



PROGETTO DI SOSTEGNO PSICOLOGICO A DISTANZA PER EMERGENZA CORONAVIRUS PROMOSSO DA **PENTAGRAMMA**

IN COLLABORAZIONE CON PROTEZIONE CIVILE DI MONTABONE, COMUNE DI
MONTABONE, PROTEZIONE CIVILE DI ACQUI TERME, COMUNE DI ACQUI TERME, COMUNE
DI ROCCHETTA PALAFAEA

PATROCINIO GRATUITO DELLA REGIONE PIEMONTE

“NESSUNO SI SENTA SOLO”

Premessa:

La situazione di emergenza che sta coinvolgendo tutti gli Italiani comporta drammatiche modifiche alle proprie abitudini di vita e mette tutti indistintamente a contatto con angosce e paure profonde.

Il timore del contagio rappresenta quasi un archetipo dell'immaginario collettivo che ci riporta alla peste di Manzoni, ad un' qualcosa di ingestibile, incontrollabile e senza un nemico visibile contro cui combattere.

Questi aspetti, insieme a molti altri; il dramma dei lutti, le separazioni da propri cari per settimane senza poterli vedere, le persone care ricoverate in ospedale senza poterle assistere e al contempo per alcuni saperle morire sole, e non poter neanche vedere il defunto sono alcuni dei fattori che portano gli individui a stare male.

Gli elementi di destrutturazione e angoscia sono molteplici e riguardano come detto la perdita delle abitudini di vita più semplici, le quotidianità che ci definiscono (alzarsi, lavarsi, fare la spesa..) le persone che siamo soliti vedere che ci aiutano a definirci e che danno un senso alla nostra vita.

Ogni aspetto è stato alterato in queste settimane in significato e in modalità con una ricaduta drammatica su tutti.

- I bambini hanno una socialità ridotta.
- Gli adolescenti trascorrono troppe ore a giocare con la play station, perdono il ritmo scolastico e tutto ciò che ne consegue.
- Gli adulti sono preoccupati per i propri anziani, per il lavoro, per la ricaduta economica, vivono chiusi in casa, aumentano i conflitti intra famigliari ed è facile spostare in rabbia un senso di paura e ansia.
- Gli anziani sono soli, chiusi in case senza poter vedere nessuno con l'ansia di ammalarsi e spesso disarmati anche di fronte alle notizie dei mass media o dei social.

Alla luce di questi che sono solo una sintesi parziale e superficiale di quanto sta accadendo a livello psichico l'ASSOCIAZIONE PENTAGRAMMA in collaborazione con la PROTEZIONE CIVILE di Montabone e di Acqui Terme vuole offrire grazie ai suoi volontari un supporto psicologico ed emotivo gratuito affinché

NESSUNO SI SENTA SOLO.

Siamo certi che ricevere una telefonata o poter telefonare a qualcuno sia una grande opportunità per uscire da situazioni drammatiche fatte di silenzi e paure, e la possibilità di restare anonimi possa garantire uno spazio telefonico in cui dire cose che magari ai propri figli o ai propri cari non si ha il coraggio di dire.

I nostri volontari sapranno ascoltare e creare.

PENTAGRAMMA DA CHI E' FORMATO :

Pentagramma ha al suo interno volontari con professionalità di altissimo livello, psicologi, psicoterapeuti, educatori, oss, e formerà nuovi volontari per affrontare l'emergenza psicologica del coronavirus. (Costituita dal 2017 ha attivi numerosi progetti di inclusione sociale per minori inseriti in comunità terapeutiche sul territorio dell'Astigiano)

OBIETTIVI:

- vuole essere sia un'opportunità per chi si sente solo, o è in ansia, o preoccupato o semplicemente vuole capire meglio cosa sta accadendo di telefonare a dei volontari che presenti sul territorio piemontese risponderanno, daranno il sostegno psicologico e se valuteranno la necessità di un intervento più mirato dirigeranno le telefonate agli psicologi che potranno anche contattare i medici di base se si evidenziassero situazioni a rischio (ideazioni suicidarie)
- Sarà possibile anche contattare direttamente gli psicologi che hanno aderito gratuitamente al progetto e parlare con loro.
- Verrà offerto ai piccoli comuni della zona del Monferrato dove ha sede Pentagramma la possibilità per le persone più fragili, anziane, sole di essere contattate dai nostri volontari per un supporto telefonico e per un monitoraggio delle condizioni generali di salute.

Non è da escludere che si possa estendere questa iniziativa anche ad altri comuni e in altre zone del Piemonte.

MODALITA' DEL SERVIZIO.

Il servizio prevederà diversi possibili interventi con professionalità differenti:

FASE TRIAGE:

E' stato creato un questionario dalla dottoressa Apa, dalla dottoressa Cazzola e dalla dott.ssa Sirni , una scheda di triage con 11 items e 3 indicatori di situazione a rischio. Tale scheda verrà compilata dai volontari della protezione civile al centralino e dai punteggi raccolti si evinceranno tre codici (azzurro-giallo-rosso) e pertanto tre differenti invii.

Codice azzurro: volontari base, meno formati 10 volontari

Codice giallo: psicologi ed educatori (25 volontari)

Codice rosso: psicoterapeuti con EMDR (6 volontari)

Tutti i dati dei triage arriveranno alla email di pentagramma : associazione.pentagramma1@gmail.com alle ore 12 e alle ore 18 e smisteranno i casi a secondo della professionalità necessarie.

I **codici gialli** saranno presi in carico dalla nostra equipe di **psicologi ed educatori** composta ad oggi da circa 25 professionisti.

Inoltre:

La dottoressa Cazzola -la dottoressa Elisa Buzio-la dottoressa Tania Sirni daranno la loro disponibilità con i loro cellulari per coprire anche altre fasce orarie e rispondere alle emergenze.

Situazione codice rosso:

Se la situazione è tale da prevedere l'intervento specialistico con **EMDR** (Eye Movement Desensitization band Reprocessing) metodo psicoterapico strutturato che facilita il trattamento di problematiche legate ad eventi traumatici e di psicologia dell'emergenza verrete contattati in videochiamata dalle dottoresse:

Dott.ssa Deborah Apa
Dott.ssa Chiara Bergonzini
Dott.ssa Francesca Bonorino
Dott.ssa Michela Repetto
Dott.ssa Claudia Tosello

Tutte queste dottoresse hanno una formazione EMDR e di psicologia dell'emergenza.

IN AGGIUNTA A TUTTI LORO, SARA' FORMATO ATTRAVERSO DIDATTICA A DISTANZA (SLIDE E LEZIONI ON LINE) ALTRO PERSONALE PER LA VALUTAZIONE INIZIALE

Volontari della protezione civile che risponderanno e faranno da filtro alle chiamate con l'ausilio di una scheda di valutazione .

Alleghiamo al progetto

- Scheda di triage

PROGETTO DI SOSTEGNO AL PERSONALE SANITARIO O AUSILIARIO OPERANTE PRESSO CASE DI RIPOSO, R.S.A, RAF RESIDENZE PER ANZIANI.

Le attuali condizioni di stress a cui è sottoposto il personale delle realtà residenziali per anziani è pericoloso sia per il benessere psichico individuale, sia per una ricaduta in termini di BORN-OUT sulla realtà lavorativa stessa.

Il personale deve avere uno spazio emotivo per elaborare i lutti, i sensi di colpa, le paure, la rabbia, il senso di impotenza.

L'associazione Pentagramma vuole offrire due opportunità di aiuto :

- Il personale può prendere contatto con i nostri psicologi telefonando al numero 0144770336 e verranno messi in contatto con personale qualificato completamente gratuito
- Il personale può richiedere via email un supporto, e attraverso incontri di video conferenza, riunioni on line, ricevere un sostegno di gruppo con 4 incontri per massimo 5 persone di circa 45 minuti e qualora emergessero particolari problematiche chi vuole può ricevere un ulteriore aiuto anche dalle professioniste dell'EMDR.

PROGETTO DI SUPPORTO PER I SOCCORRITORI DEL 118 E OPERATORI SANITARI

Il soccorritore in questo scenario critico è costantemente esposto ad altissimi livelli di attivazione e viene privato dalla possibilità di restare in sicurezza a causa del costante pericolo. Per le equipe più a diretto contatto con l'epidemia e con l'escalation del contagio questo ha comportato dover mantenere ritmi incessanti di lavoro, rendendo di fatto impossibile la fase della disattivazione e della smobilitazione. Proprio a seguito di tutto questo occorre approcciarsi con estrema attenzione alle fasi del supporto psicologico all'equipe sanitaria. Le scelte operative fatte sono state determinate da un'incessante richiesta di aiuto e di soccorso e da una carenza di mezzi, esponendo i singoli soccorritori a un estremo livello di impotenza e di mancanza di controllo. Proprio le specifiche caratteristiche rendono labile il confine tra il rischio di traumatizzazione vicaria e diretta. I singoli operatori sono in balia del costante senso di vulnerabilità e pericolo e incontrano l'insuccesso dopo molteplici tentativi.

L'associazione Pentagramma vuole offrire due opportunità di aiuto :

- Il personale può prendere contatto con i nostri psicologi EMDR telefonando al numero 0144770336 e verranno messi in contatto con personale qualificato completamente gratuito
- Il personale può richiedere via e-mail un supporto attraverso incontri di video conferenza in cui riceverà un sostegno psicologico di gruppo (massimo 3-4 soggetti) per un numero variabile di incontri (massimo 3, il numero degli incontri verrà stabilito dal terapeuta EMDR in base alla complessità della situazione da affrontare)

della durata di 60 minuti circa e qualora emergessero particolari problematiche sarà fornito un supporto individuale dalle professioniste dell'EMDR.



DATA		ORA INIZIO		ORA FINE		
Nome e cognome:						
Anni:						
Città e recapito telefonico:						
Professione						
Mi accorgo di essere più nervoso?	0	1	2	3	4	5
Dormo peggio in questo periodo?	0	1	2	3	4	5
Fatico a ricordare ?	0	1	2	3	4	5
Ha pensato che sarebbe meglio non svegliarsi domani ?	0	1	2	3	4	5
Mi sento più stanco del solito ?	0	1	2	3	4	5
Sente il bisogno di psicofarmaci o alcool?	0	1	2	3	4	5
Mi arrivano pensieri che non riesco a mandare via ?	0	1	2	3	4	5
Ho nuove paure?	0	1	2	3	4	5
Mi sento agitato ?	0	1	2	3	4	5
Senso di colpa ?	0	1	2	3	4	5
Senso di abbandono ?	0	1	2	3	4	5

- Da 0 a 18 ..NON GRAVI codice azzurro

- DA 19 A 36 MEDIO GRAVI. Codice giallo

- DA 37 A 55 GRAVI codice rosso

DOVETE COMUNICARE ALL'INDIRIZZO MAIL associazione.pentagramma1@gmail.com

A FINE TURNO (12.00 E 18.00) I DATI DELLE PERSONE E IL LORO PUNTEGGIO AFFINCHÉ POSSANO ESSERE CONTATTATE IL PIÙ PRESTO POSSIBILE DAL PERSONALE PIÙ IDONEO.

DOVETE INOLTRE SEGNALARE SE LA PERSONA E':

- AFFETTA DA COVID-19. SI. NO

- HA AVUTO LUTTI PER COVID-19 SI. NO

- E'OPERATORE SANITARIO. SI NO

Se la persone ha 1 o più di queste cose rientra subito nel codice giallo

TOTALE PUNTEGGIO