

# Come stai?

## 8-9 ottobre 2021

GIORNATA MONDIALE PER LA SALUTE MENTALE  
EVENTI PER LA VALPOSCHIAVO

INVITO  
PERSONALE

Save the date!

Promotori:

**MOVIMENTO**  
UFFICINA INCONTRO BUTTEGA

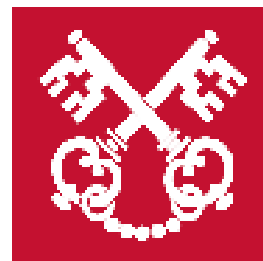


Con il sostegno di:



Gesundheitsamt Graubünden  
Uffizi da sanadad dal Grischun  
Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni

Ulteriori sostenitori



Sponsor per il concerto di sabato 09.10.2021

**RAIFFEISEN**

**RASELLI**  
ERBORISTERIA BIOLOGICA

**REPOWER**  
L'energia che ti serve.

Sostegno media



*Il Grigione Italiano*

**Intento e scopo:** sensibilizzare e informare la popolazione della regione sul tema della salute mentale, offrendo al tempo stesso momenti di formazione a chi accompagna e sostiene persone che vivono un disagio psichico in Valposchiavo. Considerando il periodo pandemico fuori dall'ordinario, si vuol dare un forte segnale in materia di prevenzione alla salute mentale e al benessere della persona in generale, attraverso gli interventi di diversi referenti, ospiti e sostenitori.

**Per informazioni:**

Josy Battaglia, **INCONTRO** Poschiavo, tel. 081 844 04 74 oppure [josy.battaglia@movimento.ch](mailto:josy.battaglia@movimento.ch)  
Loredana Scamozzi, CSVP, tel. 081 839 11 11 oppure [loredana.scamozzi@csvp.ch](mailto:loredana.scamozzi@csvp.ch)



In occasione della giornata mondiale per la salute mentale, l'Associazione **MOVIMENTO (INCONTRO Poschiavo)** e il Centro Sanitario Valposchiavo (CSVP), organizzano i seguenti eventi:

**VENERDÌ 8 OTTOBRE 2021** presso le palestre comunali a Poschiavo

**17.00 Conferenza e tavola rotonda** rivolta ai professionisti della relazione d'aiuto per persone con disagio psichico in Valposchiavo sul tema **"Home Treatment: curare persone con disagio psichico nelle fasi acute anche a domicilio, è possibile? Uno sguardo sull'esperienza ticinese"**.

Referenti: Dr. med. Benedetto Zefiro Mellacqua<sup>1</sup>, Signor Severino Cordasco<sup>2</sup>, a cura di Ercole Piani<sup>3</sup>

**20.30 Proiezione pubblica del film "Tully"** <sup>4</sup>

A cura del gruppo di Auto-Aiuto "mamme sottosopra" <sup>5</sup>

Ospite speciale della serata Markus Zwicky<sup>6</sup> dell'Associazione *Equilibrium*

In collaborazione con "I Film di Devon House"

**SABATO 9 OTTOBRE 2021** presso le palestre comunali a Poschiavo

**16.30 Inaugurazione di due "panchine della salute"** a Poschiavo

Presso le Scuole comunali Poschiavo (all'entrata ovest dell'areale scolastico, a S.ta Maria)

A cura di Chiara Balsarini<sup>7</sup> con l'**INCONTRO** Poschiavo e il Comune di Poschiavo

**17.00 Conferenza dialogo "Introduzione alle pratiche di consapevolezza Mindfulness a fronte delle nostre sfide quotidiane"**

con Antonella Commellato<sup>8</sup>, a cura di Josy Battaglia<sup>9</sup>

**20.30 Concerto di beneficenza "La pace è una scelta"**<sup>10</sup> e sensibilizzazione sul tema della salute mentale con Gionata Pieracci<sup>11</sup> (pianoforte) e Lorenzo Manetti<sup>12</sup> (disegni e creazione artistica)  
Introduzione alla serata a cura di Fabio Pola<sup>13</sup>

**ATTENZIONE!** Gli eventi in programma avranno luogo in considerazione della situazione pandemica e dei prossimi sviluppi. Gli eventi in spazi interni saranno soggetti a certificato Covid e alle misure in materia di prevenzione e protezione emanate dalla Confederazione elvetica e dal Governo retico.

**Ulteriori sostenitori e partecipazioni:** Comune di Poschiavo, Il Grigione Italiano, Il Bernina, Mepha, Scuole comunali di Poschiavo, Tisane Raselli, Banca Raiffeisen, Repower, *“I Film di Devon House”*, Serena Bonetti.

---

## Riferimenti

- <sup>1</sup> **Zefiro Mellacqua** medico Caposervizio Home Treatment (CPC) & Progetti Complessi, Organizzazione sociopsichiatrica cantonale (OSC), Bellinzona. <https://stpp.ch/membri/benedetto-zefiro-mellacqua>  
Info sul progetto di “home treatment”: <https://www4.ti.ch/dss/dsp/osc/chi-siamo/home-treatment/>
- <sup>2</sup> **Severino Cordasco** Coordinatore infermieristico d’*équipe* presso il Dipartimento della sanità e della socialità, Divisione della salute pubblica del Canton Ticino, Organizzazione sociopsichiatrica cantonale (OSC), Home treatment e *équipe* Progetti complessi di Bellinzona. Formazione MAS in Gestione sanitaria e formazione DAS di Specialista clinico in salute mentale e psichiatria.
- <sup>3</sup> **Ercole Piani** infermiere psichiatrico presso CSVP, e docente universitario ([www.csvp.ch](http://www.csvp.ch))
- <sup>4</sup> **Film “Tully”** 2018. Sinossi: all’inizio esitante, la madre di tre bambini accoglie nella propria casa una bambinaia di nome Tully. Ben presto la donna crea un legame speciale con questa nuova amica, che dà un senso diverso alla sua vita. Regista: Jason Reitman. Sceneggiatura: Diablo Cody.
- <sup>5</sup> **Mamme sottosopra** Gruppo di Auto-Aiuto in caso di burn-out genitoriale, depressione in gravidanza o post parto ([www.mammesottosopra.ch](http://www.mammesottosopra.ch))
- <sup>6</sup> **Markus Zwicky** è avvocato e presidente dell’Associazione EQUILIBRIUM ([www.depressionen.ch](http://www.depressionen.ch))
- <sup>7</sup> **Chiara Balsarini** ostetrica, ha lavorato in ospedali di diversi Cantoni e come operatrice sociale presso il centro diurno all’INCONTRO Poschiavo. Nel 2010 ha iniziato una formazione teatrale che l’ha portata negli anni a partecipare a corsi e seminari in Svizzera e all’estero. Oggi crea nuove drammaturgie e spettacoli per adulti e bambini.
- <sup>8</sup> **Antonella Commellato** è Counsellor professionale con orientamento cognitivo-relazionale e docente al Master universitario di secondo livello in “Mindfulness: pratica, clinica e neuroscienze” dell’Università “La Sapienza” di Roma. È responsabile del corso di formazione per istruttori di programmi mindfulness-based di AIM- Associazione Italiana per la Mindfulness. Studia e pratica l’Advaita Vedanta dalla metà degli anni Novanta.
- <sup>9</sup> **Josy Battaglia** operatore sociale con specializzazione assistente sociale (SUPSI). Formazione in counselling a orientamento cognitivo sistemico presso IFCoS Bellinzona/Lugano. Responsabile di sede dell’INCONTRO Poschiavo e membro di direzione dell’Associazione MOVIMENTO ([www.movimento.ch](http://www.movimento.ch)).
- <sup>10</sup> Nel concerto *“La Pace è una scelta”* le arie di pianoforte e il linguaggio della sabbia raccontano la bellezza e l’importanza del mare per la nostra specie. Il ricavato della performance intitolata “La Pace è una scelta” viene destinato a progetti a favore degli Oceani, come The Ocean Cleanup di Boyan Slat o il progetto Atlantide italiano. A Locarno il 7 dicembre 2019 ha preso avvio il tour che sta percorrendo il territorio elvetico.
- <sup>11</sup> **Gionata Pieracci** ha studiato alla scuola agricola Plantahof e medievistica presso l’Università degli Studi di Milano; attualmente storico ricercatore, è docente di scuola media e promuove gli orti didattici istituti scolastici ticinesi. Suona il pianoforte dall’età di 7 anni e prosegue come compositore autodidatta dall’età di 12 anni.
- <sup>12</sup> **Lorenzo Manetti** ha studiato alla Scuola Teatro Dimitri di Verscio (di cui è stato anche uno dei direttori) e al Conservatorio della Svizzera italiana. Dopo 30 anni di teatro indipendente e oltre 2'000 spettacoli in tutta Europa come pianista e umorista, dal 2015 si avvicina alla tecnica della Sand Art che inserisce nelle sue nuove produzioni teatrali e in seminari per adulti e bambini.
- <sup>13</sup> **Fabio Pola** ha conseguito la laurea triennale in direzione d’orchestra fiati e un master biennale in pedagogia e eufonio al Conservatorio di Lucerna. Durante gli studi si è avvicinato all’arte dell’improvvisazione con Christy Doran e Walter Thompson, approfondendo la lingua multidisciplinare del Soundpainting, grazie alla quale ha potuto lavorare con bambini, adolescenti e persone con disabilità.