Creare per guarire

IL GIORNALE Estate 2021
della Fondation ART-THERAPIE

EDITORIALE

Pronti per le sfide del futuro

Il 2020 è stato un anno fuori dal comune, sotto diversi punti di vista. Il Covid-19 ci ha fatto tirare il freno a mano e riflettere, la salute è diventata la principale tematica e la quotidianità ha assunto una piega totalmente diversa dal consueto.
Nei nostri ospedali partner i vari programmi sono stati messi in stand-by oppure funzionavano a regime ridotto; in altri casi invece è stato possibile intensificarli grazie a soluzioni creative. I bambini hanno particolarmente sofferto la forte limitazione delle visite, situazione che non ha fatto che confermare l'importanza dell'arteterapia e della musicoterapia.
Nonostante le numerose sfide è stato un anno ricco di traguardi, e questo anche grazie ai nostri fedeli donatori.
Sul piano interno abbiamo sfruttato questo periodo per adeguarci alla crescita che la Fondation ART-THERAPIE ha vissuto negli ultimi anni. Lo scorso febbraio ho avuto l'onore di prendere le redini amministrative della fondazione e, dopo anni di esperienza nel ramo culturale, sono felice di poter focalizzare il mio knowhow per questo significativo compito e di guidare la fondazione verso il futuro, affiancata da un motivatissimo team.
A nome del Consiglio di fondazione e delle sue collaboratrici vi ringrazio per l'interesse e per il prezioso sostegno.

Silvana Mombelli Thommen,
Responsabile amministrativa

FONDATION ART-THERAPIE
Creare per guarire

FOCUS

DUE PROGETTI PROMETTENTI: SUONI E ARTE PER CURARE

Grazie al sostegno della fondazione e dei suoi donatori, presso l'ospedale universitario di Losanna (CHUV) verranno presto realizzati due interessanti progetti. Gli intensi lavori preparatori e i colloqui sono sfociati nell'approvazione del Consiglio di fondazione a favore di questi i programmi, presentati e documentati nel dettaglio dai responsabili.

Da nove anni Antonio Esperti, musicista, compositore e terapeuta (MA in MusicArThérapie) accompagna pazienti ricoverati a lungo termine nel reparto psichiatrico per giovani UHPA, presso l'ospedale universitario. E questo con grande successo, poiché accanto alle sedute terapeutiche vere e proprie l'artista compone anche brani concepiti su misura per i pazienti, brani che aiutano a rilassarsi ma al contempo stimolanti, che incitano all'apertura.

Prevenire la schizofrenia

L'esperienza gli ha insegnato l'importanza di riconoscere precocemente i campanelli d'allarme di un disturbo psicotico. Su richiesta dello psichiata pediatrico e ricercatore Dr. Paul Klauser dell'ospedale universitario di Losanna, Esperti collabora a un progetto di ricerca innovativo e di ampia portata. L'obiettivo è quello di riconoscere e arginare i disturbi cognitivi mediante stimolazione sonora di frequenza esatta di 40 Hz. «Nella psichiatria ho notato che la prestazione cerebrale è compromessa in circa il 30 percento dei giovani che ho seguito», spiega. «Da questa fase prodromica potrebbe svilupparsi una psicosi che vada poi a sfociare in una schizofrenia.»

È probabile che questi disturbi siano legati a determinati interneuroni compromessi, gli stessi che si rilevano anche nella schizofrenia. Già durante la fase prodromica la qualità di vita, la formazione o l'attività lavorativa dei giovani è ostacolata.
» continua a pagina 2

Continua da pagina 1 » L'obiettivo di questo studio traslazionale di tre anni è di intercettare i neuroni danneggiati mediante stimolazione sonora con frequenze gamma, di ridurre stress ossidativo e infiammazioni e compensare le anomalie per contrastare i disturbi ad esse legati.

Cosa significa concretamente tutto ciò? Antonio Esperti lavora come musicoterapeuta e compositore all'interno di un team multidisciplinare composto da neuroscienziati e psichiatri, con i quali segue i giovani pazienti. «Ai giovani con stato mentale a rischio facciamo ascoltare per tre settimane, mezz'ora al giorno, brani musicali da me composti, in cui ho integrato il cosiddetto rumore bianco, con frequenza di 40 Hz esatti. L'orecchio non lo percepisce, o solo a livello inconscio. Per un determinato lasso di tempo questa stimolazione rende gli interneuroni più produttivi, dato constatabile fra l'altro mediante misurazione della corrente celebrale, dei marker infiammatori e spettroscopia cerebrale.» Il gruppo di controllo ascolta invece gli stessi brani, ma senza rumore bianco».

Questa forma di musicoterapia recettiva e non invasiva è un approccio promettente da applicare nelle fasi prodromiche della schizofrenia nei giovani con stato mentale compromesso. Questo metodo potrebbe rivelarsi un efficace trattamento dei deficit delle funzioni cerebrali.

Centri diurni per bambini

Presso quattro strutture diurne dell'ospedale universitario di Losanna (CHUV) si seguono bambini tra i due e i dodici anni affetti da disturbi psichici, che spaziano da disturbi dello spettro autistico, dello sviluppo o del comportamento, a problemi legati a rapporti confittuali o a forti difficoltà scolastiche. Grazie all'accompagnamento medico-terapeutico precoce, questi bambini hanno buone probabilità di ritrovare la via verso la quotidianità e la scuola. I centri, parte del servizio universitario psichiatrico del bambino e dell'adolescente (primario: Prof. Kerstin von Plessen), sono gestiti dalla Dr. Olga Sidiropoulou. Fra i metodi utilizzati rientra anche l'arteterapia, approccio terapeutico che alla luce del forte bisogno potrà essere rafforzato grazie al sostegno della fondazione.

Naomi Middelmann, artista e arteterapeuta diplomata, lavora qui da cinque anni a contatto con i giovani pazienti. «All'inizio cerco di incuriosirli, di andare alla scoperta di oggetti e materiali e di sperimentare» racconta. «L'obiettivo è motivarli ad aprirsi, invogliarli a fare nuove esperienze, ad esprimersi, a scoprire i propri punti di forza e, in fin dei conti, a riprendere in mano la loro vita.»

Spesso si tratta di un processo lungo, composto da piccoli ma importanti step. «Nell'arteterapia non si fanno diagnosi, non si esprimono valutazioni. Lavoriamo come persone sullo stesso piano. È uno spazio libero in cui il bambino può dare sfogo alle sue capacità, senza sentirsi un paziente, percepirsi come 'malato'», spiega l'arteterapeuta.

Rompere il silenzio

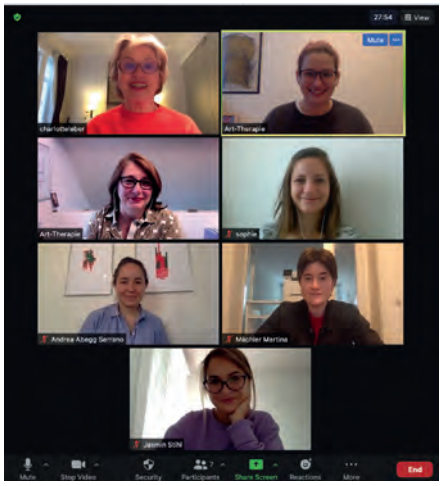
Ci racconta di un bimbo di cinque anni affetto da un disturbo autistico, completamente chiuso nel suo mondo, e di come sia stato difficile anche solo ricevere la sua attenzione. Ha funzionato giocando con la sabbia e con l'acqua, quando un po' alla volta ha iniziato a rispondere alle domande e a scoprire nuovi materiali. Alla fine è arrivato anche a parlare di sé e a trasporre nel gioco i suoi sentimenti e le situazioni di stress. «Inizialmente senza parole, senza contatto visivo e senza interazione ha trovato il suo modo di esprimersi e di entrare lentamente in contatto con l'ambiente circostante.»

Naomi Middlemann ama lavorare a stretto contatto con gli altri terapeuti, cosa che permette di seguire e comprendere i pazienti da diverse prospettive. Il lavoro multidisciplinare e lo scambio costante all'interno del team è all'ordine del giorno anche presso i centri diurni del CHUV. «La maggior parte dei pazienti rimangono qui tra i tre e i sei mesi, cosa che ci permette di svolgere un lavoro continuativo e di assistere a un vero sviluppo, nella maggior parte dei casi molto positivo». ♥

« Chi si dedica all'arte sviluppa la propria capacità di resilienza e di resistenza, può esprimere le cose in un modo che altrimenti non sarebbe possibile. » Naomi Middelmann

IN BREVE

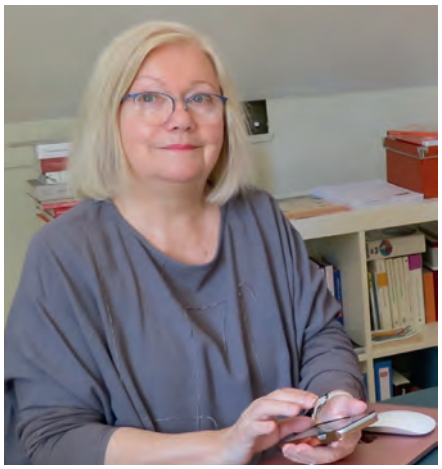
Un nuovo team



Lo scorso autunno il team operativo della fondazione è stato riorganizzato. Con percentuali di lavoro talvolta molto ridotte, le nostre collaboratrici svolgono svariati compiti impegnativi. Il grande knowhow e l'ampia paletta di esperienze dei membri sono affiancati da solide conoscenze linguistiche: tedesco, francese e italiano come lingue madri, a cui si aggiunge l'inglese. Nell'immagine, il team durante la riunione Zoom settimanale (in senso orario): la presidente della fondazione Charlotte Leber, Muriel Leber (coordinazione progetti e comunicazione), Sophie Tarchini (raccolta fondi Svizzera romanda), Martina Mächler (amministrazione), Jasmin Stihl (stagista fino a fine giugno), Andrea Abegg Serrano (raccolta fondi Svizzera tedesca), Silvana Mombelli Thommen (gestione amministrativa).

Passaggio di testimone

Dopo dieci preziosi anni ci separiamo dalla nostra collega Helena Zaugg Wildi. Il motivo: la meritatissima pensione. Il suo impegno e la sua passione hanno plasmato, dato forma e sviluppato la Fondation ART-THERAPIE. Per tutto ciò la ringraziamo di cuore. Helena Zaugg ha trascorso molti anni nell'ambito del marketing e del giornalismo. Alla ricerca di una sfida nuova e significativa si è imbattuta in Charlotte Leber, fondatrice della fondazione. Helena Zaugg era in primo luogo responsabile del backoffice. «Ho avuto modo di cimentarmi anche con la raccolta fondi e di mettere a frutto le mie esperienze nella comunicazione», spiega. «La mia ammirazione va ai terapeuti e al team medico, ciò che fanno è straordinario». Particolarmente toccanti sono stati per lei gli incontri con giorvani pazienti e i loro genitori. Fin dall'inizio ha saputo identificarsi nei valori della fondazione e battersi per i suoi obiettivi. «Anche dopo aver lasciato la fondazione, vi resterò personalmente legata», spiega. Anche noi rimmarremo legati a te, cara Helena. Ti auguriamo solo il meglio e ti ringraziamo di cuore per lo straordinario impegno.



Splendidi regali

Nella nostra newsletter estate-autunno 2020 abbiamo presentato l'asta artistica organizzata dall'associazione privata zurighese «We Help You». La Fondation ART-THERAPIE è stata scelta come organizzazione di pubblica utilità impegnata a favore del benessere dei bambini, e il 25 novembre 2020 abbiamo avuto l'onore di prendere in consegna 34 500 franchi, un risultato coi fiocchi!

Anche il ricavato risultante dalla vendita dei «Carré généreux», edizione limitata di Hermès, è stato sbalorditivo (presentazione nella nostra ultima newsletter): l'esclusivo foulard *Mountain Zebra* è "andato a ruba" nei negozi Hermès ed era rapidamente esaurito. Siamo immensamente grati alla Maison Hermès e alla piattaforma digitale per l'impegno sociale Alaya per aver dato avvio a questa iniziativa di beneficienza.

Concerto fundraising in Ticino

A causa della pandemia nel 2020 gli ambasciatori della Fondation ART-THERAPIE non hanno potuto organizzare eventi per promuovere i nostri programmi. L'highlight è previsto per il prossimo autunno a Lugano: un concerto presso il centro culturale LAC con Louis Lortie, pianista canadese e direttore artistico del LacMus Festival, sul lago di Como. Informazioni dettagliate seguiranno via newsletter e sui social, abbonatevi ai nostri canali!

Progetto scolastico arteterapia

A fine marzo siamo stati contattati da alunne della International School Zurich North a Wallisellen/ZH: il gruppo di undicenni voleva saperne di più sull'arteterapia e sui suoi benefici, e per questo ha chiesto il nostro sostegno. Con grande piacere abbiamo contribuito al progetto e permesso la realizzazione di un'intervista con Tanja Onorato, arteterapeuta e terapeuta espressiva al Kinderspital di Zurigo. A inizio giugno le allieve hanno presentato il loro progetto online, seguito da una piccola campagna di beneficienza a favore dell'arteterapia.

Les échos du vacarme RTS 1

L'arteterapia è stata di attualità anche al canale radiofonico romando La 1ère. Durante una settimana è stato approfondito il tema «Soigner par le beau» (il bello che cura). Tra gli ospiti dell'emissione conclusiva del 26 marzo anche l'arteterapeuta Cristina Anzules. Nostra compagna di viaggio da molti anni, Cristina ha citato i programmi cofinanziati dalla Fondation ART-THERAPIE per giovani sovrappeso all'ospedale universitario di Ginevra. ♥

Seguiteci sui social

Attraverso una comunicazione online attiva intendiamo dare più visibilità all'arteterapia e alla musicoterapia in Svizzera, per poter offrire questi approcci creativi a molti bambini e ragazzi presso i nostri ospedali partner. I nostri canali contengono interessanti scorci sull'operato della Fondation ART-THERAPIE e vi permettono di entrare in contatto con noi in modo semplice e rapido. Non vediamo l'ora di fare la vostra conoscenza online e siamo grati per ogni like e follower.

Newsletter elettronica

Piccolo impegno, grandi risultati: compilate e inviateci il tagliando preaffrancato per ricevere la nostra newsletter nella mailbox, riducendo gli accumuli di carta a casa e aiutandoci a ridurre l'impronta ecologica. Siamo grati per l'interesse verso la nostra fondazione e ci teniamo a tenervi informati direttamente.

Invieremo la newsletter elettronica da due a quattro volte all'anno.

Rapporto annuale 2020

Per ulteriori informazioni sulle attività della fondazione consultate il nostro rapporto annuale 2020, scaricabile su https://arttherapie.org/it/la-fondazione/downloads.

Prime impressioni

Dallo scorso autunno, all'ospedale pediatrico universitario di Basilea Città e Campagna, la musicoterapeuta clinica MA Alexandra Fülscher collabora con Monika Esslinger, musicoterapeuta da molti anni. Per Alexandra il lavoro in ospedale è iniziato nel bel mezzo della pandemia, situazione molto diversa da quella che aveva avuto modo di vivere durante lo stage che ha svolto presso la struttura. «Dell'atmosfera ravvivata dalla voce dei bambini e del gran tumulto che ricordavo non è rimasto un gran che. All'entrata occorre munirsi di mascherina e solo a collaboratori e genitori è consentito entrare. Tutto è sorprendentemente tranquillo. Accompagnare i bambini con la musicoterapia nei vari reparti è quindi ancora più importante». Ciò che trova molto toccante è vedere lo sguardo luminoso dei bambini mentre si sposta per l'ospedale a bordo del variopinto carretto musicale. «Poter donare ai bambini un sostegno morale e momenti di spensieratezza durante il pesante ricovero ospedaliero, fornendo al contempo un sostegno ai genitori, è di grandissima importanza. ♥

I BAMBINI IN OSPEDALE HANNO BISOGNO DI VOI – ORA PIÙ CHE MAI!

Ecco perché le vostre donazioni sono importanti: in ospedale la pandemia pesa in modo particolare su bambini e ragazzi gravemente malati. Essi si sentono insicuri e necessitano di sostegno. Arte e musicoterapia contribuiscono al processo di guarigione, hanno un effetto stabilizzante e danno forza. Offrite un senso di sicurezza e di sollievo!

Le donazioni alla fondazione di pubblica utilità ART-THERAPIE sono deducibili dalle imposte. A partire da 50 franchi forniamo un attestato.

PostFinance: 12-731551-9
IBAN: CH29 0900 0000 1273 1551 9

Banca: CREDIT SUISSE
IBAN: CH19 0483 5148 9262 1100 0
BIC/SWIFT: CRESCHZZ12A

Donazioni online:
www.arttherapie.org

ART-THERAPIE
Fondation | Stiftung | Fondazione

IMPRESSUM: EDITORE Fondation ART-THERAPIE **REDAZIONE** Andrea Abegg Serrano, Silvana Mombelli Thommen, Jasmin Stihl, Helena Zaugg Wildi **TRADUZIONE** adapteam.ch, Società cooperativa traduko **LAYOUT** Leslie Gurtner, konzeptplus **FOTO** CHUV, Marianne Leber, Muriel Leber, UKBB **STAMPA** DICAD GmbH