

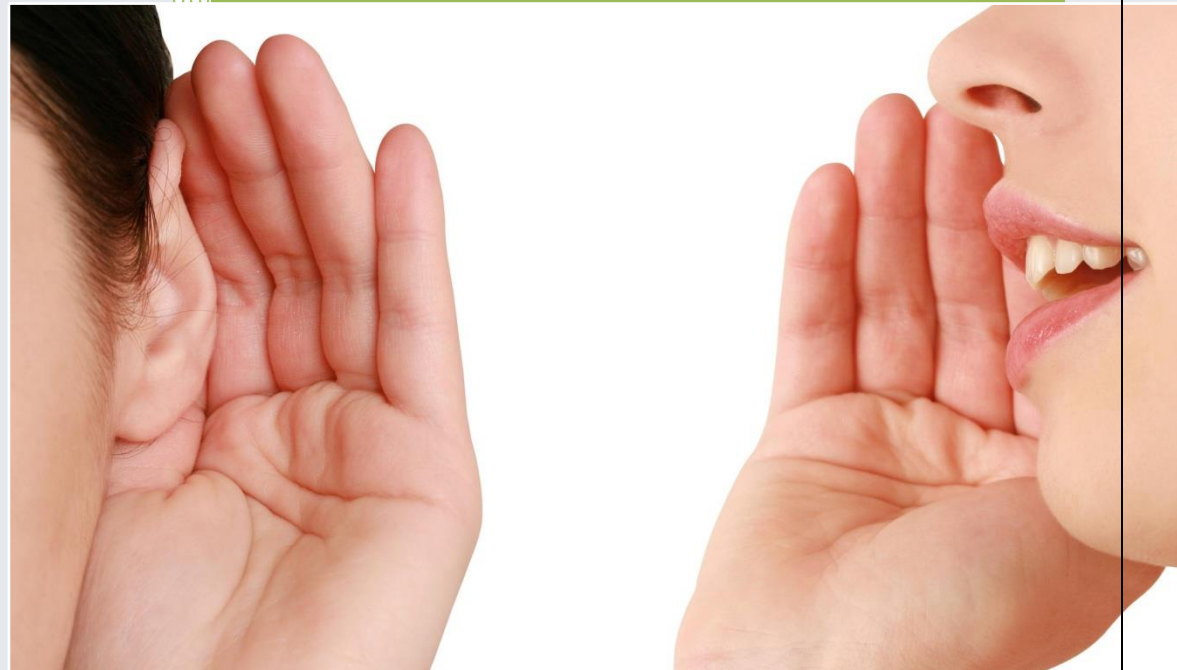
Casa Donne Ivrea



CASA DELLE DONNE IVREA

Hanno collaborato a questo numero:

Lisa Gino
Sara Giorio
Stefania Longo
Alda Maderna
Ottavia Mermoz
Sara Perri
Marialuisa Perticone
Sara Pesaresi
Eleonora Ramello
Melissa Reggianini
Veronica Rossetti
Michela Rozzarin
Cinzia Tucci
Maria grazia Vittonatto
Gabriella Zaccagnini



**Care amiche, per sentirci più vicine, ci sembra opportuno aggiornarvi periodicamente sulle varie attività della Casa.
Saremmo liete nel ricevere da Voi informazioni, proposte, sostegno ed aiuto.**

Anno 2020 ...non solo Covid

Eco le parole che riassumono questo anno 2020, **EMERGENZA, IMPEGNO CIVILE, SOCIALE, SANITARIO E SOLIDARIETA'**

All'improvviso ci siamo scoperti deboli, estremamente fragili ed anche disarmati ed indifesi, almeno all'inizio, di fronte ad un pericolo che non si vede, ma è pesantemente insinuato in quella che era la normalità della nostra vita sociale e civile

Quale insegnamento ci siamo portati via da questa esperienza non ancora conclusa?

L'individualismo e l'egoismo non solo la ricetta per vincere. **NESSUNO PUO' FARCELA DA SOLO/A, SI VINCE SOLO FACENDO SQUADRA, COME SANNO BENE E METTONO DA SEMPRE IN PRATICA COLORO CHE SI IMPEGNANO NEL VOLONTARIATO**

Quest'anno abbiamo dovuto stravolgere tutte le nostre attività di ascolto e sostegno alle donne,, la possibilità di andare nelle scuole, le manifestazioni culturali con i cittadini

Il primo lockdown ha comportato una battuta di arresto, superata adattando le attività di sportello in remoto con l'ascolto telefonico, la valutazione, il consiglio e, nei casi ritenuti preoccupanti o pressanti, con l'incontro delle counselor che non hanno interrotto le preesistenti prese in carico.

Le diverse modalità sono state comunicate attraverso la distribuzione di volantini informativi nelle farmacie.

A settembre, quando la pandemia sembrava arrestata, lo sportello Alzati Eva ha ripreso gli incontri con appuntamenti telefonici per non avere utenze simultanee.

Le richieste sono aumentate e i problemi esposti erano soprattutto dovuti dalla convivenza forzata di genitori mal assortiti, di figli alle prese con la didattica a distanza e privati dai rapporti con i coetanei, la perdita del lavoro anche se in nero, la cassa integrazione e l'assenza di prospettive: una miccia assolutamente esplosiva.

L'intervento, nei casi meno gravi è stato affidato alla mediatrice familiare: colloqui di chiarificazione per coppie e adolescenti particolarmente disturbati.

Nelle situazioni più complesse che non potevano essere affrontate attraverso avvicendamenti progressivi, ma richiedevano una sincronia di risposte, è stato attivato un gioco di squadra tra volontarie, counsellor, psicologa e avvocate.

Ogni caso veniva trattato con modalità interdisciplinari finalizzate a un obiettivo comune, preventivamente definito. E, non sempre con le sole risorse interne, ma avvalendosi di competenze e reti di protezione esterne.

Non è stato semplice, ma la spinta legate alla preoccupazione però di venir meno al mandato etico della associazione e l'esperienza e la professionalità delle volontarie e hanno superato gli ostacoli e permesso di essere sempre presente e non lasciare sola nessuna donna.

Ci sono stati anche dei momenti di parziale ripresa della socialità e del confronto che ci teniamo a ricordare:

SE IL PRIMO GIORNO D'ESTATE IL TEATRO..... SI RITROVA!

DOMENICA 21 GIUGNO IL TEATRO GIACOSA FINALMENTE RIAPRE! E noi con loro

Dall'idea di Laura Curino di riaprire il teatro Giacosa al pubblico sono nate più di 40 proposte di teatro, musica, danza, narrazione.



federfarma.it
Federazione Nazionale e Urbani e Urbani di Farmacia

Il coronavirus non ferma purtroppo la violenza sulle donne che anzi in queste settimane, confinate fra le pareti domestiche, rischiano di essere ancora più in pericolo.

Ogni di seguito i numeri nazionali e locali da chiamare per emergenze o supporto psicologico e sostegno sul territorio

Il 1522 è un servizio pubblico promosso dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento per le Pari Opportunità. Il numero, gratuito anche dai cellulari, è attivo 24 h su 24, accoglie con operatrici specializzate le richieste di aiuto e sostegno delle vittime di violenza o stalking. Visita il sito 1522.eu per chattare direttamente con una operatrice o scaricare l'App (cercate: 1522 Anti Violenza e Stalking) per chattare dallo smartphone senza esser sentite con le operatrici del Telefono Rosa.

YouPol La app della polizia di Stato si aggiorna e nei giorni dell'emergenza coronavirus consente di inviare messaggi e segnalazioni di violenza domestica.

La app per smartphone e tablet può essere scaricata gratuitamente dagli store Apple e Android. Consente di mettersi immediatamente in contatto con il numero di emergenza 112 (o con il 113 in quei territori in cui non è ancora attivo il numero unico di emergenza nazionale) "cliccando" con il dito sull'apposito tasto "chiamata di emergenza", di inviare messaggi in forma anonima, di allegare fotografie al messaggio di testo e integra una funzione di geolocalizzazione (ma è possibile anche selezionare manualmente un indirizzo), che consentirà agli equipaggi della Polizia di Stato di essere inviati e svolgere i necessari accertamenti sulle segnalazioni ricevute.

Riferimenti sul Canavese: Associazione Donne contro la discriminazione

La Casa delle Donne a Ivrea è chiusa ma funziona la segreteria telefonica al n° **0125.49514**: nel messaggio viene segnalato il numero di cellulare di una nostra volontaria che è disponibile per fare da ricorrido sul territorio, cioè sarà lei a ascoltare, dare sostegno e stabilire contatti con le strutture territoriali più indicate

Per quanto riguarda lo sportello di ascolto di Cuorgnè, è attivo un numero di cellulare **3453634578**, la cui segreteria viene ascoltata quotidianamente da una volontaria che in base alle necessità richiama, ascolta risponde ed indirizza.

NON SEI SOLA!!





verse ore del giorno.

E proprio questa molteplicità di voci è la vera storia

La nostra Associazione ha creato uno spazio in collaborazione con Fuori dal Tunnel puntando l'attenzione sulla donna che, mentre fuori il virus non conosceva chiusure o barriere, o frontiere o beni di prima e seconda necessità, reclusa in casa, ha dovuto fare ordine, stilare priorità, fare i conti con ciò che non si può controllare e soprattutto con ciò che si deve lasciare andare..

Stefania Longo "(Fuori dal Tunnel)" ha recitato il pezzo scritto da lei Casa Famiglia e Michela Bizzotto ha letto un estratto dei racconti di Alice Doro, **Arianna in/visibile** che pongono particolare attenzione a vissuti femminili, durante i periodi di

Dalle 10 del mattino alle 11 di sera una maratona di voci, tanti artisti, tante compagnie, tante associazioni. Così tante da formare **sei diversi momenti** nell'arco della giornata. Sei sezioni, sei slot, sei opportunità di entrare a teatro in di-

Se il primo giorno d'Estate il Teatro... si ritrova!
 Domenica 21 Giugno 2020 - Teatro Giacosa
 presentazione a cura di Laura Curino

SLOT 1 dalle 10.00 alle 11.15
 Progetto Violetta - "Violetta e la sua città"
 Associazione Kite - Alice Fumero - "La musica e la scienza cambieranno il mondo"
 Donne contro la Discriminazione - "Arianna in/visibile" di Alice Doro - Voce Alda Maderna - Musica Sara Giorio
 Associazione Fuoridaltunnel - Stefania Longo - "Casa famiglia"
 Centro Danza Arabesque - "Momenti"
 Esibizione allievi Scuola di Teatro G. Giacosa condotta da Marco Bricco

SLOT 2 dalle 11.45 alle 13.00
 Voci Qui Densent - "Le Voci a teatro"
 Luca Bolfero - "Il Merlino del Cecchino" verso Pizzi Snajper
 Paola Mei voce, Marco Ghiringhella chitarra - "Bill Withers - Un tributo"
 Compagnia Teatrale Stilema - "Bambinateatro & Ragaziateatro"
 Ritratti al futuro - Alberto Vittorio Ferraro "L'assalto al Postale"

SLOT 3 dalle 15.00 alle 16.15
 Plastico 800 Teatro - Monologhi da "Oltre il ponte"
 Oliviero Corbetta Liberpensatori "Paul Valery" - "L'ultima magia - Il Congedo di un viaggiatore cerimonioso"
 Tommaso Rotella e giovani attori - "Riesci ovvero il desiderio di riabbracciarsi"
 Ritratti al futuro - Lisa Gino - "Papillon"
 Ritratti al futuro - Silvia Lesona - da "Colpi di Scalpello"
 Beatrice Marzorati e Davide Scaccianoce - da "Santa impresa" di Laura Curino e Simone Derai

SLOT 4 dalle 16.45 alle 18.00
 Quincy Blue Choir - "The storm is passing over"
 Fonderia Mercury - Sergio Ferrentino - "Quando verba...manent - Alla ricerca dell'audio perduto - da Wells a Fellini"
 Fabrizio Zanotti - "L'Italia che si muove"
 Ritratti al futuro - Laura Tartaglino - "Da sempre, dappertutto"
 Ritratti al futuro - Famiglia Pirati - Brani per due violini e pianoforte di Shostakovich

SLOT 5 dalle 18.30 alle 20.00
 Associazione Music Studio - Esibizione musicale allievi
 Progetto Morenica - "L'abbraccio"
 Ritratti al futuro - Carlo Ampollini - da "Fedrigo e gli argenti di Tiffany"
 Associazione Baobab - "Il becco" - Coreografia Giulia Ceolin

SLOT 6 dalle 21.00 alle 23.00
 Accademia Danza e Spettacolo di Irea - Coreografie di Cristina Taschi, Cristina Roberto, Sara Ugorese
 Oreste Valente - "Solitizio di Teatro e Luci"
 Andromeda Compagnia d'Arte e spettacolo - "Musical Illusions" - Teatro riproposizione live tratto da Back From The Future
 Melania Giglio - "Medea" di Lucio Anneo Seneca
 Associazione Culturale Il Timbro - Tomasi-Musso guitar duo

Prenotazioni
 Per accedere al teatro è necessario prenotare il proprio posto:
 - telefonicamente al numero 0125 641161 al mattino dalle ore 10 alle ore 12, entro le 12 di venerdì 19 giugno;
 - oppure tramite mail all'indirizzo biglietteria@icontato.it indicando nominativo, recapito telefonico e appuntamento/ appuntamenti (Slot) a cui si vuole assistere, entro le 12 di venerdì 19 giugno.

L'ingresso è gratuito
 Nella giornata di domenica 21 giugno saranno messi a disposizione del pubblico eventuali posti non ancora prenotati. Si ricorda che date e le vigenti prescrizioni, la disponibilità di posti è limitata.

Info: Il Contato del Canavese 0125 641161 - www.icontato.it - biglietteria@icontato.it

chiusura «Prendi questa corona che ti farà luce con le sue gemme; prendi anche questo gomito di filo ti servirà per non smarrirti e trovare la strada del ritorno; io ne tratterò un capo e starò qui ad aspettarti».

sabato 10 ottobre 2020 al polo formativo delle Officine H.



Perché non 'ri-conoscere' invece di 'tollerare'? Perché usare parole e contrapposizioni come 'noi/loro', bianco/nero, clandestino/immigrato, che creano distanze e categorie spesso serrate e soffocanti?

Questi e molti altri temi sono stati discussi durante la serata organizzata dalla Consulta stranieri di Ivrea

Una serata in cui siamo intervenuti anche noi raccontando i progetti e i laboratori che da anni la Casa porta avanti nelle scuole e nei suoi spazi di condivisione alla sede, ma in cui hanno portato il proprio contributo anche altre realtà declinando - seguendo vie diverse - i temi dell'eguaglianza, del dialogo e del lavoro interculturale contro le discriminazioni.

È stata la volta di Cheng Ming e Fabio Nalin dell'ANGI - associazione nuove generazioni italo-cinesi di Torino - associazione che da anni lavora per il dialogo intercomunitario fra persone di origine cinese e italiani organizzando scambi culturali, di studio e lavoro con la Cina, monitorando da vicino il tema delle seconde generazioni nate in Italia.

Poi la volta di Alessandro Battaglia del coordinamento Torino Pride e dell'associazione Quore, che proprio grazie alla condivisione di uno spazio - il primo co-housing per persone vittime della discriminazione LGBT - è riuscita a scalpellare piano piano i muri delle distanze in una palazzina di Torino, creando una 'intersezionalità' basata sul dialogo fra diversi gruppi di persone, persone che spesso si considerano troppo lontane per vivere vicine.

E poi, le storie di Maya Taylor e Viviana Valentino, due donne vittime - in modo diverso - di discriminazione, ma che hanno reagito



rendendo pubbliche le loro storie, facendosi promotrici della battaglia per l'eguaglianza - non solo di diritto - ma culturale e sociale.

A rendere ancor più densa la serata la presenza di monsignor Luigi Bettazzi - grande sostenitore della battaglia contro tutte le discriminazioni - e le letture di Simonetta Valenti. Madrine della

serata Gabriella Colosso, presidente della Consulta stranieri di Ivrea e Vanessa Vidano, antropologa e giornalista.

.....
Tranne questi momenti di confronto, . tanti sono stati i mesi fino ad oggi in cui siamo stati a distanza. .garantendo i servizi sostanziali, ma perdendo la gioia dello stare insieme , che caratterizza la nostra Associazione , niente doposcuola, niente laboratorio di scrittura e di lettura etc.. niente festa d'estate e auguri di fine anno..

Abbiamo voluto così raccogliere qualche testimonianza per condividere insieme quanto provato, pensato immaginato durante i momenti più difficili , ma anche perchè no, in quegli attimi di gioia e soddisfazione quando la vita ha restituito anche piccole vittorie

Ringraziamo quindi tutte le nostre volontarie , simpatizzanti e socie della casa de le Donne per i contributi che leggerete in queste pagine

Tempo sospeso e tempo di scrittura Lisa Gino

Quando a fine febbraio è iniziata a circolare la notizia di un pericoloso virus e si è attuata la prima quarantena, credo tutti abbiamo pensato che fosse un'esagerazione e che si sarebbe risolto tutto in breve tempo.

Così non è stato, ed eccoci qui ancora chiusi in casa, con pochissime possibilità di movimento e soprattutto con il divieto di socializzare.

A tutta prima pensavo che avrei sfruttato l'occasione per fare moltissime cose a lungo rimandate, ma soprattutto che avrei finalmente avuto spazio per scrivere, attività per cui faticavo a trovare del tempo.

Con mia grande sorpresa, la sovraesposizione al video (gran parte della nostra vita ormai si svolge davanti ad un pc), il bombardamento mediatico quotidiano sugli sviluppi della pandemia e l'impossibilità di spostarmi liberamente mi hanno completamente bloccata.

Vivo come in stato di trans e qualsiasi input creativo non va oltre la soglia dell'attimo, poi torna subito indietro, non riesce ad uscire allo scoperto e a tramutarsi in azioni nella realtà quotidiana.

Scrivere è la prima attività creativa ad essere andata in corto circuito. Io scrivo coi piedi, prima che con la testa, e non potermi muovere ferma il processo. Queste stesse poche righe fanno molta fatica ad uscire. È come vivere in un tempo sospeso, un tempo non valido, che non conta e che quindi non può essere utile a produrre



qualcosa che lo attraversi e che da esso esca per andare oltre.

Come essere ai blocchi di partenza ad aspettare il via per poter iniziare la corsa.

Come quando da bambini, durante un gioco, si chiedeva "pugno", alzando la mano stretta in un pugno, appunto: una pausa dal gioco durante la quale si usciva da esso per rientrarvi solo a pausa

finita e continuare da dove ci si era interrotti. Un altro tempo, nel tempo. Vi ricordate? Ecco io mi sento in "pugno", che poi potrebbe anche rappresentare l'essere "in balia di di" qualcosa che non si ha il potere di controllare e da cui si potrà uscire solo grazie all'allentarsi del pugno stesso. Paradossalmente questo concetto è venuto fuori chiaramente solo ora che ho cercato di mettere per scritto la mia difficoltà di scrivere, ad ennesima conferma che la scrittura è sempre un percorso di salvezza e di pacificazione, con sé stessi e col mondo che "ci tiene in pugno". Cercare le parole per dire ciò che si sente e si vive può aiutare a fare ordine tra gli oggetti che si

affollano nella nostra mente, spesso in maniera confusa, dandoci la possibilità di mettere a fuoco il necessario ed intravedere una via d'uscita. Forse. Viva la scrittura.

IL 2020 E LE SUE NOTE Sara Giorio

Ogni nostro movimento ha un colore ed un suono, simbolico o reale, naturale o indotto.

La musica ha armonie che si collegano direttamente a parti del nostro corpo, le quali a loro volta sono interconnesse con i nostri sentimenti e con le nostre emozioni.

La musica può essere recettiva o attiva: nel primo caso ci si dedica all'ascolto profondo di ciò che le differenti armonie, timbriche e ritmiche evocano in noi (immagini ed emozioni correlate); nel secondo caso si produce musica (suonata con strumenti convenzionali, prodotta con il corpo - body percussion -, cantata, suonata con l'ausilio di strumenti non convenzionali - ad esempio



con la costruzione di strumenti con materiale di riciclo). La musica, sia essa recettiva o attiva, è il canale comunicativo preferenziale che utilizzo in qualità di educatrice-musicista, trasformando la relazione in dialogo sonoro, agendo dunque su di un piano non verbale. La

verbalizzazione è strumento utile solo per una rielaborazione dei contenuti emotivi.

Il 2020 ha scatenato, in modalità differenti rispetto all'utenza (adulta o minorile), reazioni emotive legate prevalentemente alla sfera della rabbia, con conseguenti reazioni ansiose.

I dialoghi sonori e gli ascolti proposti hanno avuto l'obiettivo principale, dunque, di sollecitare la rielaborazione e trasformazione di tali contenuti, dando ad essi una forma ed un colore nuovo. I percorsi musicoterapici hanno creato uno spazio di accoglienza, ascolto, comunicazione profonda con se stesso e l'altro in una cornice di libertà, necessaria in un frangente esasperato da chiusure (non solo su di un piano oggettivo/fisico, ma soprattutto emotivo). Anche io, come i miei utenti, ho subito gli effetti negativi della chiusura emozionale respirata ovunque agissi, ma la musica, con le alte frequenze e rilassante a volte, o con tonalità basse e ancestrali

altre volte, mi ha sempre dato il nutrimento e l'equilibrio. Forse ad oggi è utopico dire che laboratori espressivi e musicoterapici nelle scuole sarebbero un'ottima via educativa, ma visto che in molte regioni del Nord Europa tale metodologia è da anni parte del piano di studi, forse un giorno arriveremo alla consapevolezza che il miglior apprendimento avviene tramite l'emozionale.

È l'intelligenza emotiva che permette lo sviluppo di relazioni positive, costruttive. Se si insegnasse ciò nelle scuole si potrebbe realmente fare prevenzione al disagio!

LA PAURA NON CI FERMERA' Stefania Longo

Ciao mi chiamo Stefania Longo e voglio condividere con te questa piccola riflessione

Improvvisamente tutto ciò che era certezza si è trasformato in un incubo.

Notizie frammentate, talvolta contraddittorie hanno inondato i potenti mezzi di comunicazione che caratterizzano il nostro tempo, e la vita ha preso una strada diversa da quella che fino a qualche mese fa era scontata normalità.

Essere donna, madre e attrice in questo momento storico non è facile.

Tutto è congelato in un immobilismo che sembra non lasciare scampo.

Ma io sono una donna e ho la capacità di lottare, accudire, sostenere e soprattutto non arrendersi mai.

Devo sostenere i miei tre figli, che sono stati privati improvvisamente dei rapporti sociali, delle amicizie, del confronto diretto con i coetanei, tutte cose che sono indispensabili per una crescita interiore e per diventare adulti consapevoli.

Devo sostenere i ragazzi che fanno parte della Associazione Culturale di cui io sono la Presidente, con i quali abbiamo intrapreso un percorso di crescita attraverso il teatro, attività altamente penalizzata da questa difficile situazione.

Devo continuare a progettare un futuro di cui non conosco l'evoluzione, partendo da un unico punto: prima o poi ci sarà un



ritorno alla normalità e vogliamo essere pronti. Sicuramente siamo stati protagonisti di un tempo di grande difficoltà economica e sociale, sono cambiate le relazioni e la paura ha preso il sopravvento, ma poiché nella mia natura vi è la capacità di vedere con ottimismo ciò che devo affrontare, non rinuncerò a lottare per poter ritornare a vivere e a crescere. I miei figli e i ragazzi della compagnia sono pieni di energie che vengono condivise e che nutrono il gruppo per non far spegnere l'entusiasmo. Siamo pronti ad affrontare il nuovo anno con ottimismo e con tanta voglia di portare avanti i progetti e le collaborazioni rimaste in sospeso, anche con l'Associazione Donne contro la discriminazione (Casa Delle Donne), con la quale abbiamo lavorato in passato e lavoreremo in futuro. Sono fiduciosa che tutto tornerà a rifiorire e quando questo accadrà noi saremo pronti. Un abbraccio.

ALZARE DI NUOVO LA TESTA *Alda Maderna*

Ormai da tempo la vita di tutti noi è congelata nel letargo riflessivo dell'attesa, ma è proprio in momenti particolarmente difficili come questi che ora viviamo, che dobbiamo fare appello alla forza dei nostri valori, dove solidarietà, dialogo, inclusione, pacatezza ed equilibrio possano sostenerci.

In situazioni di emergenza il volontariato è chiamato ad essere più attivo e, nonostante le difficoltà, anche la nostra Associazione ha continuato nel suo impegno di consulenza e sostegno alle donne in situazioni di disagio.

Ripensando ai tanti anni trascorsi a dare il mio contributo come counselor presso la Casa delle donne, devo ammettere che mai prima d'ora mi sono trovata in così grande difficoltà. In questi mesi ogni volta che ho iniziato una relazione d'aiuto mi sono sentita impotente, perché il momento che stiamo vivendo non permette a queste donne di allontanarsi da situazioni insane o di pericolo né di trovare all'esterno una dimensione più appagante e sicura.

Ognuna è intrappolata nelle maglie di una rete familiare o lavorativa che non dà accesso al cambiamento ed io non posso che accompagnarle nell'accettazione del presente, nella speranza che abbiano la forza e la determinazione di resistere. Mi dà conforto con-

statare che alcune di loro, proprio da questo isolamento forzato, traggono risorse nuove e nell'introspezione riescono ad intravedere nuovi orizzonti e si propongono, per sé stesse e spesso per i loro figli, obiettivi che non si erano mai concesse di immaginare. Ed è quando si concedono di alzare la testa che riscoprono il loro valore, e danno vita alle loro idee.



Mi auguro che questo nuovo anno, anche alla luce di quanto stiamo vivendo, possa donarci rinnovate consapevolezza e tracciare nuove strade dentro di noi per ristabilire la tradizione del femminile.

AL LIMITE DELLA FORESTA...*Ottavia Mermoz*

Il 2020 è stato un anno duro da dimenticare. Sorpresi dal corona virus, inizialmente ci siamo adattati al lockdown convinti che un comportamento virtuoso fosse sufficiente. Invece l'estate, in sordina ci ha fatto ripiombare nell'incubo.

E tante sono le cose cambiate e che cambieranno. Lo smarth-working sta disegnando una diversa geografia dominata dalla rete, strumento di lavoro per necessità, con la sua velocità di comunicazione annulla il concetto di spazio e anche di luogo. Ma nel momento in cui per il lavoro i luoghi diventano irrilevanti, nella vita quotidiana si restringono, si circoscrivono alla casa, le mura domestiche. Là dove latenti conflitti e disarmonie di coppia si esasperano ed esplodono.

E, la chiave di lettura di queste distorsioni sono spesso gli stereotipi di genere, misurati dalla ricerca ISTAT nel 2018. Infatti non c'è da stupirsi se il marito in cassa integrazione si senta sminuito e screditato, soprattutto se la moglie ha conservato il lavoro, perché con il 32,5% della popolazione tra i 18-74 anni, ritiene che "per gli uomini più che per le donne sia importante il successo sul lavoro".

Lui rimugina la sua frustrazione mentre lei si dibatte fra

computer, cucina-lava-stira, didattica a distanza, con i figli di età diverse che frequentano scuole diverse.

Né lui interviene a sollevarla perchè è opinione diffusa (31,5%) che "gli uomini non sono adatti alle faccende domestiche". E qualora, nei casi peggiori, lei sia la sola a mantenere il lavoro, lui il breadwinner, il procacciatore di pane, riconosciuto tale dal 27,9% della popolazione, sia giustamente titolato a esplodere. La violenza sembra giustificata, così come i rimbrotti, le critiche e il biasimo perchè in questi stereotipi di genere si ritrova il 58,8 della popolazione, senza differenze tra maschi e femmine.

Scivolare dalla violenza psicologica a quella fisica non è difficile, basta un bicchiere di vino in più e una lei che, ormai sopraffatta dalle troppe incombenze, non corrisponde più al modello di moglie servizievole, premurosa e amorosa.

Occorre aggiungere agli stereotipi, le pubblicità ingenerose che diffondono immagini irrealistiche di famiglie dove, si faccia caso, se c'è una tavola imbandita c'è pure una lei sorridente, occupata a scodellare pasta o cotolette nei piatti dei commensali. Il mestolo è la sua insegna, la cucina il giusto posto.

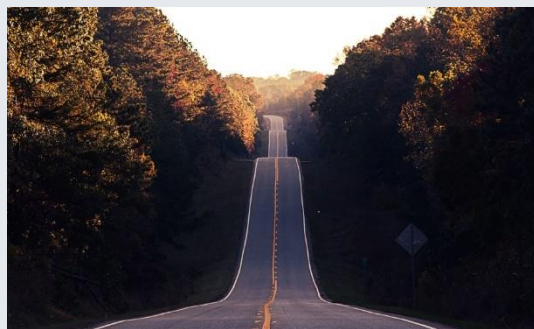
Ecco perchè mi auguro che nel prossimo anno, appena possibile, fermo restando l'attività di ascolto, il sostegno psico-sociale e la consulenza



rinunciare alla cura, si armano e decidono di entrare nella foresta

legale, si aggiungano azioni, momenti anche pubblici per denunciare quanto gli stereotipi di genere non solo siano diffusi ma, più o meno consciamente, siano condivisi dalle stesse donne.

Personalmente, piace ricordare l'analogia della foresta e dei banditi che bastonano e depredano i viandanti. Al limitare della foresta ci sono da tempo delle buone persone che li aspettano per curarne e fasciare le ferite. Li aiutano anche a riprendersi e ripartire, finché un giorno quelle stesse persone, senza



per cacciare i banditi e porre fine alle violenze. Forse saranno queste le nuove frontiere che ci attendono.

QUELLO CHE VALE DAVVERO NON SI PUO' COMPRARE **Sara Perri**

CIAO a tutti, mi chiamo Sara, ho 40 anni e da sempre lavoro con le persone per le persone: sono una donna fortunata, che è riuscita a fare della propria passione un lavoro, per se stessa e per altre dieci risorse, che sono la vera forza della nostra Azienda.

Concetti come vicinanza, empatia, contatto ed ascolto sono il mio pane quotidiano, sostanza che alimenta ogni singola azione della mia quotidianità, professionale e personale...

Avete idea del caos che questo anno ha generato in uno scenario come il nostro?

Eppure ad un certo punto ho realizzato che con questa nuova condizione bisognava necessariamente convivere: l'unica scelta in mio potere era tra il subirla o lo sfruttarla.

Una mera questione di prospettiva: la stessa strada potevo guardarla come una salita o come una discesa.

Ed è così che ai timori si è sostituita un'apertura verso un nuovo domani, all'incertezza un'occasione di rinnovamento, alla distanza un'opportunità di ulteriore delega ed attestazione di fiducia nei confronti dei nostri Clienti e dell'intero gruppo di lavoro. Ed ha funzionato.

La mia Azienda ha aperto le porte a nuovi metodi di erogazione del servizio, l'e-commerce è approdato sul nostro sito facendo sentire vicini i nostri Clienti anche a distanza, abbiamo acquisito Clienti che in presenza non avrebbero mai potuto raggiungerci e molti dei nostri problemi logistici organizzativi sono svaniti in una bolla di sapone, grazie all'uso funzionale di un semplice smartphone. Insomma... Avete presente quando si dice che la necessità aguzza l'ingegno? Ecco, esattamente!

E' stata dura e lo è ancora, ma credo che sentirsi meno onnipotenti e fare i conti con un'imponderabilità fosse necessario per la nostra era: quello che vale davvero non si può comprare.

Ecco l'insegnamento di questo 2020, che visto da questa prospettiva non mi è sembrato così malvagio.

Mi piace pensarlo come quell'Insegnante severo, a cui a distanza di tempo però ti ritrovi a volere bene e a dedicare un grazie sincero.

PENSIERI AL TEMPO DEL COVID-19

Maria Luisa Perticone

Mi chiamo Maria Luisa, sono una nonna e frequento la Casa da parecchi anni, anche in veste di volontaria. La Pandemia mi ha visto reagire in modo diverso nella Fase 2 rispetto alla Fase 1. Non uso il termine "ONDATA", (più appropriato..?), perché a me le onde del mare piacciono ..., evocano assenza di peso, leggerezza, libertà di vivere all'aria aperta, vacanze!

FASE 1: INCREDULITA' INIZIALE – SGOMENTO - VOGLIA di REAGIRE

Voglio di non arrendermi... e attraverso la tecnologia della rete e non, mantenere contatti, aiutare studenti in difficoltà, fare qualcosa per gli altri che aiutasse anche me. Mi mancavano gli incontri con i nipoti, bloccati nelle sedi di studio, ma qualche iniziativa da ricordare c'è stata ...

Ad esempio il 25 aprile, nel mio piccolo condominio adorno di bandiere, ho intonato "Bella ciao" seguita da quasi tutti i vicini: insieme abbiamo aperto il cuore alla speranza! Anche le tante iniziative di solidarietà hanno dimostrato che ci sentiamo parte di una comunità. Poi la PRIMAVERA mi è stata di aiuto e in estate il mare di Spezia ha fatto il resto!

FASE 2: INCREDULITA' INIZIALE – SGOMENTO – PAURA (del virus, di non farcela a sopportare ancora tanto isolamento)
Situazione ogni giorno più pesante, umore ... altalenante! Passata la magia delle ultime colorate passeggiate autunnali ci siamo chiusi in casa sempre più a lungo ... ci è mancato nuovamente il calore degli abbracci. Anche nella "rete" i messaggi di sfiducia, le vignette acidamente sferzanti si sono moltiplicate sostituendosi ai video delle cantate e della musica in gruppo.

La FIDUCIA si è appannata. Mi mancano i contatti umani, gli abbracci: persino con le figlie bisogna essere prudenti. I video-incontri, non fanno male ..., ma il confronto è perdente. Speravo di riprendere attività di volontariato, così importanti per me ...! Cucino qualcosa per "asporto" a favore delle figlie e "doverosamente" confido nei vaccini! Ho risparmiato creme e rossetti, guadagnato un chilo o forse più: gli abiti languono nell'armadio, si sentono anch'essi trascurati..se non abbandonati.



Capita per fortuna che giunga anche qualche buona notizia: una nascita, un amore ritrovato, un lavoro tanto atteso, la guarigione di un amico. Per questo credo che "un'ALBA NUOVA" verrà.
"Sentinella, a che punto è la notte?" SILENZIO ... logico, la risposta è da

cercare dentro di noi.

Provo a scrutare il cielo verso Est: mi sembra che cominci a cambiare colore ...!

SONO FORTUNATA , MI HANNO REGALATO UN SOGNO

Sara Pesaresi

Mi chiamo Sara, ho 30 anni e faccio la nutrizionista.

Mi è stato chiesto di lasciare alcune parole sui mesi passati e, se devo essere sincera, non è un compito molto semplice per me: spesso mi sento confusa pensando a quei momenti e a quelli che stiamo tutt'ora vivendo. Proverò a farlo prendendo alcune parole chiave, quelle che mi hanno accompagnata (anche ora) durante questo stravolgimento generale.

ME - a marzo sono rimasta parecchio tempo da sola con me stessa, anche se dall'altra parte del bilocale c'era mio marito seduto al tavolo della sala per il cosiddetto "smart working".

E' stato inevitabile per una libera professionista come me, giovane, non ancora affermata, con poche conoscenze sul territorio e nel bel mezzo di una pandemia vedere la propria agenda vuota e, così, ho dovuto (molti avrebbero usato un "potuto") guardarmi dentro e

pormi parecchie domande.

E' stata dura, molto dura, ma questo grave periodo di instabilità economica ed emotiva mi ha permesso di mettere in gioco, ancora di più, una parte di me: la voglia di fare.

Quei giorni mi hanno fatto capire ancora di più quanto ami il mio lavoro, farei di tutto per non perdere i momenti con i miei pazienti, le ore dedicate ai progetti, le riunioni per mettere in campo nuove idee, etc. Mi fanno sentire viva e nessuna pandemia potrà togliermi questo.



CALMA - una parola a cui ho pensato parecchio (e mi sono anche ripetuta infinite volte) in questo periodo: "Stai calma" lungo la fila davanti al supermercato; "Stai calma" davanti alla tv mentre ascolti il Discorso; "Stai calma" quando senti il Bollettino; "Stai calma" quando ti dicono che il progetto verrà rimandato a data da destinarsi; "Stai calma" quando vieni presa in giro da altri perché mantieni le distanze, ti lavi le mani, non vai a

ballare e non fai festini in casa ("Tanto chi ti vede?").

Sono contenta di essere rimasta calma (in generale), credo di essere stata d'aiuto per me e, spero, per le persone a me vicine.

SILENZIO - "Il silenzio è d'oro", mai detto fu più azzeccato per questo periodo. Non parlo del silenzio delle mie emozioni, dei miei pensieri, quelli hanno fatto un grande chiasso (grazie al cielo!), parlo degli altri: i social, la tv, i vicini di casa, etc.

Mi sono autoimposta di utilizzare il meno possibile i social, tranne che per il lavoro e per mandare qualche messaggio buffo; guardare ancora di meno la tv, in particolare i telegiornali (ho preferito guardarne pochi, ogni tanto e in versione on demand, così potevo evitarmi anche le varie pubblicità); parlare di altro, perché la mia mente ha bisogno di altro

PREVENZIONE - Credo molto nel detto "Prevenire è meglio che curare" e questo periodo mi ha dimostrato ulteriormente la sua validità: da una prima analisi dei dati, diversi studi relazionano la presenza di patologie croniche pregresse (obesità, diabete, ipertensione, malattie respiratorie, etc.) al maggior rischio di

prognosi nelle persone con COVID-19.

Prendiamoci cura del nostro corpo e della nostra mente, se riusciamo da soli altrimenti chiediamo aiuto: un parente, un'amica possono aiutarci in questo, dandoci nuove idee.

AUTONOMIA - In questo mondo ci sono tante persone che possono darci una mano, ma non possiamo sempre avere bisogno degli altri: è importante "saper fare" e "saper pensare" da soli.

E' stato molto difficile mantenere la mia individualità in mezzo alle tante parole che ho sentito.

SOGNO/I - Una casa, la famiglia, il lavoro sono solo alcuni dei miei sogni. Dei sogni, forse un po' banali per qualcuno, ma il mio *primum movens* che mi ha sempre aiutato nei momenti di difficoltà. E per questo mi sento fortunata: è bello avere dei sogni. E quando penso a questo, due canzoni mi rieccheggiano nella mente: "Sono un ragazzo fortunato, perché mi hanno regalato un sogno" e "Che fantastica storia è la vita".

IL FUTURO VERRA' *Eleonora Ramello*

Mi ero immaginata il giorno della mia laurea un po' diversamente: una pandemia non è un'eventualità che prima d'ora fossimo soliti prendere in considerazione nel pensare al futuro.

Ogni aspetto di quella giornata è stato condizionato dall'emergenza sanitaria e dai vincoli imposti dal mezzo informatico: nessuno spettatore era ammesso, ad eccezione della commissione e dei compagni di avventura, nello schermo, e dei miei genitori e di due gatti simpatici ma poco rispettosi del momento, accanto a me; il pranzo è stato ottimo, ma da asporto, la tesi è stata stampata e rilegata per me soltanto e le foto ricordo sono solitarie.

Eppure, ho avuto modo di percepire, chiari e non meno intensi rispetto a come sarebbero potuti essere altrimenti, affetto e vicinanza, testimoniati da telefonate, messaggi, fiori stupendi e regali.

Non c'è stata la possibilità, ovviamente, di organizzare dei festeggiamenti, ma nonostante questo ho avuto l'impressione che ci



fosse grande desiderio di condividere nel migliore dei modi consentiti questo evento che segna, sì, la conclusione di un percorso, ma che induce anche, inevitabilmente, a rivolgere il pensiero e l'immaginazione al futuro, una dimensione quanto mai incerta ma che è importante non perdere di vista:.....
con o senza Coronavirus, esso verrà.

TIROCINIO IN TEMPI DI LOCKDOWN *Melissa*

Reggianini

Le esperienze individuali, pur belle e importanti che siano a livello di crescita personale, assumono una valenza assai più potente se messe a disposizione di chi ha un momento e un po' di voglia per accoglierle. Per questo ho deciso di raccontarvi brevemente i miei vissuti all'interno della Casa come psicologa in formazione.



Ho scelto di svolgere il mio tirocinio professionalizzante di Psicologia alla Casa perché si faceva notare sempre di più in me la voglia, come futura psicologa ma soprattutto come donna, di formar parte della rete di aiuto che si rivolge a tutte le donne che, per svariati motivi, si trovano in difficoltà.

La Casa offre differenti spazi di ascolto in cui l'obiettivo non è quello di mettere in evidenza i disagi personali, per far sentire la persona ancora più fragile rispetto ad una norma fittizia. Al contrario, si fa di tutto per comprenderle queste difficoltà ed elaborarle insieme, verso la costruzione di nuove prospettive di vita.

Iniziare il tirocinio in un momento così complesso e complicato di certo non ha aiutato a conoscere e farsi conoscere nella rete di tutte le persone coinvolte nei Progetti, ma senza dubbio ho avuto l'opportunità di incontrare persone che, con i loro preziosi bagagli professionali e personali, mi insegnano quotidianamente l'arte di questo mestiere, che funziona solo se accompagnato da una forte passione e motivazione.

Grazie alla difficile decisione del Direttivo di garantire una continuità

degli spazi di ascolto telefonici e presenziali, sono riuscita a mantenere i miei obiettivi come tirocinante, rendendomi sempre più conto di quanto sia importante saper essere dinamiche, flessibili e disponibili all'emergenza.

Mi sento direttamente partecipe di un contesto in cui la motivazione prima di ognuna di noi è accompagnare, chi ci voglia conoscere, in un percorso di consapevolezza e riscoperta di autenticità.

E dal momento che la ricerca di autenticità non ha mai fine, non posso che essere grata a chi sto conoscendo per darmi l'opportunità di accompagnare e allo stesso tempo continuare ad intraprendere il mio cammino guidata, a mia volta, da chi mi sta accanto e mi fornisce continui spunti di riflessione.

GIORNALISTA IN PIENA PANDEMIA !! *Veronica Rossetti*

È stato un anno particolarmente difficile per il dolore, l'incertezza e l'impotenza di fronte ad un nemico invisibile che chiamiamo Covid-19. La pandemia ci ha messo alla prova, chiedendoci forza d'animo e resilienza oltre che capacità di adattamento, chi per la perdita del lavoro, chi per uno o più lutti in famiglia.

Il mio 2020 è stato segnato da gioia ed amarezza assieme, visto il periodo che stiamo vivendo. È stato l'anno in cui è arrivato il riconoscimento come "giornalista pubblicitista professionista" a tutti gli effetti.

Dopo una gavetta di tre anni e mezzo in giornali locali, ho iniziato da maggio scorso a scrivere per diverse testate nazionali. Mi sono scrollata di dosso la paura di fallire e mi sono sentita finalmente realizzata.

Supportata dal mio compagno di vita, da colleghi ed amici, sono riuscita ad ottenere ciò che desideravo, combattendo i pregiudizi



culturali e gli stereotipi di genere che ancora rendono difficile il cammino lavorativo di ogni donna.

Molti, fin da quando frequentavo l'università, dicevano che di scrittura non si vive e soprattutto

che le donne, per fare carriera in questo settore, devono scendere a "compromessi". Sono felice di non aver dato retta a nessuno di questi "consigli" e di aver proseguito per la mia strada.

La mia contentezza è stata tuttavia sostituita, inizialmente con lentezza e poi in modo prepotente, dall'insofferenza e dall'impotenza di fronte al Covid-19. Il virus ha riempito i miei articoli, fino alla nausea, fino all'ossessione diventando l'argomento principale di cui trattare. Il virus ha portato via conoscenti, parenti, persone sconosciute senza distinzioni né preavviso, rendendoci fragili ed indifesi ed impiegando poco tempo per sconvolgere le nostre esistenze. Ancora adesso mi sembra di essere incapace di rendere appieno le molte voci, dalle mille sfumature, degli attori coinvolti in questa tragedia, rimanendo lucida, cercando di essere il più possibile imparziale per testimoniare ciò che è accaduto e ancora accade alle persone comuni.

L'unica cosa che ho compreso con certezza è quanto sia prezioso lo scorrere dei secondi, dei minuti e delle ore che compongono la nostra vita. Non abbiamo abbastanza tempo per permetterci il lusso di interpretare un ruolo che non meritiamo o che non ci appartiene solo per vivere di aspettative altrui. Mi auguro, dunque, che altre donne si possano realizzare come sto facendo io e che si uniscano cooperando, imparando a dialogare con gli uomini alla pari, per uscire tutti uniti dalla pandemia.

IO SONO FEMMINISTA! – Michela Rozzarin



Essere donna non è facile, lo sappiamo tutte. Per le donne, la nostra società patriarcale, ha creato una lista di regole speciali fatte solo per noi. Trasgredire ad una di queste regole tacite, vuol dire infrangere un muro che ci tiene chiuse in una gabbia invisibile, e chi prima o dopo va incontro a questa apertura diventa femminista. Non ricordo il momento esatto in cui sono diventata femminista, forse è accaduto tutto in una volta o sono stati tanti piccoli momenti che hanno aperto delle finestre della mia mente, ma

ricordo bene il giorno in cui ho detto con orgoglio: "Io sono femminista!". Mi sono sentita libera. Credo che da quell'istante ho iniziato a costruire la persona che sono oggi e la persona che vorrò diventare.

TEMPO DI COVID.. TEMPO DI RIFLESSIONE. Cinzia Tucci *L'esperienza di una insegnante di scuola primaria...*

Il COVID 19 ha avuto, inutile e scontato dirlo, un impatto importante sulla mia vita e sulle mie abitudini. Sembra che mi sia stato tolto del tempo.. e che abbia perso tempo nel riorganizzare appunto, la mia quotidianità con le sue abitudini personali e professionali..ma, riflettendo giorno dopo giorno, non penso sia così; in realtà, ho dedicato questo tempo a fare ciò avevo dimenticato, ho scoperto cose nuove e nuovi modi di fare le cose.. e mi sento di poter dire che ho creduto in tutto ciò che ho fatto e sto facendo; giusto o sbagliato che sia .. ho imparato qualcosa e questo mi ha permesso di insegnare a mia volta qualcosa..

La scuola primaria è stata impattata in modo importante.. i bambini del primo ciclo didattico devono infatti superare tante difficoltà, via via differenti crescendo con l'età e con l'esperienza scolastica... il COVID, con la necessità di una didattica a distanza, inizialmente mi ha destabilizzato (oltre l'insegnamento, il mio obiettivo è abituare i bambini a staccarsi dall'ambiente familiare) e le preoccupazioni erano tante.. ma alla fine, con sperimentazione costante e nuove idee, la tanto discussa DAD è risultata uno strumento che mi ha addirittura aiutato a ridurre le distanze, agevolando l'attenzione dei piccoli alunni più problematici i quali, nella "sicurezza del loro ambiente domestico" hanno trovato in questa formula una zona di confort che ha agevolato l'interazione con il resto dei compagni e con me ed i colleghi..



A livello personale, ho riscoperto il mio hobby preferito e grazie alla pittura ho colmato i buchi relazionali e i momenti di solitudine.. le mura di casa mi sono sembrate spesso più vicine, mi si son ridotti gli spazi.. e devo dire che questo ogni tanto ha avuto anche un effetto negativo nel relazionarsi con la famiglia.. insomma , come penso per tutti, non è stato facile.. ma mi ha sollevato il pensare che sono riuscita a trasferire queste tensioni in energia positiva e quindi penso che nulla andrà sprecato, se ognuno di noi troverà nelle sensazioni vissute, una lezione da mettere in pratica e condividere.

NONNA STORY Maria Grazia Vittonatto

Mi presento:: ex docente, appassionata, di economia aziendale, 30 anni trascorsi a Milano, 30 ad Ivrea dove ho vissuto una coinvolgente esperienza alla Casa delle donne e dal 2013 a Lucca dove da 5 anni divido la mia vita tra casa, impegni pubblici, progetti e cura, quasi a tempo pieno, dei 3 nipoti maschi nati in scala temporale da quando mi sono trasferita

L'essenza della mia personalità è relazione, ricerca dell'amicizia, collaborazione, e progettualità.

Nella relazione e progettualità sono stata pesantemente colpita dal Covid . Dopo un breve periodo che ho inteso come meritata vacanza dalla faticosa attività di cura ed educazione dei nipotini e come un tempo da dedicare finalmente a me stessa , cominciavo a soffrire la mancanza dei loro occhi, delle grida, dei litigi, degli abbracci, di relazione per me nuova e diversa da quella di madre e figlie.

Così la mia progettualità mi suggerì di mantenere il filo relazionale con i piccoli Alessandro ed Emanuele (Carlo era troppo piccolo) attraverso "Nonna story" una storia al giorno che scrivevo ed inviavo alle loro mamme per la lettura. Flik e Mik erano i due bambini personaggi prin-



cipali delle storie che con un'astronave, trasformabile a seconda delle situazioni, sperimentavano avventure di diverso tipo con incontri vari di bambini, pirati e animali in diversi paesi del mondo , dall'Himalaya all'Australia, dal Polo Nord alla Terra del Fuoco, dallo spazio alle profondità dell'oceano.

Le storie erano interattive , istruttive ed educative perché facevano leva sui loro punti di forza e di debolezza per lanciare messaggi di senso morale. Ad ogni storia corrispondevano compiti, dal disegno alla scrittura al calcolo e soprattutto contenevano richieste di suggerimenti su come affrontare certe situazioni, modificare il mezzo di trasporto ecc.

Alessandro ed Emanuele aspettavano ogni sera la puntata della storia e la chiedevano sempre più lunga e spesso mi domandavano se Flik e Mik esistevano davvero: senza accorgersi si identificavano nei due personaggi. Il giorno del solitario compleanno di Emanuele, il 9 maggio, una storia tutta particolare inventata per riempire la sua solitudine con i bambini dei loro viaggi, concluse "Nonna story".

E' stata un'esperienza inedita, mai avrei pensato di avere tanta fantasia e di riuscire a scrivere con tale disinvoltura, descrivere paesaggi ed emozioni, creare momenti di suspense, dialoghi accattivanti ed efficaci,

Non ho abbandonato neppure la "progettualità" che per me rappresenta il vero strumento di resilienza e a fine maggio lanciai il concorso "Adolescenti e Coronavirus" che coinvolse 3 classi terze di 2 licei scientifici in una riflessione sulle relazioni e sull'uso del tempo durante il lockdown. Ne uscirono lavori interessanti che premiammo nel mese di novembre in un evento on line. Quello che più mi fece piacere furono i ringraziamenti dei ragazzi non tanto per il premio in denaro quanto per aver offerto loro l'opportunità di ritrovarsi a lavorare insieme in autonomia e con creatività ed in particolar modo **di divertirsi!**

UNA ESPERIENZA DI VALORE Gabriella Zaccagnini

A fine Agosto 2020, tra un lockdown e l'altro, ho iniziato il tirocinio di counselling presso la Casa delle Donne.

Ricostruire se stesse si può fare, lo provo sulla mia pelle tutti i giorni in situazioni non gravi, ma pur sempre avvilenti.

Operare nell'associazione significa poter aiutare altre donne a ritrovare se stesse, per iniziare una vita diversa da prima.

Spesso le donne che arrivano in sede lo fanno a testa bassa, timorose anche dell'aria,

Non c'è età, non c'è nazionalità, c'è l'essere donna umiliata da un uomo che non è degno di essere chiamato tale. E ci sono tanti tipi di violenza, molti uomini sono gentili, non urlano, non alzano le mani, ma fanno ugualmente danni, minando l'autostima giorno dopo giorno fino a che una si guarda allo specchio e non vede riflesso più nulla.

Ciò che accade va detto e non taciuto per senso di colpa, per paura, per pietà, per illusione, per sopportazione, per evitare di essere derise.

La strada è piena di buche e si continua a cadere, ma ogni volta si diventa più attente finché un giorno si eviterà la buca, la si aggirerà e si andrà avanti a testa alta.

L'accoglienza, l'ascolto, la tempestività, l'accompagnamento, servono a sostenere chi si trova sola in situazioni difficili, a mitigare il senso di abbandono, a ridare col tempo piena consapevolezza di ciò che si sta vivendo, a riconoscere e superare i pregiudizi, ad affermare il valore intrinseco della propria persona.

All'interno della Casa ho sperimentato quanto sia importante fare squadra in una rete organizzata tra le varie figure presenti - volontaria, legale, psicologa, mediatrice, counsellor - di cui ho apprezzato disponibilità e competenza.

Nei rapporti verso l'esterno della Casa è risultato fondamentale



continuare ad operare per raggiungere un'intesa più completa e strutturata con i servizi istituzionali e altre associazioni presenti sul territorio, al fine di ottenere un'efficacia concreta ed adeguata nel gestire le varie situazioni.

Sono passati 4 mesi intensi, (di cui uno dedicato al Covid che mi ha contagiato), e ho già avuto tanto. La pandemia ha indotto uno stato di sospensione nelle attività e nello scorrere della vita stessa. Il percorso nella Casa ha rappresentato un riferimento presente e vivo, quando tutto sembrava fermo, per essere attivi e poter continuare ad imparare e a costruire.

Il tirocinio proseguirà nel 2021 e auguro ad ognuno di poter fare incontri ed esperienze che li mettano in contatto con la vita reale, **perché non c'è da attendere un momento migliore, abbiamo l'oggi per esserci e agire.**

Concludiamo la sezione dei contributi con una poesia di Franco Arminio tratta dal libro "Cedi la strada agli alberi"

*"Abbiamo bisogno di contadini,
di poeti, gente che sa fare il
pane, che ama gli alberi e
riconosce il vento.
Più che l'anno della crescita,
ci vorrebbe l'anno dell'attenzione.
Attenzione a chi cade, al sole che
nasce e che muore,
ai ragazzi che crescono,
attenzione anche a un semplice
lampione, a un muro scrostato.
Oggi essere rivoluzionari significa togliere
più che aggiungere, rallentare più che accelerare,
significa dare valore al silenzio, alla luce,
alla fragilità, alla dolcezza"*



Quando ci siamo salutati alla fine del 2019 con l'augurio per un 2020 ricco di risultati e di nuovi progetti non avremmo potuto neanche lontanamente pensare che il mondo che conoscevamo, sarebbe stato scosso fin dalle fondamenta.

Come Casa delle Donne abbiamo cercato di farvi sentire in ogni modo la nostra vicinanza in un momento così delicato,

Ritengo sia nostro dovere non perdere l'ottimismo per cui auguramoi a tutti/e noi un anno 2021 di cambiamento e di rinascita.

Ecco in ultimo una riflessione sulla **speranza**, parola spesso citata in questo anno 2020

Mi sono rivolta a un grande europeo Vàclav Havel (Praga,5 ottobre 1936 - Hrádeček, 18 dicembre 2011 politico, drammaturgo, saggista epoea ceco.)

" la speranza non è la certezza che una cosa andrà a finire bene , ma la certezza che quella cosa ha un senso, comunque vada a finire "

Infine ricordo a tutti voi che leggete queste pagine che **tutti i servizi della Casa delle Donne sono gratuiti.**

E per questo chiediamo il vostro supporto per sostenerli

La quota annuale per diventare socie è di **10 euro. o in alternativa potete versare un contributo tramite bonifico sul conto corrente 2253087, intestato a Associazione donne contro la discriminazione, specificando nome, cognome e anno di riferimento 2021**

Iban IT 49 Q 02008 30545 000002253087

Ci salutiamo con un' anticipazione

Stiamo preparando un concorso solidale di Fotografia e racconti che ha l'obiettivo di fare conoscere la nostra Casa , i suoi servizi ed i progetti per il 2021 e raccogliere fondi

Entro metà gennaio il regolamento , la scheda di iscrizione sarà sul nostro sito www.casadonneivrea.it la nostra pagina facebook e sarà inviato via mail

Obiettivo è coinvolgere più persone possibili: chiedendo il supporto di librerie, club di lettura e scritte creative e biblioteche, chiedendo di inoltrarlo alla loro mail list, così come nei negozi di fotografia o professionisti del settore. ..se avete altre idee e suggerimenti contattateci

L'UNIONE FA LA FORZA!!!!



**PANDEMIA,
EFFETTO DONNA**
**Concorso solidale
Casa delle Donne
di Ivrea**

Quota della partecipazione: 10 euro. Il ricavato sarà destinato al finanziamento delle attività della Casa

Sezione fotografia: fotografie a colori o in bianco e nero
Sezione scrittura: racconto breve

Termine di consegna lavori: 28 febbraio 2021

Informazione dettagliate e scheda d'iscrizione:
<http://www.casadonneivrea.it/>
<https://www.facebook.com/CasaDelleDonneDIvrea>
tel: 0125 49514