

DA UN SORRISO NASCE SEMPRE UN ALTRO SORRISO



Mercoledì pomeriggio, preparo il mio zaino ed esco di casa. Da qualche mese faccio parte dell'associazione di promozione sociale "Accademia

della risata", associazione nata con lo scopo, di divulgare le potenzialità salutari della risata. L'associazione collabora con l'ASUR 2 di Urbino nella realizzazione del progetto "Un sorriso in corsia", all'interno del quale gli animatori della risata portano un SORRISO ai degenti, familiari e personale dell'ospedale di Urbino.

"Non siamo attori professionisti" come ripete sempre il Dottor Alessandro Bedini, presidente dell'associazione; il nostro scopo prioritario è quello di creare un momento di serenità all'interno di una realtà difficile come quella ospedaliera, instauriamo una relazione empatica con il paziente e con i familiari, che, spesso, hanno semplicemente bisogno di essere ascoltati, e questo lo facciamo con il sorriso stampato in faccia.

Come ogni mercoledì ci ritroviamo in ospedale e cominciamo a prepararci per il nostro tour; la preparazione è un momento importante perché crea quella relazione fondamentale fra gli animatori, posso dire che il "tour" comin-



cia da qui ridendo e scherzando fra noi: indossiamo vestiti colorati, ci trucciamo il viso, diamo le forme più varie ai nostri palloncini e siamo pronti! Appena arriviamo in corsia, siamo accolti con grandi sorrisi dal personale ospedaliero, sempre molto cordiale e disponibile a sorridere con noi.

Quando cominciamo il tour nei reparti, è bello sentire il calore della gente: molti si ricordano di noi, molti altri ci aspettano e questo non fa altro che accrescere l'entusiasmo, il sorriso dei pazienti e dei loro familiari è la nostra energia.

"Da un sorriso nasce sempre un altro sorriso" (Ippocrate) è questa la magia del sorriso... è difficile resistere al virus dell'allegria... questo gli animatori dell'accademia della risata lo sanno bene, per questo portano il virus dell'allegria all'interno dell'ospedale di Urbino, ma non solo, difatti sempre in collaborazione con l'ASUR 2 organizza a Dicembre e Febbraio un tour in cui gli animatori mettono in atto attività di

animazione presso gli ospedali, RSA, case di riposo, centri di riabilitazione, nidi e scuole dell'infanzia.

L'associazione di promozione sociale "accademia della risata", promuove la terapia del ridere anche con corsi di formazione, di psicologia del benessere finalizzato all'apprendimento di tecniche di terapia della risata e strategie di comunicazione efficace; inoltre attiva corsi per il benessere dei dipendenti dell'ASUR 2 di Urbino.

Ridere fa bene all'anima e al corpo, perché oltre a regalare serenità e spensieratezza, la risata ha un effetto positivo sul sistema immunitario perché innesca nell'organismo una serie di processi chimici scientificamente dimostrati.

Fra questi, una maggiore secrezione di analgesici naturali, l'aumento di ossigenazione nel sangue e la riduzione dell'aria residua nei polmoni, "il riso fa buon sangue" i nostri nonni dicevano bene. Gli studiosi hanno calcolato che ridere anche per un solo minuto al giorno equivale a 45 minuti di completo relax psicofisico, con gran benessere sulla salute.

Quindi non c'è alcun dubbio ridere fa bene! In una corsia di ospedale, come nella vita di tutti i giorni!

Durante questa esperienza nell'accademia della risata, sono venuta a contatto con persone e situazioni molto diverse fra loro, però ciascuna di loro mi ha riempito il cuore: perché alla fine è questo: noi andiamo senza aspettarci nulla in cambio, invece siamo investiti da quel turbine di emozioni che solo il sorriso di una persona può regalarti.

Che cosa resta alla fine della giornata? Un sorriso in faccia che non riesce ad andare via... ed una carica pazzesca, a tal senso mi vengono in mente alcune parole della sigla dell'accademia della risata "ridi forte in compagnia, siamo già più belli fuori e dentro un po' più ricchi"... L'associazione di promozione sociale "accademia della risata" ha sede presso l'ospedale di Urbino, per qualsiasi informazione è possibile visitare il sito internet www.accademiadellarisata.it.

Concludo con un pensiero di Chopin "Chi non ride mai non è una persona seria".

Maria Liturri

I bambini de Il Grillo Parlante ringraziano la maestra Maria per l'entusiasmo e la gioia con cui si è presa cura in questo anno di lavoro.

Le educatrici la abbracciano per l'originalità e la condivisione di valori con i quali ha intessuto il suo lavoro giornaliero.

Ti aspettiamo a settembre!!!