

# PROGETTO ITACA, 'TUTTI MATTI PER IL RISO' NELLE PIAZZE CONTRO IL DISAGIO PSICHICO

*Publicato il 9 Settembre 2021 di redazione*



**Categoria:** [CRONACA E ATTUALITA'](#)



Il week-end del 9 e 10 ottobre le piazze delle principali città italiane vedranno oltre 300 volontari fare informazione sul tema della salute mentale e a distribuire riso in cambio di donazioni

## Di Marcello Conti e Giovanni Domaschio

MILANO – Ha scelto una cornice nuova di zecca a Milano **Progetto Itaca** per lanciare le sue nuove iniziative, **'Tutti matti per il riso'** e **'Youth in mind'**: il Superstudio Maxi in via Moncuso, appena inaugurato come spazio rigenerato, nato da una vecchia fabbrica siderurgica abbandonata. "Il nostro messaggio risponde bene allo spirito di questo luogo: innovazione, speranza, sguardo al futuro", commenta **Felicia Giannotti**, presidente della fondazione progetto Itaca.

'Tutti matti per il riso' giunge alla sua settima edizione. Il week-end del 9 e 10 ottobre le piazze delle principali città italiane vedranno **oltre 300 volontari fare informazione sul tema della salute mentale** e a distribuire riso in cambio di donazioni a sostegno delle attività della fondazione. "Ma non è solo una raccolta fondi", spiega Giannotti. "È soprattutto un evento di comunicazione. Perché la nostra prima missione è quella di informare correttamente sulla malattia mentale".

Ed è incentrata sulla comunicazione, ma **rivolta verso una fascia specifica, quella degli adolescenti**, anche la seconda iniziativa: 'Youth in mind'. Un progetto completamente nuovo che coinvolgerà le scuole di 11 città italiane (Milano, Torino, Genova, Brescia, Parma, Bologna, Rimini, Firenze, Roma, Napoli e Campobasso) per portare nelle aule programmi di informazione e sensibilizzazione sulla salute mentale.

**"È dal 2001 che Progetto Itaca si occupa di prevenzione nelle scuole"**, racconta Cristina Migliorero, coordinatrice nazionale Prevenzione Scuola. "Fu una scelta coraggiosa, perché all'epoca la malattia mentale era ancora un argomento tabù. Ma il progetto è cresciuto sempre di più: prima solo a Milano, ora diventa un progetto nazionale. Incontriamo i ragazzi delle scuole superiori. Portiamo la figura professionale dello psichiatra per parlarne in maniera precisa. Questo aiuta i ragazzi di vincere quello che è lo stigma e il senso di vergogna nei confronti della salute mentale. Con questi incontri non possiamo risolvere i problemi dei ragazzi, ma possiamo far comprendere che vale sempre la pena di chiedere aiuto".

Tra i professionisti che collaborano con Progetto Itaca nelle scuole c'è il dottor Angelo Bertani, direttore dell'Ambulatorio 15/24 'Centro Ponti', che ha preso la parola durante la conferenza stampa: **"C'è una quota di malessere importante soprattutto tra i ragazzi e i giovani adulti**. Il periodo della pandemia, soprattutto nella fase discendente, ha avuto conseguenze molto importanti. Si sono registrati aumenti degli accessi in pronto soccorso, dei ricoveri in psichiatria, degli eventi di

autolesionismo e suicidi. C'è poi un malessere di fondo che trova sfogo nell'abuso di sostanze e di alcolici. **L'isolamento ha creato difficoltà nel recuperare le relazioni.** C'è necessità di un rapporto diretto con i centri, le forze del volontariato e le altre istituzioni che intervengono nel momento critico e aiutano in quello della ripartenza".

Secondo Bertani l'impegno delle scuole deve coinvolgere non solo gli studenti: "L'idea di favorire la formazione degli insegnanti è fondamentale. **Gli insegnanti devono essere in grado di leggere i segnali di malessere**".

Progetto Itaca è anche l'unico partner italiano dell'associazione americana Nami (National Alliance on Mental Illness) e ha portato in Italia la sua **metodologia basata sul confronto e sostegno tra pari.** Si tratta di corsi rivolti ai famigliari di malati mentali tenuti da chi è in prima persona passato da quella esperienza. "Gli studi sull'efficacia di questi corsi hanno dati risultati incredibili", dice Carola Moretti presidente del progetto Itaca Milano. "Oltre all'informazione dal punto di vista biologico e diagnostico e sul funzionamento degli psicofarmaci, **i contenuti dei corsi riguardano tecniche per migliorare la comunicazione in famiglia.** Anche piccole modifiche nel comportamento dei famigliari possono innescare cambiamenti a cascata che incidono positivamente sulla persona fragile".

Ospite della giornata anche l'influencer e attivista digitale **Shanti Winiger** che dal 2013, prima su YouTube poi su Instagram, parla di salute mentale sul web. "Quando ho cominciato guardavo molta YouTube, ma trovo pochissimo materiale in italiano su questi temi", racconta. **"Ho iniziato parlando di cose personali, come la mia depressione.** All'inizio lo facevo per me. Perché io per prima mi sentivo sola e avevo bisogno di parlarne con qualcuno. Penso ci sia bisogno di condividere le storie personali, per aiutare a far capire concretamente, a immedesimarsi. Mi arrivano tantissime domande, è una grossa responsabilità per me. Io consiglio spesso la terapia, ma tante volte anche solo dire 'ti capisco' può aiutare".

A chiudere l'incontro il videomessaggio dello chef **Antonio Guida**, per il secondo anno testimonial di 'Tutti matti per il riso', che per l'occasione ha realizzato due ricette esclusive a base di riso che verranno regalate a chi sosterrà l'iniziativa.

fonte «Agenzia DiRE» e l'indirizzo «[www.dire.it](http://www.dire.it)»

