

CASA PER LA VITA
"SAN VITO MARTIRE"



*...una soluzione per vivere la vita
e non subirla...*

Tricase (LE)

INSIDE

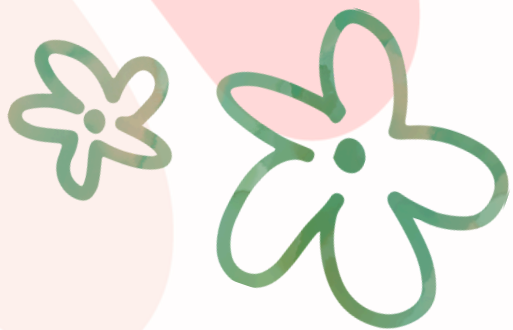
È PIENO DI VITA

Un ponte tra noi e il mondo:
Dove le storie diventano comunità

Agosto 2026

Edizione n° 2





**Benvenuti alla
Seconda Edizione
del giornalino
della
Casa per la vita
"San Vito Martire"
intitolato:
INSIDE
"È PIENO DI VITA"**

Questo è uno spazio di
libertà e condivisione,
dove racconteremo le nostre esperienze,
le sfide quotidiane e i passi verso una
nuova vita.

Vogliamo rompere il silenzio che
circonda spesso il mondo della
salute mentale,
mostrando la bellezza e la ricchezza
delle nostre storie.

Ogni articolo, disegno e testimonianza è
un tassello di un grande mosaico fatto di
umanità, accoglienza e rinascita.

Un ringraziamento affettuoso a:
Direttore, Amministratore e alla Coordinatrice per aver creduto
e sostenuto questo progetto con entusiasmo,
e agli operatori complici instancabili di ogni iniziativa.



**Abbiamo scelto il nome
"Inside" perché rappresenta il
cuore del nostro progetto:
raccontare ciò che accade
dentro la nostra struttura, ma
anche ciò che ognuno di noi
vive dentro di sé.
È uno spazio di condivisione,
riflessione e apertura, dove le
storie, le emozioni e le
esperienze trovano voce.**

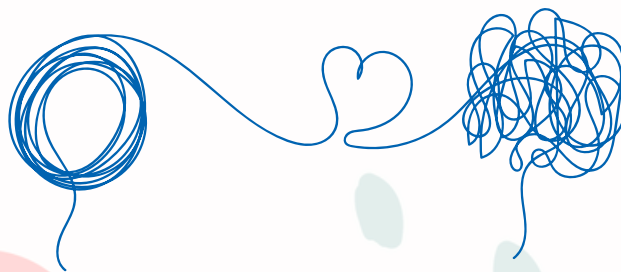
**"Inside" parla della nostra
quotidianità, delle nostre
conquiste, delle sfide e della
bellezza che si scopre vivendo
insieme, giorno dopo giorno.**

Gli ospiti





Le parole dell'edizione
Il nostro INSIDE
Pensieri in libertà



In questo angolo speciale abbiamo raccolto i nostri soprannomi: piccoli titoli allegri e affettuosi che raccontano, con un tocco di fantasia, la nostra personalità. Un modo leggero e colorato per dire...

CHI SIAMO?

La
Nonna
di Tutti

Scugnizzu
Napoletano

Occhi di
Salvatore
Dalì

Silente
Filosofo

Sior Todaro Brontolon

Curiosone

Friz

Miss
Sorriso

Uomo
di Pensiero

Frullina



CHI SONO "FRIZ" E "CURIOSONE"?

*Da pochissimo sono entrati a far parte della nostra famiglia
due persone speciali.*

*Li abbiamo conosciuti da poco e sono ancora tutti da scoprire ma ci
hanno già conquistato con la loro energia.*

NOI AMIAMO CHIAMARLI

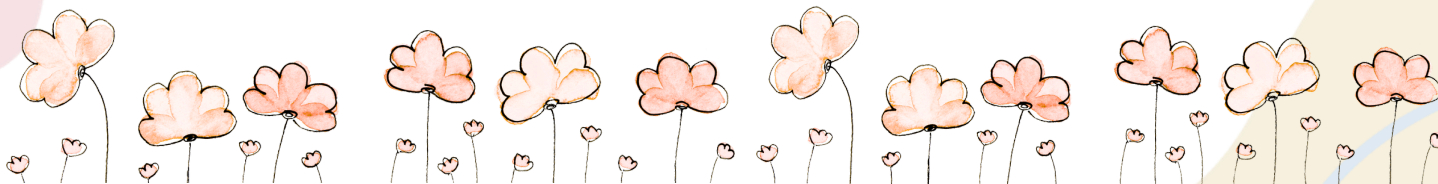
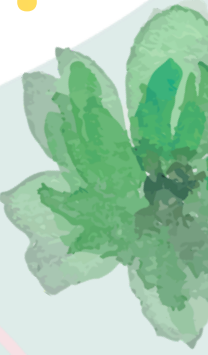
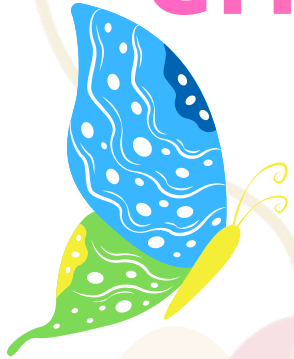
Friz

*Ha una capacità
particolare:
fa ridere tutti.
Ha sempre la battuta
pronta!*

*Benvenuti
nella
nostra casa*

Curiosone

*Perchè vuole sapere
sempre tutto e fa mille
domande*



Le parole dell'edizione sono **CURA E LIBERTÀ**



A volte sembrano parole lontane.
Qualcuno pensa che essere curati significhi avere meno libertà.
Qualcun altro pensa che essere liberi significhi non avere bisogno di nessuno.

Noi non la vediamo così!

Per noi la cura può essere una mano che aiuta, una persona che ascolta, un posto dove sentirsi accolti. E la libertà non è solo uscire o andare via. È anche poter parlare, scegliere, respirare, sentirsi rispettati.

Nella nostra quotidianità le viviamo ogni giorno, in modi diversi, con pensieri differenti. C'è chi si sente libero quando riesce a stare bene con gli altri. Chi quando cammina da solo. Chi quando può dire quello che prova senza paura.

Miss sorriso

Anche la cura cambia da persona a persona.
Per qualcuno è una terapia.
Per qualcuno è una telefonata.
Per qualcuno è il silenzio, una risata, un caffè insieme.
Con questa edizione abbiamo provato a raccontare tutto questo con parole semplici e vere.
Non per dare risposte perfette, ma per condividere pensieri, emozioni e pezzi di vita.

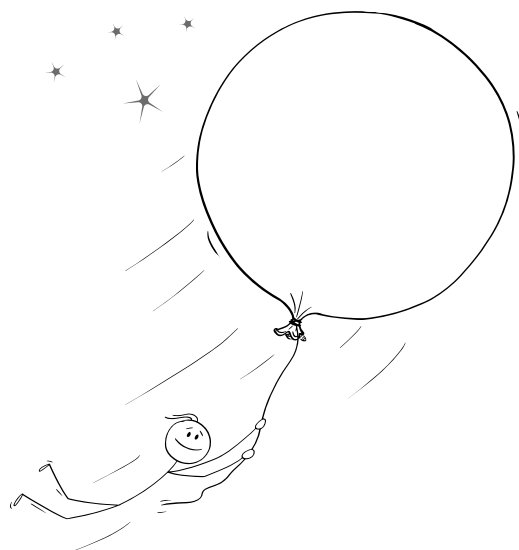
Perché tutti, in fondo, abbiamo bisogno di cura.

E tutti cerchiamo un modo per sentirci un po' più liberi.



Dopo aver scelto
come parole centrali
“cura e libertà”
ci siamo impegnati in
dei laboratori di
scrittura creativa in
cui ognuno di noi ha
potuto esprimere
pensieri, ricordi ed
emozioni legati a
questo tema.

Tra i testi nati da
questa esperienza,
quello che segue è il
risultato di un lavoro
condiviso che
rappresenta la
nostra creatività.



TRA LA CURA E LA LIBERTA'

*La libertà non è fare tutto da soli.
A volte è poter chiedere aiuto senza
vergogna.*

*La cura non è una gabbia
è qualcuno che resta mentre cerchi di
tornare da te stesso.*

Sior Todaro Brontolon

PER NOI LIBERTÀ È..

**Abbiamo parlato tanto.
Ci siamo raccontati.
Ognuno ha detto con le sue parole
cosa significa sentirsi liberi..**

La nonna di tutti

Libertà è poter fare
lunghe passeggiate
senza orari.

Silente filosofo

Libertà è volare
anche solo con il
pensiero

Frullina

Libertà è rompere
le catene.

Miss Sorriso

Libertà è dire
quello che penso
senza paura.

Friz

Libertà è amore,
punto.

Occhi di Salvator Dali

Libertà è giocare
come quando eravamo
bambini.

Curiosone

Libertà è avere un
paracadute quando
qualcosa non va.

Sior Todaro Brontolon

Libertà è
la cura per tutto

Uomo di pensiero

Libertà è un aereo nel
cielo blu.

**Non è solo una parola.
Per noi la libertà ha tanti volti..**

COS'È PER NOI LA CURA?

Dai momenti di riflessione è emerso..

Friz

"Curare è come dare
una mano a qualcuno
che ha bisogno"

Uomo di pensiero

"Trattare se stessi
con tatto"

Silente filosofo

"Un luogo in cui
ognuno può ricevere
assistenza e le
attenzioni che merita"

Sior Todaro Brontolon

"Un rimedio che ti aiuta
a guarire"

Scugnizzu Napoletano

"Curare la propria
salute"

*Occhi di
Salvatore Dali*

"Sentirmi al sicuro"

Miss Sorriso

"Curare la mia persona
affinchè io stia bene"

Frullina

"Sentirmi accolto anche
nei miei giorni difficili"

Curiosone

"Avere una mano tesa
verso qualcuno"

La nonna di tutti

"Sentirsi ancora una
persona e non un
problema"



Ci è stato chiesto di raccontare
un luogo o qualcosa che ci fa sentire liberi..

"Il cuore che batte
mi dà la sensazione
di libertà"



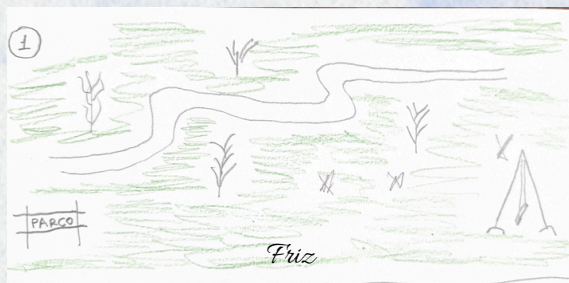
Frullina



Uomo di pensiero

"Per me è una barca
che naviga in mare"

"Il parco in cui ognuno
è libero di divertirsi"



Friz

"Una figura femminile
che illumina il mondo
con i suoi ideali"



Uomo di pensiero

"Un simbolo inventato
da me"



Siar Todaro Brontalon

"Un caffè in
compagnia"



Miss Sorriso

"Un falco solitario
che vola"



Scugnizzu Napoletano

e qualcosa che ci fa sentire curati...

"Riesco a sentirmi curato solo quando sono con i miei nipoti"

"La cura è avere tempo di guarire senza fretta"

"Sapere che domani andrà sempre meglio"

"Poter esprimersi senza la paura di essere giudicati"

"Quando qualcuno crede ancora in te"

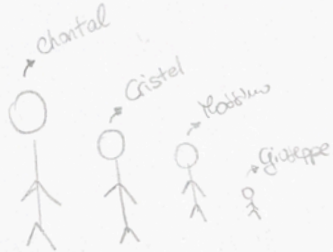
"Imparare a volersi di nuovo bene"

"Una mamma che si prende cura del suo bambino"

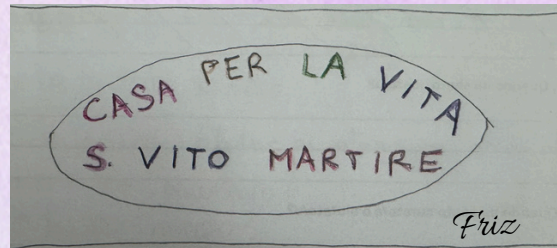
"Solo i dottori mi fanno sentire curato"

"La cura per me è la casa dove sono"

questo dono io



Scugnizzu Napoletano



Uomo di pensiero



Frullina



La nonna di tutti

Curiosone

Occhi di Salvador Dali

Miss sorriso

Sior Todaro Brontolon



Il nostro INSIDE LIBERI DI FARCI CURARE

Ci è stato chiesto di scrivere una lettera a noi stessi, un
qualcosa di mai fatto..
chi mai si soffermerebbe a scrivere una lettera a sè stesso?

A un'fa non avevo bisogno di cura
poiché vivvo in modo spensierato e felice.
Ma ^{ad} un certo punto della mia vita mi
sono ammalato psichiatricamente di una
patologia detta bipolare ossia il disturbo
dell'animo. Mi sono affidato ~~alla~~ struttura
con figure professionali che in parve in
cura. Ci sono voluti anni ma da quella galleria
buia me sono uscito. Auguro a tutti quelli
che vivono le difficoltà che ho vissuto
di credere che da quel tunnel si può
uscire

Uomo di pensiero

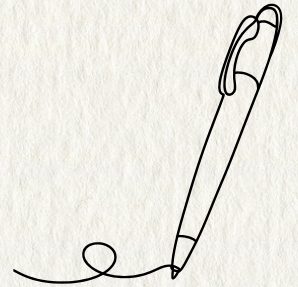
La salute è fondamentale bisogno
affidarsi alle persone competenti. Bisogna
parlare con tutti e stare in allegria. Questo
auguro a tutti

Miss Sorriso

Il tempo è passato e non sei più lo stesso
di prima. Qualcosa è cambiato dal momento
in cui sei in struttura ma qualcosa è
rimasta uguale: l'amore dell'per la mia
figlia. Auguro a tutti di stare bene
e tutto ciò che di positivo c'è. Frullina

La cura x me stesso e stare
in equilibrio e senza commettere
errori e brutte compagnie x non
essere sempre negativo e rientrare
in società quello pulito e non
sempre fiacche compagnie e brutte
Storie che mi paiono sempre in
brutte storie

Occhi di Salvatore Dali



Caro me stesso mi, la vita è da un
bel pezzo che non ti sorride e perciò mi
stanno curando.
Vorrei tanto sperare bene, ma l'esperienza
mi dice che tale speranza è zuppa male.

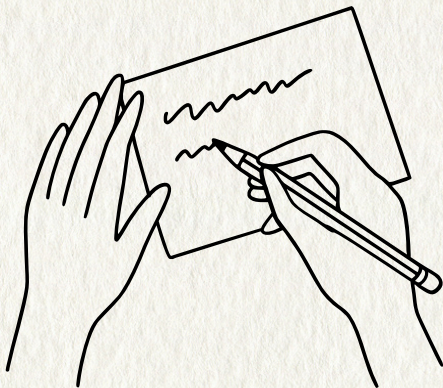
Silente Filosofo

La mia vita ho avuto 2 rifiuti poi un
questo cardiaco ma non riuscito a ~~far~~
superarlo. Sono passati parecchi anni e se
mi viene di nuovo non credo di superarlo perché
sono ~~più~~ grande. Ho avuto la possibilità di
trapiantarlo ma ho rifiutato perché volevo
vivere con il cuore che mi ha donato mia madre.
Io mi rivolgo ai giovani aiutatevi l'un l'
altro così la vostra vita comblerà,
così come la mia che nonostante abbia
passato tutte le brutte ~~etappe~~ e m'è migliorata
assai.

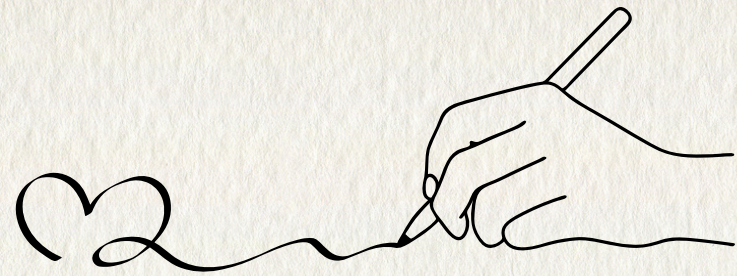
Scugnizzu napoletano

Ad un certo punto della ^{mia} vita sono stata
male. ~~Il~~ Sono stata in questa stottura
dove mi hanno curato e oggi a distanza
di tempo posso dire di essere compensata e
di stare meglio. Spero che anche gli altri possano
trovarsi bene così come mi sono trovata io.

La nonna di tutti



"Scrivere è l'arma più
potente che l'uomo ha.
Può dire cose che
spesso non riesce ad
esprimere..."



DOTTORE CURA TE STESSO E' UN
DETTO CHE SPIEGA CHE COME SI
CONOSCE SE STESSI NON C'E' NESSUNO.
QUINDI, IN PRIMIS, C'E' IL SANO
EGOISMO PER SENTIRSI BENE E
PRONTI AD AIUTARE GLI ALTRI.
SE C'E' QUALCOSA CHE NON VA BISOGNA
PARLARE CON LE PERSONE GIUSTE E
APRIRSI.
LA CURA NON SONO SOLO LE MEDICINE
MA AMARE SE STESSI E VIVERE CON
RISPETTO CON GLI ALTRI.
LA CURA E' IL SAPER ADATTARSI AD
OGNI SITUAZIONE E STARE SEMPRE
COI PIEDI PER TERRA. AMEN

Friz

Il nostro INSIDE



In questa edizione abbiamo voluto dare spazio alle tante iniziative vissute in questo periodo,

tutte diverse tra loro ma accomunate da un aspetto importante:

ci hanno fatto sentire liberi di esprimerci, partecipare e stare bene insieme.

Attraverso laboratori, incontri, attività creative e momenti di condivisione, ognuno di noi ha potuto sentirsi accolto, ascoltato e curato.

Raccontare queste esperienze significa valorizzare ciò che abbiamo costruito insieme e conservare

il ricordo di momenti significativi

che ci hanno fatto crescere e sentire parte di qualcosa di

bello e unico!

Scugnizzu Napoletano

Qui siamo insieme al nostro maestro di pittura Salvatore con cui stiamo sperimentando tante nuove tecniche di disegno. Colori acrilici, tempere, gessetti tante pratiche che ci permetteranno di realizzare la nostra mostra.

Occhi di Salvatore Dali



"La parte più bella del lavoro è stata quella di vedere la mostra realizzata con i nostri quadri.

Quando abbiamo iniziato non pensavo di poter arrivare a sentirmi un vero artista."

Sior Todaro Brontolon



"Senza dubbio per me la parte più emozionante è stata poter tagliare il nastro insieme ai miei amici dopo tanto lavoro e mostrare a tutti le nostre opere!"

Frullina



MANI IN PASTA



Durante il periodo di Pasqua abbiamo vissuto un momento speciale insieme, fatto di sorrisi, collaborazione e tradizione.

Con l'aiuto della signora Anna Maria, abbiamo partecipato all'evento "Mani in Pasta", preparando insieme le tipiche cuddhure pasquali.



"È stata un'esperienza bella e coinvolgente, che ci ha fatto sentire uniti e partecipi. La giornata si è conclusa con un piacevole momento di festa insieme agli operatori, condividendo la cena in un clima di allegria e serenità".



Frullina

"Un ricordo semplice ma prezioso, che porteremo nel cuore."

Uomo di pensiero



INSIEME NELLA DIVERSITA'



In occasione della giornata dei calzini spaati, in cui si festeggia la diversità, abbiamo voluto lanciare un contest per i bambini dell'Istituto Comprensivo Pascoli di Tricase.

Tutti gli alunni sono stati invitati a realizzare un disegno sul tema della diversità e dell'unicità di ognuno.

È stato emozionante vedere tanti lavori creativi e ricchi di messaggi importanti. Per un giorno siamo diventati noi i giudici del concorso, osservando con attenzione tutti i disegni e scegliendo quelli che ci hanno colpito di più per originalità e sensibilità.



Non è stato semplice scegliere i lavori da premiare, perché ogni bambino è riuscito a trasmettere qualcosa di speciale attraverso il proprio disegno.





È stato bellissimo premiare i bambini con piccoli premi realizzati da noi, preparati con impegno e affetto.



Ma il momento più emozionante è stato quando loro hanno voluto fare un regalo a noi, consegnandoci delle corone con la scritta "Sei speciale".

La nonna di tutti



È stato uno scambio pieno di gioia e sorrisi, che ha reso questa giornata ancora più speciale e indimenticabile per tutti noi.

*La diversità è come un paio di calzini spaiati:
anche se diversi tra loro,
insieme rendono il mondo più bello e colorato.*



*Gli ospiti della struttura Casa per la vita San Vito Martire
ti ringraziano di cuore per aver partecipato
con il tuo bellissimo lavoro all'iniziativa.*

Grazie



*Better
Together*

*"Per la Festa della Mamma
abbiamo realizzato insieme un
cartellone pieno di colori,
pensieri e affetto."*

*Ogni fiore creato è stato un
modo semplice ma sincero per
celebrare l'amore e
l'importanza delle mamme."*

Sior Todaro Brontolon



MOMENTI INSIEME



*"Il laboratorio di teatro ci ha regalato
momenti di
espressione, creatività e divertimento.
Attraverso giochi, battute ed emozioni
condivise, abbiamo imparato a metterci in
gioco e a sentirci parte della compagnia
Fuori copione"*

Uomo di pensiero

*"Per me la cosa più significativa di questo
periodo è la giornata speciale trascorsa da
Gust'è."*

*Fatta di sorrisi, condivisione e piccoli
momenti di felicità.
Stare insieme a persone speciali ha reso
tutto più bello,
ricordandoci quanto sia importante
condividere il proprio tempo con gli altri."*

Miss sorriso

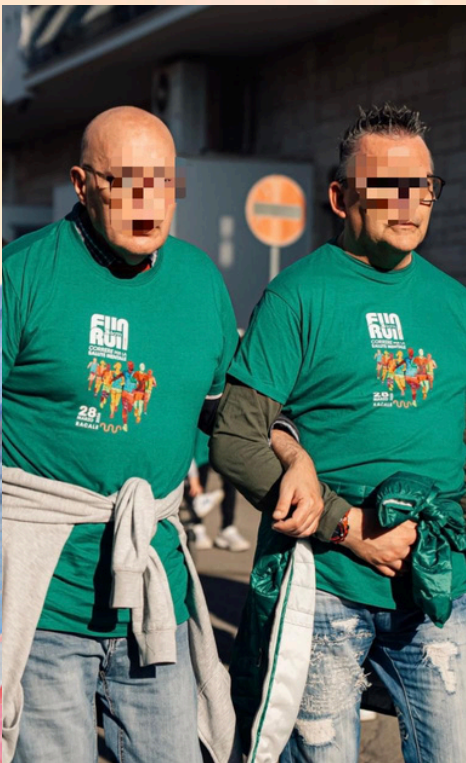


FUN RUN 2026



Abbiamo partecipato con entusiasmo alla Fun Run di Racale!

Una giornata speciale dedicata non solo allo sport e al divertimento, ma soprattutto alla sensibilizzazione sull'importanza della salute mentale.



*È stato bello sentirsi parte di un evento che ha voluto lanciare un messaggio importante:
stare insieme, condividere esperienze e sentirsi accolti può fare davvero la differenza.*

Tra sorrisi, musica e momenti di allegria, abbiamo vissuto un'esperienza significativa, sentendoci parte attiva della comunità.

Camminare insieme ha rappresentato un simbolo di unione, inclusione e vicinanza, valori fondamentali per il benessere di ogni persona.



La Fun Run è stata quindi molto più di una semplice camminata!

È stata un'occasione per promuovere la salute mentale, abbattere i pregiudizi e ricordare quanto siano importanti l'ascolto, la condivisione e il sostegno reciproco.

Friz

CANZONI DEL CUORE

Le canzoni che ci rappresentano

LA CURA

Di Franco Battiato

"Ti proteggerò dalle paure delle ipocondrie
Dai turbamenti che da oggi incontrerai per
la tua via

Dalle ingiustizie e dagli inganni del tuo
tempo

Dai fallimenti che per tua natura
normalmente attirerai

Ti solleverò dai dolori e dai tuoi sbalzi
d'umore

Dalle ossessioni delle tue manie
Supererò le correnti gravitazionali
Lo spazio e la luce per non farti
invecchiare

E guarirai da tutte le malattie
Perché sei un essere speciale
Ed io, avrò cura di te.."



Frullina

"La cura" è diventata per noi
un modo per raccontare
l'importanza dell'**ascolto**, della
presenza e dell'**attenzione**
verso gli altri. Un messaggio
che sentiamo vicino alla nostra
quotidianità.

Occhi di Salvator Dali

Attraverso le sue parole abbiamo
ritrovato il valore della **vicinanza** e
dell'**affetto**, **piccoli gesti** che
possono fare tanto bene al cuore
È una canzone che ci ricorda quanto
sia importante **prenderci cura** gli
uni degli altri, ogni giorno."

ABBI CURA DI ME

Di Simone Cristicchi

"Ognuno combatte la propria
battaglia

Tu arrenditi a tutto, non giudicare
chi sbaglia

Perdona chi ti ha ferito, abbraccialo
adesso

Perché l'impresa più grande è
perdonare se stesso

Attraversa il tuo dolore, arrivaci fino
in fondo

Anche se sarà pesante come
sollevare il mondo

E ti accorgerai che il tunnel è
soltanto un ponte

E ti basta solo un passo per andare
oltre.."



VIVA LA LIBERTA'

Di Jovanotti

Parola magica, mettila in pratica
Senti che bella è, quant'è difficile
E non si ferma mai, non si riposa mai
Ha mille rughe ma è sempre giovane
Ha cicatrici qua, ferite aperte là
Ma se ti tocca lei ti guarirà
Ha labbra morbide, braccia fortissime
E se ti abbraccia ti libererà
Viva la libertà (viva)
Viva la libertà

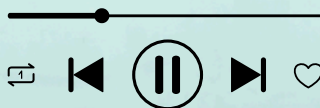


Scugnizzu Napoletano

Ascoltandola abbiamo pensato a
quanto sia importante sentirsi liberi
di **esprimere sé stessi**, di sorridere,
di condividere emozioni e di
guardare avanti con **speranza**.
È un brano che ci invita a vivere con
leggerezza, apprezzando i piccoli
momenti belli della vita.

Friz

Attraverso le sue parole abbiamo capito
quanto sia importante **non arrendersi**
mai e trovare il coraggio di andare
avanti anche nei momenti difficili.
È una canzone semplice ma profonda,
che lascia un messaggio di pace e di
rinascita.



REDEMPTION SONG

Di Bob Marley & The Wailers

Won't you help to sing
These songs of freedom?
'Cause all I ever have:
Redemption songs;
Redemption songs.
Emancipate yourselves from mental
slavery;
None but ourselves can free our
mind.
Wo! Have no fear for atomic energy,
'Cause none of them-a can-a stop-a
the time.



PENSIERI IN LIBERTÀ



“

“Si può essere fragili e liberi allo stesso tempo.

Forse è proprio nella fragilità che impariamo cosa significa respirare davvero.

*La libertà non è scappare.
È restare davanti alle proprie ferite senza smettere di cercarsi.
A volte ci sentiamo chiusi in una stanza senza finestre.
Poi arriva qualcuno che ascolta davvero e quella stanza diventa meno stretta.”*

Sior Todaro Brontolon



*“La libertà non sempre fa rumore.
Spesso arriva piano, nel momento in cui ricominci a fidarti.”*

Pisulicchio



”

“Ci hanno insegnato a nascondere il dolore.

*Ma il dolore ascoltato pesa meno.
Ci sono catene che non si vedono e ci sono mani che, con pazienza, aiutano a scioglierle.*

Essere liberi mentalmente significa permettersi di chiedere aiuto”.

Frullina



“

*“Curarsi è un atto di coraggio.
Perché significa guardarsi dentro quando sarebbe più facile voltarsi dall'altra parte.*

*Le persone non si guariscono da sole.
Guariscono quando smettono di sentirsi sole.”*

Scugnizzu Napotelano

”



Curarsi per essere liberi

La libertà non nasce da sola,
cammina piano dentro le **ferite**,
entra nei silenzi delle stanze chiuse
e accende una luce nella mente.

Ci curiamo per tornare a **vivere**,
per riconoscere il nostro nome
anche quando il dolore
ci aveva fatto dimenticare **chi** siamo.

Un amico tende la mano,
qualcuno ascolta senza giudicare,
e allora la sofferenza pesa meno,
diventa **strada condivisa**.

La libertà è cura,
è accettare gli aiuti che arrivano dall'esterno,
è trovare **il proprio simile**
e non sentirsi più soli.

Non è un dono regalato dal vento,
ma qualcosa costruito attraverso le lotte,
giorno dopo giorno,
caduta dopo caduta.

Quando siamo bloccati,
la cura rende liberi.
E nel cuore di chi ricomincia
nasce finalmente spazio per **respirare**.
Uomo di pensiero



Liberi di farci curare

Siamo stati muri chiusi,
stanze senza finestre,
pensieri stretti nella paura
e parole lasciate a metà.

Poi qualcuno ci ha guardati davvero,
senza chiedere perfezione,
senza pretendere forza.

Abbiamo imparato
che essere liberi
non significa stare da soli,
ma avere il coraggio
di lasciarsi **aiutare**.

La libertà è medicina,
è una cura che passa dagli incontri,
dalle mani tese,
dalle voci che restano **accanto**.

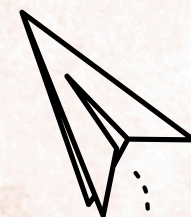
Amare nelle difficoltà,
restare presenti nei momenti oscuri,
significa **aprire** una porta
dove prima c'era soltanto paura.

Se non sei libero mentalmente
non puoi curarti davvero,
ma quando accetti la cura
la mente si apre al **futuro**.

E allora scopriamo insieme
che la libertà non ripaga con il denaro:
vive negli occhi di chi ricomincia,
nella dignità ritrovata,
nel coraggio di dire:

**"Sto guarendo,
e finalmente sono libero."**

La nonna di tutti



IL FUTURO È SCRITTO DA NOI

Cosa vorremmo raccontare nel prossimo numero?



Il nostro giornalino non finisce qui.

*Nel prossimo numero potremmo parlare di sogni,
passioni, ricordi, desideri, paure superate e nuove
strade da percorrere.*

*Potremmo raccontare le nostre storie, scrivere
poesie, disegnare mondi immaginari, intervistare
qualcuno che ci ha ispirato, inventare un gioco o
condividere una ricetta.*

*Potremmo parlare di quello che ci fa stare bene.
O di quello che ci fa pensare.*

*Perché questo giornalino non è solo carta e
parole.*

*È un luogo in cui possiamo esprimerci, essere
ascoltati, sorridere, riflettere...
È NOSTRO.*

*Per questo ti lasceremo parte di questa
pagina bianca, tutta per te.*

*Per scrivere, disegnare, annotare un
pensiero, un'idea, una domanda.*

*Oppure anche solo per iniziare qualcosa
che potremo finire insieme, nel prossimo
numero.*

*Siamo già curiosi di sapere cosa nascerà!
Perché le storie migliori... si scrivono INSIEME!*

Seguici sul nostro canale Instagram per restare sempre aggiornato e condividere con noi questo spazio a tua disposizione

Instagram: [@cpv_sanvitomartire](https://www.instagram.com/cpv_sanvitomartire)