ironico, comico e irriverente, volutamente caricaturale nell'evocare il filtro deformante con cui guardiamo gli altri e il mondo attorno. Perché la prospettiva immaginifica di Nuvolario in realtà appartiene a tutti noi. Quando sbirciamo i nostri vicini di traffico, spesso proviamo curiosità, repulsione, fastidio, empatia... fantastichiamo, a volte. Osserviamo un'umanità, quella stessa umanità che pullula nel libro con abbondanza di dettagli.

Certo, noi non trasformiamo aree di sosta in castelli medievali, nè suotine in pellegrinaggio in danzatrici scatenate con musica *tunz tunz tunz*, nè trasformiamo *“un irsuto omaccione”* in un gorilla al volante *“in una giungla equatoriale carica di leccornie”*, e nemmeno un pullman di turisti in un bruco mela gigante.

Questo, e molto altro, è ciò che vede Nuvolario, trascinando il lettore in pagine multiformi e in continua trasformazione, in un'avventura in cui lui stesso si vedrà spuntare mille occhi per poi *“evadere dall'ingorgo”* finendo gambe all'aria in macchina, per approare infine a destinazione (e quale destinazione!).

Allo stesso modo, possiamo trovare nella malattia mentale questa capacità di evadere da una realtà a volte ingombrante, attraverso l'uso dell'immaginazione per creare una realtà più appagante.

# ATTUALITA'

A cura di Fabio F.

## Agosto in Altopiano di Asiago

Agosto è il mese delle ferie per eccellenza e, sull'Altopiano che è una località turistica, questo periodo non passa inosservato.

L'Altopiano è un comprensorio di 7 comuni che vive di turismo estivo ed invernale e perciò ci sono moltissime strutture ricettive come alberghi, B&B e moltissime "seconde case".

D'estate i turisti cercano sull'Altopiano relax e divertimento ed infatti ci sono ristoranti, pizzerie, gelaterie, pasticcerie e bar per rifocillare; ci sono centri equestri, piscine, percorsi segnati per bellissime passeggiate a piedi, in bici o a cavallo, c'è un aeroporto civile per volo leggero, ci sono due palaghiaccio, due acropark, due pesche sportive e tante malghe nelle quali i turisti possono trovare i prodotti tipici della montagna.



Dal punto di vista naturalistico ci sono paesaggi montani dove si può contemplare la natura al completo di fauna e flora quasi come in un parco naturale.

I boschi dell'Altopiano sono anche meta di fungaioli che quasi litigano per accaparrarsi il miglior raccolto.

E' così che nel mese di Agosto in Altopiano si registra il tutto esaurito con picchi di presenze che sfiorano le 500000 persone.

Si verifica così il caos assoluto di macchine, moto, camper, bici e pedoni, tutti alla ricerca di un po' di meritata vacanza.

Ad Agosto, per tutto il mese, i giorni sembrano identici, scanditi da un caotico traffico che quasi toglie il fiato.

Per noi residenti diventa quasi una tortura vedere tutta questa gente anche se chiudiamo gli occhi dicendo ben venga ma finirà anche Agosto!

## LA PAGINA DI CULTURA, COSTUME E SOCIETA'

A cura di Alberto B.

### Agosto mese di vacanze

Quali sono i luoghi d'arte preferiti dagli italiani?

Sicuramente la Liguria con le cinque Terre, il Trentino con le sue malghe ed i suoi sentieri, le coste della Toscana, Roma con i suoi ruderi Romani, il Gargano in Puglia e ovviamente...la sognatissima Sardegna e Corsica con i loro mari caraibici e i loro Nuraghi.

L'Italia è molto famosa per i suoi luoghi d'arte, quadri, torri, castelli, dipinti, chiese, percorsi in mezzo alla natura.

Tra i tanti turisti, la maggior parte sono secondo me i tedeschi.

Per visitare questi luoghi a volte, anche per gli italiani, i viaggi sono lunghi ed i biglietti costosi; sembrano abbiano più soldi gli stranieri (tedeschi).

I vantaggi sono che vedi realtà artistiche nuove, ma i mesi di luglio e agosto, secondo me, sono problematici per il caldo e le alte temperature e, in questi mesi estivi, c'è chi preferisce i luoghi di villeggiatura al mare.

Secondo me le migliori città d'arte in Italia sono:

Roma, Firenze, Trieste, Como e Perugia.

La città d'arte che ho visitato e mi è piaciuta di più è Firenze seguita immediatamente da Roma, da visitare fuori stagione estiva.

Qui di seguito illustro cosa mi è piaciuto di più in Italia durante le mie visite in queste città.



# RACCONTI FANTASTICI

A cura di Elisa M.

## Le vacanze di Luisella

Luisella non aveva molti soldi per la vacanze. Da quando i suoi genitori erano venuti a mancare non poteva più andare al mare o in montagna, salvo qualche sporadica gita di un giorno. In più aveva molti gatti del quartiere che seguiva e che non poteva abbandonare proprio con il gran caldo ...



Però anche lei si concedeva all'inizio di Luglio una piccola vacanza. E come ?? Aveva sentito dire infatti che a Marostica c'è il Summerfest, una serie di serate dedicate alla musica e allo spettacolo.

E così si organizzò per andarci. Preparò una piccola valigetta con i vestiti e la

issò sul cestino della bicicletta. Dopo di che si recò alla stazione delle corriere del suo paese. Comperò poi un biglietto di andata e ritorno per Marostica ed entrò nell'autobus climatizzato.

Per le 10.00 era all'autostazione di Marostica e si recò all'hotel Europa che era lì vicino. Prese una camera da 90 euro ( la meno costosa!) per una notte. Per il pranzo andò da alcuni amici di Vallonara, una frazione di Marostica. A sera era pronta per il concerto, però ... le mancava il biglietto perché costava troppo. Allora si sedette ad un tavolino del bar Cristal nella piazza degli scacchi ed ascoltò il concerto da fuori. Quella sera c'erano i "Simply Red" e fu un vero sballo! Rimase fuori fino a tardi a bere aperitivi e a sgranocchiare patatine. La mattina dopo ritornò soddisfatta a casa sua ...

# ATTIVITA' DI COMUNIA'

## A cura del Dott. Francato

### Attività riabilitative: queste sconosciute

La vita comunitaria si alimenta e cresce con le attività riabilitative che l'equipe propone agli ospiti. L'organizzazione stessa della quotidianità, si avvolge nella strutturazione di momenti dedicati al processo riabilitativo, vera spina dorsale dell'esperienza comunitaria. L'ospite è chiamato a cimentarsi, partecipando con i propri bisogni e richieste, nonché ritmi e sensibilità, a quegli spazi dedicati alla cura delle malattie e delle conseguenti invalidità.

Le attività attualmente avviate sono diverse per tipologia e obiettivi (per un approfondimento [www.unsegnodipace.it](http://www.unsegnodipace.it)). Si considerano le attività *Evidence Based Medicine* inerenti ai bisogni clinici, oppure quelle espressive per l'opportunità di narrarsi e narrare le proprie vicende e storie o, ancora, le ri-socializzanti per mantenersi attivi nel confronto con la dimensione sociale e territoriale dell'esistenza.

Dal punto di vista del management della struttura, sono la risposta concreta per valorizzare la componente professionale dell'equipe in ottica di competitività di comunità, che esprime il forte connubio tra clinica, teoria e letteratura scientifica. A ciò si aggiunga come, in un mondo che cambia ad una velocità impressionante, il know-how determinato da una lunga esperienza rimane comunque strategico per mantenere attivo il lavoro di integrazione del nuovo rispetto al consolidato. Competenze cliniche, affiancate al sapere, alla passione e alla dedizione degli operatori, garantiscono vivacità e sviluppo alle "attività in scatola", parafrasando il racconto di Rodari in editoriale.

Si tratta, prendendo come esempio ciò che accade per il *Social Skill Training*, di predisporre uno spazio (setting nel linguaggio tecnico) nel quale l'ospite possa misurarsi, a cadenza circa settimanale, con le proprie abilità/disabilità comunicative, immaginative e di confronto con gli altri, partendo da quella serena consapevolezza che giunge quando riconoscendo i propri limiti, ci volgiamo al compagno/a avvicinandoci con delicatezza e attenzione. Le abilità messe in campo vanno dalle hard skill (conoscenza ed esperienza) alle soft skill (competenze comportamentali). Ognuno può chiedere di apprendere e approfondire, con l'aiuto del gruppo, una particolare abilità e/o situazione che sta incidendo con sofferenza nella propria vita. Viene accolto il bisogno di miglioramento che ognuno sente dentro di sé, importante per contribuire a quel lavoro interiore nel dare significato all'esperienza del proprio percorso comunitario, importante per quel sentimento di contentezza che si prova quando la giornata non è trascorsa invano.

Si crea una sorta di complicità nel misurarsi insieme in un compito prefissato, tipo “*come si inizia una conversazione?*”, sperimentando così ogni sorta di possibilità che il gruppo propone. “*Come avvicinare una ragazza*”, “*come conoscere un possibile amico*”, “*mantenere buono un rapporto familiare*”, sono compiti nei quali tutti ci cimentiamo nelle nostre quotidianità, e non sempre con successo.

L'occasione di esplorare diverse attitudini, modi, esperienze, ascoltando le proposte e le abilità dei compagni, scrivendole alla lavagna, leggendole e ri-leggendole e discutendone insieme, permette di rappresentarsi un'idea propria, oppure di adottare quella che più si ritiene utile per la propria personalità. Attraverso i giochi di ruolo (role play), si prova ad “*andare in posta a pagare un bollettino*”, ognuno dei partecipanti incarnando un ruolo, come avviene a teatro: mimando la scena del cliente e del commesso, provocandone variazioni, scherzando sugli impacci e le parole che, come anguille, sgusciano da ogni parte e ad ogni tentativo di presa. Insomma, ci si allena, ecco il senso dei training, l'allenamento alle situazioni della vita, per sentirsi quando si esce dalla “scatola” meno “pazienti” e più operatori, ossia protagonisti come “chi opera, chi compie azioni”. Giungere a possedere una nuova competenza, saperla usare, esserne perciò abili, fa parte delle cure e degli obiettivi che la CTRP propone e sviluppa.



# Le Favole di Elisa

A cura di Elisa M.

## L'ERBARIO

Oreste era appassionato di fiori e piante. Ne aveva molti nel suo giardino, perenni e annuali. Andava di tanto in tanto a prenderli in un grande vivaio vicino a casa sua e li accudiva personalmente. Quelli che preferiva però erano i fiori spontanei che crescevano in campagna e montagna.

Abitava vicino ad un borgo di campagna e si recava spesso con i genitori a fare delle passeggiate all'aria aperta.

Durante queste scampagnate adocchiava ora questa ora quella piantina e coglieva qualche fiore da mettere nell'acqua. Non si appropriava mai però della pianta intera perché temeva che fossero specie protette.

Avrebbe voluto comunque conoscere il loro nome e le loro proprietà.

Il professore di scienze a scuola allora in primavera gli propose di realizzare un erbario per la classe. Si organizzò un'uscita in campagna per fotografare fiori e piantine.

Dopo di che assieme all'insegnante il ragazzino poté usare un programma per computer che si chiamava "Plantnet". Con questo si poteva cercare in base al fiore, la foglia e la corteccia la pianta desiderata su internet.

Una volta individuato il nome dell'arbusto, si fecero delle ricerche per capire le proprietà ed l'utilizzo della pianta per la salute.

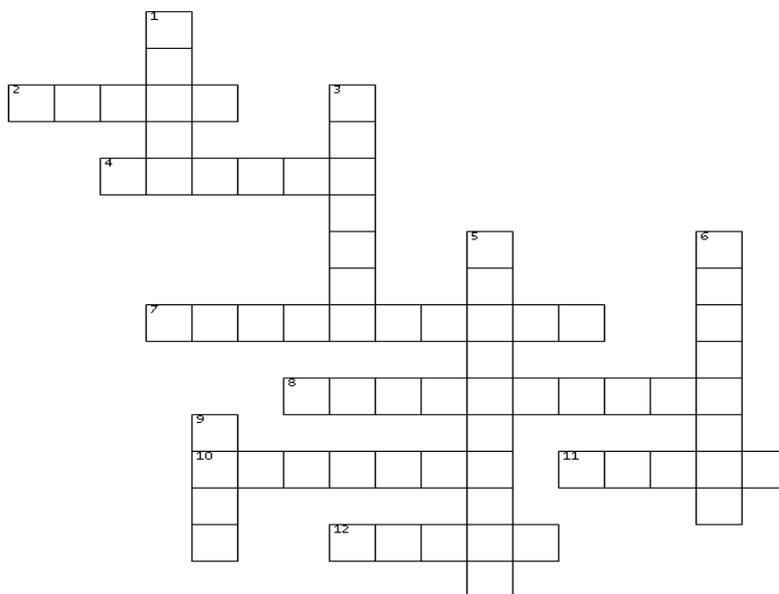
Oreste scoprì così il pino silvestre, l'acetosa, l'achillea, l'aglio selvatico, l'altea, il cerfoglio, il dragoncello, la ginestra, la genziana ... capì come raccogliarli, come macerarli, farne dei succhi, impacchi e pediluvi ...

Venne poi una primavera anomala e nevicò un poco. I fiori si rattrappirono e smisero di occhieggiare fra l'erba e le foglie. Soltanto l'erbario rimase a ricordare le loro meraviglie ...



# Il Giochi del Mese

A cura di Giulio S.



## ACROSS

2. ci trasporta altrove volando
4. casetta con le ruote e il motore
7. documento per andare all'estero
8. barriera contro le zanzare e gli altri insetti
10. ci si va a dormire serviti e riveriti
11. mezzo di trasporto che va sui binari
12. luogo con musei, piazze e monumenti

## DOWN

1. solare, serve a proteggere la pelle dal sole
3. viaggia per divertimento
5. si festeggia facendo i gavettoni
6. meta paesaggistica ad alta quota con natura
9. luogo acquatico con acqua salata e pesci

E in collaborazione con Alberto...



Trova le 10 differenze nella vignetta di destra.

Soluzioni dei giochi a fondo pagina...

# ARTE ARTE ARTE



Alberto B.

Cinzia B.



Fabio F.

# IO MI RICORDO

A cura Cinzia B.

Io mi ricordo che quando ero piccola, durante l'estate andavo con la mamma il papà, mia sorella e mio fratello a Lignano Pineta.

Andavamo sempre nello stesso albergo che si chiamava Hotel Croce di Malta.

Questo albergo era molto grande, facevano da mangiare bene. In quegli anni hanno cambiato anche la gestione e lo hanno rimesso a posto perché era vecchio.

Hanno fatto anche le piscine.

Per andare al mare c'era una stradina che ci portava in spiaggia e lì avevamo il nostro ombrellone con il nome dell'albergo.

In spiaggia prendevamo il sole, andavamo a passeggiare lungo il mare, chiacchieravamo con la gente degli altri ombrelloni che erano del nostro hotel.

Noi bambini facevamo castelli, facevamo il bagno e poi tornavamo ai nostri castelli. C'erano anche altri bambini con qui giocavamo. Due fratelli e una ragazza con un fratellino piccolo.

Ogni giorno passavano lungo la spiaggia i gelatai con il carrello e poi ogni tanto passavano degli aerei con appesi degli striscioni che facevano la pubblicità ai materassi o di certi negozi.

Queste vacanze mi piacevano perché era bello fare una esperienza di vacanza in famiglia, perché al mare andavamo sempre d'accordo.

Alla sera dopo cena, uscivamo a passeggiare nei dintorni e c'erano altri alberghi, bar, gelaterie e ci fermavamo a prendere un gelato.

Siamo andati in questo albergo per tre anni.

Dopo ci sono tornata solo con mio padre, perché la mamma era deceduta. E' andata bene lo stesso, ma mio papà andava spesso in giro da solo in bicicletta e quindi restavo tanto da sola. Dopo ho fatto altre vacanze a Rimini da mia sorella, ma Io mi ricordo bene di questi tre anni, perché sono gli unici in cui siamo andati con tutta la famiglia.



# LE AVVENTURE DI SUPER T

A cura di Tommaso D.P.

Il mio amico Fabio ha preparato le valigie, perché domani parte per New York. Ha rinnovato il passaporto ed è tutto pronto. Si porterà via il cellulare, così potrà chiamarmi se gli succede qualcosa. Ma speriamo che non succeda niente. Partirà dall'aeroporto Marco Polo di Venezia ed io spero che si diverti e vada tutto bene. Ha la sveglia alle cinque, quindi stanotte andrà a letto presto. Ci fumiamo una sigaretta mentre sogna la metropoli e si immagina di volare sopra di essa come dice Gerardino Trovato in una sua canzone che si chiama "non ho più la mia città".

La notte faccio un incubo. Vedo una lapide in un cimitero con il nome Fabio, così mi sveglio e corro in camera sua. Lui non c'è perché è già partito e non è morto, quindi mi tranquillizzo. Quel giorno Dunia mi dice che Fabio ha chiamato per dire che è arrivato e che starà via cinque giorni, ma poi non ho avuto più notizie. Allora vado nel mio armadio, mi metto la tuta da supereroe, con tanto di mantello e uso il mio potere di volare per andare a dare una controllata a New York. Spicco il volo dal giardino. E' estate piena e nell'atmosfera del cielo si sta bene. Vedo grattacieli ovunque e sono in ansia perché non riesco a trovare Fabio. New York è una città immensa.

Ad un certo punto mi viene un'idea "e se fosse andato a visitare il bronx? Sarebbe molto pericoloso!" così volo verso il Bronx e lo vedo incatenato ad un palo della luce, con un carico di dinamite a orologeria addosso. Lo salvo appena in tempo, perché mancavano solo cinque secondi e di Fabio non ci sarebbe rimasta più nessuna traccia.

Sembra che una banda di malavitosi, si sia divertita a derubarlo e poi legarlo lì per vederlo saltare in aria.

Per fortuna siamo tornati a casa sani e salvi ed la disavventura è finita.



Soluzioni dei giochi

