

**Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento**

Piazza Dante 15, 38122 Trento

Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615

uff.stampa@provincia.tn.it

**COMUNICATO n. 478 del 23/02/2023**

**“Preferisco il rumore del mare”, con la collaborazione di operatori, utenti e familiari dei centri salute mentale, organizza corsi gratuiti e aperti alla comunità per conoscere e affrontare il disagio psichico**

## **A Cles e Mezzolombardo c'è il recovery college**

**“Preferisco il rumore del mare” è il nuovo recovery college per i Centri di Salute mentale di Cles e Mezzolombardo. È uno spazio di formazione e di partecipazione attiva dove le persone, esperte per professione o per esperienza diretta, nella duplice veste di maestro e di allievo si confrontano sul tema del disagio psichico e, attraverso corsi specifici che trattano di salute mentale e di benessere psicosociale, acquistano nuove conoscenze e consapevolezza. L’iniziativa è frutto di un lavoro comune tra operatori del Servizio di salute mentale, utenti, familiari e cittadini che, in collaborazione con le realtà del territorio, si pongono come obiettivo principale quello di promuovere la salute mentale come bene individuale e della comunità. Nel nuovo recovery college sono tre i corsi in programma che spaziano da argomenti più tecnici ad altri più laboratoriali, due per l’area salute mentale e uno per l’area del fare.**

Il primo corso, “Scrivere di sé”, si tiene a Mezzolombardo (sala Dallabrida – Trento 1) a partire dal 1° marzo per massimo 15 persone e riguarda il mezzo della scrittura per imparare ad accogliere e gestire stati emotivi e fare chiarezza dentro di sé.

Il secondo, “Guarire si può”, si tiene sia a Cles (a partire dal 20 marzo a Casa Juffmann – via Romana), sia a Mezzolombardo (dall’8 maggio nell’auditorium Centro sanitario san Giovanni – via Alpini 7), è aperto a 20 partecipanti e si propone di introdurre al tema della recovery intesa come possibilità di vivere al meglio la propria vita nonostante la presenza di un disagio psichico.

Il terzo, “I principali disturbi psichici: proviamo a conoscerli”, è in programma tutti i mercoledì di maggio, fino ad esaurimento dei posti disponibili in sala, a Cles (Apsp santa Maria – via Eusebio Chini 37) e si propone di fornire conoscenze di base sulle principali forme di disagio psichico e le loro manifestazioni cliniche.

Il progetto può contare sulla partecipazione di operatori, utenti e familiari del Centro di salute mentale di Cles e Mezzolombardo, di cittadini attenti al tema del disagio psichico e di associazioni del territorio quali “Valle Aperta” e “Porte Aperte”. L’essersi seduti allo stesso tavolo e l’aver collaborato fianco a fianco per la nascita di quella che si può definire una vera e propria “scuola del benessere”, ha permesso a operatori, utenti, familiari e cittadini di crescere insieme all’insegna di uno scambio reciproco molto proficuo e costruttivo, fondamentale per abbattere lo stigma e i pregiudizi che ancora gravitano attorno al mondo della Salute mentale. L’auspicio per il futuro è un maggiore coinvolgimento di tutti, in particolare utenti, familiari e cittadini in modo che la salute mentale esca dai confini dei Servizi di salute mentale e diventi a tutti gli effetti un interesse di tutti.

I primi recovery college nascono negli Stati Uniti negli anni Novanta per poi diffondersi in Inghilterra (a Londra viene aperto il primo recovery college nel 2009, oggi nel Regno Unito se ne contano oltre 150) e, nell’ultima decade, nel resto del mondo tra cui l’Italia, paese all’avanguardia in tema di buone pratiche in salute mentale. In Trentino esistono già altri due recovery college, quello del territorio di Trento (FARe – Formarsi Assieme Responsabilmente) e quello del territorio di Rovereto (“Futuro in circolo”). Sull’esempio

di questi ultimi, in un'ottica di contaminazione positiva tra Servizi, si è quindi sentito il desiderio ed il bisogno di dare vita ad un recovery college anche per i territori di Cles, Mezzolombardo e zone limitrofe.

Informazioni e iscrizioni, dalle ore 9 alle ore 16.30: Cles 0463 660340; Mezzolombardo 0461 611420.

(rc)