



ERGA OMNES
Associazione di volontariato onlus
cooperazione solidarietà diritto allo studio
www.erga-omnes.eu

ERGA NEWS

la voce dei volontari - anno II n.9 - settembre/ottobre 2017
Bimestrale gratuito curato dai volontari dell'associazione

Non è importante il **dire** ma il **dare** (e soprattutto il **fare**)



in questo numero...

AscoltiAMoci - 2

Io vado dallo Psicologo - 3

"Take & Share UdA" un'Università Eco-Sostenibile e Solidale - 4

La solidarietà non va in vacanza - 5

Spin DoTs... punti in comune - 6

Associazione PERCORSI - 7

Contatti - 8

Dopo la pausa estiva, ripartiamo sempre più carichi, ognuno di noi però, tra un'abbronzatura, un gelato, una passeggiata in riva al mare ed una partita a calcetto con gli amici, ha portato sempre con sé la passione e le buone prassi acquisite sul volontariato, muovendosi con entusiasmo anche nel proprio paese di origine (molti volontari provengono da varie parti d'Italia, oltre che da Chieti), rimarcando il valore della cittadinanza attiva e delle "vere" politiche giovanili e sociali in genere, perché "la solidarietà non va mai in vacanza" e l'impegno profondo verso il bene comune ha solo un

inizio ma mai una fine. In questo numero abbiamo voluto informarvi dei nostri progetti, delle nostre collaborazioni, delle nostre iniziative, fieri sempre delle nostre attività e dei nostri giovani volontari che mettono a disposizione una parte del loro tempo a favore dell'associazione, trasformando così il tempo quantitativo (krònos) in tempo qualitativo (kairòs), cogliendo anche un'opportunità di crescita formativa, emotiva e professionale completa..

Pasquale Elia
Presidente dell'Associazione
di volontariato onlus Erga Omnes

Oggigiorno tanta è la confusione che avvolge le tematiche psicologiche. Ma più che mai confusi sono i confini definitivi tra consulenza psicologica e psicoterapia. La consulenza psicologica è un servizio volto ad incrementare il benessere indi-

gico, condizione necessaria per svolgere le normali attività quotidiane, al pari del benessere fisico. Spesso si può trovare ad affrontare un momento di difficoltà dettato da svariate cause, nel quale si ha bisogno di un parere esterno di un professionista che aiuti a cambiare prospettiva, a far emergere risorse per-

consapevolezza e acquisisce strumenti per mantenere nel tempo un adeguato adattamento all'ambiente. Fondamentale è l'aspetto preventivo, infatti, si può sentire il bisogno di esplorare, insieme ad un esperto, il proprio Io interiore, imparare a conoscersi, cercare i punti deboli e gestirli, rafforzare i punti forti. Il

AscoltiAMOci

viduale. Benessere che si realizza facendo leva sulle risorse che ognuno di noi possiede, e che ci permette di potenziare i nostri livelli d'adattamento alla società (Di Fabio, 2003). Nella consulenza psicologica rientrano tutte le attività caratterizzanti la professione psicologica, in particolare: l'ascolto, la definizione del problema e la presa in carico dell'utente nei momenti critici dell'esistenza (non patologici). Essa si caratterizza da un numero limitato d'incontri, a seguito dei quali lo psicologo, qualora lo ritenga necessario, può consigliare un percorso psicoterapico. La psicoterapia è condotta da uno psicoterapeuta (psicologo o medico) che, dopo la laurea, intraprende una formazione specialistica di almeno quattro anni che lo abilita ad intervenire sul sintomo (L. 56/89, art. 3). La durata della psicoterapia è variabile, ma comunque più estesa della consulenza psicologica.

Perché si dovrebbe intraprendere un percorso di consulenze psicologiche? I motivi sono molteplici. Innanzitutto per salvaguardare il benessere psico-

sonali intrinseche utili. Spesso si è costretti ad affrontare cambiamenti repentini che obbligano l'individuo ad abbandonare delle confortevoli abitudini per vivere nuove situazioni, affrontare nuovi stress, adattarsi a nuovi contesti (cam-

tutto però comporta un grande impegno, a volte sofferenza e sacrificio, per questo motivo è necessaria una forte motivazione, segno di un grande amore verso se stessi.

L'associazione Erga Omnes ha a cuore le tematiche del benessere psicologico, pertanto offre, a titolo del tutto gratuito, il servizio di consulenze psicologiche, seguito e gestito da volontari professionisti psicologi, psicoterapeuti e psicoterapeuti in formazione. I volontari accompagnano l'utente in un percorso di sette incontri, che li possa aiutare a conoscersi, stare

bene e superare le difficoltà. Accoglienza ed ascolto sono i dogmi dei nostri volontari professionisti, i quali sono seguiti da una psicoterapeuta di grande esperienza, la quale, in maniera del tutto volontaria, offre un servizio di supervisione, per garantire un servizio efficiente ed efficace.

Roberto Ruffini
Maria Antonietta Scarcella



biare lavoro, cambiare casa, cambiare città, abbandonare un percorso per cominciare uno nuovo: l'università ad esempio). Alle volte tutto ciò può comportare un carico di stress non indifferente, insieme a difficoltà che a cascata vanno a compromettere anche situazioni e relazioni stabili, creando un circolo vizioso dal quale è difficile uscire. Attraverso un percorso di consulenza psicologica l'individuo raggiunge più alti livelli di

IO DALLO VADO PSICOLOGO

"Io vado dallo psicologo" è un'iniziativa promossa dalla Rete degli ambulatori di Psicoterapia Sociale del Piemonte, con l'intento di superare lo stereotipo, abbastanza diffuso, in base al quale ci si rivolge allo psicologo soltanto se si hanno difficoltà tangibili. Invece, è fondamentale rivolgersi ad un professionista, anche in periodi di crisi transitorie. Per tale ragione, l'associazione di volontariato onlus Erga Omnes ha deciso di lanciare una campagna personalizzata di sostegno all'iniziativa dei colleghi piemontesi, nel territorio abruzzese, all'interno dei social network, attraverso un gruppo facebook aperto "Io vado dallo psicologo (Erga Omnes)", per rimarcare, inoltre, che "dallo psicologo possono andare tutti, indipendentemente da sesso, età, professione ed istruzione, religione ed etnia", come citato dall'art. 4 del Codice Deontologico dell'Ordine degli psicologi. Inoltre, in armonia con l'art. 3, l'associazione Erga Omnes "considera suo dovere accrescere le conoscenze sul comportamento umano ed utilizzarle per promuovere il benessere

psicologico dell'individuo, del gruppo e della comunità".

Tutti possono aderire a supporto dell'iniziativa, è semplice:

- bisogna farsi un video e specificare l'importanza di parlare con uno psicologo, rimarcando gli aspetti positivi ed i benefici in due parole, con una frase, una citazione ("Io vado dallo psicologo perché

- Al termine di ogni video, bisognerà nominare all'interno dello stesso e taggare nel post un'altra persona (amici, parenti, colleghi, ecc.), alimentando così la catena ("Nomino...")

Oltre ai video si possono inserire riflessioni, notizie ed articoli che riguardano il mondo della psicologia.

Erga Omnes, all'interno dei suoi servizi, offre consulenza psicologica attraverso uno Sportello di Ascolto totalmente gratuito, gestito da volontari esperti, nella sede operativa di Via Monte Grappa n. 176 a Chieti, per maggiori informazioni chiamare lo 0871-450291 oppure inviare un'e-mail a: info@erga-omnes.eu

IO DALLO VADO PSICOLOGO



“Take & Share UdA” un’Università Eco-Sostenibile e Solidale

Il 30 Giugno 2017 è partito ufficialmente il progetto universitario: “Take & Share Uda”, dall’inglese: “Prendi e Condividi”, uno spazio virtuale ideato dall’Associazione di Volontariato onlus Erga Omnes di Chieti, per educare studenti e cittadini all’eco-sostenibilità e alla solidarietà tra gli individui. L’idea viene ripresa da “Te lo regalo se vieni a prenderlo”, nata e sviluppata da Salvatore Benvenuto, che fin da subito ha sostenuto il progetto della no-profit teatina, guidando con entusiasmo i giovani volontari di Erga Omnes nella realizzazione.

“Take&Share Uda” ha come obiettivo principale quello di favorire il riciclo, evitare di intasare le discariche e alimentare una catena di solidarietà, attraverso un meccanismo semplice: perché buttare se puoi regalarlo? chiunque sia in cerca di un oggetto o abbia qualcosa che non gli serve più, ma che è ancora in buone condizioni, può pubblicarlo sulla bacheca del gruppo facebook: Regalo Università Chieti-Pescara “Take&Share Uda”, con la possibilità anche di scambiare l’oggetto presso la sede dell’Associazione di Volontariato onlus Erga Omnes, in Via Monte Grappa n. 176 a Chieti, unico modo per avvalersi dell’oggetto è un semplice “Mi prenoto” postato nei commenti della foto dell’oggetto, dopo di che non resta che aspettare che l’oggetto venga assegnato, per prendere così accordi per il ritiro. Una sola regola da rispettare: leggere attentamente gli accordi del gruppo pubblicati dagli amministratori, senza dimenticare che ciò che a noi non serve più, può essere utile a qualcun altro.

Sara Fragnelli



LA SOLIDARIETÀ



NON VA IN VACANZA

Il Centro di Servizio per il Volontariato di Chieti con il sostegno della **Fondazione Cassa di Risparmio della provincia di Teramo** ha proposto la realizzazione di n. 5 progetti pensati in co-progettazione con le organizzazioni di volontariato, realizzati nel periodo ESTIVO (luglio-settembre 2017) nel territorio della provincia di Chieti.

L'Associazione di volontariato onlus **Erga Omnes**, in collaborazione con la **Protezione Civile Valtrigno**, l'**Associazione Aspiedavid Abruzzo** e **Medmedicine**, ha presentato il progetto: **"L'Estate di San Martino"**, riscuotendo così successo nella commissione esaminatrice.

Ogni Associazione partner del progetto di Erga Omnes ha proposto un'attività, arricchendo la progettazione e rimarcando soprattutto la collaborazione:

Associazione VALTRIGNO:

Formazione e prevenzione sulle norme comportamentali della sicurezza domestica, nozioni di primo soccorso (ad esempio: gestione chiamata di soccorso in ambienti ostili, gestione situazioni emergenziali).

Attività, per genitori e figli, guidate e supervisionate da istruttori esperti geonaturalisti, con trasporto compreso:

- Orientamento e cartografia, per imparare a muoversi in ambienti naturali
- Escursione in varie riserve naturali della provincia di Chieti e Pescara
- Arrampicata in una parete

Associazione ASPIEDAVID:

Sei incontri di formazione teorico-pratica, rivolta agli adulti, che uniscono il linguaggio e le pratiche del teatro; i temi sono stati:

- Linguaggio del corpo
 - La comunicazione per armonizzare il gruppo
 - La comunicazione per la Rlazione
 - La comunicazione per la gestione dei Conflitti
 - La comunicazione per la Creazione delle scene
 - La comunicazione per la Condivisione
- Realizzazione di un percorso formativo che possa aiutare la vita sociale dei partecipanti nei suoi aspetti professionali e personali e che costituisca un riferimento espressivo per favorire la creazione di gruppo e costruire un team unito, creativo, molto motivato e con una leadership diffusa.

Associazione ERGA OMNES:

Attività rivolte ai bambini, finalizzate al benessere e a una maggiore consapevolezza del proprio corpo:

- Laboratorio di danza e psicomotricità
- Laboratorio di batteria
- Caccia al tesoro
- Laboratorio creativo
- Aiuto compiti estivi



Spin DoTs...

Il progetto Spin DoTs - Punti in Comune si inserisce all'interno degli obiettivi di dialogo strutturato, empowerment e cittadinanza attiva racchiusi nell'azione K3 del progetto Erasmus +.

Lo scopo principale del progetto è quello di avvicinare i giovani alla politica e alle istituzioni, ampliandone la consapevolezza, la conoscenza, le pratiche e i valori della cittadinanza attiva giova-



nile partendo dalla conoscenza del territorio nel quale vivono. Gli Spin DoTs, nello specifico, diventeranno protagonisti in prima persona della politica cittadina mettendo in campo il proprio sapere, le proprie esperienze personali a servizio della comunità e del benessere collettivo e del territorio.

Il Comune di Roccasale (AQ), assieme ai suoi partner europei, ha scelto 100 ragazzi desiderosi di mettersi in gioco per consentire loro un impiego attivo nella politica cittadina, lavorando fianco a fianco col Comune e con le istituzioni locali delle Associazioni partner, ascoltando la voce dei cittadini e fungendo da Punti di Connessione tra i cittadini e i decision makers.

I ragazzi scelti sono coloro che hanno già esperienza nel mondo imprenditoriale e giovanile, ma anche persone desiderose di iniziare il proprio percorso di consapevolezza e impegno civico, dialogando con i decision makers e diventando a loro volta decision makers. La partecipazione di giovani stranieri, inoltre, consente lo scambio continuo interculturale, ma anche di conoscenze ed esperienze ripetibili, con l'aiuto dell'apprendimento non formale e di una politica "sperimentale". I decision makers scelti per il progetto, inoltre, sono giovani (e meno giovani) politici (nel vero senso della parola) che si sono distinti per impegno e determinazione a livello locale e nazionale.

Tra le Associazioni scelte, anche Erga Omnes, con una sua rappresentanza (Andrea, Alessia, Annamaria, Pasquale, Carmine), ha avuto il piacere di partecipare ai 3 giorni di meeting nazionali su 3 argomenti specifici (Politiche Giovanili, Servizi per il Cittadino e Sport



Tempo libero e salute), nei quali le sessioni teoriche e pratiche sono servite a mettere in luce le aree di intervento, le soluzioni

punti in Comune

vincenti e non per ultimo la loro risoluzione ed il coinvolgimento reale di istituzioni e cittadini.

Le attività effettuate rappresentano un'importante fonte di apprendimento non formale che vedrà i partecipanti crescere sotto molti aspetti:

- miglioramento della conoscenza dei valori e delle regole che sono alla base di una società civile;
- apprendimento circa i metodi per partecipare ed influenzare il processo decisionale legato alle politiche giovanili;
- conoscenza e miglioramento nell'interazione con culture differenti;
- conoscenza del funzionamento dei processi democratici all'interno delle istituzioni locali;



- conoscenza dei principali strumenti di partecipazione democratica;
- maggiore consapevolezza delle potenzialità e delle attività previste dal Programma Erasmus+.
- scambio linguistico avvenuto durante i lavori, i seminari e i meeting;
- aumento di competenza tecnico-informativa.

Tra i partner del progetto anche l'Associazione ungherese UGME - United Games Hungarian Association, guidata dal Prof. Miklos Banihidi dell'Università di Győr (University of West Hungary), nonché membro del CDA della World Leisure Organization.

Ai giovani partecipanti è stato anche presentato il certificato YouthPass (rilasciato alla fine dei seminari) a partire dal suo valore nelle politiche europee legate all'educazione (come per esempio, la Strategia ET20), il suo ruolo nel riconoscimento dell'educazione non formale a livello europeo, e l'uso che ne potranno fare per valorizzare il loro curriculum personale.



L'Associazione "PERCORSI", Associazione regionale familiari per la tutela della Salute Mentale, si costituisce giuridicamente a Pescara il 20 settembre 1994, con l'intento primario di superare l'isolamento delle persone con problemi di Salute Mentale e delle loro famiglie.

Diventa in breve tempo punto di riferimento per centinaia di famiglie di tutta la Regione Abruzzo, che credono nella validità della Riforma psichiatrica promossa dalla Legge 180/78 e nella necessità di applicarla coerentemente. Si qualifica subito come interlocutore nei confronti delle Istituzioni e stabilisce contatti con forze sociali e singoli operatori interessati ai problemi della psichiatria.

Ottiene, con l'iscrizione all'Albo Regionale (Decreto N° 712 del 15 Novembre 1996), il riconoscimento ufficiale come Associazione di Volontariato. Aderisce, a livello nazionale, all'U.N.A.S.A.M. (Unione Nazionale delle Associazioni per la Salute Mentale). sviluppa a favore



- Battitura testi.
- Elaborazioni grafiche pre stampa del tipo locandine, pieghevoli, brochure.
- Realizzazione e aggiornamento siti WEB.
- Riparazioni e manutenzione Personal Computer.

Associazione PERCORSI

delle persone affette da disturbo mentale, nella direzione del Progetto Obiettivo "Tutela Salute Mentale" e del Piano Sanitario Regionale, progetti di abilitazione-riabilitazione psichiatrica e psicosociale, di Assistenza Riabilitativa Territoriale Integrata Sociosanitaria (ARTIS), di reinserimento territoriale e di mediazione sociale al lavoro. Favorisce la conoscenza tra familiari che condividono lo stesso problema organizzando gruppi di Auto Mutuo Aiuto, affrontando insieme i disagi connessi alla patologia dei propri congiunti. Organizza convegni, seminari e dibattiti di promozione culturale e di lotta allo stigma, momenti di formazione per i volontari, i familiari e le persone affette da patologia mentale. Si impegna per il rafforzamento e la costituzione di reti di sostegno sociale alle persone affette da disturbo mentale. Studia e mette in atto strategie adeguate per assicurare un futuro sereno e dignitoso alle persone con problemi di Salute Mentale.

Presso l'Associazione "Percorsi" si offrono servizi di ufficio ed informatici riservati ad altre associazioni ed al mondo del non profit in generale:

Inoltre si ricevono/offrono in donazione Personal Computer a scopo di riciclo informatico etico. Il compenso per tali servizi, compatibilmente con le dimensioni e le possibilità degli enti serviti, consisterà in un'offerta libera a favore della "Percorsi" ONLUS.

Per maggiori informazioni sull'Associazione "Percorsi": www.percorsi.abruzzo.it

e-mail: percorsiabruzzo@libero.it

Tel. 085 75055

Sui servizi in oggetto: www.locoweb.eu

Sul riciclo informatico: www.newlife2pc.tk

ERGA NEWS

la voce dei volontari



ERGA OMNES
Associazione di volontariato onlus
cooperazione solidarietà diritto allo studio
www.erga-omnes.eu

Bimestrale gratuito curato dai volontari dell'associazione Erga Omnes Onlus
ANNO 2° n. 9 - settembre/ottobre 2017

In redazione:

Pasquale Elia, Sara Fragnelli, Roberto Ruffini, Maria Antonietta Scarcella

Grafica e impaginazione: Mario D'Amicodatri - Centro di Servizio per il Volontariato della provincia di Chieti

Associazione di volontariato onlus Erga Omnes

Sede legale: c/o CSV Chieti Via dei Frentani 81, 66100 Chieti

Sede operativa: Via Monte Grappa, 176 - 66100 Chieti Scalo
(Contrada San Martino)

Tel. 0871 450291 - 329 8263353

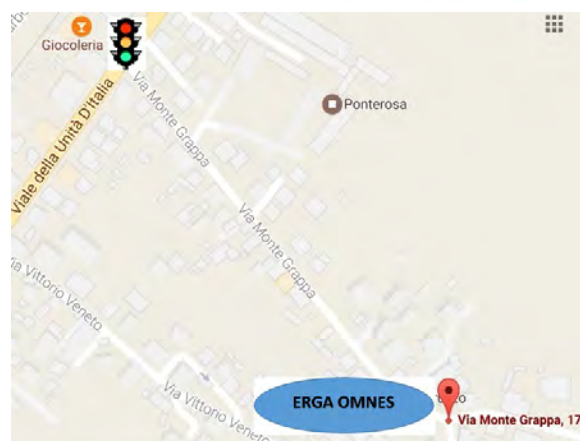
E-mail: info@erga-omnes.eu - Sito web: www.erga-omnes.eu



ERGA OMNES



@ErgaOmnesOnlus



Vuoi proporci un articolo o avere maggiori informazioni sul nostro bimestrale?

Scrivici: info@erga-omnes.eu

