

Catàrsi

Salute mentale
auto-mutuo aiuto
famiglie
comunità
testimonianze
cultura
creatività

NEWS dal Davide e Golia di Malo

GIUGNO 2019— N. 06/19

In questo numero:

⇒ DIARIO DI BORDO

- Domenica al wok, Sushi orientale
- Pellegrinaggio a Lourdes

⇒ SPAZIO LIBERO

- Preghiera del cuore!
- "A Renato" Catarsi marzo 2019
- Mare

⇒ ESPERIMENTI DI SCRITTURA CREATIVA

⇒ PROGRAMMA DI GIUGNO



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

- **Sabato 01/06** dalle 9.00 alle 12.00 presso Istituto dei Missionari Saveriani di Vicenza incontro diocesano "Ti ascolto, mi conosco. Io volontario: viaggio nei sentimenti che l'ascolto dell'altro suscita in me"
- La prossima **riunione generale** si svolgerà **martedì 18/06** alle ore **17.30**. Tutti i soci, famigliari e facilitatori sono invitati a partecipare
- Se vuoi puoi destinare il **5x1000** della tua dichiarazione dei redditi all'Associazione Diakonia Onlus, strumento operativo della Caritas Diocesana Vicentina per la gestione dei suoi servizi-segno: basta firmare nel riquadro "Sostegno delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale..." e indicare il codice fiscale di Diakonia **95049930241**.
- Per motivi organizzativi è importante **prenotarsi** alle attività e avvisare in caso di **assenza**.

Giugno

*E' il mese dei prati erbosi e delle rose;
il mese dei giorni lunghi e delle notti chiare.
Le rose fioriscono nei giardini, si arrampicano
sui muri delle case. Nei campi, tra il grano,
fioriscono gli azzurri fiordalisi e i papaveri
fiammanti e la sera mille e mille lucciole
scintillano fra le spighe.*

*Il campo di grano ondeggia al passare
del vento: sembra un mare d'oro.*

*Il contadino guarda le messi e sorride.
Ancora pochi giorni e raccoglierà il frutto
delle sue fatiche.*

Giosuè Carducci



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

Domenica al wok, Sushi orientale



k39309922 www.fotosearch.com

Domenica 19 maggio con una parte del nostro gruppo siamo andati a Schio, a pranzo al Wok Sushi Orientale, un ristorante italo-cinese, dove il menù è servito a buffet. Siamo partiti dalla sede alle 11,20 circa sotto la pioggia battente. La nostra referente Gabriella fortunatamente aveva prenotato perché altrimenti rischiavamo di non trovare posto. Quando siamo giunti a destinazione abbiamo aspettato due nostri amici Luigino e Luciana, dopodiché ci siamo accomodati ordinato da bere e poi via alla rimpinzata di cibo, tutti i piatti erano colmi, soprattutto quello di Davide che traboccava, eravamo in 15 e tutti hanno mangiato di gusto e con allegria. Dopo che le nostre pance furono riempite, visto che era presto circa le 14, e il tempo

non accennava a smettere di piovere, Gabriella ci invitò a bere il caffè o una tisana a casa sua, dopodiché ci siamo messi a giocare a tombola e qualcuno anche a carte, ci siamo divertiti è stato un bel pomeriggio. Grazie a tutti gli amici e a Gabriella che ci ha dedicato un po' del suo tempo.

Anna Maria

Pellegrinaggio a Lourdes

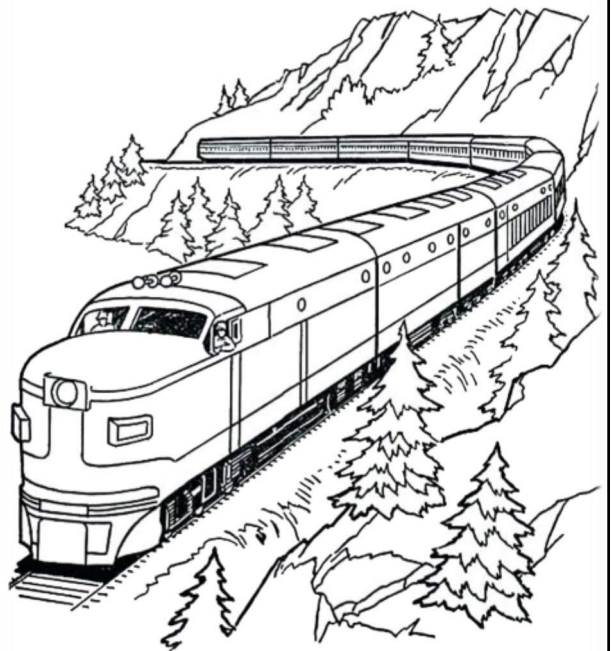
Siamo partiti da Vicenza alle ore 20.00, numerosa la gente che partecipa. Ottimo il trattamento in treno con abbondante pranzo siamo arrivati a Lourdes alle 16.00 del giorno dopo con la messa di accoglienza. Alla sera grossa partecipazione di folla alla "Aux Flambeaux", simile ad una processione. Alla messa degli anniversari di matrimonio, anche il mio, siamo stati accolti dal Vicario di Vicenza Don Lorenzo Zaupa. Abbiamo ricevuto la sua benedizione con unzione dell'olio e rinnovo delle promesse nuziali.

Numerose sono state le cerimonie di partecipazione con moltissimi ammalati con varie patologie. Significativa la partecipazione dell'Unitalsi, molto organizzata.

Ottima la compagnia!

Abbiamo fatto il bagno nelle vasche dell'Acqua Santa: ottima esperienza con preghiera alla Vergine Maria. Molto sentita la partecipazione alle varie cerimonie. Da parte mia un'ottima esperienza, da ripetere in futuro.

Luigino



SPAZIO LIBERO

Preghiera del cuore!

Preghiera non è dare spazio a tante formule, ma meravigliarti, fermarti, e collegarti con il mondo.

Stupirti nel vedere un nido di rondini, un'ape attorno ad un fiore dove il circolo della vita ronza attorno a lei.

Preghiera è quando al mattino hai la gioia di ricominciare a guardare i volti dei tuoi cari.

Preghiera è voler bene, perché vuoi il bene dell'altro e dell'universo intero.

Preghiera è amare ed essere amato perché è con l'amore che si ascende verso Dio, è tutto il cammino della nostra preghiera si trasforma in desiderio di Dio.

La felicità di vivere trasmettendola agli altri e aggiungendo quella scintilla di gioia di esistere, che ci fa stare bene assieme e ci aiuterà a diventare preghiera del cuore.

Gabriella



"A Renato" Catarsi marzo 2019

Ho letto il tuo scritto che parla del carnevale, periodo che secondo la tradizione è tempo di scherzi, travestimenti, divertimenti. Mi sembra che questa festività risalgia al tempo dei Romani "i Carnascialeschi".

Ho capito che con una specie di magia tu vorresti dare a tutti quello che desiderano: lavoro, affetto, amicizia, tutte cose che mancano in questo periodo, per tanti problemi che impediscono la comunicazione tra le persone. Sarebbe veramente uno "scherzetto", un cambiamento della realtà per un breve periodo di tempo.

Per restare in tema, non so se ricordi qualche canzone di Rino Gaetano (cantante ribelle degli anni '80—'90) quando cantava al ritmo del "RE-GHE". Lui rifiutava la vita, per quello che rappresenta nella mancanza di amore, di gioia, di umanità. Riesco a memorizzare alcune frasi di una sua canzone: "La festa è finita, evviva la vita!", "Un mondo diverso, ma fatto di sesso, chi vivrà vedrà, chi vivrà vedrà".

Aveva molti fans. Ha perso la vita in un incidente stradale molto giovane. E' stata istituita una fondazione a suo nome. Purtroppo capita poche volte di risentire le sue canzoni nei media.

Le ascolteresti anche tu con molto piacere.

Adele

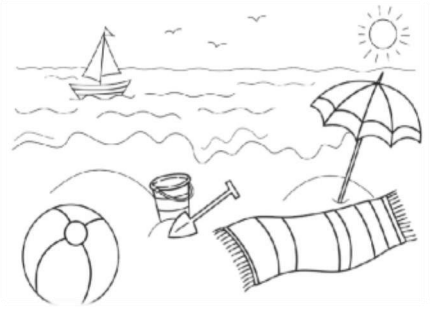


SPAZIO LIBERO

Mare

Ciao a tutti, mi chiamo Davide, ho 43 anni e vivo a S. Tomio con mio papà Giuseppe.

Da piccolo, avevo 5 anni, ho cominciato ad andare al mare con la mia famiglia e gli zii. Andavamo al mare a Lignano e ci sono andato dal 1975 fino al 1994: eravamo in una villetta e c'era festa ogni giorno. Stavamo al mare 20 giorni, ero giovane e il mare era bellissimo. Alla mattina andavo a camminare con i miei genitori e zii, partivamo alla mattina e tornavamo alla sera. Nel '94 con la mia famiglia ho cominciato ad andare a Jesolo, prima in colonia S. Caterina. Bellissime giornate di sole andavamo al mare: io, Giuseppe, Antonia, Lara, Daniele, Daniel, Fiorenzo, Palma, Jenny e tantissimi altri miei amici. Anche nel 2006 sono andato a Jesolo con i miei genitori all'hotel perla e ho fatto il provino per il "Grande Fratello": è andata male, ma io ci riproverò ancora. Ciao a tutti. Davide



ESPERIMENTI DI SCRITTURA CREATIVA

Scrivi una lettera a te stesso/a, bambino/a di 8 anni

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.

Guarirai

Ciao Laura, spero che tu stia meglio, ho sentito che sei stata ricoverata in ospedale per una polmonite. So che hai fatto nuove amicizie, sia infermieri che bambini, il tempo non passa mai, ma so che ti piace disegnare così ti porterò delle matite colorate che a te piacciono tanto, così puoi disegnare e quando tornerai a casa giocheremo di nuovo insieme con i nostri fantastici giochi da tavolo, e berremo il nostro tè con tanto limone che a te piace tanto. A scuola va tutto bene anche se manchi da tantissimo, ti porterò i compiti che abbiamo fatto finora così non ti prendi indietro. Ora ti saluto e ci vediamo presto spero. Ti vogliamo bene. Laura



Caro Silvano, quando avevo 8 anni ero un bambino sempre vivace e ne combinavo di tutti i colori. E mia madre per farsi ascoltare aveva la bacchetta, ma non serviva a niente. E quando mi davano il regalo dell'epifania durava un giorno, perché io dovevo scoprire come funzionava. Avevo quattro sorelle più adulte di me e non ci sono mai stati problemi, andavamo d'accordo. Abitavo in una bella corte molto grande e noi bambini potevamo giocare. Dico che ho avuto una bella infanzia. Silvano

ESPERIMENTI DI SCRITTURA CREATIVA

Scrivi una lettera a te stesso/a, bambino/a di 8 anni

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.

Da bambina piccola



Ciao Margherita, sei una ragazza brava e gentile, bellissima, con gli occhi verdi e piena di energia positiva. Ascolti tua mamma e tuo papà perché hai due genitori bravi che ti aiutano a crescere e ti sostengono in tutto quello che fai. Sei ancora piccola e crescerai. Ti vesti come vuoi tu, ma non puoi fare quello che ti pare perché sei piccola. Non puoi prendere decisioni da sola come vuoi tu. Non puoi mangiare solo dolci e niente altro come vuoi tu: devi mangiare perché sei magrolina. Con il tempo crescerai, farai da mangiare e mangerai tutto quello che vuoi. Ti sposerai e avrai dei figli bellissimi come te. Ti mando questa cartolina perché lo so che sei tu Margherita, piccola e piena di gioia. Margherita

La moto

Ciao Umberto, se oggi potessi dirti qualche cosa che non dovresti fare nella vita, per prima cosa ti direi di non comprarti una moto quando sarai più vecchio. Per varie ragioni, ma soprattutto perché con la moto faresti un incidente molto grave e poi ci sono tanti altri mezzi (auto ecc.) da poter collaudare... Se vai a scuola scegli quella che ti soddisfa di più e non quella che piace agli altri... C'è di mezzo la tua vita, solo la tua. Umberto

Il carosello dei bambini

Ciao Anna, come stai? Che bello, sai che oggi finisci la scuola e visto che è stata un a giornata con il tempo non proprio bello, le campagne sono bagnate, di conseguenza papà non ti dirà di aiutarlo nei lavori dei campi. Che bello ti potrai divertire con la tua amica Antonella e raccontandovi le ultime novità oppure facendo un giro alla ricerca di papaveri. Di solito, in questo periodo, alla sera è bello perché anche gli altri ragazzi della tua via non hanno impegni nei lavori nei campi e ti ritrovi assieme a giocare a nascondino o a corda o a "stria alta". Beh è vero a giocare a corda ti piace tantissimo, più di qualche volta vinci. Ti vedo con gli altri ragazzi alla sera che vi mettete a raccontare varie cose e intanto guardate le stelle e fate a gara nel vedere chi trova per primo il carro maggiore o il carro minore, la via lattea. Lo so non finite mai di raccontarvi le cose, tanto che poi arriva la mamma a chiamarti per dirti di tornare a casa che sono quasi le nove di sera e arriva Carosello. Ricordo con gioia lo spot del caffè con Carmencita con il sombrero, lo spot di quella cioccolata con il gigante buono che sistema tutte le cose combinate dal cattivo Giocondor. Però domani ti devi alzare, uffa andare a scuola con quell'antipatico maestro che continua a fare quelle formule di matematica, che appena le senti il tuo cervello si rifiuta di impararle! L'intervallo però è così bello, si gioca con le figurine Panini. Dai che assieme ad Alessandro, tuo fratello, avete quasi finito il catalogo delle varie squadre di giocatori! Anna



PROGRAMMA di GIUGNO

DOMENICA 02/06: Festa della Repubblica. Ritrovo in sede alle 15.00 in sede per andare alla “Fiera degli uccelli e della natura” a Marano Vicentino (Rif. Giusy e Roberta)

MARTEDÌ 04/06: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 17.30 laboratorio di maglia con Olga (iscrizione obbligatoria). Per chi non partecipa al laboratorio sede aperta con attività da definire.

MERCOLEDÌ 05/06: Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Dalle 16.00 alle 17.30 laboratorio espressivo con Alessandra (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 06/06: Dalle 15.00 alle 16.30 Gruppo Parola (iscrizione obbligatoria). La sede apre alle 16.30 per chi non partecipa al gruppo parola. Dalle 17.00 alle 18.30 laboratorio artistico.

VENERDÌ 07/06: Ritrovo in sede alle 19.30 in sede per la pizza di fine percorso attività motoria. Iscrizione obbligatoria: l’invito è aperto a tutto il gruppo. (Riferimento attività Gianni D.F.)

SABATO 08/06: “Mostra Multisensoriale” CTRP Spazio Libero presso il padiglione fieristico di Thiene. Orario da definire (Rif. Gianni D.F.)

DOMENICA 09/06: Ritrovo in sede alle 14.30 per andare al “Museo delle biciclette” a Villaverla (Rif. Giusy e Clara) Alle 19.00 cena a buffet a casa di Giuliana (prenotazione obbligatoria)

LUNEDÌ 10/06: Compleanno Federica

MARTEDÌ 11/06: . Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 17.30 Gruppo scrittura.

MERCOLEDÌ 12/06: Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Dalle 16.00 alle 17.30 laboratorio espressivo con Alessandra (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 13/06: Compleanno Raffaella. Dalle 15.00 alle 16.30 Gruppo Parola (iscrizione obbligatoria). La sede apre alle 16.30 per chi non partecipa al gruppo parola. Dalle 17.00 alle 18.30 laboratorio artistico.

SABATO 15/06: Compleanno G.Laura.

DOMENICA 16/06: Nel pomeriggio attività da definire.

MARTEDÌ 18/06: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 16.30 riunione redazione gruppo giornalino. Alle 17.30 Riunione generale.

MERCOLEDÌ 19/06: Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Dalle 16.00 alle 17.30 laboratorio espressivo con Alessandra (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 20/06: Dalle 15.00 alle 16.30 Gruppo Parola (iscrizione obbligatoria). La sede apre alle 16.30 per chi non partecipa al gruppo parola. Dalle 17.00 alle 18.30 laboratorio artistico.

DOMENICA 23/06: Ritrovo in sede ore 15.30 per andare a Schio: passeggiata e visita al convento dei frati Capuccini e “Podere la Torre” (Rif. Claudia e Raffaella)

MARTEDÌ 25/06: Sede aperta dalle 16.00 alle 19.00. Alle 17.30 gruppo lettura.

MERCOLEDÌ 26/06: Alle 11.00 ritrovo gruppo cucina. Alle 13.00 pranzo (prenotazione obbligatoria). Dalle 16.00 alle 17.30 laboratorio espressivo con Alessandra (iscrizione obbligatoria)

GIOVEDÌ 27/06: Dalle 15.00 alle 16.30 Gruppo Parola (iscrizione obbligatoria). La sede apre alle 16.30 per chi non partecipa al gruppo parola. Dalle 17.00 alle 18.30 laboratorio artistico.

SABATO 29/06: Compleanno Pier.

DOMENICA 30/06: Mattinata a Monte Berico. Orario di ritrovo e programma da definire (Rif. Gabriella)

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