

festival del RUMORE 2023



EVENTI PER LA GIORNATA MONDIALE DELLA SALUTE MENTALE

La Voce di Elisa ODV presenta la
II EDIZIONE del Festival del Rumore

PROGRAMMA

FOSSANO

Mercoledì 4 ottobre

Ore 20.30

Castello degli Acaja
Piazza Castello

DAI VIDEOGIOCHI AL GAMING

Generi, mercato e sfide educative

con Dott. **BEPPE MASENGO**, operatore Centro Steadycam Alba

Gli adolescenti e i giovani si muovono con grande naturalezza nel mondo del gaming, tra nuovi giochi in commercio e un linguaggio esclusivo. Il gaming fa sperimentare ai giovani emozioni, esperienze e incontri che a volte gli adulti faticano a comprendere, vedendolo come un mondo lontano e inaccessibile. In tale contesto, l'adulto può ricorrere a comportamenti di divieto o di rinuncia nel comprendere quanto accade. Il rapporto con i videogiochi impatta in modo significativo sull'identità, dei ragazzi, ma può nascondere delle insidie per il loro benessere, quando non adeguatamente gestito. E allora è necessario orientarsi nella giungla del virtuale, essere accompagnati per conoscere un universo affascinante che può essere ponte tra due mondi.

Evento rivolto a insegnanti, genitori, operatori sociosanitari, educatori.
Per i professionisti si prevede rilascio di certificato di partecipazione.

Ingresso libero senza prenotazione

Info: 3387513505 e 3397204166

SAVIGLIANO

Sabato 7 ottobre

Ore 17

Palazzo Longis
Via Torre de Cavalli 5

PRIMO SOCCORSO PSICOLOGICO

Workshop interattivo per ragazzi

con **LARA PELAGOTTI**, psicoterapeuta

"Dalla A di ansia alla Z di zero sbatti, impara a riconoscere le tue emozioni e a volerti bene". Laboratorio interattivo condotto dalla psicoterapeuta, scrittrice e divulgatrice Lara Pelagotti, autrice di "Esci dagli inganni della mente" (Wide Edizioni, 2022) e "Primo soccorso Psicologico" (Bur Rizzoli, 2023). Il workshop è rivolto ai ragazzi, a partire dai 16 anni, e ai giovani adulti, sarà un'occasione pratica per approfondire la conoscenza delle proprie emozioni. Attraverso un lavoro di gruppo si esplorerà cosa sono le emozioni, dove nascono e qual è la funzione di ogni singola emozione.

Si approfondirà il legame che c'è tra emozioni, pensieri e comportamenti e si esplorerà la variabilità delle emozioni e l'accoglienza di quelle considerate "spiacevoli" (rabbia, tristezza, paura, invidia, colpa).

Ingresso libero fino ad esaurimento posti

Info: pellegrino.roberta.psi@gmail.com

SALUZZO

Domenica 8 ottobre

Dalle ore 9 alle ore 16

Ala di Ferro, Piazza Cavour

TUTTI INSIEME IN CAMPO

Torneo di pallavolo a squadre

Il Centro Diurno "Punto a Capo" di Saluzzo, della ASL CN1 e DISM Psichiatria Area Nord, organizza con la propria squadra di pallavolo "I Senza Doit" il torneo di pallavolo "Tutti insieme in campo". Scenderanno in campo le squadre dei servizi di salute mentale (UISP Regionale o Nazionale), dell'ADS Volley, di istituti scolastici e squadre amatoriali locali. L'evento è organizzato in collaborazione con ADS Volley di Saluzzo e UISP Regionale. Lo scopo è scendere in campo insieme, tutti con lo stesso obiettivo: combattere lo stigma attraverso il gioco e integrarsi costruendo relazioni.

Per i partecipanti, durante la giornata sarà offerto un aperitivo a buffet. Portare "pranzo al sacco".

Numero indicativo di partecipanti 100 (si raccolgono le adesioni delle squadre fino a metà settembre)

Iscrizioni: Evento gratuito, prenotazione

Email cd.saluzzo@aslcn1.it

Whatsapp: [3397204227](https://www.whatsapp.com/channel/00299a3397204227)

Info: cd.saluzzo@aslcn1.it – tel. [3397204227](https://www.whatsapp.com/channel/00299a3397204227)

RACCONIGI

Martedì 10 ottobre

Ore 20.45

SOMS

Via Carlo Costa, 23

#SPES

Lezione-spettacolo teatrale prodotto nell'ambito del progetto SPES - Sostenere e Prevenire Esperienze di Suicidalità

Evento teatrale seguito da lezione-dibattito **con Chiara Davico**, medico di Neuropsichiatria Infantile e responsabile scientifico di SPES, e **con Alessandra Rossi Ghiglione**, Direttrice SCT Centre e regista dello spettacolo.

Spettacolo teatrale prodotto nell'ambito del progetto dell'Università di Torino SPES - Sostenere e Prevenire Esperienze di Suicidalità, realizzato da cinque dipartimenti di Unito, con capofila il Dipartimento di Sanità Pubblica e Scienze Pediatriche. Lo spettacolo teatrale è seguito da una lezione/dibattito che fornisce informazioni di base sul fenomeno del disagio mentale degli adolescenti e giovani.

Lo spettacolo è indicato ai professionisti e studenti dell'ambito educativo, sociale e sanitario.

Ingresso libero senza prenotazione

Info: info@lavocedielisalisa.org

RACCONIGI

Mercoledì 11 ottobre

Ore 20.45

SOMS

Via Carlo Costa, 23

ASTENERSI PRINCIPIANTI (EINAUDI)

con **PAOLO MILONE**, psichiatra e autore del libro, e **FEDERICA BASSIGNANA**, giornalista

Davanti alla fine, siamo tutti principianti. L'arte del distacco non la possiamo imparare, tanto vale affezionarsi a questa Signora acquattata nell'armadio, cercando le parole per farcela un po' amica. Ognuno procede a modo suo, ma nel libro c'è un piccolo prontuario portatile: una cassetta degli attrezzi fatta di poesia, paura, favole, silenzio, coraggio, lacrime, sorrisi. Paolo Milone accende il buio con le sue folgorazioni, e ha l'avventatezza di farlo persino con leggerezza. Perché non possiamo sapere quale, ma di queste strade, una sarà la nostra.

Paolo Milone, psichiatra, è nato a Genova nel 1954. Ha lavorato in un Centro Salute Mentale e poi in un reparto ospedaliero di Psichiatria d'urgenza. Per Einaudi ha pubblicato *L'arte di legare le persone* (2021 e 2022) e *Astenersi principianti* (2023).

Evento organizzato da CUNEIFORME

Ingresso libero senza prenotazione

Info: info@lavocedielis.com

SAVIGLIANO

Giovedì 12 ottobre e

giovedì 19 ottobre

Ore 14.30 – 16.30

Università degli Studi di

Torino

Sede di Savigliano

Via Garibaldi 6

PARLARE ≡ COMUNICARE?

Workshop per giovani. Strategie e tecniche di comunicazione efficace

Workshop per sperimentare insieme strategie e tecniche di comunicazione efficace, organizzato dal PROGETTO GIOVANI ASL CN1 rivolto ai giovani dai 18 ai 25 anni, condotto dalla Dott.ssa Paola Isaia, psicologo e psicoterapeuta, e Ed. Prof. Anna Rabbia, educatore professionale, che attraverso la sperimentazione di tecniche e attività interattive di confronto tra i partecipanti favorirà un potenziamento delle skills comunicative utilizzabili nei vari contesti di vita (colloqui di lavoro, esami...) che richiedono abilità di speaking verso più interlocutori.

Il laboratorio verrà attivato con un numero minimo di n. 5 partecipanti e accoglierà fino a un massimo di 12 iscritti.

Info e iscrizioni: la partecipazione è gratuita, contattare il Progetto Giovani con messaggio Whatsapp al n. 338 9395108 o via mail all'indirizzo progetto.giovani@aslcn1.it

FOSSANO

Sabato 14 ottobre

Ore 15 – 19

Sala Brut&Bon

Via Foro Boario 13 A

LET'S PLAY

Gioco di ruolo, Scacchi, Giochi in scatola

Laboratori per ragazzi e giovani

L'evento ha l'intento di portare l'attenzione sul Gioco come occasione di socializzazione e incontro tra i ragazzi, stimolare la cooperazione e la collaborazione nei gruppi, attivare processi di "problem solving", fornire strumenti per apprendere la gestione della sconfitta e l'elaborazione degli errori, e supportare la riflessione mediando l'impulsività tipica di

ragazzi/e. Non solo: l'obiettivo è anche far divertire, attivando processi stimolanti e ludici. Sarà possibile partecipare a un laboratorio tra i tre proposti: Gioco di ruolo, Gioco in scatola, Scacchi.

Laboratorio per ragazzi a partire da 14 anni (dalla prima superiore).

Iscrizioni: 12 persone per ciascuno dei tre laboratori, è possibile iscriversi ad un solo laboratorio (tutti i laboratori sono gratuiti).

Laboratorio Giochi di ruolo con Associazione PNG NARRATORI IN GRANDA e GUARDIANI DEL WARP

Laboratorio Giochi in scatola con Associazione L'ACCADEMIA DEI GIOCATORI e GUARDIANI DEL WARP

Laboratorio di Scacchi con Dario Flego di Coop Proposta 80

Iscrizioni entro il 5 ottobre al numero 338 7513505 e 3397204166, inviare messaggio whatsapp indicando nome, età

Info: al numero 338 7513505 e 3397204166

SAVIGLIANO

Domenica 15 ottobre

Partenza ore 9.00

Ritorno 16.00

Piazza Monviso

BARBABUC PRISMA DI BENESSERE

Percorso gastronomico-culturale

Barbabuc (gruppo di Montagnaterapia DSM ASL CN 1 - Psichiatria Area Nord) invita a camminare insieme (percorso di circa 10 km nella campagna Saviglianese), occasione per far conoscere il progetto, per rendere il contesto sociale più solidale e meno stigmatizzante, invitando all'incontro e alla riflessione sul valore della diversità. La forza del lavoro di rete rappresenta le sfaccettature di un prisma che conduce al benessere della comunità. Un'opportunità di tracciare nuove strade per unire le persone e costruire nuovi percorsi superando le differenze, in un'ottica di inclusione e possibilità per gli utenti di allacciare relazioni nella comunità.

Partenza ore 9.00 da piazza Monviso (Savigliano), il gruppo sarà coordinato dagli operatori Barbabuc e dai Volontari CAI. Ci accompagneranno nel percorso Badino Giovanni in veste di guida turistico-culturale, Claudia Supertino per la visita al Santuario Apparizione e Jacopo Ghione che ci presenterà l'attività "Alveare che dice sì". Un piacevole intermezzo creativo sarà proposto da "Voci erranti". Un gustoso spuntino-degustazione verrà offerto dalla Latteria Fusero; pranzo al sacco preparato da COOP; supporto strutturale presso Osteria Rouge&Noir. Per tutti, l'"Acchiappa sogni" dei Barbabuc.

TAPPE e approfondimenti: Piazzale COOP, Antico bersaglio, Linea ferroviaria, Centrale elettrica, Cappella Santa Croce, L'Alveare che dice sì, Santuario Della Apparizione, Rouge&Noir, L'Acchiappa sogni, i fontanili.

Info ed iscrizioni: 340 9009991 - Giovanni Badino (Centro di Turismo Escursionistico), numero massimo di partecipanti 70, iscrizioni entro il 10 ottobre

SALUZZO

Mercoledì 18 ottobre e
Mercoledì 25 ottobre
Ore 16.30 - 18.30

Il Quartiere
Fondazione Bertoni
Piazza Montebello 1

ANSIA QUESTA CONOSCIUTA

Workshop per giovani - tecniche e strategie di gestione dell'ansia

Workshop per sperimentare insieme strategie e tecniche di gestione dell'ansia. Evento divulgativo rivolto a ragazzi delle scuole superiori, organizzato negli spazi del Quartiere in collaborazione con l'equipe Progetto Prevenzione Diffusa e Cantiere Adolescenti, con il supporto di Consorzio Monviso Solidale.

Numero massimo di partecipanti 12 persone (il corso viene attivato con un minimo di 5 iscrizioni) di **età compresa tra 14 e 19 anni.**

Il workshop è gratuito

Iscrizioni: whatsapp 3467805781 indicando: LAB.

ANSIA/NOME/SCUOLA FREQUENTATA, prenotazioni entro il 9 ottobre 2023

Info: cd.saluzzo@aslcn1.it – cellulare 3467805781

SAVIGLIANO

Sabato 21 ottobre
Ore 17

Centro Culturale Saviglianese
Piazza Nizza, 11

IL GIOIELLO DENTRO DI ME

Laboratorio per bambini con il libro di ANNA LLENAS

*Il laboratorio prenderà avvio attraverso la lettura interpretativa e partecipata del libro "Il gioiello dentro di me" (Gribaudo, 2022) di Anna Llenas e verrà **condotto dalle psicologhe Dott.ssa Laura Fissore e Dott.ssa Elisa Palumbo.** Ognuno di noi ha dei gioielli dentro di sé che fanno parte dell'"io più autentico" che, a volte, può essere difficile da sentire, ascoltare e assecondare. Dopo la lettura del libro verrà proposto ai bambini un momento di condivisione e verbalizzazione riguardanti le tematiche emerse. Seguirà un laboratorio pratico che ha come obiettivo quello di aiutarli a prendere contatto con le proprie risorse e fragilità, arrivando a scoprire i propri "gioielli". I bambini saranno guidati nella costruzione di tale gioiello, attraverso il disegno e l'utilizzo di materiale fornitogli.*

Le attività verranno accompagnate da una merenda.

Il limite di partecipanti è di 20 bambini, **rivolto a bambini e bambine di 6-11 anni** (scuola elementare).

Se il numero sarà superiore, si valuterà l'attivazione di ulteriori edizioni dell'evento.

Il laboratorio è gratuito.

Iscrizioni e info: le iscrizioni andranno effettuate entro il 17 ottobre ai seguenti numeri telefonici 3388463267 e 3488601985 con messaggio whatsapp o chiamata

SAVIGLIANO

Giovedì 26 ottobre
Ore 21

Centro Culturale Saviglianese
Piazza Nizza 11

ESSERE GENITORI

Dialogo sul tema della genitorialità

*La serata **guidata dalle psicologhe Dott.ssa Laura Fissore e Dott.ssa Elisa Palumbo** prenderà avvio con un momento di scambio e presentazione reciproci. Vi sarà un primo spazio dedicato alla*

condivisione e all'esplorazione delle proprie esperienze e i vissuti correlati al tema della genitorialità, a partire da spunti e stimoli forniti dalle professioniste. In base al materiale emerso, le due psicologhe interverranno con approfondimenti teorici ed esempi pratici riguardanti il tema della genitorialità e delle sue funzioni. L'obiettivo dell'incontro non è quello di fornire nozioni teoriche o consigli, ma quello di attivare il pensiero dei genitori sulle loro funzioni coinvolte nella crescita dei figli, condividendo e legittimando difficoltà e frustrazioni legate al ruolo genitoriale.

Il limite di partecipanti è di 50 persone; per numeri superiori si valuterà l'attivazione di ulteriori edizioni dell'evento.

Iscrizioni e info: l'evento è gratuito. Le iscrizioni andranno effettuate entro il 23 ottobre ai seguenti numeri telefonici 3488601985 e 3388463267 con messaggio whatsapp o chiamata

GENOLA

Venerdì 27 ottobre
Ore 20.45

Sala Polivalente "La finestra
sul castello"
via A. Cussino

INTERVISTA A ELISA

Giovani e disagio psichico – videoproiezione e dibattito

Con **ANTONIA BASSIGNANA**, genitore di Elisa e fondatrice de "La Voce di Elisa ODV", **MARA BARCELLA**, medico psichiatra, responsabile area giovani ASL CN1 e **WALTER LAMBERTI**, direttore "La Fedeltà"

Proiezione del video "Intervista con Elisa" e dibattito.

Elisa, dopo la diagnosi, ha avuto chiaro il suo progetto: normalizzare la considerazione sociale verso le malattie mentali. E l'ha fatto con il mezzo più intimo e profondo che avesse a disposizione, la sua voce, che ritroviamo nel libro, dove si fondono parole, musica e immagini.

Partiamo dalle parole di Elisa per dare voce al disagio psichico dei giovani.

Ingresso libero senza prenotazione

Info: info@lavocedielisa.com

SAVIGLIANO

Sabato 28 ottobre
Dalle ore 20 in poi

Palazzo Longis
via Torre de Cavalli 5

ROUMORS - MUSICA E FOOD TRUCK

Food truck
Band e DJ

Evento musicale in chiusura degli eventi del Festival del Rumore

In collaborazione con

Consulta Giovani del Comune di Savigliano

Ingresso libero fino ad esaurimento posti

Prenotazioni tramite link (vedi locandina evento)

Info:

info@lavocedielisa.org

www.lavocedielisa.org

TUTTI GLI EVENTI SONO GRATUITI