



IL RESTO DI ME

*Un progetto
di Angeli ODV*

Supporto legale

**Supporto a chi subisce abusi e maltrattamenti
e percorsi per autori di violenza**

**Supporto a persone queer
e con identità di genere non cis**

**Supporto psicologico
e auto-aiuto per pazienti oncologici**

INTRODUZIONE

Da oltre trent'anni Angeli ODV sceglie di stare al fianco di chi attraversa un momento difficile, anche quando è una persona sconosciuta", quando ha bisogno di tutto tranne che della solitudine.

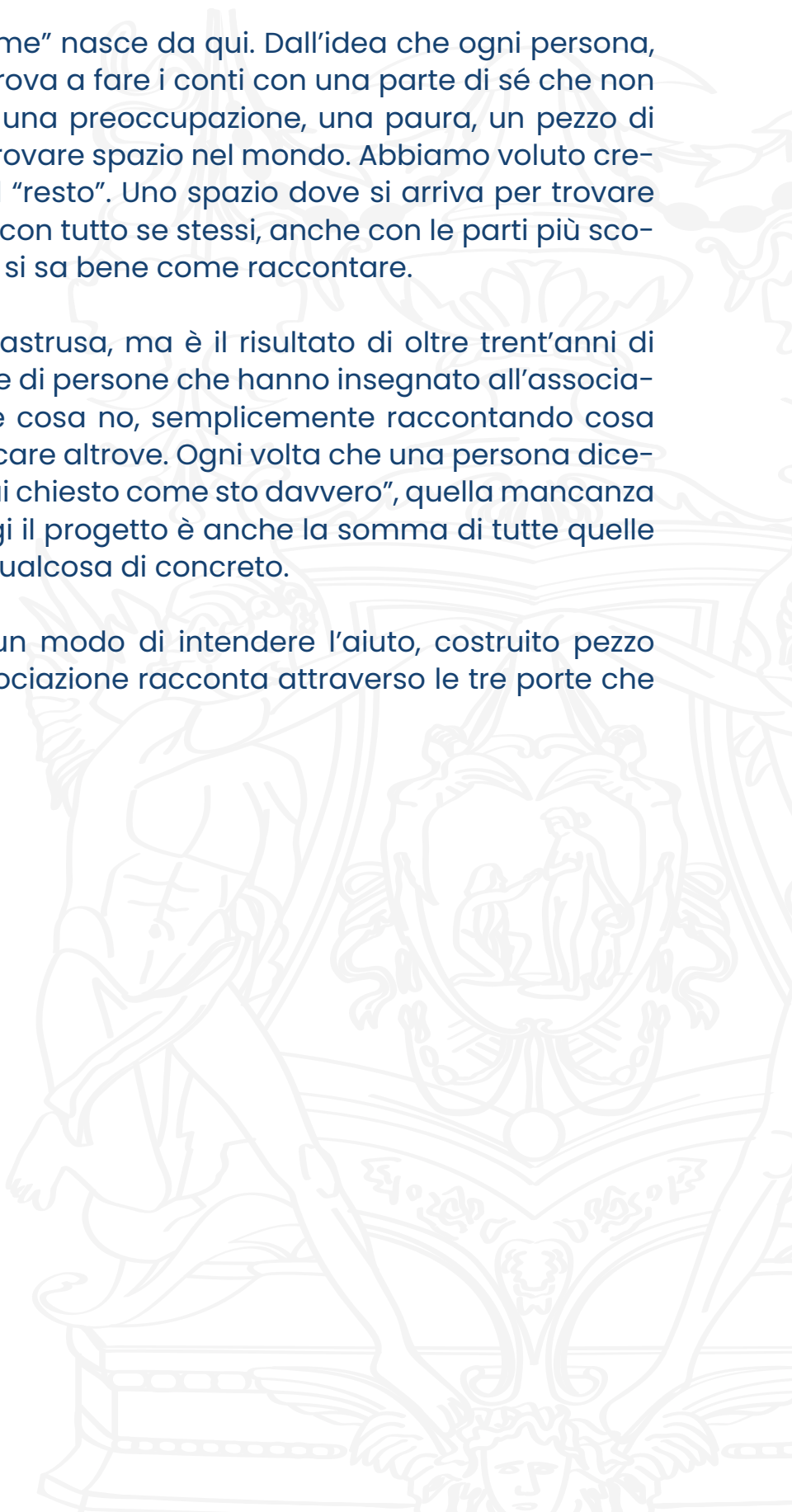
In questo tempo l'associazione ha accompagnato le persone nei momenti bassi, nelle emergenze, nei passaggi più visibili della difficoltà. Ma attorno a questi momenti c'era una zona che restava scoperta. Era fatta di pensieri, di paure che non trovavano un'occasione per essere dette, di pezzi di vita che la persona si portava dietro in silenzio anche dopo che l'emergenza era passata. Nessuno chiedeva davvero aiuto per come si sentiva.

Ascoltando centinaia di storie, ognuna diversa e con il suo peso specifico, abbiamo notato qualcosa che le accomunava: il momento più difficile non era quasi mai quello che si vedeva da fuori. Era quello che restava dopo, quando il problema aveva un nome ma nessuno aveva ancora un posto dove portarlo. Una diagnosi, una causa legale, una verità su se stessi che si fatica a dire: tutte cose che, una volta nominate, dovrebbero in teoria essere più leggere da portare. E invece spesso diventano più pesanti, proprio perché finalmente hanno un nome, e quel nome richiede di essere affrontato giorno dopo giorno.

Il progetto “Il resto di me” nasce da qui. Dall’idea che ogni persona, in certi momenti, si ritrova a fare i conti con una parte di sé che non sa più dove mettere: una preoccupazione, una paura, un pezzo di identità che fatica a trovare spazio nel mondo. Abbiamo voluto creare un posto per quel “resto”. Uno spazio dove si arriva per trovare ascolto, dove si entra con tutto se stessi, anche con le parti più scomode, quelle che non si sa bene come raccontare.

L’idea può sembrare astrusa, ma è il risultato di oltre trent’anni di errori, aggiustamenti e di persone che hanno insegnato all’associazione cosa funziona e cosa no, semplicemente raccontando cosa avevano sentito mancare altrove. Ogni volta che una persona diceva “nessuno mi ha mai chiesto come sto davvero”, quella mancanza veniva registrata. Oggi il progetto è anche la somma di tutte quelle parti, trasformate in qualcosa di concreto.

Non è un servizio. È un modo di intendere l’aiuto, costruito pezzo dopo pezzo, che l’associazione racconta attraverso le tre porte che lo compongono.



SUPPORTO LEGALE

Quando il problema si chiama legge, le persone arrivano con un misto di urgenza e vergogna che l'associazione ha imparato a riconoscere subito. Chi si rivolge a noi per una questione legale spesso ha già provato a risolvere tutto in autonomia, ha rimandato, ha sperato che il problema si sistemasse senza dover chiedere aiuto. E quando finalmente arriva, porta con sé anche il peso del senso di colpa per non averlo fatto prima.

Per questo lo sportello legale funziona in un modo preciso: il giovedì, o su appuntamento telefonico, con legali che si alternano in totale privacy e riservatezza. Chi arriva non deve preoccuparsi di sguardi o giudizi, o di dover spiegare più del necessario. È un luogo pensato apposta perché chi entra possa sentirsi al sicuro prima ancora di cominciare a raccontare.

Il supporto copre quattro ambiti, perché i problemi legali raramente sono semplici e quasi mai uno solo:

Civile

Questioni di lavoro, recupero crediti, e tutto ciò che riguarda i rapporti tra le persone quando qualcosa si è incrinato. Spesso si tratta di situazioni che si trascinano da anni, dove la persona non sa più da dove ripartire. Il primo compito è aiutarla a fare ordine.

Penale

Dibattimento, esecuzione penale, pene alternative: un accompagnamento per chi deve affrontare il sistema giudiziario e spesso non sa da dove cominciare a orientarsi. Sono percorsi che, se affrontati senza supporto, possono sembrare un labirinto senza uscita; il lavoro dell'associazione è anche quello di restituire chiarezza, passo dopo passo.

Amministrativo e amministrazione di sostegno

Per chi ha bisogno di ricevere tutela, o di tutelare una persona cara, in un percorso che la burocrazia rende quasi sempre più complicato di quanto dovrebbe essere. Genitori che invecchiano, fratelli e sorelle che si trovano improvvisamente a dover prendere decisioni difficili: nessuna persona deve sentirsi sola nemmeno in questo.

Attività stragiudiziarie

Permesso di soggiorno, cittadinanza, e tutte quelle pratiche che decidono, in concreto, se una persona può continuare a costruirsi una vita qui. A volte vengono trattate come semplice burocrazia, ma in realtà determinano il futuro intero di chi le affronta: il lavoro, la casa, la famiglia, la possibilità di restare.

Il primo colloquio è gratuito, e avviene in uno spazio che non è uno studio legale, ma un luogo pensato per accogliere prima ancora di consigliare. Da lì in poi, vengono applicati costi pensati per chi è in difficoltà, molto più accessibili rispetto al mercato, perché crediamo che il diritto alla difesa non debba dipendere da quanto si ha in tasca. Per molte persone, sapere che esiste un primo passo gratuito è già sufficiente a trovare il coraggio di muoversi, dopo mesi o anni di immobilità.

SUPPORTO A CHI SUBISCE ABUSI E MALTRATTAMENTI E PERCORSI PER AUTORI DI VIOLENZA

Chiedere aiuto è una delle cose più difficili che esistano, e lo è per chi subisce violenza come per chi l'ha esercitata. Chi subisce si domanda se sia davvero così grave, se qualcuno crederà alla propria storia, se parlarne peggiorerà le cose. Chi ha fatto del male si chiede spesso se esista ancora una strada e se ci sia una porta che resti aperta, un ascolto che non si chiuda. Sono esperienze diverse, con pesi diversi, e ognuna merita un percorso suo. In entrambi i casi si aspetta a lungo, a volte anni, e il silenzio finisce per pesare più di tutto il resto.

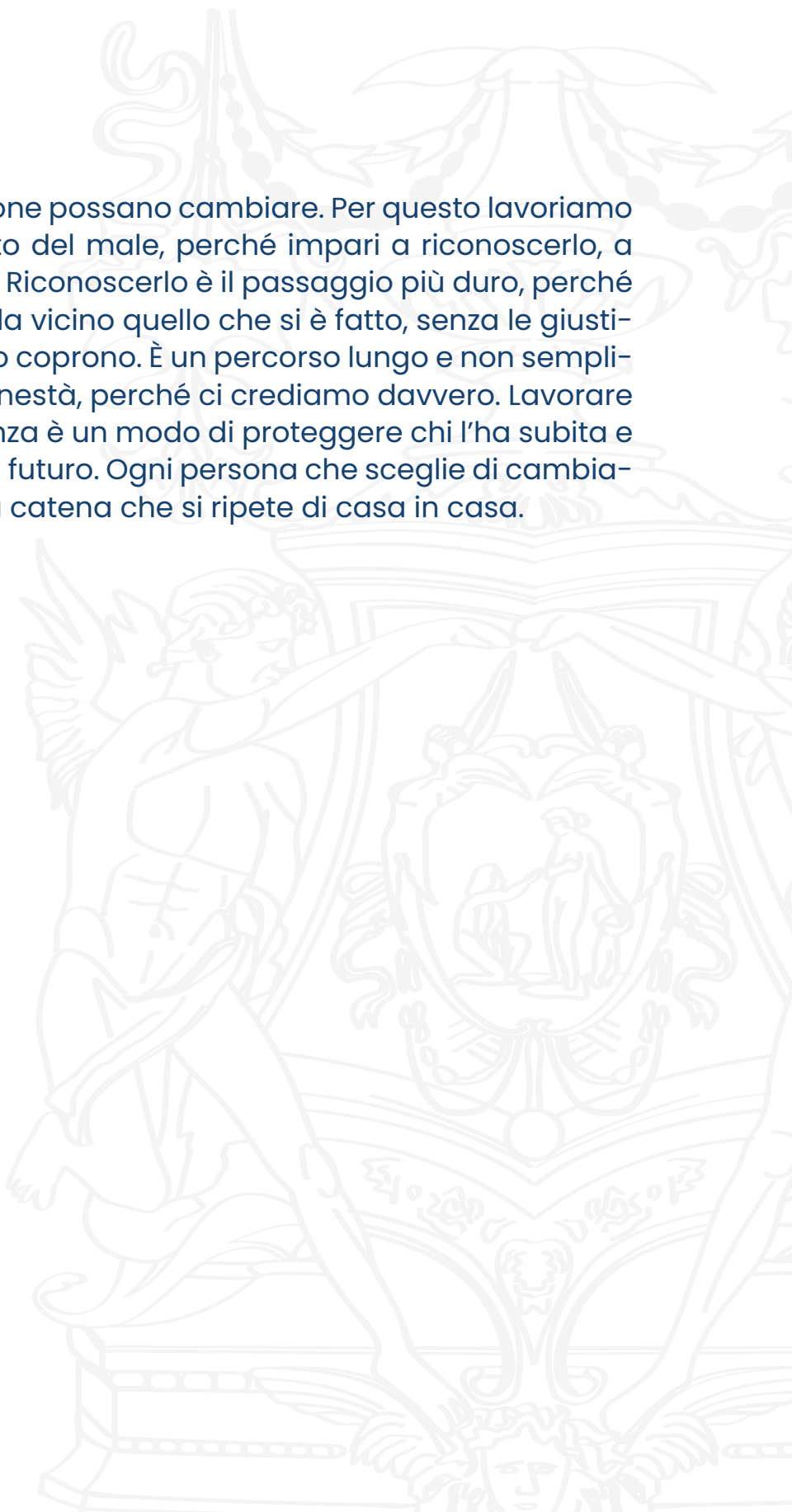
Da più di vent'anni lavoriamo nel bresciano su abusi, dipendenze e fragilità complesse. In tutto questo tempo ha accompagnato persone e famiglie che non sapevano da dove cominciare, e ha imparato che il primo bisogno è sempre lo stesso: trovare una presenza che ascolti con calma e che resti.

Percorsi su abusi e maltrattamenti

Chi bussa alla nostra porta può avere qualunque identità di genere e portare qualunque storia. Quello che conta è che la scelta di quanto raccontare, e di quando farlo, spetti a chi ha chiesto aiuto. Si comincia dall'ascolto, poi si capisce insieme di cosa c'è bisogno: un riparo, un sostegno, un parere legale, un confronto con un servizio di supporto psicologico. Per rispondere a bisogni così diversi abbiamo attorno una rete costruita in anni di lavoro comune. Ne fanno parte competenze legali, psicologiche e sociali, l'Ufficio di esecuzione penale esterna (UEPE) e diverse realtà del territorio con cui collaboriamo da tempo. Quando la situazione lo richiede, possiamo accompagnare la persona lungo percorsi protetti e di reinserimento, perché uscire da una violenza significa anche ricostruire una vita quotidiana. Riservatezza e rispetto sono garantiti in ogni incontro.

Aiuto maltrattanti

Crediamo che le persone possano cambiare. Per questo lavoriamo anche con chi ha fatto del male, perché impari a riconoscerlo, a gestirlo e a non rifarlo. Riconoscerlo è il passaggio più duro, perché richiede di guardare da vicino quello che si è fatto, senza le giustificazioni che di solito lo coprono. È un percorso lungo e non semplice, e lo diciamo con onestà, perché ci crediamo davvero. Lavorare con chi ha agito violenza è un modo di proteggere chi l'ha subita e chi potrebbe subirla in futuro. Ogni persona che sceglie di cambiare toglie qualcosa alla catena che si ripete di casa in casa.



SUPPORTO A PERSONE QUEER E CON IDENTITÀ DI GENERE NON CIS

Questa parte del progetto riguarda qualcosa che troppo spesso le persone vivono in silenzio: la propria sessualità e la propria identità, il modo in cui si riconoscono nel mondo quando tutto quello che c'è intorno non sempre è pronto a riconoscerle. Molti ragazzi, ragazze e persone non binarie, prima di arrivare, non avevano mai detto a voce alta quello che stavano vivendo, sentendo la mancanza di un posto dove quelle parole potessero essere accolte senza essere giudicate, corrette, o trasformate in un problema da risolvere. Il compito di Angeli ODV, prima di tutto, è offrire esattamente questo: uno spazio dove l'identità di una persona non è un argomento di discussione, ma un punto di partenza dato per acquisito.

Anche qui l'associazione lavora con équipe di psicologia, psicoterapia e psichiatria, attraverso gruppi di ascolto e colloqui individuali, con lo stesso impianto costruito e verificato in altri ambiti, solo con argomenti e temi diversi. Perché la struttura dell'ascolto è la stessa: uno spazio dove non bisogna giustificarsi. Si arriva per essere semplicemente quello che si è davanti a una persona che non giudica. Si parla di coming out, di transizione, di relazioni che faticano a trovare un linguaggio condiviso con chi sta intorno, il bisogno di uno sguardo che riconosca la persona per intero, per chi si è veramente. Un pezzo importante di questo lavoro riguarda anche le famiglie. Non tutte arrivano pronte. Spesso non sanno come comportarsi, cosa dire, come stare accanto a un figlio o una figlia che sta attraversando un percorso di scoperta o di affermazione della propria identità. Alcuni genitori arrivano spaventati, altri con il dolore di chi pensa di aver sbagliato qualcosa, altri ancora con una rabbia che nasce solo dalla paura di non sapere come fare. In questi casi il compito dell'associazione è anche insegnare come si supporta: con strumenti concreti, perché l'amore da solo, a volte, non basta se non sa come tradursi in presenza vera. Le famiglie vengono aiutate a trovare le parole giuste, a capire cosa serve davvero e cosa invece, pur partendo da buone intenzioni, rischia di allontanare ancora di più.

SUPPORTO PSICOLOGICO E AUTO-AIUTO PER PAZIENTI ONCOLOGICI

C'è un momento, in un percorso oncologico, in cui si smette di parlare con le altre persone e si comincia a non riconoscersi più. Non è la diagnosi in sé, è tutto quello che le gira intorno: il corpo che cambia, la famiglia che si preoccupa in un modo che a volte pesa più del dovuto, la fiducia che vacilla, le paure che non si sono mai dette a nessuno perché sembrava ci fosse sempre qualcosa di più urgente da affrontare.

Molte persone arrivano dopo mesi in cui hanno parlato solo di terapie, esami, controlli. Mai di come si sentivano davvero e di come vedevano il futuro, per sé e per le persone amate. È come se il corpo, da un certo punto in poi, occupasse tutto lo spazio della conversazione, e la persona finisse per scomparire dietro la propria condizione. Restano fuori i pensieri più scomodi: il senso di colpa, la fatica di dover essere forti anche quando non se ne ha voglia, la sensazione di pesare su chi si ama, gli sguardi di compassione.

Per gli uomini, inoltre, c'è spesso un altro pezzo: la sensazione di perdere qualcosa che non si sa come chiamare, il bisogno di aiuto che si scontra con il bisogno di non sembrare dipendenti da nessuna persona e la perdita della propria autosufficienza.

Per questo abbiamo costruito un supporto che non si ferma all'ascolto generico. L'associazione lavora con psicologi, psicoterapeuti e psichiatri, in colloqui individuali e in gruppi di ascolto condivisi, perché certe cose si dicono più facilmente quando si sa che chi ascolta capisce, perché ha attraversato lo stesso percorso. Il gruppo non è solo un contenitore di storie parallele: è un luogo dove la forza di uno passa all'altro, quasi per osmosi. Capita che una persona arrivata in silenzio alla prima riunione sia, due incontri dopo, quella che ne aiuta un'altra a trovare le parole che fino a poco prima non trovava nemmeno per sé

Serve coraggio per partecipare e per tirare fuori anche quello che si è tenuto dentro per troppo tempo. Come la rabbia che non si è mai avuto il permesso di esprimere, per paura di sembrare poco riconoscenti verso chi si prende cura di noi. Le domande che restano sospese, quelle che non si fanno ai medici perché sembrano fuori luogo, e che qui trovano finalmente uno spazio sicuro. La voglia di continuare a vivere, che a volte va ricostruita pezzo per pezzo, non perché manchi la volontà, ma perché va ri-alimentata, sostenuta, condivisa con una presenza che non si stanca di starti accanto.

L'obiettivo è un supporto a 360 gradi: una ragione per affrontare questo momento con qualcuno accanto. Quel "qualcuno" sono l'associazione, gli altri membri del gruppo e, quando è possibile, la famiglia stessa, che spesso ha bisogno di essere accompagnata quanto chi sta vivendo il percorso in prima persona.

CONCLUSIONE

Alla base di questo sportello c'è la volontà di far restare, di tutto il lavoro fatto in questi anni, qualcosa che non si limiti a una struttura o a un protocollo: un modo di stare accanto alle persone che sia riconoscibile, ripetibile, capace di continuare anche oltre una singola stagione, una singola persona o un singolo momento.

Nessuna delle persone incontrate in questi decenni ha chiesto miracoli. Nessuna è arrivata pretendendo che si resolvesse tutto. Chiedevano, in fondo, qualcosa di molto più semplice e molto più difficile insieme: qualcuno che restasse abbastanza a lungo da non far sentire la solitudine come l'unica certezza. È una richiesta piccola nelle parole ed enorme nei fatti, perché restare richiede tempo, costanza, e la volontà di tornare anche quando sembra che non ci sia nulla di nuovo da dire.

"Il resto di me" è questo: la parte che, di ogni persona che attraversa una difficoltà, merita ancora ascolto. La parte che non si esaurisce nella diagnosi, nel procedimento legale, nell'etichetta che la società le affibbia. Tre porte diverse, oncologia, diritto, sessualità e identità, ma la stessa intenzione: che nessuna persona debba affrontare in solitudine quello che ogni giorno si vive sulla propria pelle.

Lo sportello è una stanza che resta aperta, grazie alle persone che ci lavorano: grazie alle persone che ci lavorano, tra psicoterapia, consulenza legale e volontariato di accoglienza per chi arriva la prima volta. La fiducia non si costruisce velocemente e come per magia. Si costruisce restando e affrontando le situazioni. È quello che Angeli ODV vuole continuare a fare: restare, e fare in modo che ci sia sempre una persona pronta a stare accanto a chi ne ha bisogno.

Angeli ODV

