Progetto Passi fondamentali

Una "exit strategy"
per uscire
dall'emarginazione

L'editoriale

Lo sapete. Il nome di "Cena dell'Amicizia", nel nostro logo, è affiancato dal claim "Dal 1968 a fianco delle persone emarginate e senza dimora": giusto, ma a volte si rischia di evocare l'offerta di servizi d'emergenza, come un tetto e un pasto caldo.

A me questa identificazione - con tutto il rispetto per chi gestisce dormitori e mense rispondendo all'urgenza - è sempre sembrata quasi offensiva: no, non è mai stata nelle nostre corde, nemmeno 53 anni fa, quando c'era solo la Cena del martedì, l'idea di essere una mensa, e meno che mai era nostra intenzione aprire un dormitorio quando abbiamo avviato il Centro di accoglienza Clemente Papi, che ha i numeri e le caratteristiche di una piccola comunità a "gestione familiare".

Cena dell'Amicizia non vuole offrire un tetto, ma una dimora; non vuole mettere in tavola pasti caldi, ma condivisione e vicinanza; e l'obiettivo non è rispondere all'emergenza, ma offrire a tutti un'exit strategy dall'emarginazione; e per chi è veramente a terra è necessario mettere a disposizione tutt'altre risorse, dall'accompagnamento sociale a quello educativo, dal sostegno legale a quello psicologico.

Per questo, da più di vent'anni, uno psicologo è il responsabile della nostra Equipe di operatori professionali, ma non solo: insieme agli amici di Ronda Carità e Solidarietà, anche loro impegnati a offrire percorsi di reinserimento sociale ed economico alle persone senza dimora, abbiamo compreso che per alcune di loro serve una presa in carico psicologica più personale e profonda. Da questa convinzione nasce il progetto "Passi Fondamentali", perché crediamo che non sia un lusso essere aiutati da una psicologa quando si ha alle spalle un percorso di vita tortuoso e tormentato e davanti a sé una strada impervia.

Grazie al finanziamento ottenuto dall'8x1000 Valdese questo progetto è già in corso, e ve lo vogliamo raccontare in questo notiziario; un tassello che si aggiunge alle azioni che svolgiamo da anni grazie al vostro incoraggiamento e sostegno.

Ogni passo è fondamentale e voi siete i nostri compagni di cammino. Grazie!

La Presidente *Carluccia Gussoni*

Passi fondamentali: percorsi di sostegno psico-educativo per persone gravemente emarginate”

Un progetto realizzato da Associazione Cena dell'Amicizia e Ronda Carità e Solidarietà Milano ODV e sostenuto con i fondi Otto per Mille della Chiesa Valdese

Passi Fondamentali nasce dalla lunga esperienza di prossimità e supporto alle persone senza dimora maturata da Cena e Ronda. Le biografie di coloro che si ritrovano a vivere in strada sono spesso attraversate, in alcuni casi fin dall'infanzia, da esperienze di deprivazione, violenza, abbandono.

Ciò che abbiamo potuto rilevare negli anni considerando i diversi percorsi di emancipazione dalla vita in strada delle persone che abbiamo accompagnato è che l'elaborazione dei vissuti complessi e dolorosi è un passo necessario per costruire progetti che mirano a una loro duratura inclusione sociale ed economica.

Nell'ambito del progetto nell'équipe socio-educativa del nostro centro diurno Punto Ronda è stata integrata la figura della psicologa che offre opportunità di **percorsi di sostegno psicologico per gli ospiti e consulenza agli altri operatori in merito ai progetti educativi individualizzati e alle relazioni con gli ospiti.**

Data la grande eterogeneità delle esperienze all'interno del gruppo ospiti si è valutato di proporre percorsi individuali e siamo rimasti piacevolmente colpiti dalla serietà e costanza con cui le persone coinvolte li stanno portando avanti.

Tra loro c'è Luigi (nome di fantasia) oggi uomo alla ricerca di un'opportunità, un tempo bambino cresciuto da persone che ne hanno compromesso lo sviluppo emotivo e relazionale, vent'anni fa ragazzo che ha pensato di smettere di provare a misurarsi con una società per cui mai si è sentito all'altezza. Luigi ha vissuto per anni ai margini, guadagnandosi il minimo per sopravvivere nella giornata, dormendo in sistemazioni precarie, cambiando spesso città, con un passato difficile alle spalle e senza un'idea di futuro davanti.

La pandemia ha comportato per Luigi l'approdo alla vita in strada, ed è proprio in strada che è potuto venire a contatto con persone, prima ancora che con servizi, che hanno stimolato in lui il pensiero di poter avere una vita diversa. Oggi Luigi è un cittadino milanese, che sta tornando a prendersi cura di sé, che sta imparando a fruire dei servizi, a misurarsi con la burocrazia, con tutte le fatiche che questo spesso comporta, e a relazionarsi con gli altri in maniera positiva. All'impegno che mette nel portare avanti il progetto individualizzato condiviso con gli operatori del centro diurno si coniuga quello nel percorso di supporto psicologico, che lo aiuta a lavorare su quell'autoreferenzialità sviluppata in anni di isolamento e a rielaborare la sua esperienza, facendo maturare dal suo vissuto risorse e strumenti per il suo presente e il suo futuro.

Marzia Ronda Carità e Solidarietà

Passi Fondamentali. Sì, ma quali?

“Passi fondamentali: percorsi di sostegno psico-educativo per persone gravemente emarginate” è un progetto realizzato da Associazione Cena dell'Amicizia e Ronda Carità e Solidarietà Milano ODV e sostenuto con i fondi Otto per Mille della Chiesa Valdese.

Il progetto **Passi Fondamentali** nasce con l'obiettivo di inserire tra le opportunità offerte alle persone senza dimora che Cena e Ronda supportano un percorso di sostegno psicologico. Approfondire la dimensione del **benessere psicologico** può essere utile per chi quotidianamente opera con persone senza dimora per leggere e meglio comprendere cosa avviene non solo nel percorso di vita di coloro che si incontrano, ma anche ciò che avviene nella relazione di aiuto tra operatore e persona utente del servizio. Per riflettere insieme su queste tematiche proponiamo 4 serate di formazione e dialogo con la **Dott.ssa Paola Cesari**, psicologa che opera nel progetto.

Giovedì 30 settembre ore 20:30 La marginalità dalle diverse prospettive. I diversi attori coinvolti raccontano la loro esperienza di aiuto. Obiettivo: mettere a fuoco quali sono le aspettative e le narrazioni che accompagnano i percorsi di aiuto equali i bisogni intercettati. Giovedì 21 ottobre ore 20:30 I possibili ostacoli nella relazione di aiuto: quando le aspettative degli operatori incontrano la fragilità degli ospiti. Obiettivo: Fornire strumenti (psicologici,relazionali, diagnostici) per leggere sempre più accuratamente i possibili fallimenti.	Giovedì 18 novembre ore 20:30 Quali interventi realisticamente possibili? Obiettivo: Approfondire le caratteristiche degli interventi che funzionano, dalla flessibilità alla necessità di fare rete e mettere in circolo le informazioni sull'utente.. Giovedì 16 dicembre ore 20:30 Dalle esperienze dei volontari ad una ri- riflessione condivisa. Obiettivo: Mettere in circolo le esperienze dei volontari provando a rileggerle insieme alla luce dei contenuti affrontati

Gruppo di fototerapia nel Centro Diurno Progetto Passi Fondamentali

La fototerapia è un insieme di tecniche messe a punto in psicoterapia e nel counseling, grazie alla mediazione del linguaggio simbolico delle immagini.

Perché la scelta della fotografia nell'ambito del gruppo terapeutico del Centro Diurno di Cena dell'Amicizia?

Per prima cosa perché un gruppo non connotato come propriamente terapeutico è meno invasivo e chi vi partecipa non si pone in un atteggiamento “diffidente o pauroso”. Secondo perché le tecniche artistiche hanno da sempre prodotto risultati positivi nei nostri laboratori e sono ben apprezzati dai nostri ospiti e, da ultimo, perché le fotografie sono un materiale comune e fruibile da tutti.

Scattiamo quotidianamente fotografie o le guardiamo attraverso numerosi canali.

Lo facciamo per raccontare storie, per comunicare le nostre emozioni, per immortalare momenti felici, per raccontare tutto ciò che non riusciamo a trasmettere attraverso le parole.

Le tecniche di fototerapia utilizzano immagini, personali, familiari o raccolte liberamente dalla persona o dal terapeuta,

per conoscere i sentimenti, le memorie, i pensieri e le informazioni che sono in grado di evocare, così da facilitare la comunicazione e i processi di cura e trasformazione.

Fin dall'inizio si è deciso di far partecipare l'educatrice del centro diurno all'interno del gruppo per facilitare la conduzione e la motivazione del gruppo stesso e per "agevolare" quindi l'inserimento della nuova psicologa nel nostro contesto comunitario.

Il gruppo si svolge con cadenza settimanale, il venerdì, dalle 10.00 alle 12.00 e tutti gli ospiti del diurno partecipano alle sedute.

Provate ad immaginare un grande tavolo pieno di fotografie tra le quali scegliere quella più "adatta", secondo voi e il vostro vissuto, al tema proposto. Gli girate intorno, le scrutate tutte attentamente e alla fine prendete quella che, apparentemente senza un motivo, possiede la vostra risposta e poi a turno esponete agli altri la vostra scelta e le vostre riflessioni e ascoltate le riflessioni degli altri componenti del gruppo.

Dopo pochi incontri abbiamo deciso di far partecipare al gruppo anche i volontari con l'obiettivo di allargare il gruppo a tutte le persone coinvolte nella vita del Diurno.

L'unione di ospiti, volontari ed operatori ha prodotto un notevole interesse da parte di tutti rispetto a questa tecnica e il rimando è stato fortemente positivo perché ha permesso a tutti di conoscersi in maniera più

approfondita eliminando le barriere che ci possono essere all'interno di una struttura con ruoli e mansioni ben definiti.

È stato facile osservare durante il gruppo come sfogliare insieme e guardare le foto o semplicemente confrontarsi circa le fotografie esposte sul tavolo allestito per la terapia possa aiutare a raccogliere informazioni importanti su esperienze ed emozioni che talvolta rischiano di passare inosservate o difficilmente espresse.

La comunicazione a partire dalle immagini ci ha permesso di conoscere il punto di vista della persona sia essa ospite, volontario, operatore o terapeuta, scoprire quali significati attribuisce alla realtà, quali sono le sue interpretazioni rispetto ad un particolare avvenimento o tema proposto in ogni seduta.

In questo ambito, le competenze artistiche, linguistiche, cognitive etc della persona sono del tutto irrilevanti perché quello che conta è esplorare i significati interni che le immagini evocano nella persona che le osserva.

Le tecniche di fototerapia in psicologia e nel counseling sono importanti poiché ci consentono di ottenere una visione più completa e una comprensione maggiore della persona che abbiamo davanti o dei vissuti e delle relazioni all'interno del gruppo. Inoltre, permettono di aiutare le persone ad uscire da schemi ripetitivi e disfunzionali, scoprendo che una stessa situazione può essere vista in maniera nuova se ci si permette di esplorare, condividere e trasformare le proprie emozioni al riguardo.

L'utilizzo delle tecniche di fototerapia non sostituisce la terapia stessa ma ne è parte integrante e può essere il punto iniziale per una terapia individuale come poi è stato fatto (e continua tutt'ora) con alcuni dei nostri ospiti che abbiamo ritenuto essere pronti per un percorso individuale.

Tutto questo è molto utile per permettere alle persone di prendere contatto con il canale visivo, acquisire sicurezza e consapevolezza dei propri filtri di lettura della realtà e poi confrontarsi con gli altri e con il loro vissuto.

Eleonora Educatrice responsabile del centro diurno di Cena dell'Amicizia

Vacanze dell'Amicizia edizione 2021: grazie per averle rese possibili!

Ecco qualche ricordo...

Sofia Sono Sofia, ho 15 anni e partecipo a questa vacanza da ben dieci anni assieme ai miei genitori.

Ormai è diventata una certezza nella nostra estate e considero la settimana con Cena dell'Amicizia una tradizione di famiglia, alla quale non vorrei rinunciare per nulla al mondo.

Descrivere la vacanza con Cena dell'Amicizia è difficile ed emerge una sorta di paradosso. Da un lato, varie attività sono diventate una consuetudine perché funzionano particolarmente bene, come ad esempio la grigliata di Ferragosto, le gite e le partite a carte, ma anche altri eventi senza i quali la vacanza non sarebbe la stessa. Dall'altro lato, anche se il posto dove andiamo non cambia mai (giusto per fare un esempio della nostra ammirevole costanza, ben 8 anni li abbiamo passati a Clusone e ora 2 a Valbondione!), conoscere ogni volta nuove, fantastiche persone, mi permette di passare una settimana unica nel suo genere tutti gli anni. Secondo me, la singolarità delle vacanze con Cena dell'Amicizia sta proprio nel fatto che ogni ospite ha una propria storia e un proprio bagaglio di esperienze, che rende la sua compagnia insostituibile. La frase che meglio descrive le persone che ho incontrato qui è che "se non ci fossero, bisognerebbe davvero inventarle", tutte. In conclusione, nonostante il tempo a volte sia a nostro sfavore e nonostante il dover firmare un centinaio di cartoline per tutti gli amici che ci sostengono e permettono all'Associazione di realizzare queste vacanze, penso che questo sia sempre un momento unico e coinvolgente. E chiunque sia stato parte del nostro gruppo, per una settimana o per decenni, potrà confermarlo!

Edo E' stata una bella vacanza soprattutto perché mi sono rilassato, ho visto dei bei panorami, ho potuto fare delle belle passeggiate e in un rifugio c'è stata ovviamente la grigliata! Riguardo la compagnia ho potuto fare nuove amicizie e conoscere meglio altre persone. E' stato bello godere di queste vacanze tutti insieme nella speranza però che l'anno prossimo ci portino al mare!

Nicole Come educatrice le Vacanze mi hanno offerto la possibilità di conoscere meglio gli ospiti, le loro relazioni, il loro modo di affrontare la giornata. Le Vacanze sono un incontro tra persone, scambi diversi di quotidianità e un dover cercare un equilibrio tra tutti imparando a rispettare anche l'altro.

La Cena del Martedì riparte in presenza

Finalmente martedì 7 settembre le porte del salone di Via Lattanzio si sono aperte non per consegnare il pranzo ma per far entrare ospiti e volontari della Cena del Martedì che sono tornati a sedersi al tavolo a condividere cibo e parole.

E' stata una ripartenza molto emozionante e che dona speranza in un ritorno alla normalità in tutti i campi.

L'emozione di questa ripartenza nelle parole di due volontarie:

Maddalena: " Durante la cena coesistevano in me queste due sensazioni, da una parte era come se fosse passata solo qualche settimana dall'ultima volta, ma poi mi rendevo conto che

non ricordavo più alcune piccole abitudini: il pane va preso subito o solo dopo il secondo? Il caffè Mimì lo beve con o senza zucchero?

C'è una cosa fondamentale che posso dire non è affatto cambiata, ed è la voglia di parlare, di raccontarsi. Un valore che è reso ancora più prezioso dalla consapevolezza della distanza che abbiamo vissuto a causa della pandemia."

Francesca: " Chiudo gli occhi, li riapro e sono qui, seduta al tavolo con i nostri amati ospiti o forse in giro a servire i tavoli o forse ancora a pulire montagne di stoviglie, come se il tempo non si fosse mai fermato.

La ripartenza della Cena del Martedì significa molto per tante persone: per gli ospiti, per i volontari, per tutti gli amici che sostengono e supportano il nostro lavoro quotidiano. Significa ripartire in questa nuova normalità che ci richiede attenzione e cura delle regole, ma ci consente altrettanto di essere di nuovo insieme.

Il primo lascito testamentario a favore di Cena dell'Amicizia?

È stato da parte di un ospite!

È successo nel 1986! Il primo lascito che abbiamo avuto sono stati 7 milioni di lire lasciati "ai poveri" dal Baffo, cioè da Marco Solcia, uno dei primissimi ospiti della Cena del Martedì quando la sede era ancora quella della partenza cioè via Villani.

Marco non era quindi in povertà quando è mancato, ormai aveva la pensione, ma era senza famiglia e con tanti problemi, oggi si direbbe che era fragile e così aveva chiesto ad Angiolina, la volontaria con cui aveva stretto un rapporto di amicizia forte, di gestirgli il libretto di risparmio affinché non sperperasse i suoi risparmi e non rischiasse di diventare vittima di qualche truffa. Di lei si fidava ancora più che di Don Franco o di Ermanno, i due fondatori della Cena dell'Amicizia.

Al momento della morte di Marco Angiolina ha scoperto che aveva lasciato come testamento un biglietto con cui destinava quanto aveva ai poveri, tramite la Cena dell'Amicizia.

Questo primo lascito è servito da spinta per far nascere il nostro Centro di Accoglienza Maschile; la seconda e ben più impegnativa attività a cui Cena dell'Amicizia ha dato vita dopo la Cena del Martedì.

Nel tempo abbiamo avuto altri "lasciti" di ospiti o ex ospiti che sono il frutto sia del rapporto di fiducia con singoli volontari sia della gratitudine per l'amicizia e il sostegno ricevuto da Cena dell'Amicizia.

Se desideri approfondire il tema dei lasciti solidali sul nostro sito trovi le informazioni che desideri:

www.cenadellamicizia.it/sostienici/un-lascito-a-cena-dellamicizia/

e siamo anche a tua disposizione telefonicamente:

contatta Antonio al 338 5306500 o via mail a raccoltafondi@cenadellamicizia.it

È arrivato il cioccolato dell'Amicizia!

Il Cioccolato dell'Amicizia è una ottima idea per un regalo di Natale, per una occasione da festeggiare oppure semplicemente per vivere con dolcezza il fine settimana! Con una piccola donazione da 10 euro in su porterete infatti a casa un sacchetto ricco di prodotti gentilmente offerti da Luigi Zaini s.p.a.

Ecco cosa contengono i sacchetti del Cioccolato dell'Amicizia:

- un blocco di cioccolato fondente Emilia 200 g. La ricetta Emilia è un equilibrio perfetto tra ingredienti di primissima qualità, creata quasi cento anni fa per realizzare i migliori dolci al cioccolato.
- una confezione di Gocce Emilia 200 g. per farcire e decorare
- una Busta Cioccolatini assortiti 120 g. per una pausa golosa
- un barattolo di crema spalmabile Crema Emilia 200 g. da spalmare sul pane o sopra una fetta biscottata

Il Cioccolato dell'Amicizia è acquistabile direttamente da noi dal nostro shop on line o contattando Claudia, con cui troverete la modalità migliore di consegna **email comunicazione@cenadellamicizia.it, oppure via telefono al 351 846 7476.**

Se l'acquisto è per te allora ti segnaliamo che sul sito Luigi Zaini s.p.a. troverai tantissime ricette su come usare i prodotti! Per esempio potrai preparare una gustosa bavarese al cioccolato o la deliziosa torta caprese di cioccolato e mandorle, dolci buonissimi e con il valore aggiunto dell'aiuto agli ultimi.

Chi riesce a resistere davanti alla dolcezza del Cioccolato dell'Amicizia?

Grazie dell'Amicizia!

Grazie a Antonella Zaini e alla Zaini S.p.A. per la loro donazione, anche quest'anno, del cioccolato e del packaging del Cioccolato dell'Amicizia permettendoci così di realizzare una dolcissima raccolta fondi per i nostri progetti.

Grazie a Clio e Gabriele, sposi il 18 settembre! Hanno rinunciato ai regali di nozze e hanno scelto Cena dell'Amicizia per devolvere le generose offerte dei loro amici e parenti; i fondi così raccolti sono stati in parte utilizzati per completare l'allestimento dei due nuovi appartamenti di Moneta e in parte sosterranno le spese della Cena del martedì almeno fino a Natale!!

Grazie a Gigi & Mala Theatre Band per aver realizzato la prima telenovela italiana solidale: Hijo y la Mala suerte! Gigi e Mala non hanno infatti voluto

abbandonarci in questo periodo così difficile e hanno così portato la loro comicità dal teatro a YouTube! Se non avete ancora visto le prime 10 puntate di questa super telenovela in stile messicano affrettatevi a farlo andando su YouTube e cercando il loro canale Gigi & Mala Theatre band. Le donazioni ricevute dai fedeli followers della serie si sono trasformate in pasti caldi per 40 persone senza dimora e anziani indigenti Ospiti della nostra Cena del Martedì, dove si condivide non solo il cibo ma anche l'amicizia.

Grazie a Pietro Perrone che ha avuto un'idea speciale per esserci di aiuto... quale? Donare a Cena dell'Amicizia i diritti delle vendite del libro da lui scritto La vera storia e l'incredibile morte di G.S.: romanzo epistolare in centoventitre documenti. La donazione verrà utilizzata per l'acquisto del materiale necessario al Centro Diurno per la preparazione dei nostri oggetti solidali.

Rendi straordinario il Natale

I regali di Cena dell'Amicizia aiutano le persone senza dimora.

A Natale scegli un prodotto fatto a mano dalle persone che frequentano i laboratori di cucito e falegnameria del nostro Centro Diurno Ermanno Azzali, aiuterai direttamente i nostri "artigiani" perchè una parte del ricavato viene dato proprio alla persona che ha prodotto l'oggetto venduto.

Oppure regala il Cioccolato dell'Amicizia o il libro Cen'è per Tutti, una raccolta di ricette e di storie dell'associazione, per fare un dono con doppio valore...il valore dell'oggetto in sè e il valore della solidarietà.

Invece per gli amici e parenti lontani ci sono le nostre Cartoline-virtuali...scegli quella che preferisci, inserisci l'email del destinatario e una tua dedica...al resto ci pensiamo noi.

Puoi visionare i nostri regali sul nostro shop on line <https://www.cenadellamicizia.it/negozi/> o su WhatsApp registrando in rubrica il nostro numero di telefono 351 846 7476.

E ricordati...con i nostri regali solidali salvi il Natale di chi non ha il calore degli affetti e di una casa.

Come aiutarci

→ CARTA DI CREDITO

Sul sito www.cenadellamicizia.it con la tua carta di credito o il tuo conto PayPal

→ BOLLETTINO POSTALE

Conto Corrente Postale n° 58528209 intestato a Cena dell'Amicizia

→ CONTO CORRENTE BANCARIO

IT86P0306909606100000119668 intestato a Cena dell'Amicizia presso Banca Intesasanpaolo.

→ 5x1000

Sulla tua dichiarazione dei redditi destina la tua quota inserendo il nostro C.F. 97056950153

Ricorda: le donazioni alla nostra Associazione sono detrabili o deducibili dal reddito delle persone fisiche e delle imprese.

Iscriviti alla newsletter

su www.cenadellamicizia.it oppure scrivendo a comunicazione@cenadellamicizia.it

I nostri servizi

Cena del martedì

Ogni martedì, offriamo una cena a oltre 50 emarginati. Condividiamo con loro non solo il cibo, ma anche parole, attenzione e amicizia.

La Casa di Alessia

Uno spazioso appartamento condiviso per ospitare 6 persone in un percorso di autonomia e responsabilizzazione, con il supporto di un educatore e dei volontari.

Centro di accoglienza "Clemente Papi"

Ospitiamo 12 uomini senzatetto e segnati da esistenze con gravi problemi di disagio. Base da cui partire per un reinserimento nella società.

Centro diurno

15 uomini e donne che accompagniamo attraverso laboratori di attività artigianali al recupero delle competenze relazionali, sociali e lavorative.

Appartamenti protetti

21 mini-alloggi che abbiamo ristrutturato e gestiamo per dare a chi esce dai Centri di accoglienza la possibilità di ritrovare l'autonomia.

Spazio espositivo

Uno spazio autogestito, a Milano in via Bezzeca 4 dove è possibile trovare i lavori di artigianato dei nostri Ospiti e delle altre associazioni che partecipano al progetto Artigianaltro.

CENA - Notiziario dell'Associazione "Cena dell'Amicizia O.d.V".

Direzione e sede legale: via Val di Bondo 15 - 20161 Milano, Tel. 02 33220600, e-mail amministrazione@cenadellamicizia.it, www.cenadellamicizia.it.

Direttore responsabile: Roberta Giordano. Hanno collaborato: Massimo Acanfora, Antonio Dalle Rive, Claudia Polimene, Andrea Gazziero, Carla Gussoni e tutti gli operatori, i volontari e gli Ospiti di Cena. Aut. trib. n. 712 31-12-94 - Art Direction: Anyway comunicazione. Stampa: Mediaprint srl, via Mecenate 76/32 20138 Milano