

Fatti, parole, gesti, frasi dette o sussurrate, tutto avevo fisso nella mente che vedeva e rivedeva anche i minimi particolari e non riusciva a reagire, a liberarsi, a distrarre il pensiero da tanta sofferenza. Il mio linguaggio si impoveriva, non avevo più interesse per le cose che mi accadevano intorno, né gioia nella mia anima, mi era tutto indifferente e i miei movimenti diventavano sempre più lenti.

Sentivo un gran vuoto dentro, un male che attanagliava il cuore e che partiva da quella fissità del pensiero che tutto bloccava, un male, una sofferenza indescrivibile.

Ed avevo fame, fame di mani amiche, di amore, di comprensione, che io saziavo buttando giù di tutto, tutto ciò che trovavo, tutto ciò che avanzava...

È un male che disturba, che non si conosce, temuto proprio per questo.

Mentre per un'influenza tutti ti sono intorno, per questa sofferenza che è interiore pian piano si crea il vuoto attorno a te.

Al Sanatorio Neurologico subii cinque elettroshock: una scarica elettrica che attraversa il cervello, lo tramortisce, e fa perdere la memoria per un breve periodo di tempo.

Quando la memoria ritornava era peggio di prima perché nulla era cambiato. Non riuscivo più a dormire, non riuscivo più a fare niente neanche un caffè, non riuscivo a coordinare i movimenti del mio corpo, non riuscivo nemmeno a piangere!

Tutto era ancora fisso nella mia mente ancora totalmente bloccata.

Tutto in me era stato distrutto, ero sola tra la gente, distrutti sentimenti, emozioni, sensazioni, desideri, odori, colori, profumi di terra, di aria, di vita: il vuoto dentro, il nulla.

Non ricevevo più stimoli esterni, non capivo ciò che leggevo, neanche ci provavo più, non riuscivo a seguire un discorso, un programma alla TV.

Nella malattia c'è la fissità del pensiero. Il pensiero si blocca e blocca tutti i movimenti. Il cervello si blocca sulla cose che fanno male, ed è una cosa terribile.

La sofferenza provocata da parole distruttrici e incancellabili passa e ripassa nella mente, e non c'è null'altro. Fatti e parole si vedono sotto tutte le varie angolazioni e sfumature, fino a che il cervello si blocca. Bloccandosi il cervello si blocca anche il movimento, si impoverisce il linguaggio e si nota la fissità dello sguardo. Si cammina più lenti, non si riesce né a ricevere né a trasmettere. Non si riceve niente dal mondo esterno. Tutto è fermo: la muscolatura facciale, lo sguardo fisso, la rigidità del corpo.

Poi arrivò la crisi. La crisi è una liberazione dal "blocco". Iniziai a liberarmi dal blocco dei movimenti, dalla fissità del pensiero, per entrare nel delirio, nelle allucinazioni. Durante la crisi ci si muove come in un sogno dove si è sempre e irrimediabilmente se stessi e senza freni inibitori. È come se noi avessimo nel nostro cervello fin dalla nascita una macchina da presa che riprende tutta la nostra vita: qui si forma il nostro modo di vivere, di pensare, di sentire.

Ed è per questo che si è sempre se stessi. Anche nella crisi! Tutto è registrato nella nostra memoria che non dimentica e basta poco per rivedere scorrere come in un film tutto il nostro vissuto e comportarci di conseguenza.

Tutto è come in un sogno. La mente finalmente si libera. Può durare, un mese, due, anche più...

Nella crisi lavora la tua creatività, la tua fantasia, come nel sogno, però fai esattamente ciò che è il tuo vissuto, la tua vita, sei tu stesso. I sogni sono anche desideri. Si è irrimediabilmente se stessi con il proprio vissuto...

Non sappiamo che cosa sia la follia. Le persone che si ammalano hanno tanti bisogni, perché non hanno avuto né attenzioni, né affetti. Penso che bisognerebbe andare a scuola di affetto. È importante per queste persone il modo di parlare, il gesto, il modo di stare con loro, per capire per quale motivo si ammalano. Soprattutto i giovani nell'età scolare. Devono avere fiducia in te, allora si aprono, si esprimono, allora si possono aiutare.

Ognuno di noi ha una storia, un motivo, ognuno di noi non trovando le persone con le quali avere delle affinità, e che ti comprendano, può crollare. Basta con questo marchio di infamia che offende e fa stare ancor peggio chi soffre e non è compreso.

Non ho titoli, ma se mi è consentito esprimere un mio pensiero dico: togliendo dal DNA i geni della sensibilità, emotività, umanità, e inserendone altri come l'egoismo, l'indifferenza, la superficialità, si potrebbe, così come si fa in agricoltura ottenere un uomo più forte, più resistente, più robusto.

Ma, ahimè, che mondo di mostri!!!

da *L'ANIMA A FIOR DI PELLE*

di Elisa Corsi

Dal disagio al disturbo mentale

Perché questo opuscolo?

Perché una corretta informazione è la base per un tempestivo riconoscimento e fronteggiamento del malessere. È infatti possibile aiutare chi soffre promuovendo la conoscenza del problema tra familiari, amici e conoscenti che sono spesso i primi a cogliere tale sofferenza, a volte subdola e a lungo taciuta.

Chi ha voluto questo opuscolo a lungo ha aspettato in silenzio “delle mani amiche, dell'amore, della comprensione”, fino a trovarsi in gabbia, con le ali tagliate per non più “volare”. A quel punto la crisi è stata inevitabile e liberatoria.

Il disagio mentale fa parte della quotidianità di molte persone e a volte basta osservare e osservarsi per compiere il primo passo verso l'aiuto e il benessere.

C'è qualcosa che non va

Cosa intendiamo per disagio mentale

Spesso è difficile individuare dove finisce la salute ed inizia un problema. Ci sono molti diversi tipi di disagio mentale e ognuno ha il suo proprio specifico insieme di sintomi. Nelle prime fasi i sintomi possono essere sfumati e poco chiari e quindi difficili da riconoscere. Proprio come una malattia fisica, è qualcosa che può accadere a chiunque e a qualsiasi età, da cui si può guarire e che si può imparare a gestire.

Da un disagio prolungato può nascere un disturbo.

I disturbi mentali portano le persone a pensare, sentire e comportarsi in modo diverso dal solito ma non fanno diventare nessuno pigro, cattivo o stupido.

I problemi di salute mentale sono molto comuni e una persona su cinque li sperimenta nel corso della vita. Alcuni problemi sono più gravi di altri e alcuni hanno sintomi più evidenti. In tutti i casi i sintomi sono gestibili e le persone sono in grado di vivere una vita gratificante e di successo.

Cosa causa il disturbo?

I problemi di salute mentale possono colpire persone di qualsiasi età, religione, cultura, situazione economica e nazionalità. Una serie di fattori incidono sulla comparsa di un disturbo mentale: storia personale e familiare, eventi di vita stressanti, uso di droghe.

Come si manifesta?

Tipi di disturbi

Di seguito vengono descritte le caratteristiche principali dei diversi tipi di disturbi mentali. La diagnosi di un disturbo richiede una valutazione attenta e il rispetto di specifici criteri e deve essere effettuata solo previa consultazione con un professionista competente.

Disturbi d'ansia

L'ansia è una normale reazione allo stress. Ci sentiamo tutti ansiosi in una situazione che troviamo minacciosa o difficile ma l'ansia va via quando ci si abitua alla situazione, quando la situazione cambia o si esaurisce. Tuttavia, i vissuti d'ansia diventano un problema quando sono troppo forti e persistenti, creano disagio e hanno un impatto negativo sulla

vita quotidiana. L'ansia si può manifestare in concomitanza ad altri disturbi mentali.

Esistono diversi disturbi d'ansia tra cui:

- Fobie: la paura di specifici oggetti o situazioni
- Attacchi di panico: un vissuto di intensa paura e disagio, accompagnato da sintomi fisici
- Disturbo d'ansia generalizzato: ansia o preoccupazione eccessive rivolte a tutti gli eventi quotidiani
- Disturbo post-traumatico da stress: un gruppo di sintomi caratteristici che si sviluppano dopo esposizione ad un evento traumatico

Sintomi:

mentali: preoccupazione continua, stanchezza, mancanza di concentrazione, irritabilità, senso di oppressione, sonno irregolare

fisici: palpitazioni, sudorazione, bocca secca, tensione muscolare, debolezza, affanno, nausea, crampi, vertigini, tremori

Depressione

La depressione è stata descritta come una 'tristezza che non vuole andare via '.

La depressione è molto comune: una persona su cinque sperimenta un episodio depressivo nel corso della vita. La depressione è più profonda, più lunga e sgradevole rispetto ai brevi episodi di infelicità che tutti sperimentiamo di tanto in tanto. Se la tristezza o la preoccupazione persistono a lungo e influenzano la capacità di vivere la propria quotidianità, allora questo potrebbe essere un sintomo di depressione.

Altri sintomi della depressione sono:

- sentirsi più giù o più irritabili del solito
- perdere interesse o piacere nelle attività quotidiane
- sentirsi in colpa, cattivi o inutili
- alterazioni dell'appetito o del peso
- stanchezza o mancanza di energia
- problemi di sonno
- difficoltà a concentrarsi o prendere decisioni
- evitare amici, familiari o le solite attività
- pensieri di suicidio

Il disturbo bipolare

Una persona che soffre di un disturbo bipolare avrà gravi cambiamenti di umore. Questi durano per settimane o mesi e sono ben più ampi ed evidenti dei normali sbalzi d'umore di cui ognuno di noi ha esperienza. Si possono individuare tre stati:

Tono dell'umore abbassato o fase depressiva: sentimenti di intensa depressione e disperazione, di colpa e di inutilità, perdita di interesse o piacere nelle attività quotidiane, mancanza di energia, difficoltà di concentrazione e tutti i sintomi che caratterizzano la depressione

Tono dell'umore innalzato o fase maniacale: sensazioni di estrema felicità ed euforia, di potenza, grandiosità ed energia illimitata, comportamenti eccessivi ed inadeguati rispetto alla situazione, perdita della capacità di giudizio e di immaginare le conseguenze delle

proprie azioni, parlare ininterrottamente e non sentire il bisogno di dormire o mangiare

Misti: ad esempio, l'umore depresso accompagnato da irrequietezza e iperattività.

Psicosi

La parola "psicosi" è usata per descrivere un insieme di disturbi che influiscono sulle funzioni mentali, con conseguente perdita dell'usuale rapporto con la realtà.

Quest'esperienza può essere grave e angosciante.

I sintomi di psicosi sono:

- pensiero confuso e disorganizzato
- deliri (convinzioni molto forti, impossibili da criticare, che sono evidentemente infondate per gli altri)
- allucinazioni (vedere, udire, odorare cose che non esistono realmente)
- cambiamenti nei sentimenti e nelle emozioni
- cambiamenti incomprensibili nel comportamento

Questi disturbi possono emergere in modo lento e subdolo (la persona si isola – magari tenendo sempre addosso gli auricolari per ascoltare musica – non sta con i coetanei, interagisce solo se stimolata a farlo e passa le giornate chiusa in camera) o esplodere all'improvviso (con idee bizzarre come l'essere vittima di un complotto o il sentirsi osservata da estranei, magari precedute da una iper-attivazione con perdita del sonno). Le prime manifestazioni si hanno di solito durante l'adolescenza o la prima età adulta. Senza trattamento la psicosi può disturbare molto seriamente la vita quotidiana e la crescita: per questo è fondamentale chiedere aiuto tempestivamente anche solo per un confronto se si osserva che qualcosa sta cambiando.

L'uso di Alcol

L'alcol è la nostra droga preferita. La maggior parte di noi lo usa per divertimento, per rilassarsi, ma per alcuni, assumere alcol può diventare un problema serio. La maggior parte di questi problemi è causato dal fatto di bere troppo e al momento e nel luogo sbagliato.

L'alcol dà dipendenza.

L'alcol inficia la nostra capacità di giudizio, rendendoci meno attenti alle situazioni pericolose. E' causa di incidenti sia stradali che domestici, problemi economici e di relazione con familiari e amici. E' la causa di tanti problemi di salute fisica.

Se sei preoccupato per il tuo rapporto con l'alcol o quello di qualcuno a te vicino, parlane e chiedi aiuto. E' importante intervenire prima che la situazione sfugga di mano o che si creino danni fisici.

E le droghe?

Alcune persone che hanno un disturbo mentale fanno uso di droghe o alcol nel tentativo di sentirsi meglio. Tuttavia il benessere se c'è, dura poco. Queste sostanze infatti fanno peggiorare i sintomi e rendono più difficili i trattamenti. Possono, inoltre, indurre sintomi simili a quelli psicotici. Se i sintomi sono causati dalle droghe scompariranno in pochi giorni dopo la sospensione dell'assunzione, ma l'uso prolungato può produrre effetti a lungo termine.

Come si affronta il disagio?

Si può fare qualcosa?

Certo, tutti i disturbi mentali si possono trattare. Questo significa che qualunque persona che soffra di un disturbo mentale, se segue un percorso terapeutico, può avere un buon recupero o guarire completamente. Siccome ci sono tanti diversi fattori che contribuiscono allo sviluppo dei disturbi, può essere difficile predire come, quando e in quale grado si avrà un miglioramento.

Cosa?

Trattare i disturbi mentali significa percorrere tutte le strade attraverso cui la persona che soffre può trovare aiuto e riesce a riabilitarsi e a minimizzare gli effetti del disturbo. A queste strade appartengono la terapia psicologica, i trattamenti farmacologici, i sostegni sociali così come le strategie di auto aiuto.

Terapie psicologiche

Il terapeuta, il medico, lo psicologo o il professionista della salute mentale stabiliscono una relazione con la persona e affrontano insieme i sintomi e le preoccupazioni, immaginando nuovi modi di pensare ed affrontare il disturbo.

Terapie farmacologiche

Molte persone trovano aiuto nell'assumere una terapia farmacologica, alcuni per un breve periodo altri per tempi più lunghi. In molti casi i farmaci aiutano il cervello a ristabilire l'equilibrio biochimico che accompagna il disturbo, eliminando o riducendone i sintomi. Il medico potrà spiegare benefici ed eventuali effetti collaterali prima di fare una prescrizione.

Programmi di supporto sociale/di comunità

I programmi di supporto sociale sono particolarmente importanti per le persone che soffrono di un disturbo con sintomi ricorrenti o che danno disabilità. Questi programmi includono informazioni, aiuto a trovare e mantenere un lavoro gratificante e una condizione abitativa dignitosa. Anche il sostegno all'integrazione relazionale e sociale ne sono parti fondamentali.

Auto aiuto

Oltre al grande sostegno che si può trovare nei gruppi terapeutici di auto aiuto ci sono molte cose che le persone che soffrono possono fare per se stesse. Un'alimentazione sana, un buon riposo notturno, un'attività fisica regolare, buone relazioni affettive e sociali sono tutti elementi importanti per buono stato di salute fisica e mentale!

Cosa devo fare? A chi mi devo rivolgere?

Quando ci si rende conto che c'è qualcosa che non va, spesso non si capisce esattamente quale sia il problema, né cosa si deve fare.

La cosa migliore è chiedere aiuto. E' il primo passo ma spesso è il più difficile.

Alcuni sintomi potrebbero essere solo i segnali di un disagio lieve e transitorio ma è una buona idea che vengano controllati da un professionista sanitario.

Come punto di partenza è bene rivolgersi al Medico di Medicina Generale, al Distretto Sanitario o ad un Centro di Salute Mentale.

Perché è importante chiedere aiuto al più presto

Anche se il disturbo c'è, non è utile aspettare che insorgano difficoltà. Se un disturbo viene individuato prontamente, molti problemi si possono prevenire, i sintomi si affrontano con minor fatica e si guarisce più rapidamente.

Se si interviene sul disturbo per tempo si possono controllare i sintomi con dosi minori di farmaco e si può evitare il ricovero. Meno dura un disturbo, meno questo potrà incidere sul lavoro, lo studio e le relazioni interpersonali.

Come sostenere una persona con disagio

Spesso i familiari e gli amici sono i primi a notare segnali di disagio. All'inizio la priorità è capire che cosa sta succedendo e ricevere un aiuto adeguato al caso. E' quindi importante incoraggiare la persona a consultare un medico di fiducia (ad esempio il Medico di Medicina Generale) o rivolgersi ai Servizi di Salute Mentale presenti sul territorio.

Può accadere che proprio a causa del disagio, la persona sia in difficoltà ad ammettere il problema e non voglia farsi visitare. In questo caso è bene contattare il medico o il servizio per segnalare la situazione ed avere indicazioni sulle strade da percorrere per ricevere aiuto.

La famiglia, il partner e gli amici sono molto importanti per chi soffre di un disturbo mentale. Dare affetto, stabilità, comprensione, rassicurazione ed anche sostegno sulle questioni di carattere pratico può essere di grande aiuto.

Testimonianze di familiari, del mondo della scuola e del lavoro...

Lo svelamento della malattia è un'esperienza tragica, drammatica, dolorosissima. Nessuno sa niente del male mentale. Molti conoscono il termine schizofrenia, ma niente di più. La sintomatologia è di difficile comprensione e talvolta risulta strano per chi queste cose non le conosce. Perché chi è fragile è come se non avesse pelle, come se fosse scoperto, tutto gli arriva addosso traumaticamente, tutto gli fa tanto male.

Se capita una malattia, anche per le più gravi c'è un protocollo di intervento, per cui si prende l'antibiotico ad esempio, e si sa quali sono le risposte che il fisico dà. Nel disagio mentale ogni persona, è una persona a se stante, è un'isola. Tutti noi siamo un'isola. Tutti noi abbiamo un modo diverso di vivere, di ragionare, di affrontare la vita. Ma chi sta male ed ha un problema di salute mentale, è un'isola con più problemi degli altri.

La pazzia è un problema che la società rifiuta; e quelli ai quali non capitano cose di questo genere, di solito parlano di vizi, di figli troppo coccolati. Facile. Il giudizio arriva immediato: la famiglia ha sbagliato. La famiglia che potrebbe essere il nucleo migliore dove curarsi è la meno indicata perché è la prima ad essere giudicata come la responsabile del male. Chi viene incolpato se non la famiglia? chi è responsabile se non la madre, il padre, che hanno detto che bisognava studiare, bisogna lavorare...

Quando capita questa tragedia in famiglia è un terremoto. Subentrano tanti sentimenti. Sensi di colpa, vergogna, paura di sbagliare, paura di danneggiare il proprio caro. C'è una grossa difficoltà a capire qual è il modo giusto di intervenire. Si tenta di salvaguardare prima di tutto il proprio figlio, nascondendo quanto accade anche ai familiari più vicini. Dapprima si cerca aiuto da uno psichiatra in forma privata. Quando falliscono i tentativi si va ai Centri di Salute Mentale. Perché solo dopo?

Per la vergogna, per lo stigma sociale. L'impatto con il Centro di Salute Mentale è traumatico, all'inizio la maggior parte dei familiari pensa che il proprio figlio è meglio che non ci metta mai piede. Per la paura di vedere negli occhi degli altri il proprio fallimento.

Le persone che non la provano che non sanno niente della malattia mentale, la si pensa una malattia poco umana; addirittura alcuni la credono demoniaca, come una possessione. Fa paura. Serve la parola, l'ascolto, l'accettazione, lo slancio affettivo, il rispetto: Siamo fatti di una parte fisica, di organi, ma poi c'è il carattere, esistono l'affettività, le emozioni. La difficoltà di relazione è alla base della malattia. Questi malati, per il turbinio di pensieri ossessivi che li turbano, perdono la capacità di essere normalmente altruisti. Hanno bisogno degli altri più di chiunque, anche se hanno paura dell'altro.

Gli insegnanti avvertono che qualcosa non va fin da subito, ma non possono fare niente. Se ha esperienza, un insegnante si accorge quando il segnale di un disagio emotivo si presenta, vorrebbe intervenire, ma come? I genitori non ammettono considerazioni che esulino dalla sfera didattica. Rincorrono i docenti per sapere come è andata l'ultima interrogazione ma non accettano di affrontare problemi riguardanti disturbi psichici. E non si può chiedere l'aiuto dello psicologo senza coinvolgere la famiglia nell'iter burocratico.

Il malato non ha diritti. È la prima cosa che i malati perdono. Non hanno diritto ad una vita privata, non hanno diritto al rispetto dei propri spazi. Pare che tutti siano autorizzati a fare, e dire qualcosa su di loro. È importante tirarli fuori da questa situazione di umiliazione cercando di evitare loro le meschinità degli altri. Hanno bisogno del lavoro per sentirsi sani, per diventare sani, per inserirsi nella società. Il lavoro è il segno dell'accettazione.

da *Un passo in più Donne e disagio mentale a Trieste*
a cura di *Marina Silvestri*

Indirizzi utili:

Provincia di Trieste – A.S.S. n°1 Triestina

Centro di Salute Mentale di Barcola / Aurisina - Distretto 1

Viale Miramare 111 - Trieste

Tel. 040 411 452 - 040 411 586

Fax 040 412 601

e-mail: csm.barcola@ass1.sanita.fvg.it

Il presidio distrettuale di salute mentale si trova presso le sedi del Distretto 1:

Presidio distrettuale di salute mentale

Via L. Stock n. 2

Tel. 040 399 78 05

Fax 040 399 78 37

e-mail: csm.stock@ass1.sanita.fvg.it

Centro di Salute Mentale della Maddalena - Distretto 2

Via Molino a Vento 123

Tel. 040-399 5730 accoglienza - Tel. 040 399 5732/3 segreteria

Fax . 040-399 5735

e-mail: csm.maddalena@ass1.sanita.fvg.it

Presidio distrettuale di salute mentale

Via San Marco, 11

Tel. 040 36 79 98

34100, Trieste

Centro di Salute Mentale di Domio - Distretto 3

Via Morpurgo 7

Tel. 040 282 00 24 - 040 282 00 39

Fax 040 282 00 40

e-mail: csmdomio.segr@ass.1.sanita.fvg.it

Presidio distrettuale di salute mentale

Via Valmaura 59

Tel. 040 399 58 28

Fax 040 399 58 23

Centro di Salute Mentale di Via Gambini - Distretto 4

Via Gambini 8

Tel. 040 632 195 - 040 632 140

Fax 040 360 457

e-mail: csm.gambini@ass1.sanita.fvg.it

Presidio distrettuale di salute mentale

Comprensorio di San Giovanni

Piazzale G. Canestrini 8

Tel. 040 399 73 32

Unità Operativa Dipendenze da sostanze illegali

P. le Canestrini 9

Tel. 040 399 73 24

Fax 040 399 73 58

e-mail: segr.sert@ass1.sanita.fvg.it

Unità Operativa Dipendenze da sostanze legali (alcool)

Via Sai 5

Tel. 040 399 73 71

Fax 040 399 73 58

e-mail: dipendenze.legali@ass1.sanita.fvg.it

Siti utili:

www.triestesalutementale.it

Provincia di Gorizia – A.S.S. n°2 Isontina

Dipartimento di Salute Mentale Alto Isontino

Via Vittorio Veneto, 174. Palazzina direzione. Gorizia

Tel: 0481/592719

Fax: 0481/592781

e-mail: dsm@ass2.sanita.fvg.it

Centro di Salute Mentale Alto Isontino

Via Vittorio Veneto, 155. Padiglione ex Pneumologico. Gorizia

Tel: 0481/594101-04

Fax: 0481/594127

e-mail: csm.altoisontino@ass2.sanita.fvg.it

Centro di Salute Mentale Basso Isontino

Via Romana, 94. Monfalcone

Tel: 0481/791717

Fax: 0481/793902

e-mail: csm.bassoisontina@ass2.sanita.fvg.it

Dipartimento per le Dipendenze Alto Isontino

Via Vittorio Veneto, 174. Gorizia

Tel: 0481/592782

Fax Amministrazione: 0481/592782

Dipartimento per le Dipendenze Basso Isontino

Via Galvani, 1. Monfalcone

Tel: 0481/487562

Fax: 0481/487584

e-mail: sertmn@ass2.sanita.fvg.it

Provincia di Udine

Dipartimento di Salute Mentale di Area Vasta

via Pozzuolo 330, Udine
0432 - 806500/806501

ASS 3 ALTO FRIULI

Centro di Salute Mentale di Tolmezzo, via Bonanni n° 2

0433 44366/43583

dsmto@ass3.sanita.fvg.it

Centro di Salute Mentale di Gemona, via S. Lucia n° 81

0432 97178/971688

dsm@ass3.sanita.fvg.it

SerT Tolmezzo

Sede: via Giovanni XXIII, 3 - 33028 Tolmezzo (UD)

Telefono: 0433 – 488385

E-mail: ddd@ass3.sanita.fvg.it

SerT Gemona

Sede: via Battiferro, 15 - 33013 Gemona del Friuli (UD)

Telefono: 0432 - 982312

E-mail: ddd@ass3.sanita.fvg.it

ASS 4 MEDIO FRIULI

CENTRO DI SALUTE MENTALE DI CIVIDALE

Sede: Cividale del Friuli - Viale Trieste, 26

Tel. 0432 731777 – 0432 731755

Fax 0432 702700

E-mail: csm.cividale@mediofriuli.it

CENTRO DI SALUTE MENTALE DI CODROIPO

Sede: Codroipo - Viale Duodo, 82

Tel. 0432 909190

Fax 0432 909192

E-mail: csm.codroipo@mediofriuli.it

CENTRO DI SALUTE MENTALE DI SAN DANIELE DEL FRIULI

Sede: San Daniele del Friuli - Viale Trento Trieste, 2

Tel. 0432 949750

Fax 0432 949755

E-mail: csm.sandaniele@mediofriuli.it

CENTRO DI SALUTE MENTALE DI TARCENTO

Sede: Tarcento - Piazza del Mercato, 6/5

Tel. 0432 792636/78

Fax 0432 794016

E-mail: csm.tarcento@mediofriuli.it

CENTRO DI SALUTE MENTALE UDINE NORD

Sede: Udine - in Via Comessatti, 5

Tel. 0432 542496

Fax 0432 542445

E-mail: csm.udnord@mediofriuli.it

CENTRO DI SALUTE MENTALE UDINE SUD

Sede: Udine - Via Pozzuolo, 330

Tel. 0432 806655 - 0432 806656

Fax 0432 806200

E-mail: csm.udsud@mediofriuli.it

SERVIZIO PSICHIATRICO DI DIAGNOSI E CURA (S.P.D.C.)

Presso l' Azienda Ospedaliero-Universitaria di Udine – II° piano del Padiglione "Dozzinanti"

Tel. 0432 552245

Fax 0432 554071

E-mail: sopdc.udine@mediofriuli.it

Come si accede? Attraverso il Servizio di Pronto Soccorso dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria e per il tramite dei Centri di Salute Mentale.

Dipartimento delle Dipendenze

si trova in Via Pozzuolo, 330 – Udine

Informazioni 0432 806649 - 0432 806650 -0432 806651

dal lunedì al venerdì dalle ore 09.00 alle ore 12.00

ASS 5 BASSA FRIULANA

CENTRO SALUTE MENTALE DI PALMANOVA 24 ORE

in via Molin 21, 33057 Palmanova.

Tel.: 0432-921948

Fax: 0432-921925

e-mail: csm-pal@ass5.sanita.fvg.it

CENTRO SALUTE MENTALE 24 ORE DI LATISANA

In via Sabbionera 45, 33053 Latisana.

Tel: 0431-52937

Fax: 0431-529468

e-mail: csm-lat@ass5.sanita.fvg.it

Servizio di alcologia

via Molin 21, Palmanova
0432-921914

Servizio Dipendenze Patologiche (ex Sert)

via Sabbionera 45, Latisana
0431- 529454

Provincia di Pordenone

A.S.S. n° 6 Friuli Occidentale

Distretto Urbano – Punto Unico Accesso

Via de La Comina, 25. Pordenone
Tel: 0434344202; 0434 344203; 0434 344212; 0434 344217; 0434 344218
Fax: 0434 344012
e-mail: pua.urbano@ass6.sanita.fvg.it

Assistenza Psichiatrica area Nord

Via Unità d'Italia, 7. Maniago
Tel: 0427 735209
e-mail: pua.nord@ass6.sanita.fvg.it

Distretto Est

Piazzale T. Linteris, 4. San Vito al Tagliamento
Tel: 0434 841721
e-mail: pua.est@ass6.sanita.fvg.it

Distretto Ovest

Via Ettoreo, 4. Sacile
Tel: 0434 736211; 0434 736390
e-mail: pua.ouest@ass6.sanita.fvg.it

Distretto Sud

Via XXV Aprile, 40. Azzano Decimo

Tel: 0434 423311

e-mail: pua.sud@ass6.sanita.fvg.it

Dipartimento delle Dipendenze

Via Interna, 5a. Pordenone

Tel: 0434 373111

Fax: 0434 524048

e-mail: dip.dipendenze@ass6.sanita.fvg.it

SPDC**Struttura Complessa “Assistenza Psichiatrica area Urbana”**

Via Montereale, 28. Pordenone

Tel: 0434 383970; 0434 383926

Fax: 0434 383971

Struttura Complessa “Assistenza Psichiatrica area Nord”

Via Unità d'Italia, 7. Maniago

telefono: 0427 735202

fax: 0427 735282

Struttura Complessa “Assistenza Psichiatrica area Sud”

Via Modotti 7. San Vito al Tagliamento

Tel: 0434 843111 - 0434 843112

Fax: 0434 834126

Clara Minisini: Psicologa, cultrice della materia al corso di Psichiatria Sociale (tenuto dal Prof. Dell'Acqua) per il Corso di laurea in Psicologia dell'Università degli Studi di Trieste. Da anni collabora col Centro di Salute Mentale-Barcola di Trieste nella promozione e gestione di attività volte alla *recovery* con giovani che hanno sperimentato la psicosi.

Alice Catalan: Psichiatra, presso il Centro di Salute Mentale-Barcola di Trieste ha collaborato alla gestione delle attività rivolte ai giovani ed in particolare quelli che hanno sperimentato la psicosi. Su questa esperienza ha scritto la tesi di Specializzazione in Psichiatria. Attualmente lavora presso il Centro di Salute Mentale di Udine Sud.