



SUPERARE LA SOLITUDINE

DUE PAROLE

Il tema della **solitudine**, problema assai importante per i nostri amici “senza dimora”, apre la nostra mente ad un argomento piuttosto vasto sul quale è interessante riflettere in generale, prima ancora di scendere negli aspetti specifici.

E' chiaro che solitudine è la condizione di chi è solo, per lunghi periodi o per periodi più brevi, in mezzo alla gente o in luoghi appartati, in campagna, in montagna, in luoghi più deserti, lontani da paesi e città.

C'è qualcuno **costretto dalla vita** alla solitudine, ma c'è anche qualcuno che la **sceglie** per sempre o per un momento di particolare riflessione. Ho conosciuto una donna teologa, Adriana Zarri, che a un certo punto della sua vita ha deciso di fare l'“eremita”, accogliendo però nella sua casa chi cercava giorni di silenzio e riflessione per fare un po' di chiarezza dentro di sé.

Che cosa è per i nostri “opportunandi” la solitudine? Certamente è una **solitudine non cercata, ma imposta**, un vuoto della vita e delle relazioni, aspetto che tutti quanti patiscono molto, di cui hanno paura, timore. In fondo, sulla strada una possibilità di comunicazione c'è, ma quando poi viene assegnato l'alloggio in casa popolare, la situazione si fa più difficile..

Che cosa si fa ad Opportunanda su questo problema? Il fatto che non siamo un ente caritativo e assistenziale, ma un'Associazione, mira proprio a questo. Serve per contatti, informazioni (sulle mense, sui dormitori...) ma soprattutto per creare momenti di socializzazione, con i **Laboratori** che attualmente sono sette, con le **Feste** (di Natale, dei compleanni), con le **Gite**. E la comunicazione diventa subito ricca. Al Centro Diurno si formano gruppi di fitta conversazione, soprattutto tra gruppi etnici o regionali.

Ma – come sempre – diamo la parola ai diretti interessati, scegliendo chi vive già in un alloggio... in solitudine.

L.



LA PAROLA A...

A: Secondo me la solitudine è più una **condizione mentale** che una situazione oggettiva, di conseguenza io non ne ho mai sofferto, né in passato, né adesso che vivo da solo.

Anzi, quando sono a casa, sto bene con me stesso, perché il mio più grande amico sono io!

Non si può stare bene con gli altri, se prima non si è trovata in sé la tranquillità necessaria.

Se vengo qui a Opportunanda, non è perché io mi senta solo, ma perché mi va di parlare con qualcuno.

Devo però ammettere che **i giorni più difficili per me sono quelli festivi**, perché non ci si può muovere e i negozi sono chiusi. Anche quando lavoravo mi capitava di non sopportare le domeniche e le feste, perché non si può stare in mezzo alla gente e fare qualcosa insieme.

In conclusione, a me piace la vita dinamica e attiva, nella quale la solitudine e la depressione non possono trovare posto e mettere radici...



P: La mia storia personale di alcolista, mi ha portato a provare molto presto la solitudine. Sono stato avviato a bere da un uomo adulto quando avevo solo nove anni e questo mi ha portato ad essere ben presto tenuto lontano da parenti e amici e mi ha creato grosse difficoltà nel relazionarmi con le persone di sesso maschile. Subisco ancora adesso le conseguenze di questo allontanamento dagli affetti familiari: le mie sorelle e i miei fratelli non vogliono avere a che fare con me e io non conosco neppure i miei nipoti, che ormai sono grandi!

Quando vivo per strada e dormivo sulle panchine e nei dormitori mi sentivo meno solo, anche se non sempre le persone che incontravo erano di mio gradimento. Ciononostante sapevo che se mi fosse successo qualcosa, non sarei stato del tutto abbandonato. Adesso che ho una casa mi sento più solo: soprattutto di notte, tengo la TV accesa oppure, ora che si è rotta, lascio aperto lo sportello del frigorifero, per vedere un po' di luce...Ho paura di sentirmi male...

I giorni di festa sono sicuramente i più tristi, perché non posso incontrare i miei familiari e a volte per questo mi viene da piangere...

Per superare la solitudine mi appoggio a vari gruppi oppure alle psicologhe e a qualche volontario di Opportunanda. Per questo vengo in associazione, anche se mi sento in difficoltà con i frequentatori stranieri e quando ci sono discussioni.



N: Quando abitavo dalle parti di Opportunanda mi sentivo meno sola: conoscevo alcuni condomini e molte persone del quartiere. **Da quando mi è stata assegnata la casa popolare, mi sento più sola** sia perché molti tra i condomini sono persone problematiche, sia perché conosco ancora poco la zona. Sicuramente non era così quando sono stata in comunità, dove però la coabitazione forzata con persone in difficoltà economica o psicologica è stata molto pesante e deprimente.

La **preoccupazione** maggiore adesso che sono da sola è quella **di stare male**, quella di non avere accanto una persona cui chiedere aiuto e appoggiarsi psicologicamente.

Cerco di superare la solitudine impegnandomi in vari gruppi, tra i quali quelli dei vari laboratori di Opportunanda. Vedo però poca coesione e molta competitività nei partecipanti a questi stessi gruppi, che funzionerebbero sicuramente meglio se davvero tutti collaborassero al raggiungimento di un obiettivo comune. Per quanto mi riguarda, sicuramente patirei molto meno il fatto di essere sola in casa, se avessi una **occupazione**, anche non retribuita, ma che mi piacesse e mi facesse sentire utile nel sociale oppure in ambito culturale. Un impegno di questo tipo delle persone in difficoltà, nelle associazioni oppure nelle comunità, sarebbe molto più efficace per il loro recupero e la reintegrazione nella società, rispetto agli interventi e alle attività di tipo assistenzialistico.

T.



ACCADE A OPPORTUNANDA

- Relativamente ai **Laboratori**, come accennato nell'introduzione, attualmente sono sette: cucina, cucito, canto, creazioni artistiche, lavorazione del legno, scrittura, pulizia locali, ma è in via di sperimentazione un ottavo a cui si cercherà di abbinare l'attività manuale (creazione di oggetti) ad un lavoro formativo di gruppo per raggiungere la piena coscienza di sé e la consapevolezza di cittadinanza attiva. A maggio si erano conclusi i laboratori di falegnameria e lavorazione cuoio, che sono stati sostituiti dalla creazione di un cruciverba gigante da fare tutti insieme.
- Durante l'estate sono state organizzate **visite culturali alla città** perché crediamo che offrire cultura possa essere un modo efficace per l'elevazione della persona. Abbiamo visitato il Borgo Medioevale, Palazzo Madama e il Museo della Resistenza; abbiamo organizzato una grigliata a una bocciolina, siamo andati alcune volte a fare il laboratorio di canto al Valentino.
- Mentre... andiamo in stampa, Opportunanda parteciperà al **Festival del Bagnetto Verde**. Anche alcuni dei nostri opportunandi presenteranno una versione della famosa salsa piemontese che verrà esaminata da una giuria tecnica e da una "popolare".

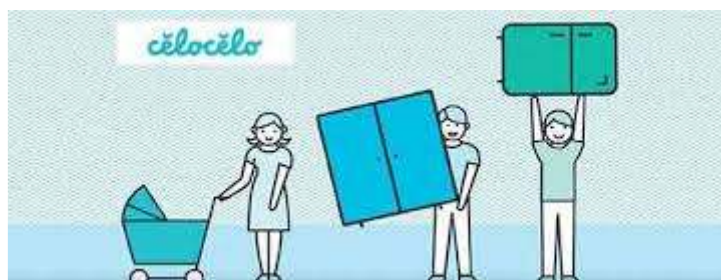
L.



PROSSIMAMENTE

Il 6 novembre terminerà l'attuale servizio civile, mentre arriveranno due persone nuove all'inizio di dicembre. Come ogni anno, ci sarà la **festa natalizia** nei locali dell'associazione. Anche l'amico Mario Lombardi organizzerà la consueta festa con asta e vendite varie al Lingotto, poi avremo il tradizionale **grande pranzo natalizio** e quello più ridotto della **cena di San Silvestro**

Opportunanda partecipa all'iniziativa **Celocelo**, promossa dall'Agenzia per lo sviluppo di San Salvario: piattaforma informatica che permette di mettere a disposizione oggetti, abbigliamento, mobili, elettrodomestici funzionanti e in buono stato. Quindi anche Opportunanda può mediare i rapporti con le persone che hanno bisogno di tali beni e servizi, oltre che fare richieste specifiche



LE BANCHE FALLISCONO?
GLI INVESTIMENTI VANNO IN FUMO?
INVESTI IL TUO CINQUE PER MILLE
PER L'ASSOCIAZIONE OPPORTUNANDA!



UTILE GARANTITO
PER CHI BENEFICIA DEI NOSTRI AIUTI!



...NOSTRO CODICE FISCALE: 97560450013



ASSOCIAZIONE OPPORTUNANDA Via Sant'Anselmo 21 - 10125 Torino
Centro Diurno: Via Sant'Anselmo 28 **Tel./Fax** 011-6507306
Sito: www.opportunanda.it **e-mail :** segreteria@opportunanda.it
Cod.Fisc. 97560450013 - **conto corrente postale** 29797107
IBAN IT590076 0101 0000 0002 9797 107