

ModestaMente

Il Giornale delle comunità psichiatriche della Fondazione Gusmini di Vertova!

Anno: 11, N. 117

Dicembre 2025

“IL BENESSERE NON E' UNA DESTINAZIONE, E' UNO STILE DI VITA”

Vi siete mai chiesti che cosa sia la Salute Mentale?

Per comprendere al meglio questo termine è necessario definire il concetto di Benessere: è uno stato di salute complessivo che va oltre la semplice assenza di malattia e comprende dimensioni fisiche, mentali e sociali, includendo anche aspetti spirituali e ambientali. E' quella condizione che si raggiunge attraverso l'equilibrio e l'armonia tra tutti questi aspetti della vita. Essendo l'essere umano una totalità dinamica integrata, per stare bene, necessita che queste dimensioni che lo caratterizzano siano vicendevolmente interconnesse e soddisfatte.

Esistono diverse dimensioni del benessere:

Fisico: riguarda la salute del corpo che ci permette di svolgere le attività quotidiane;

Mentale, emotivo e psicologico: l'insieme di capacità che ci permettono di gestire le emozioni, mantenendo un certo equilibrio interiore per affrontare le sfide della vita. E' quell'atteggiamento positivo, ottimistico utile ad affrontare lo stress e a sentirsi in pace con sé stessi col fine di realizzare i propri obiettivi.

Sociale: avere delle buone relazioni sociali e sentirsi parte di una comunità. Si parla quindi di senso di integrazione e di appartenenza.

Spirituale e ambientale: il primo fa riferimento al senso di realizzazione personale secondo i propri valori, mentre il secondo si riferisce al luogo in cui si vive e al rapporto con la natura.

La Salute Mentale è quella condizione senza la quale non può esistere il presupposto per una vita serena e soddisfacente.

Nel percorso di vita però ci sono delle situazioni che possono “sconvolgere” il complesso equilibrio di tutti quei fattori. L'equilibrio non è mai una condizione statica, è un filo sottile sul quale ci si adatta costantemente per restare in piedi e goderci il panorama. Quando un equilibrio viene perso, se ne costruisce un altro;

questo permette alla persona di evolversi, di crescere, di migliorare e di raggiungere sempre più la propria realizzazione.

Situazioni avverse fra cui stress, lutti, malattie, isolamento sociale e cattive abitudini, possono determinare uno stato di sofferenza che può compromettere il Benessere e la Salute Mentale. La persona si potrebbe ritrovare in una condizione di disagio e di malessere tali da impedirle di vivere una vita serena. In questi casi esistono due possibilità: rialzarsi con le proprie risorse, contando solo su stessi oppure avere un supporto esterno, un punto di riferimento, che possa aiutarla a rimettersi in sesto.



Un punto di riferimento stabile, oltre a chi ci sta vicino, potrebbe essere una società sensibile che offra supporti perché consapevole del fatto che la Salute Mentale è responsabilità di tutti: se sta bene una persona, questo si ripercuote positivamente su tutti. Questo non significa sostituirsi alla persona in difficoltà ma offrirle un accompagnamento e i mezzi affinché possa ridimensionarsi da sé. È qui che si collocano i Servizi di Salute Mentale.

Il gruppo di sensibilizzazione alla Salute Mentale

“L’uomo non è un’isola ma è come una cellula, come un pianeta, che per vivere ha bisogno di scambiare costantemente energia con il mondo che lo circonda.”

Michele



Parole chiave:

La nostra esperienza in comunità CPA

Una pagina che vuole catturare l’attenzione: parole cariche di significato, di esperienza, di fatiche e traguardi

Vi lasciamo alla pagina che segue un simpatico cruciverba da completare!

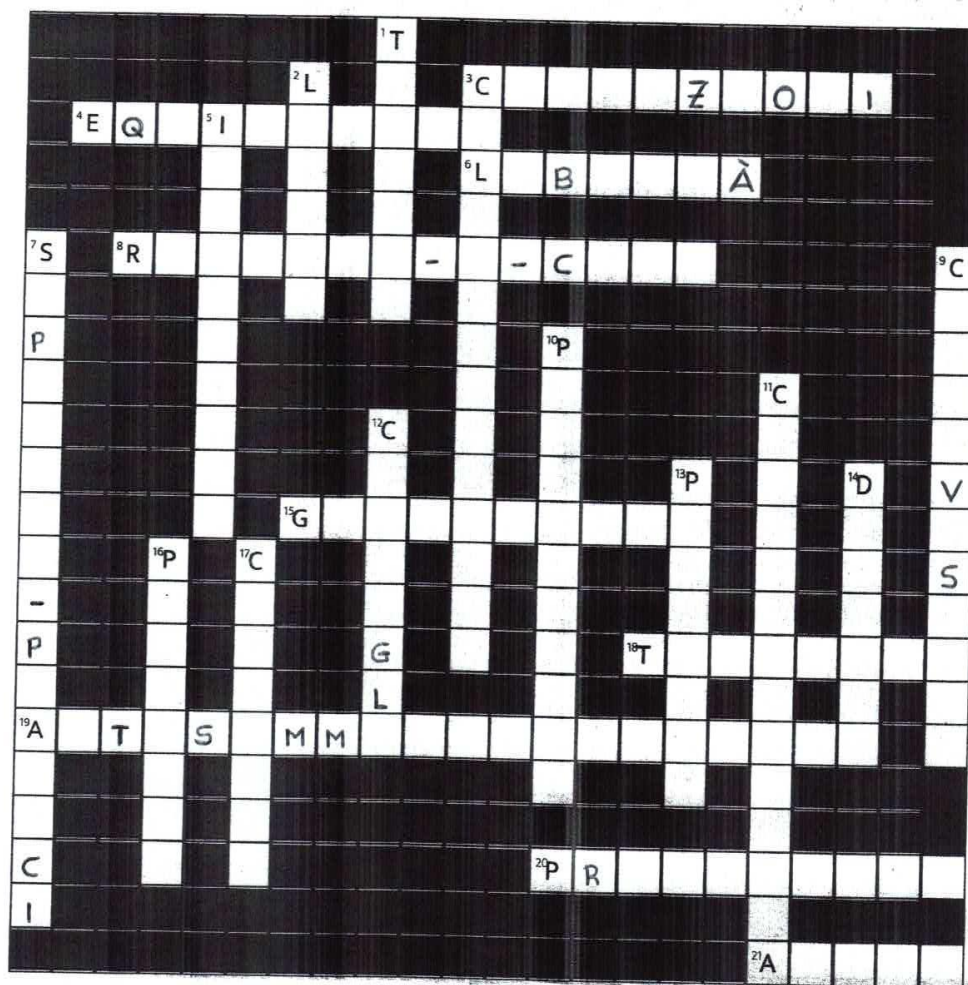
Le soluzioni saranno nell’ultima pagina se dovessero servirvi ;)

Le parole scelte sono state scritte e incrociate fra loro, la riflessione fatta poi è stata quella di cercare di capire quale sia per noi il loro livello di difficoltà ad oggi.

Fermarsi a riflettere e a pensare è forse alla base dell’inizio di ogni cambiamento positivo.

Il nostro invito oggi è questo: fermatevi con noi cari lettori anche solo un minuto per condividere un pensiero di cambiamento...di sensibilizzazione!

Grazie,
La redazione CPA

**orizzontale**

- 3 Sinonimo di situazioni
- 4 E' sia fisico che mentale
- 6 Facoltà di agire secondo la propria volontà che tutti devono avere
- 8 Tornare nella propria abitazione
- 15 Comportamento cortese verso gli altri
- 18 Dispositivo per comunicare a distanza
- 19 Assunzione autonoma di terapie
- 20 Mancanza di qualcosa necessario o desiderato
- 21 Sostegno dato a chi ne ha bisogno

verticali

- 1 Trattamenti per migliorare la salute
- 2 Confini da non superare
- 3 Lavoro svolto insieme ad altri verso il raggiungimento di un obiettivo
- 5 Operatore sanitario che assiste i pazienti
- 7 Strumenti che facilitano le attività quotidiane
- 9 Scambio di pensieri o esperienze
- 10 Camminate fatte per svago o benessere
- 11 Capacità di capire se stessi e ciò che accade
- 12 Indicazioni utili su cosa fare, può darli chiunque
- 13 Capacità di attendere senza irritarsi
- 14 Professionista che cura le persone
- 16 Cammino o processo da seguire
- 17 Incontri per parlare e confrontarsi

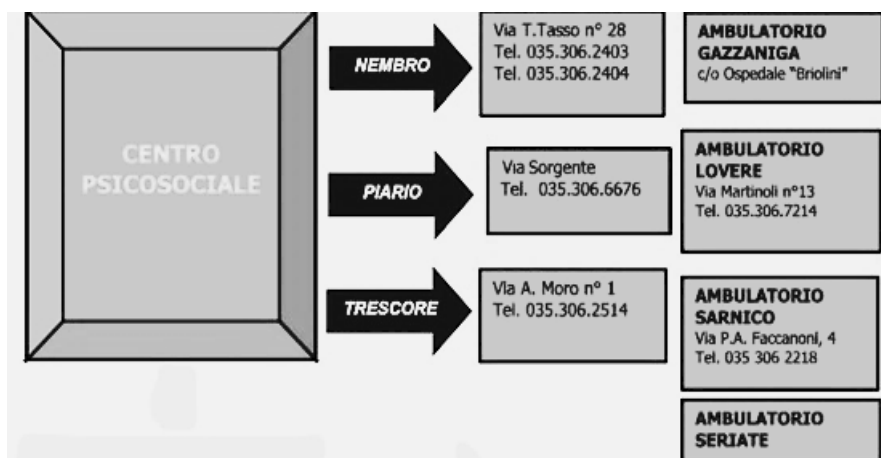
COSA FARE E A CHI RIVOLGERSI IN CASO DI DISAGIO: IL CPS E I PERCORSI DI CURA.

I servizi psichiatrici territoriali nascono contestualmente alla volontà di un superamento dell'istituzione manicomiale. Con la riforma psichiatrica si è dovuto rivoluzionare il concetto di salute mentale: se il compito istituzionale della psichiatria manicomiale era quello di preservare la società dalla devianza, per la psichiatria territoriale compito primario è la promozione della salute mentale dell'individuo malato di mente. L'organizzazione dei servizi per la salute mentale si integra all'interno del territorio, concepito come insieme funzionale ampio, con la possibilità di integrare diversi servizi sanitari e sociali, istituzionali e non, pubblici e privati e non-profit (Aziende Sanitarie, Enti Locali, cooperative, associazioni di familiari, enti di volontariato, ...) in un'ottica di libertà di scelta della cura degli utenti.

Principale riferimento a livello territoriale è il Centro Psico Sociale (CPS), luogo in cui vengono effettuati interventi di prevenzione, diagnosi, cura e riabilitazione in ambito psichiatrico, psicologico e sociale rivolto alla popolazione dai 18 anni in avanti. Presso il CPS è possibile effettuare visite specialistiche psichiatriche e psicologiche: la prima visita psichiatrica rappresenta il primo contatto con il servizio per i nuovi pazienti, successivamente possono venire proposte ulteriori visite di controllo all'interno di un percorso di cura individualizzato. Le visite consistono in colloqui con finalità diagnostiche e di formulazione della terapia più adeguata sia di tipo farmacologico, sia di supporto psicologico, sia per un percorso riabilitativo.

L'accesso ai CPS avviene su libera scelta e non è necessaria l'impegnativa del medico, è sufficiente telefonare al CPS di competenza territoriale e fissare un appuntamento.

Per il territorio della media Val Seriana si può fare riferimento ai centri dell'ASST Bergamo Est



Nei CPS si effettuano interventi di consulenza, assunzione in cura o presa in carico dei pazienti con formulazione di programmi di cura individualizzati. Tali programmi di cura vengono differenziati in:

- consulenza: modalità di rapporto organizzato fra i servizi psichiatrici, principalmente i Centri Psico-Sociali (CPS) e i servizi della medicina generale (o servizi medici di altre discipline) per gli utenti che non necessitano di assunzione in cura specialistica;
- assunzione in cura: percorsi terapeutici previsti per persone portatrici di un disturbo mentale medio-lieve che non necessitano del trattamento complesso e multi professionale tipico della presa in carico;
- presa in carico da parte dell'équipe multi-professionale: percorso di trattamento integrato per gli utenti che presentano bisogni complessi. Per il percorso della presa in carico vengono richiesti piani terapeutico-riabilitativi personalizzati, da attuarsi nel medio-lungo termine garantendo una continuità temporale e con il coinvolgimento della rete territoriale e delle famiglie.

LE NOSTRE ESPERIENZE PERSONALI CON I SERVIZI DI SALUTE MENTALE SUL TERRITORIO:

- La CRM (Comunità Riabilitativa a Media Assistenza)

“Quando sono arrivato in CRM non ero molto contento perché avevo appena finito un’esperienza in CRA, lì ero convinto di essere in fase di dimissione e volevo tornare a casa, non ce la facevo più a stare in comunità ma poi il CPS mi hanno fatto venire qui.

In CRM sono stato accolto molto bene da tutti, compagni e operatori e un educatore in particolare, Renato, mi ha aiutato molto anche con i miei problemi a casa, mi sono sentito molto accolto sin da subito.

La CRM è un bel cambiamento rispetto alla CRA, là sono più “bacchettoni” con le regole, qui si lavora più sulle autonomie. Io sono una persona che ha bisogno di aver i suoi momenti di solitudine, dove poter rimanere un po’ isolato e qui nessuno mi giudica per questo. Mi fa già strano parlare e condividere le mie giornate con altre persone, per me è già tanto riuscire a fare questo.

Le attività sono piacevoli, mi trovo bene, in particolare con l’attività della camminata e del canile. Qui ho anche realizzato uno dei miei sogni, imparare a suonare la chitarra.

In CRM mi trovo bene anche con i ragazzi, ringrazio soprattutto una compagna di comunità che mi ha fatto socializzare con il gruppo, nonostante all’inizio fossi molto restio.

Le attività sono ben strutturate, ti occupano la giornata ma ti lasciano anche del tempo per te, che per me è molto importante. IN CRA avevo più tempo libero, le attività erano meno strutturate e io passavo molto tempo in solitudine, mi rimproveravano per questo ma per una persona timida e introversa come me non è facile.

Qui mi sento molto ascoltato e capito, anche dalla dottoressa: appena arrivato qui, la mattina facevo moltissima fatica e mi addormentavo in piedi, sembravo uno zombie... ho parlato alla dottoressa di questa cosa e lei gradualmente mi ha scalato la terapia del mattino e ora mi sento molto meglio, non mi piaceva fare tutta quella fatica a svegliarmi, ora sono attivo.

Qui si fanno molte attività interessanti e piacevoli, recentemente siamo stati a Gardaland e per me è stato bellissimo, sono finalmente riuscito a salire sulle montagne russe, prima ero terrorizzato.

Ho un buon rapporto con tutti, operatori e compagni e sono molto contento di questo.

Appena arrivato ero un po’ spaventato, dopo due anni e mezzo di CRA, pensare di cambiare vita in una nuova comunità è stato scioccante, non sono una persona molto aperta al cambiamento, avrei preferito tornarmene a casa dove ho già la mia autonomia e sono già abituato... ma sono



contento di essere qui, mi sembra di fare davvero dei passi avanti, in CRA mi sembrava di essermi fossilizzato e di non andare più avanti.

Qui mi sembra di avere fatti dei grandi passi avanti, mi sembra stia funzionando tutto bene. Ho conosciuto ragazzi simpatici adesso, con cui posso condividere anche le mie passioni al di fuori della comunità (posso andare in fiera con loro, per esempio).

In CRA mi vergognavo un po' di questa mia passione perché non mi sentivo capito, ora invece posso condividere questa passione senza sentirmi giudicato.

Il mio rapporto con gli altri in CRM è cambiato, prima stavo muto sulle mie, ora sono più incline a dialogare e condividere con gli altri ciò che faccio.

La CRM la vivo un po' come una casa e una famiglia; gli operatori, in particolare Renato, lo vedo come una figura paterna che mi stimola e mi aiuta, mi ascolta, posso discutere con lui e questo è molto positivo per me. Per come è stata la mia storia familiare questo è tanto importante per me. In Renato vedo un po' questa figura che è mancata nella mia vita. Gli altri operatori li vedo

come fratelli, sorelle, zie che mi spronano e mi aiutano. Gli altri pazienti li vedo anche loro come fratelli e sorelle con cui condividere le fatiche e questo pezzo di vita.

Cosa è la CRM?

È difficile dare una definizione univoca, ci sono molte sfaccettature, è un luogo di inclusione dove ci sono molte attività che ti aiutano principalmente a tirare fuori emozioni e sentimenti repressi, puoi parlare liberamente di tutto, tirare fuori problemi che non pensavi nemmeno di avere.

Io, prima di conoscerla, immaginavo la comunità

come un posto più simile all'ospedale; questo invece è come una grande casa, viviamo tutti insieme, ci aiutiamo, discutiamo, ci aiutiamo a tirare fuori aspetti della nostra personalità che teniamo nascosti... qui possiamo affrontare e tirare fuori le criticità della vita e poi affrontarle, ma non da solo, c'è l'aiuto degli operatori, non vieni mai lasciato da solo in balia di te stesso, c'è sempre qualcuno che ti aiuta e si prende cura di sé. Molti pensando alla comunità pensano ad un luogo tipo il carcere, ma non è proprio così. È un ambiente di recupero, una specie di "scuola" che ci aiuta ad affrontare i problemi che non sei riuscito ad affrontare da solo con le tue forze, a volte i problemi non riusciamo a risolverli da soli, la famiglia non sempre ha gli strumenti per farlo. Qui ci sono persone professionali che ti aiutano e vivono con te queste difficoltà.

Io consiglio davvero di non avere paura se stai male, ma consiglio sempre di chiedere aiuto.

Io sono una persona che non sapeva chiedere aiuto, nella mia storia familiare non ho mai chiesto aiuto, qui invece chiedere aiuto non è visto come una debolezza ma come una richiesta che per stare bene hai bisogno di supporto, non sei lasciato da solo, in balia di te stesso. "

Matteo Gianoli

LE NOSTRE ESPERIENZE PERSONALI CON I SERVIZI DI SALUTE MENTALE SUL TERRITORIO:

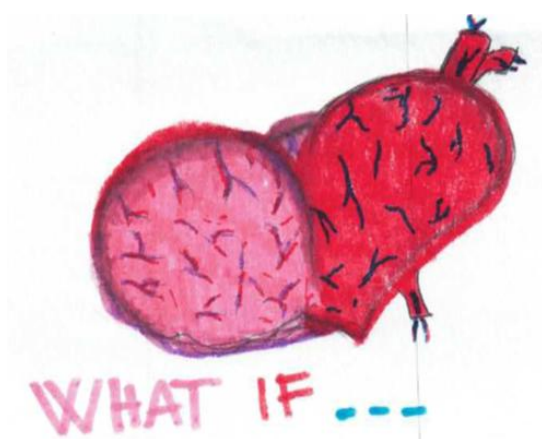
- Il CPS (Centro Psico Sociale)

“Il CPS è un centro dove vai per parlare e consultarti con i dottori e con gli educatori specializzati, vieni indirizzato sulla strada da proseguire, percorso di cui parli anche con il tuo medico.

Il mio primo ricordo è di un CPS sul Milanese, me lo ricordo come una casa vecchia e brutta. Lì ci andavo per parlare con lo psichiatra, cercavo sempre di farmi un discorso in testa rispetto a cosa dire ma finiva sempre che davanti a lui me lo dimenticavo ed era lui a fare le domande e io a rispondere.

Ho cambiato due CPS e all’inizio mi trovavo bene, anche se l’ultimo incontro è stato molto doloroso perché ho rifiutato una proposta abitativa che mi hanno fatto per tornare invece in comunità, sentivo che mi mancava un pezzo.

Del CPS non mi piace la struttura perché sembra un ospedale, però mi piace come lavorano lì,



sia la psichiatra che l’A.S... so che in CPS ci sono anche psicologi e infermieri ma io non ci sono mai andata.

Penso che in CPS debbano andare le persone che soffrono di una sofferenza psichica, non so bene di che tipo ma è importante che queste persone facciano un percorso e una cura che permettano loro di avere un progetto nella vita.”

Moschino Angela

LE NOSTRE ESPERIENZE PERSONALI CON I SERVIZI DI SALUTE MENTALE SUL TERRITORIO:

- La CRA (Comunità Riabilitativa ad Alta Assistenza)

“In CRA ho incontrato operatori molto disponibili; in particolare la dottoressa psichiatra che ho incontrato durante quel percorso è la psichiatra più brava che io abbia mai avuto.

Se dovessi descrivere in poche parole la CRA direi: attività giornaliere piacevoli, belle gite, autonomia e responsabilità.

La giornata tipo in CRA: al mattino c’erano varie mansioni da svolgere tra cui la preparazione del caffè, lo sparcchio delle colazioni, un momento di pausa e poi partivano le varie attività mattutine (tra cui ad esempio la ginnastica dolce), poi c’era il tempo di una sigaretta in compagnia, il pranzo che arrivava all’esterno e alcuni ospiti aiutavano a portare i vassoi della mensa esterna. Prendevamo la terapia tre volte al giorno (mattina, pomeriggio, sera),

dopodiché c'era un momento di riposo libero, poi c'erano le attività pomeridiane (es. piscina di Lovere e merenda al bar) al rientro doccia e cena. Dopo cena c'era un momento in cui potevamo socializzare un po', e poi si andava a dormire...

Ho fatto delle amicizie che ho frequentato anche una volta dimesso dalla comunità.

In CRA c'era la possibilità di andare in permesso nel weekend dai familiari e poi avevo la possibilità di lavorare.

All'inizio del mio percorso in CRA non potevo lavorare e questo mi ha mandato in enorme difficoltà. Il lavoro è importantissimo.

Quando sono entrato in CRA stavo male, quando sono uscito stavo molto meglio, sono rimasto circa due anni e mezzo. Dopo circa un anno di CRA stavo già bene.

Grazie anche alla CRA sono riuscito ad affrontare la fine del mio matrimonio, un momento per me importante perché il timone della nostra vita ce l'avevo io, di conseguenza la fine del mio matrimonio è stata difficile.

Molti anni fa anche le persone con dipendenza da sostanze stupefacenti potevano entrare ed essere curate dal CPS, ora invece in quei casi ci si affida a comunità per tossicodipendenti o a comunità per doppia diagnosi.

Una comunità psichiatrica è un luogo dove ci sono gli operatori che cercando di rieducare, per il nostro bene, le persone che ci vivono.

In CRA mi sono sentito subito come se fossi a casa, mi sono sentito accolto. Quando un luogo ti sembra casa poi ti senti subito meglio."



Davide Elezione

LE NOSTRE ESPERIENZE PERSONALI CON I SERVIZI DI SALUTE MENTALE SUL TERRITORIO:

Il CDP (Centro Diurno Psichiatrico)

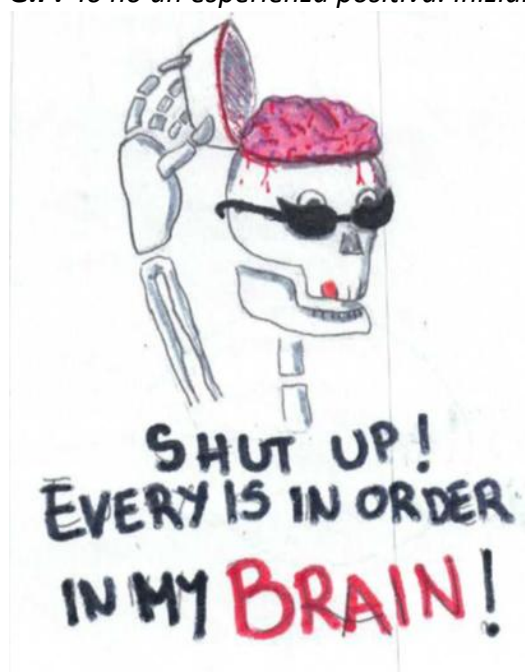
S.A. Da quando si è presentata la malattia mentale, circa 25 anni fa, ho conosciuto diversi servizi dedicati. Ho frequentato un CRT che non ho apprezzato, sia i pazienti che gli operatori mi son sembrati troppo invadenti, ma forse è stato un mio vissuto perché non ero abituata a qualcuno che si intromettesse nella mia vita. Successivamente sono stata indirizzata ad un CPS dove, grazie anche ai laboratori ergoterapici, mi son trovata meglio.

Da poco ho iniziato un percorso presso il CDP per due giorni alla settimana. Mi sto gradualmente abituando ed ho pensieri positivi perché ho trovato molta umanità e sensibilità da parte degli operatori.

Trovo che negli ultimi anni i servizi per i malati siano migliorati oltre che aumentati, riscontro invece ancora molta diffidenza verso la malattia da parte di chi ancora non la conosce.

G.P. Io ho un'esperienza positiva. Inizialmente presso un CRA che ho frequentato giornalmente fino alla chiusura dovuta al Covid. Sono tuttora seguita dal CPS che otto anni fa mi ha indirizzato presso un altro centro diurno dove mi trovo bene perché stare con altre persone mi stimola positivamente e penso sia meglio che rimanere a casa.

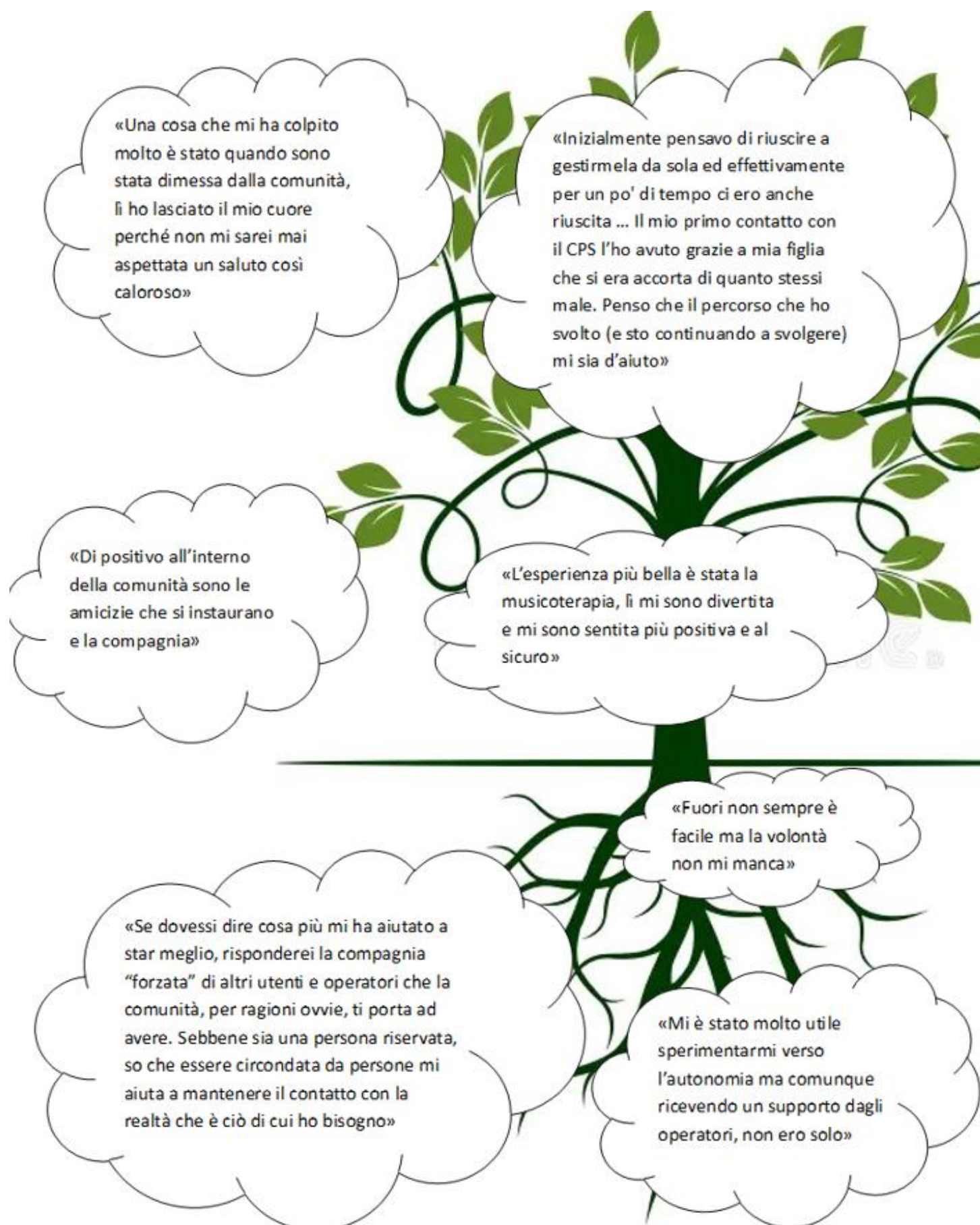
Concludo affermando che non bisogna avere paura delle malattie mentali finché esistono questi posti strutturati appositamente per aiutare noi malati.

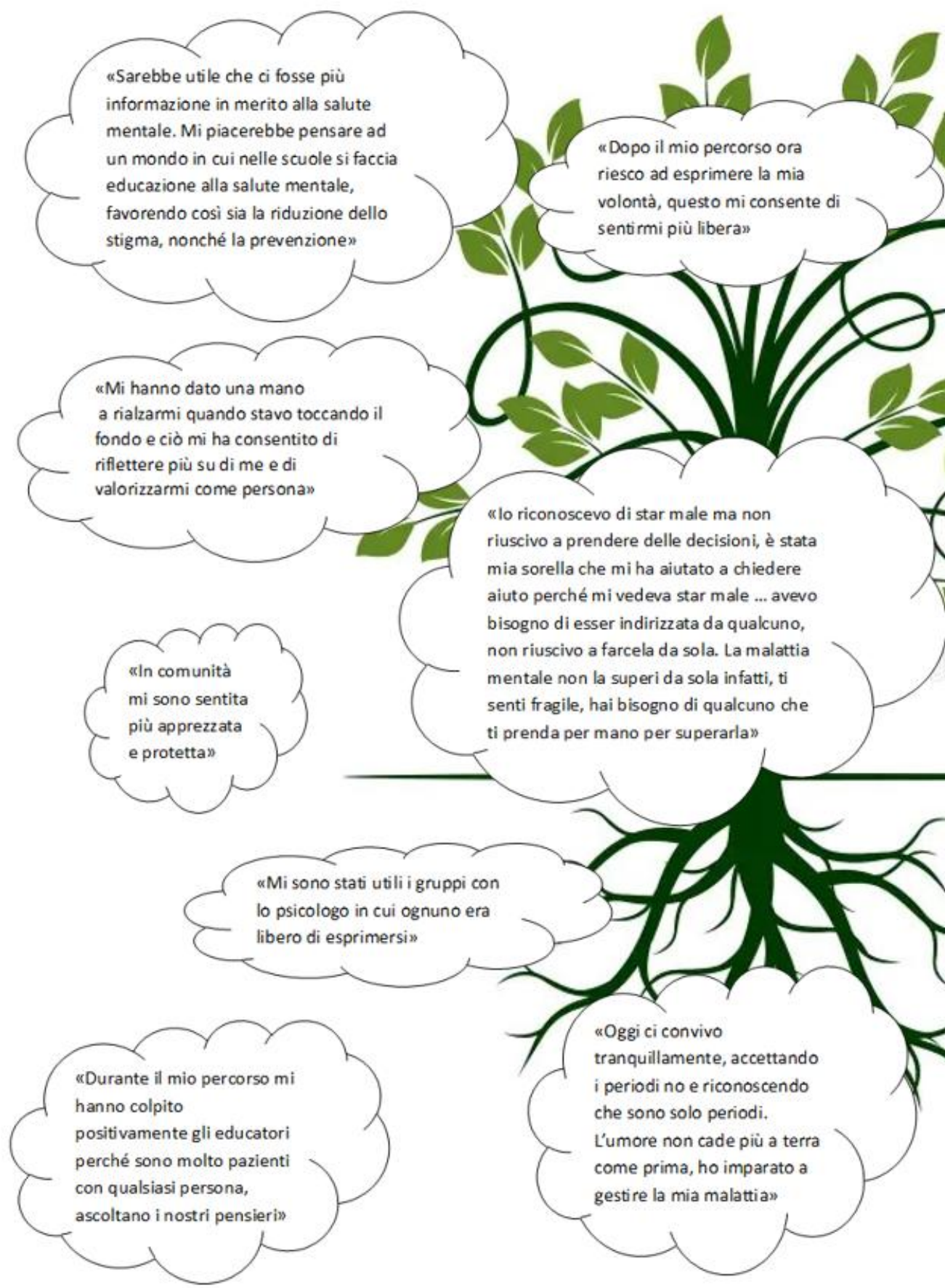


M.T. Io sono seguito dal CPS a cui mi rivolgo sia per l'aspetto terapeutico con colloqui al bisogno con una psichiatra, sia per necessità burocratiche che l'assistente sociale mi aiuta a risolvere. In precedenza ho frequentato un CRA dove ho conosciuto molta gente e facevo parecchi lavori, attualmente invece sono al CDP 3 giorni la settimana e sto molto meglio.

R.C. Arrivo al CDP dopo un ricovero di tre anni in CPM dove mi son trovato benissimo. In questo percorso ho avuto l'aiuto ed il supporto di operatori e professionisti preparati che mi hanno accompagnato verso l'obiettivo dell'autonomia raggiunta da poco con il concretizzarsi dell'andare a vivere da solo. Al momento della dimissione tutto il personale mi ha assicurato il sostegno e la disponibilità in caso di bisogno. Il mio servizio di riferimento resta il Cps a cui posso rivolgermi per ogni necessità. E' molto bello vedere il lavoro di rete che si sviluppa intorno al paziente che in questo modo non si sente mai solo.

G.C. io ho vissuto esperienze in Comunità molto grandi con numeri di pazienti notevoli e ho riscontrato che è più difficile sentirsi seguiti in un percorso riabilitativo. Al contrario i servizi territoriali si avvicinano di più alla persona e alla sua famiglia e il paziente riesce a costruire più facilmente un rapporto di fiducia con gli operatori. La cosa bella è vedere che diversi servizi come CPS, Centro Diurno e realtà territoriali collaborano per rispondere ai nostri bisogni personalizzando i nostri percorsi al meglio.





SERVIZI PER GLI ADOLESCENTI

Un aspetto importante per favorire benessere e salute mentale è senz'altro la prevenzione. Prevenire significa appunto cogliere in maniera tempestiva il disagio mentale e fornire adeguate risposte per evitare che i problemi diventino più complessi e invalidanti per la persona e la famiglia.

Nello specifico ci sono servizi rivolti agli adolescenti e ai giovani che possono aiutare nell'affrontare le diverse situazioni di disagio, ma anche fornire informazioni utili. Tale funzione può essere svolta dal consultorio familiare e da altri servizi collegati. A questo proposito si allega la brochure dei servizi "ADOLESCENTI E GIOVANI ADULTI dell'ASST BERGAMO EST".

<https://www.asst-bergamoest.it/media/nmlhomem/brochure-adolescenti.pdf>

CONSULTORIO FAMILIARE

Il Consultorio Familiare offre **consulenza, sostegno e psicoterapia** agli adolescenti tra i 13 e i 21 anni e ai loro familiari, per problematiche legate ad **impassie evolutive**, a **eventi particolari** (lutti, separazioni, IVG...) e/o a **difficoltà in ambito familiare, relazionale, sociale, scolastico**.

Modalità di accesso e ticket:

Il servizio è ad accesso libero e gratuito.

Si riceve su appuntamento da lunedì a venerdì, previa prenotazione telefonica.

Sedi e recapiti

Seriate, via Paderno 40
tel.035/3062463 -65-66

Lovere, Piazzale Bonomelli, 7
tel.035/3062395-97

Trescore Balneario, via Ospedale 38
tel.035/3062493-94

Sarnico, via Libertà, 37
tel.035/3062440

Grumello del Monte, via Nembrini, 1
tel.035/3062355-56

Gazzaniga, via Manzoni 98
tel.035/3062820-23

Alzano, via Ribolla, 1
tel.035/3062751-52

Clusone, via Somvico, 2
tel.035/3062281

Vilminore di Scalve, via Polini, 7
tel.035/3062538

Nel Consultorio Familiare di **Gazzaniga** è attivo lo **SPAZIO GIOVANI** (età 14-21 anni): offre ascolto e consulenza ostetrica, ginecologica, psicologica e sociale, per **problematiche relative alla sfera relazionale-affettiva, sessuale, alla contraccezione e alla prevenzione**.

Si **accede gratuitamente**, anche su appuntamento, il martedì dalle 14.00 alle 17.00. Per informazioni chiamare il 0353062825-22.

UONPIA

La Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza si rivolge alla fascia **0-18 anni** con **disturbi del neurosviluppo, motori e/o neurologici**, ma anche agli **adolescenti nella fascia 12-18 anni** che presentano **disturbi psicopatologici tipici dell'età** che richiedono interventi integrati: medici, di supporto psicologico per il minore e i suoi genitori, educativi e sociali.

Ad esempio, **disturbi d'ansia, dell'umore, del comportamento alimentare, casi di autolesionismo o tentativi di suicidio, casi di autismo e disabilità cognitiva**.

Modalità di accesso e ticket:

I genitori possono rivolgersi direttamente alla UONPIA senza prescrizione del medico e/o del pediatra di base, prenotando telefonicamente. La famiglia verrà ricontattata per la comunicazione della data del primo appuntamento con possibilità attivare il servizio di mediazione culturale e linguistica. Tutti gli interventi sono **gratuiti** fino al compimento dei 18 anni di età salvo la prima visita se prescritta con priorità dal medico di medicina generale e/o dal pediatra di libera scelta.

Sedi, recapiti e orari:

Trescore Balneario Via Ospedale, 38
uonpi.trescore@asst-bergamoest.it - 035.3062473
dal lunedì al venerdì, 8.30-12.30.

Gazzaniga, Ospedale "Briolini", via Manzoni
uonpi.gazzaniga@asst-bergamoest.it
0353065209 - dal lunedì al venerdì, 8.30-12.30

Piario, Ospedale "Locatelli"
uonpi.piario@asst-bergamoest.it - 035.306.6603
lunedì, mercoledì e giovedì, 8.30-12.30

Lovere, Ospedale "SS. Capitanio e Gerosa"
uonpi.lovere@asst-bergamoest.it - 035/3067367
lunedì 08.30-12.30

SERVIZIO ADOLESCENTI

Il Servizio Adolescenti offre interventi di **consulenza e valutazione** sugli adolescenti nella fascia **14 - 21 anni** e sulle loro famiglie per **l'intercettazione precoce del disagio psichico**. Può anche effettuare interventi di psicoterapia breve o accompagnare l'utenza in percorsi più a lungo termine presso la UONPIA o i CPS qualora le problematiche risultino bisognose di interventi **pluri-professionali**.

Vi operano psichiatri e psicologi che possono prendere in carico individualmente o congiuntamente le situazioni del ragazzo e dei suoi genitori approfondendo le criticità emergenti ed interfacciandosi, se necessario, con la scuola e/o con le altre agenzie ingaggiate su questa fascia d'età (oratori, società sportive...).

Modalità di accesso e ticket:

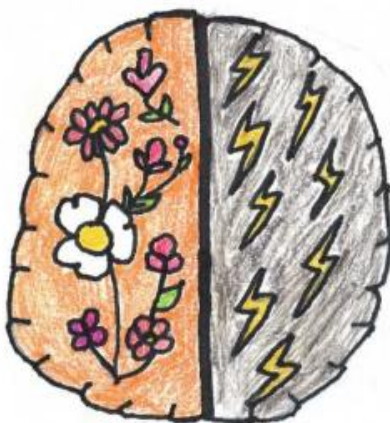
Il Servizio Adolescenti è **gratuito e ad accesso diretto**.

Sedi, recapiti e orari:

Albino
Viale Stazione, 26/A- tel.334 6153493
martedì 14.30-17.30 e venerdì 14.00-18.00

Lovere
Piazzale Bonomelli,8- tel.334 6153445
martedì 14.00-17.30- giovedì 14.00-18.30

Seriate
Via Paderno,40 – tel.334 6153557
lunedì 14.00-18.00 e mercoledì 14.00-18.00



PSICHIATRIA ADULTI

La Psichiatria Adulti si rivolge all'utenza con **più di 18 anni** portatrice di patologie comuni ma a larga diffusione (come i **disturbi d'ansia** o i **disturbi dell'umore**) ma anche di malattie più rare ma più gravi (come le **psicosi**, i **disturbi di personalità**, i **disturbi alimentari** ecc.), attraverso una rete di servizi ambulatoriali, riabilitativi e di ricovero che hanno il loro fulcro nei **Centri Psicosociali (CPS)**

Modalità di accesso e ticket:

L'accesso al CPS è diretto, previo appuntamento telefonico. È utile, ma non obbligatorio, presentare l'impegnativa del proprio medico di medicina generale. La prima visita è gratuita, mentre le prestazioni ambulatoriali successive sono soggette a pagamento di ticket il cui importo è definito dalla normativa, così come le eventuali esenzioni.

Sedi, recapiti e orari:**CPS Nembro**

Nembro, via Tasso; 28
tel. 035/3062403-04
da lunedì a venerdì ore 8.00-20.00

CPS Trescore

Trescore B.rio, via Pasinetti 1
tel. 035/3062514
da lunedì a venerdì ore 8.00-20.00

CPS Piario

Piario; via Sorgente 1
tel. 035/3066676
da lunedì a venerdì ore 8.00 - 18.00

Ambulatorio Psichiatrico Lovere

Lovere; via Martinoli 11
tel. 035/3067214
lunedì e venerdì ore 8.30 – 16.45
martedì, mercoledì e giovedì ore 8.30 – 18.00

SERD

Il SERD prende in carico adolescenti e giovani per superare difficoltà relative non solo **all'abuso di alcol** e di **sostanze**, ma anche di **gioco d'azzardo patologico** o di **dipendenza da internet**.

Modalità di accesso e ticket:

L'accesso al servizio è diretto e vi si può accedere anche solo per consulenze, personali o familiari, ed è garantita la tutela della privacy e dell'anonimato. Il servizio è **gratuito**.

Sedi, recapiti e orari:

Gazzaniga, Via Manzoni 98
tel. 0353062795,
LUN, MAR, GIO, VEN 08.00-16.00
MER 08.00-19.00

Lovere, Piazzale Bonomelli 8
tel. 0353062375
LUN, MAR, MER, VEN 08.00-16.00
GIO 08.00-19.00

IN OGNI SERVIZIO È GARANTITO UN PRIMO COLLOQUIO PER ORIENTARE LA PERSONA, SE NECESSARIO, VERSO IL SERVIZIO PIÙ ADEGUATO AI SUOI BISOGNI.

Sistema Socio Sanitario

Regione
Lombardia

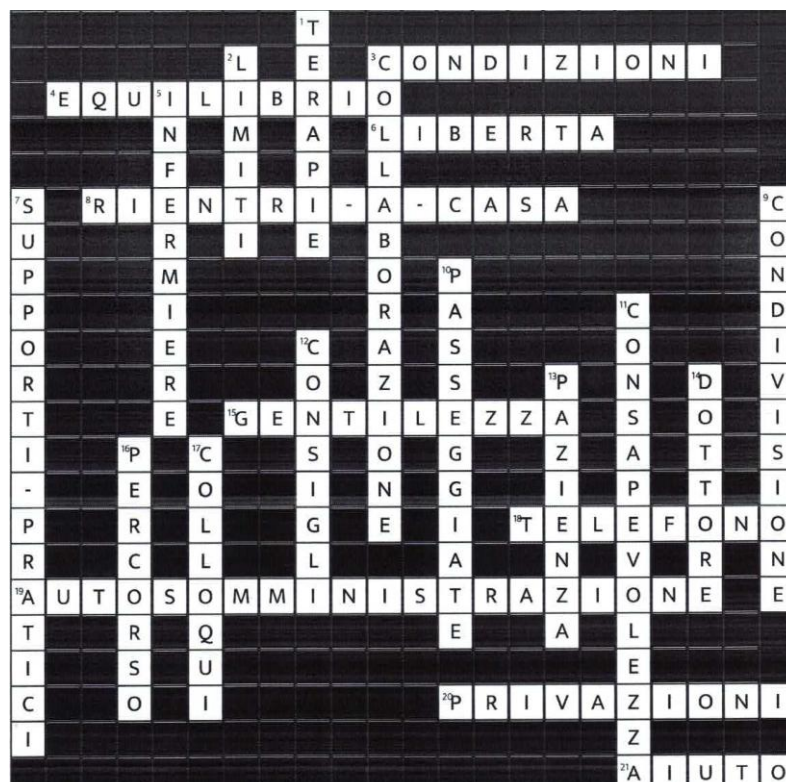
ASST Bergamo Est



Servizi per ADOLESCENTI e GIOVANI ADULTI

Edizione: giugno 2022

A cura di:

Dipartimento Salute Mentale Dipendenze
Consultori Familiari**SOLUZIONI CRUCIVERBA**



CONTATTI

Per suggerimenti, idee, consigli, critiche e per tutti quelli che vogliono mettersi in contatto con noi:

modestamente@fondazioneagusmini.it

Instagram: [fondazioneagusmini](#)

035/737642 Alice e Sonia - CRM Agorà

035/737678 Michele, Isabella e Anna – CPM Quadrifoglio

035/737643 Paola – CPA Rugiada

035/737616 Manuela e Giulia, CDP Faro