

Pontevico, 10/03/2025

### "Salute Mentale: un dialogo aperto"

Ragazze e ragazzi,

la salute mentale è un tema fondamentale, che riguarda tutti noi. Spesso, però, se ne parla poco e male, creando fraintendimenti e pregiudizi.

Per questo nei giorni 18, 20 e 25 marzo 2025 la vostra scuola ospiterà degli esperti che vi aiuteranno a capire meglio questo argomento così importante. Insieme, affronteremo:

- **Il concetto di salute mentale:** andremo oltre i luoghi comuni, per capire cos'è davvero e come possiamo prendercene cura.
- **Le principali problematiche:** conosceremo le diverse forme di disagio mentale, per imparare a riconoscerle e a chiedere aiuto.
- **La rete dei servizi:** scopriremo quali sono le risorse disponibili sul territorio, per sapere a chi rivolgerci in caso di necessità.
- **La storia della psichiatria:** faremo un viaggio nel tempo per capire come si è evoluta la nostra comprensione della mente.
- **Miti e realtà:** sfateremo i falsi miti e i pregiudizi che circondano la salute mentale.

E per rendere l'esperienza ancora più coinvolgente, avremo un **laboratorio musicale** con Davide Zubani, musicista esperto, per esplorare le nostre emozioni attraverso la musica.

Ecco il programma:

- **09:00 - 11:30:** Incontro con gli esperti: un'occasione per confrontarsi e porre tutte le vostre domande.
- **11:30 - 13:00:** Laboratorio musicale: un modo creativo per esprimere le nostre emozioni.

Gli esperti sono:

Davide Zubani: musicista e referente del laboratorio musicale.

Sergio Lussignoli, Marco Rampini e Valentina Vitali: professionisti della cooperativa sociale Il Gabbiano, con una lunga esperienza nel campo della salute mentale.

Vi aspettiamo numerosi!

Il Presidente dell'associazione  
Marco Rampini