

Catàrsi

Salute mentale
auto-mutuo aiuto
famiglie
comunità
testimonianze
cultura
creatività

NEWS dal Davide e Golia di Malo

APRILE 2019 — N. 04/19

In questo numero:

⇒ DIARIO DI BORDO

- Buon compleanno Davide
- Carnevale di Cento
- Carnevale a Schio
- Un film in sede
- A Venezia
- Laboratorio "arte, colore e argilla"
- Filò dialettale



⇒ SPAZIO LIBERO

- 8 marzo
- Riflessioni sulla cronaca

⇒ ESPERIMENTI DI SCRITTURA CREATIVA

⇒ PROGRAMMA DI APRILE

Ci presentiamo...

Questo giornalino è interamente pensato e scritto dalle persone che fanno parte del Davide e Golia di Malo.

E' uno spazio, che può arricchire e far riflettere, in cui condividiamo idee, esperienze, pensieri ed emozioni.

Trasmette i principi in cui crediamo: l'importanza della relazione alla pari e che ogni persona ha una parte sana e vitale da valorizzare.

Buona lettura!

NEWS E AVVISI

- La prossima riunione generale si svolgerà **martedì 23/04** alle ore **17.30**. Tutti i soci, famigliari e facilitatori sono invitati a partecipare.
- Il **giovedì** la sede **apre** alle ore **16.30** per chi non partecipa al gruppo parola
- Per motivi organizzativi è importante avvisare e **prenotarsi** con **qualche giorno di anticipo** quando si intende partecipare alle attività.
- **Giovedì 18 aprile** non c'è il laboratorio espressivo "arte, colore e argilla"
- **Giovedì 25 aprile** la sede rimane chiusa

ANGOLO DELLA POESIA

L'ALBA

*L'alba si prende il suo tempo
in un cielo rosso fuoco
poi esplose in una luce accecante
ed è di nuovo giorno... C.*



"Davide e Golia" è una rete diocesana di Auto-Mutuo Aiuto per la salute mentale (Vicenza-Malo-Brenta)

La nostra sede di **Malo** è in Via Muzzana 20, presso Casa San Francesco.

Per un primo incontro di conoscenza è necessario prendere appuntamento telefonicamente allo 0445 607569 o mandare un'email a davide.golia.malo@caritas.vicenza.it

DIARIO DI BORDO

Esperienze e testimonianze del nostro gruppo

Buon compleanno Davide



Domenica 24 Marzo 2019, festa speciale per una persona speciale, Davide! Il nostro ragazzone che ha voluto attorno a lui proprio alla domenica sera per festeggiare il suo compleanno, tanti amici del DeG. Tutti puntuali ore 19 al centro giovanile di Malo, lui era là ad accoglierci, con il suo bel sorriso e ha gradito gli auguri di tutti. Dopo aver gustato chi la pizza chi qualcos'altro, Davide ha tenuto un bel discorso manifestando la gioia di averci attorno a sé, assicurandoci che ci vuole tanto bene, mandandoci anche un bacio simbolico. Non si festeggia compleanno senza la torta, quindi il festeggiato ha provveduto pure a quella, Gianni ha scattato alcune fotografie immortalando il momento del soffio delle candeline e l'applauso è esploso assieme agli auguri in coro! Una serata simpatica davvero, dove la gioia è stata condivisa da tutti. Grazie Davide per avere scelto noi per festeggiare il tuo compleanno. I tuoi amici!

Carnevale di Cento

Con alcuni del gruppo siamo stati al carnevale di Cento. Numerose le persone presenti. Ci sono stati quattro carri: uno gettava regali tra la folla. Mi ha fatto impressione il carro di King Kong con la tigre davanti che si muoveva a ritmo di musica. Numerosi i figuranti e abbiamo visto volare molti coriandoli e stelle filanti. Numeroso il pubblico che festeggiava i carri che erano mastodontici e attraversavano la strada con il rischio di toccare le case. Erano mastodontici pure i trattori che spingevano i carri! E' stato un carnevale fantastico e spero che si ripeta l'anno prossimo con tanta gente. Luigino

Carnevale a Schio

Con 2 macchine siamo andati al carnevale a Schio. Non ci eravamo mai andati negli anni, ma si è rivelato una sorpresa, i carri mascherati erano attorniti da tantissime persone, tanti figuranti, bambini con i genitori tutti in bei costumi che ballavano e cantavano.

Il carro mascherato di Mary Poppins è piaciuto a tutti noi, era bellissimo, si stimava che avevano avuto attorno sul centinaio di persone tutti allegri e simpatici. Siamo andati anche al bar a bere un cappuccino in compagnia. Tornati a casa abbiamo avuto il nostro bel da fare a scrollarci di dosso tutti i coriandoli perché ne avevano distribuiti tantissimi, non avevamo mai visto tanti coriandoli. Giuliana e compagnia



Un film in sede

Domenica 17 marzo Pier ci ha proposto la visione di un altro film: "Aspirante vedovo". E' stato un bel film simpatico, che ci ha fatto ridere. Gli attori comici erano la Littizzetto e Fabio De Luigi.

Il film trattava di una imprenditrice seria, molto autoritaria e di suo marito poverino che era succube della moglie. Lei era ricca e lui aveva fatto molti debiti. La voleva morta per ereditare il suo patrimonio, ma tutti i tentativi per ucciderla si rivelavano vani, anzi si trasformavano in scenette da ridere a crepapelle.

Il destino volle però che in tutti questi tentativi lui ebbe la peggio e all'ennesimo tentativo di ucciderla ci lasciò lui la vita. Ciao da alcuni spettatori

DIARIO DI BORDO

Esperienze e testimonianze del nostro gruppo

A Venezia

Venerdì primo marzo Renato, Pier, Daniela, Pina, Anna Maria, Carmelina, Luigino, Luciana, Clara e Giusy siamo partiti da Malo per raggiungere Venezia. A Vicenza il treno ci aspettava per raggiungere la meta per assistere allo spettacolo delle famose maschere di Venezia. Alla prima sosta ci siamo fermati a mangiare al Burger di Venezia: ogni tanto ci tenevamo d'occhio perché c'era tanta gente e anche perché a Daniela e a Carmelina piaceva soffermarsi per vedere le vetrine. Per fortuna che Renato e Pina ci aspettavano!

La nostra meta era arrivare in piazza S. Marco dove c'era il fulcro delle maschere. Qualcuno ha approfittato per visitare la Chiesa di S. Marco, alcuni hanno assistito allo spettacolo che suonava e a delle scene di teatro: era tutto una meraviglia! Finito il giro, un po' stanchi, ma felici di aver assaporato la magia del carnevale ci siamo inoltrati verso la stazione per il prendere il treno per il ritorno a casa.

Daniela M. Anna Maria, Pier.



Laboratorio "arte, colore e argilla"

Temevo molto di iniziare questa nuova esperienza perché non sono portata al disegno, al creare cose come queste... ma mi sono detta "dai proviamo!" anche lanciata da Federica e incoraggiata da altri soci.

Diciamo che sto vivendo un'esperienza con momenti a volte davvero magici, a volte pieni di tensione e dolci ricordi. Già l'argilla è un materiale "molle" che poi è come se entrasse dentro di noi per farci esprimere i nostri sentimenti, le nostre paure, i nostri ricordi, le nostre sensazioni, qualsiasi cosa bella o brutta che possiamo provare. Poi è un materiale freddo, molto freddo che al primo impatto può far uscire un gemito dalla bocca, mentre a me, soprattutto se ho gli occhi chiusi fa rimanere immobile: mi ricorda che per tanti anni, dopo tanta sofferenza ho dovuto imparare a chiudere gli occhi e a stare in silenzio. Ecco perché non amo il buio, perché non riesco a dormire con la luce spenta, perché di sera ci deve essere almeno una luce accesa se non sono in compagnia, perché non amo chiudere gli occhi e appena li apro salto giù immediatamente dal letto. Ero convinta che il laboratorio di argilla fosse complicato, che bisognasse fare delle "opere" invece ora ho capito che tocca dentro di noi, i nostri sentimenti, i nostri ricordi, i bambini che eravamo, ma a volte anche la rabbia c'è, tutto il miscuglio che nascondiamo dentro di noi. Quindi non sono creazioni quelle che facciamo, ma parti di noi stessi, che possiamo anche distruggere: a volte con dispiacere, ma più volte con piacere. Spesso quando parliamo dei nostri lavori ci riferiamo al passato e su questo ci sarebbe da riflettere; forse perché erano periodi spensierati con figli piccoli che ce li godevamo davvero molto con tanta serenità e voglia di vivere con accanto chi amavamo. Le ore di argilla passano velocissime, credo, o almeno per me, che nessun laboratorio è volato così in fretta: mi coinvolge nel profondo. Quando



esco dalla sede mi sento come dopo un'intera giornata di lavoro: davvero soddisfatta e stanca. La cosa più importante è che se guardo l'orologio è solo perché mi vengono a prendere, non c'è fretta di uscire! Anche se prima di iniziarlo qualcosa mi inquieta sempre... Chissà perché, forse sono io così, ho sempre paura di sbagliare. Un grazie di vero cuore ad Alessandra. Moira

DIARIO DI BORDO

Esperienze e testimonianze del nostro gruppo

Filò dialettale

Il 24 marzo siamo andati in una quindicina di persone a Sarcedo, un accogliente paese in collina della provincia di Vicenza. Siamo stati accolti veramente con tanto affetto e simpatia dall'associazione "Ti regalo una rosa" per il benessere psico-sociale. Le persone che fanno parte di questo gruppo desiderano ritrovarsi insieme per condividere tempo ed esperienze per promuovere una relazione amicale.

Siamo stati accolti in una stupenda villa antica con un enorme giardino pieno di piante e fiori. Ci ha accolto anche il sindaco, un signore giovane e semplice e c'era pure il parroco. Ogni persona che fa parte di questo numeroso gruppo può donare le proprie idee, emozioni, sensazioni, abilità e difficoltà. Può ricevere ascolto e attenzione godendo dello stare e del fare insieme. Parte dei componenti di questa associazione sono poeti, nel vero senso della parola e la loro particolarità è che scrivono tutto in dialetto. Ogni poesia era accolta da uno scrosciare di applausi, alcune erano in rima, altre invece no. Devo dire che i poeti erano persone solari e semplici ed è stato veramente bello ascoltarli. Inoltre c'era un coro diretto da un maestro con la chitarra e cantavano canzoni di una volta, davvero ben preparati. C'era un signore che suonava un organetto di legno, dei primi del novecento e ci ha fatto dono di melodie veramente suggestive.

Infine ci hanno offerto un abbondante buffet con dolci e bibite. Devo dire che è stato un pomeriggio veramente bello, al di sopra delle nostre aspettative. Daniela Z.

SPAZIO LIBERO

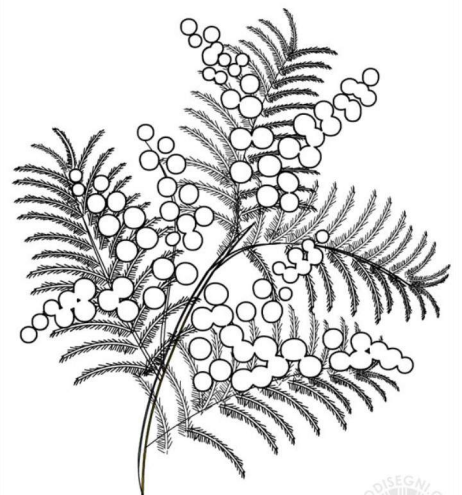
8 marzo

Dedicato a tutte le donne, che soffrono, combattono, e non mollano mai

L'idea di una giornata internazionale della donna nasce nel Febbraio del 1911 negli Stati Uniti, la proposta venne fondata da Clara Zetkina Copenaghen, per ricordare l'incendio scoppiato in una fabbrica tessile di New York dove rimasero uccise le operaie. Da allora seppur cambiando date si istituì la festa della donna, tuttavia in Italia si deve arrivare agli anni 70, per confermare tale festa all'8 marzo del 1972 in Piazza Campo dei Fiori a Roma, dove si è svolta la manifestazione della giornata dedicata alle donne.

Donne che hanno lottato nel corso degli anni per l'indipendenza, ma che a volte non hanno voce a causa del maschilismo che esiste nell'uomo. Uomini che si sentono esseri superiori solo perché hanno un po' di muscoli in più, peccato per loro, perché il muscolo più sviluppato e che mettono più in funzione lo possiedono le donne. Donne fragili? Si certo, perché sono state tessute con fili delicati per accentuare la sensibilità e l'empatia anche per te uomo, che spesso la soffochi con la tua superiorità meschina. Uomo ricordati da dove sei partito, ricordati che tua madre è donna, e quindi guarda negli occhi la tua donna e riconosci la sua supremazia perché senza la femminilità non saresti mai nato, portale rispetto perché la fonte della vita è lei anche per i tuoi figli.

Gabriella



SPAZIO LIBERO

Riflessioni sulla cronaca

Riferisco un fatto di cronaca riportato in questi giorni dalla televisione. Un insegnante di scuola elementare viene citato perché ha usato dei metodi pesanti nei confronti di due bambini di colore (fratello e sorella) presenti nella sua classe. Ha dato un castigo al bambino e poi ha aggiunto davanti ai suoi compagni "guardate quanto è brutto!". Lo stesso aveva fatto con la sorellina che il giorno dopo non voleva più andare a scuola. I bambini hanno raccontato tutto ai genitori e il padre ha commentato "è stata una forma di razzismo". Interrogato l'insegnante sul fatto ha replicato "è stato un metodo educativo per farli accettare dai coetanei". Poi ho sentito alla televisione una persona difendere l'insegnante affermando appunto che lo aveva fatto per far reagire i bambini in modo positivo.

Io sono un'insegnante in pensione e so quanto è difficile il rapporto con i bambini quando si ha una classe da gestire. Poi quando ci sono bambini con disabilità, difficoltà di integrazione, difficoltà linguistiche si crea del disagio tra coetanei. Pensando alla mia esperienza ho immaginato che questi bambini magari potessero aver infastidito l'insegnante. Comunque la cosa importante è che i coetanei di fronte a questo episodio hanno reagito bene, informando i genitori e schierandosi dalla parte dei bambini di colore. Ci sarebbe anche da considerare il fatto che un numero maggiore di insegnanti di sostegno nella scuola sarebbe più che mai prezioso in nome dell'apprendimento, dell'apprendimento e della cultura. Questo è comunque un parere personale. Adele

ESPERIMENTI DI SCRITTURA CREATIVA

Inventa una storia in cui ci sono le parole: sole, bicicletta, telefono, fiore e zampe

In questa parte del giornalino vengono pubblicati alcuni degli scritti che nascono durante il laboratorio di scrittura creativa. Il laboratorio si tiene una volta al mese: partendo da un tema scelto insieme, ognuno può esprimere liberamente ciò che pensa e sente utilizzando la scrittura come mezzo di comunicazione.

Gli scritti diventano poi stimolo per confrontarsi e scambiare idee in gruppo.

Una passeggiata fallita con mia figlia

Un giorno noioso, mia figlia, vista la mia faccia, mi convinse ad uscire in bicicletta insieme. Finita la strada trafficata ci siamo immesse in una strada di campagna: c'era un bel sole e il mio umore già cambiava. Le piante avevano già messo i fiori rosa, il calicanto con il suo profumo e il suo bel colore giallo. I campi con i loro colori, il giallo del tarassaco, l'azzurro degli occhi di Madonna, violette. Ad un tratto squilla il telefono di mia figlia, è il gruppo di classe, è nato un problema. La telefonata è lunga, scendo dalla bicicletta e mi siedo su un sasso mentre mia figlia discute lungamente; mi metto ad osservare il campo e noto un porco-spino rilassato, non so se ha percepito la mia presenza, così guardo il suo musetto, la moltitudine di aghi e le sue piccole zampe, tanto la telefonata non da segno di finire e questo piccolo animaletto mi fa compagnia. Roberta

Giro in bicicletta

Una volta ero abituato ad andare a Monta di Malo in bicicletta dove c'era una vegetazione splendida con tanti fiori colorati baciati dal sole. Una volta forai la bici ed essendo senza telefono non sapevo più che cosa fare, mi sono messo a quattro zampe e chiesi aiuto a un passante che però non sapeva come aggiustare la bici e infine presi parole da lui perché non mi ero portato il necessario per riparare la ruota! Umberto

La mia storia

In una bella giornata di sole sono andato a fare un giro in bicicletta ed ho visto un prato pieno di fiori e margherite: era bellissimo. Il mio telefono è suonato, era un mio amico per chiedermi di andare a casa sua. Lui ha moltissimi animali, galline, conigli ed ho visto anche un maiale con le sue quattro zampe. Silvano

PROGRAMMA di APRILE

LUNEDÌ 01/04: Compleanno di Regina

MARTEDÌ 02/04: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 17.30 gruppo lettura.

MERCOLEDÌ 03/04: Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Alle 16.00 ritrovo presso la palestra delle scuole medie di Malo: dalle 16.10 alle 17.25 attività motoria (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 04/04: Dalle 15.00 alle 16.30 Gruppo Parola (iscrizione obbligatoria). La sede apre alle 16.30 per chi non partecipa al gruppo parola. Dalle 16.45 alle 18.30 laboratorio espressivo “arte, colore e argilla” con Alessandra (iscrizione obbligatoria)

SABATO 06/04: Compleanno di Anna Maria

DOMENICA 07/04: Ritrovo in sede alle 16.30 per fare una passeggiata e mangiare il gelato (Rif. Gianni D.F.)

MARTEDÌ 09/04: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 17.00 laboratorio di Pasqua con Roberta.

MERCOLEDÌ 10/04: Compleanno di Moira. Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Alle 16.00 ritrovo presso la palestra delle scuole medie di Malo: dalle 16.10 alle 17.25 attività motoria (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 11/04: Dalle 15.00 alle 16.30 Gruppo Parola (iscrizione obbligatoria). La sede apre alle 16.30 per chi non partecipa al gruppo parola. Dalle 16.45 alle 18.30 laboratorio espressivo “arte, colore e argilla” con Alessandra (iscrizione obbligatoria)

VENERDÌ 12/04: Ritrovo in sede alle 20.00 per andare al Cinema Pasubio di Schio alla proiezione del film “Dove Bisogna stare” (Rif. Gianni D.F.)

DOMENICA 14/04: Ritrovo in sede alle 15.00 per passeggiata “verso il bojo dei mulini” a S. Vito di Leguzzano (Rif. Claudia e Raffaella)

MARTEDÌ 16/04: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 17.30 gruppo scrittura creativa.

MERCOLEDÌ 17/04: Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Alle 16.00 ritrovo presso la palestra delle scuole medie di Malo: dalle 16.10 alle 17.25 attività motoria (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 18/04: Dalle 15.00 alle 16.30 Gruppo Parola (iscrizione obbligatoria). La sede apre alle 16.30 per chi non partecipa al gruppo parola. Alle 17.00 laboratorio di Pasqua con Roberta.

DOMENICA 21/04: Compleanno di Olga. Buona Pasqua a tutti!

LUNEDÌ 22/04: Compleanno di Loreta O. e Maria Teresa M. Buona Pasquetta a tutti! Ritrovo in sede alle 8.30 per andare alle 8a marcia del Santo Mio: segue pranzo al sacco o allo stand gastronomico (Rif. Luigina e Gabriella)

MARTEDÌ 23/04: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 16.30 riunione redazione gruppo giornalino. Alle 17.30 Riunione generale.

MERCOLEDÌ 24/04: Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Alle 16.00 ritrovo presso la palestra delle scuole medie di Malo: dalle 16.10 alle 17.25 attività motoria (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 25/04: Festa Nazionale della Liberazione: la sede rimane chiusa. Eventuale programma da definire.

VENERDÌ 26/04: Ritrovo in sede alle 20.00 per andare al Cinema Pasubio di Schio alla proiezione del film “Libre” (Rif. Gianni D.F.)

DOMENICA 28/04: Ritrovo in sede alle 15.00 per andare al bowling di Schio (Rif. Gabriella)

MARTEDÌ 30/04: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 17.00 riordino sede e giardinaggio.

ATTENZIONE: Il programma potrebbe subire variazioni. Per questioni organizzative si raccomanda di chiedere sempre conferma e di dare la propria adesione in sede per partecipare alle varie attività. GRAZIE!

Gruppo di Auto-Mutuo Aiuto per la salute mentale “Davide&Golia” di Malo
Associazione Diakonia Onlus — Caritas Diocesana Vicentina
Via Muzzana, 20— 36034 Malo— Tel. 0445607569—Cel. 345 7979788
e-mail: davide.golia.malo@caritas.vicenza.it

Progetto realizzato in collaborazione con:
Parrocchia di Malo, Comune di Malo, Azienda ULSS 7 Pedemontana