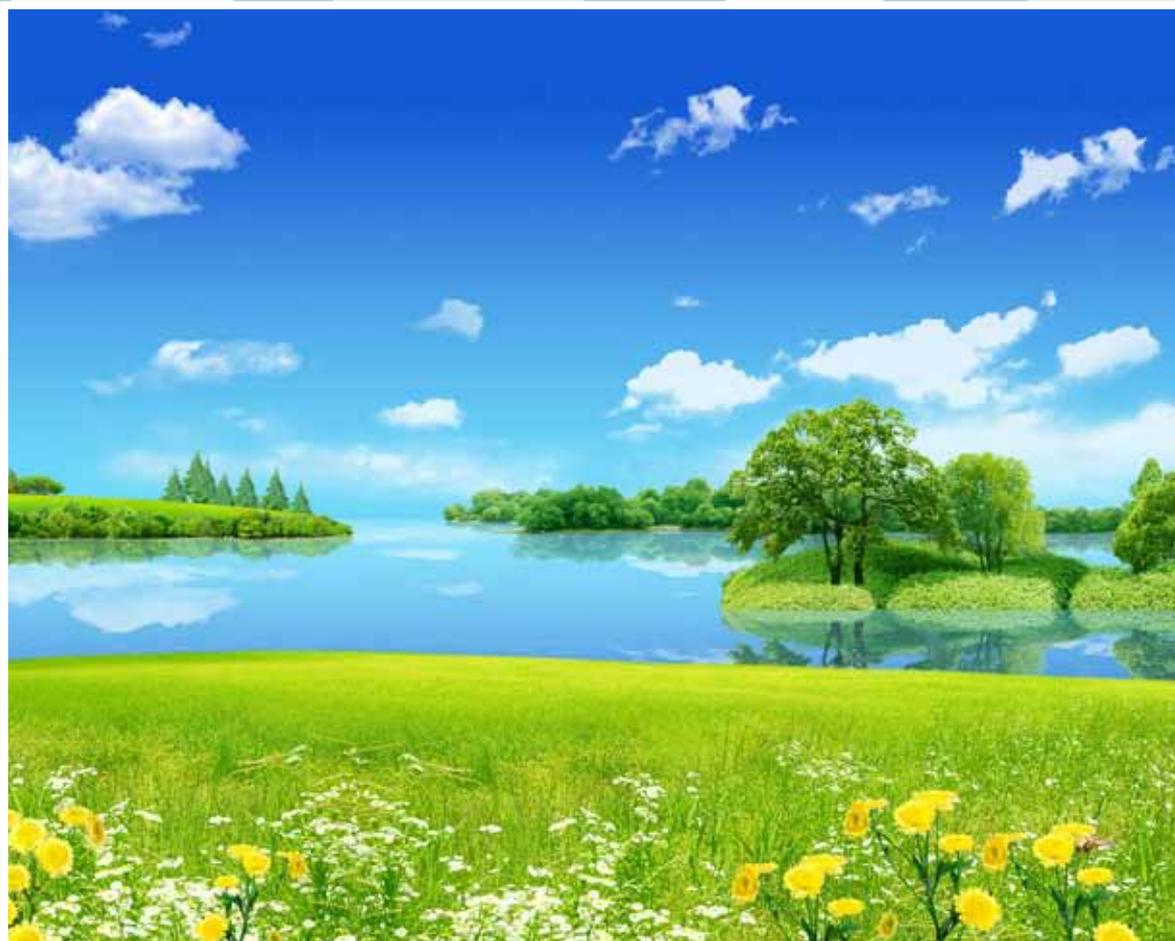


# CENTRO *notizie* CLUB

PERIODICO DEI CLUB DEGLI ALCOLISTI IN TRATTAMENTO DEL TRENTINO

n° 1 - Aprile 2010 - Rivista quadrimestrale - Poste Italiane s.p.a. sped. in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) - art. 1, comma 2, DCB Trento - tassa pagata - taxe payè - tn - cmp



## EDITORIALE

• *Cambiare per migliorare*

3

## ACAT

• *Acat Trento Nord e Centro*

4

## DAI CLUB

• *Un cammino verso la sobrietà*

6

## CENTRO STUDI

• *Dove dorme l'ornitorinco*

23

## DALL'ITALIA

• *Scoprire la propria vocazione*

35

## DAL MONDO

• *Da Mezzolombardo a Chapecò*

38

## RASSEGNA STAMPA

• *Notizie e numeri dalla stampa*

41

## L'ANGOLO DEL BUONUMORE

43

# CENTRO CLUB



RIVISTA QUADRIMESTRALE  
DELL'APCAT TRENINO  
CENTRO STUDI

n° 1 - Aprile 2010

## Direttore responsabile

Augusto Goio

## Coordinamento e progetto grafico

Fulvia Sevigiani  
e-mail: fulvia.sevigiani@virgilio.it

## Comitato di redazione

Giorgio Bertò, Roberto Cuni,  
Guido Dellagiocoma,  
Paride Franceschini, Remo Mengon,  
Adriana Mongiovì, Fulvia Sevigiani,  
Valerio Zanghellini

## Proprietà editoriale

APCAT Trentino - Centro Studi  
Via Sighele, 7 - 38100 Trento  
Tel. e Fax 0461 914451  
<http://www.apcattrentino-centrostudi.it>

## Direzione ed Amministrazione

APCAT Trentino - Centro Studi  
Via Sighele, 7 - 38100 Trento  
Tel. e Fax 0461 391482  
e-mail: [apcat\\_trentino@libero.it](mailto:apcat_trentino@libero.it)  
e-mail: [csdpa@iol.it](mailto:csdpa@iol.it)

## Impaginazione e stampa

Litografia Amorth - Gardolo (TN)  
e-mail: [info@litografiaamorth.com](mailto:info@litografiaamorth.com)  
[www.litografiaamorth.com](http://www.litografiaamorth.com)



carta riciclata

## In questo numero:

### EDITORIALE

- Cambiare per migliorare 3

### ACAT

- Il lavoro dei gruppi Acat Val di Fiemme 4
- Acat Trento Nord e Centro 5

### DAI CLUB

- Un cammino verso la sobrietà 6-8
- Una fonte di serenità e di benessere 9
- Ce l'ho fatta! 10
- La ricaduta aiuta a crescere 12
- Il Club: un progetto di vita 13
- Dedicato al Club "Tionese" 14
- Luigi Peterlongo 18
- Giovinezza età preziosa, perchè sprecarla? 20-21

### CENTRO STUDI

- Corso di sensibilizzazione all'approccio ecologico-sociale ai problemi alcol-correlati e complessi 25-27
- Apcat Trentino e Centro Studi 27-29
- La flessibilità concordata al servizio della crescita dell'approccio ecologico sociale 30-32
- Dove dorme l'ornitorinco 33
- "Vino e bufale" 34

### DALL'ITALIA

- Scoprire la propria vocazione 35-36
- Cosa mi porto a casa? 36-37

### DAL MONDO

- Da Mezzolombardo a Chapecò 38-40

### RASSEGNA STAMPA

- Notizie e numeri dalla stampa locale e nazionale 41-42

### L'ANGOLO DEL BUONUMORE

43

**"Vivere la solidarietà  
come forza interiore di cambiamento,  
vuol dire soprattutto scoprire  
la ricchezza umana e spirituale  
di cui ogni persona dispone  
e che conduce alla scoperta di sé  
e degli altri"**

Suor Amelia Scanagatta  
dal libro "Dalla Vita per la Vita"



# Cambiare per migliorare

## La dinamicità di un percorso

Il mondo oggi è in continua evoluzione a volte consapevole, altre meno; come ogni evoluzione ci porta a qualcosa di nuovo, qualcosa che tutti si aspettano ma che i "Grandi" non sanno proporre. Questi percorsi causano difficoltà di comunicazione con gli altri, difficoltà di trovare una giusta dimensione all'interno di una presenza in comunità. Se nell'antichità il concetto di progresso, di sviluppo aveva diversi contorni oggi troviamo conferma come la crescita determini una forte investitura dell'uomo visto secondo punti di vista economico e spirituale.

Oggi siamo consapevoli come la vita vissuta all'insegna del divertimento, della trascuratezza porti la persona a momenti di solitudine, di insicurezza personale, di vuoto esistenziale. Da un primo momento di negazione della dimensione del problema ad una prima accettazione; dal riconoscimento di forme più sottili quali la trascuratezza fisica all'attenzione per quella emozionale, si è arrivati, poco a poco, a sostenere la necessità di garantire che ogni persona sia oggetto di momenti affettivi idonei.

Cos'è cambiato oggi rispetto al passato? Sicuramente un primo cambiamento importantissimo è connesso alla diversa visione delle difficoltà collegate al consumo di sostanze, nelle quali troviamo l'immagine di persone portatrici di diritti e risorse. Sono stati anche elaborati numerosi studi e ricerche sulle competenze comunicative e cognitive della persona, portando ad un ribaltamento della precedente concezione della persona come ricettore passivo di stimoli ambientali ed educativi. Emerge ora la figura di una risorsa attiva nell'elaborazione delle informazioni, selettiva e predisposta all'interazione sociale. Queste competenze per potersi evolvere hanno bisogno dell'interazione con l'ambiente familiare.

Non abbiamo la bacchetta magica per le soluzioni, ma di fronte alle sfide possiamo valutare la capacità che ogni famiglia possiede nel rimediare delle decisioni per un cambio del proprio "essere attiva", di essere all'altezza del suo ruolo propositivo.

È importante essere in condizione di poter giungere ad una decisione che non rimanga pura dialettica a cui possa seguire un'azione conclusiva. È essenziale incentivare le occasioni di incontro per affrontare l'evolversi del percorso intrapreso riducendo le distanze che inconsciamente ci costruiamo e da cui difficilmente ci separiamo.

Sono consapevole che ci sia troppa diffidenza nell'esprimere la propria opinione, ma credo che uno sforzo personale nel Club, in Famiglia e nella Comunità vada fatto, perché ci fa crescere e le occasioni di ogni incontro possiamo diventare un vero termometro sociale. Il lavoro che si crea nei Club produce un enorme capitale sociale e umano, valorizzando una rete di relazioni interpersonali per accrescere il potenziale di tutte le persone: questo nel Club è realtà!

La crescita diventa così l'obiettivo principale dell'uomo per vincere la sua campagna verso concetti che da millenni ci accompagnano, presenti nella quotidianità. È necessario trovare la giusta dimensione in cui la persona trova il suo habitat ideale, dove la presenza di valori etici e morali contribuiscono a sfatare luoghi comuni, creando nuove opportunità. Il trovare soluzione a difficoltà legate al consumo di alcol oggi è più che mai presente e in questo i Club sono punto di riferimento univoco e indispensabile. Al loro interno riusciamo a rimuovere concetti, problematiche che da tempo ci accompagnano, sviluppando una condivisione forte fra i presenti che fruttifica, cresce e si ripercuote in tutti i nostri rapporti quotidiani. Questa promozione di nuova cultura influisce sul nostro vivere, producendo un notevole cambiamento esistenziale.

Il cambiamento creatosi attraverso il dialogo, lo scambio di opinioni, i vari incontri, portano ad una maturazione di tutta la Famiglia, ad una crescita responsabile che si riflette benevolmente nella comunità, attraverso un sistema dinamico come deve essere il mondo dei Club.

Essere al passo con i tempi non significa stravolgere ciò che si è creato, ma principalmente contribuire ad un miglioramento confacentesi all'odierno linguaggio, più duttile e attuale.

Remo Mengon  
Presidente APCAT Trentino



## Il lavoro dei gruppi Acat Val di Fiemme

*Operano per stimolare l'entusiasmo e farci conoscere dalle comunità*

**E**ra il 30 novembre di un anno fa quando un gruppo di persone appartenenti all'Acat Val di Fiemme si sono trovate per decidere di istituire alcuni Gruppi di Lavoro aperti a chi avesse idee e soprattutto la voglia di realizzarle. Gli scopi erano e sono rimasti quelli di stimolare l'entusiasmo interno e di far conoscere meglio al resto della comunità la nostra realtà.

Sempre verso la fine di novembre, un anno dopo, ci siamo ritrovati per condividere le esperienze realizzate dai quattro gruppi di lavoro.

Alberto, presidente dell'Acat Val di Fiemme, parte in modo pessimistico elencando una serie di difficoltà incontrate nel corso di quest'anno, per poi concludere il suo intervento con un "lo comunque non mollo, continuo ad esserci!".

Si passa alla relazione delle attività promosse dai vari gruppi.

Il portavoce del gruppo di formazione, lo stesso Alberto, elenca cosa è stato realizzato: 4 Scuole Alcologiche Territoriali (di primo e secondo modulo) e la sperimentazione di una scheda di rilevazione per le famiglie dei Club. Francesco, del gruppo della comunicazione, ci racconta che si sono trovati alcune volte e hanno lanciato una serie di proposte, come la realizzazione di un sito internet, una rassegna stampa locale, la creazione di una banca dati dei membri dei vari Club che, collegata con un database, potrebbe facilitare la comunicazione tra di noi. Ed è proprio da quelle che vengono definite difficoltà di comunicazione che nasce un'accalorata discussione. Discussione che si conclude con una proposta concreta.

Gabriele, del gruppo ludico-ricreativo, elenca le varie iniziative proposte e attuate e parla della possibilità di organizzare una serata per

il prossimo capodanno. Possibilità che è stata in seguito confermata.

Claudio, portavoce del gruppo statuto, ci dice che dopo alcuni incontri hanno rilevato che non sono necessarie modifiche alla nostra carta costitutiva e per questo il gruppo si è ufficialmente sciolto.

Il portavoce del gruppo ha fatto delle interessanti proposte. Su una di queste, in particolare, è il caso di soffermarsi: il nuovo ruolo che l'Acat dovrebbe avere sarebbe di assicurarsi che questi gruppi diventino operativi dopo il periodo di sperimentazione attuale. Una di queste proposte parla di trasformare parte dell'Acat in Gruppo di Servizio che dovrebbe occuparsi di affiancare gli stessi Gruppi di Lavoro e stimolarne l'attività.

Gruppi che, vale la pena sottolineare, sono aperti a persone del mondo dei Club che portino idee e proposte.

Luigi Vinante ci riferisce dell'esperienza vissuta in Brasile recentemente, dove stanno nascendo alcuni Club, grazie all'iniziativa di diverse persone che hanno partecipato alla settimana di sensibilizzazione a Mezzolombardo. Luigi vorrebbe poter organizzare una serata per far conoscere alle famiglie dei Club (e non solo) la sua esperienza e raccogliere fondi per le famiglie brasiliane. A questa proposta si unisce anche Guido che sta vivendo un'esperienza simile in Bielorussia. Si propone di costituire un gruppo di lavoro che organizzi questa serata.

Ci salutiamo per darci appuntamento a presto. Nel volto di buona parte dei presenti sembra di leggere un entusiasmo maggiore rispetto all'inizio dell'incontro.

Vittorio Nocentini  
Servitore-insegnante Club "Präfiori"  
di Cavalese



## Acat Trento Nord e Centro

*Interclub zonale "Sentire e ascoltare"*

**I**l 12 dicembre 2009 si è svolto a Povo l'Interclub zonale delle Acat di Trento Nord e Centro. Abbiamo constatato con immenso piacere la presenza delle Famiglie dei Club, del Presidente dell'Acat Alta Valsugana, Gianpaolo Facchinelli, alcuni rappresentanti dei Club della Valle dei Laghi membri dell'Acat Trento Sud e Valle dei Laghi. Ci ha fatto particolarmente piacere la partecipazione del dott. Roberto Pancheri, dirigente dell'Azienda Sanitaria, Roberto Cuni del Centro Studi dell'Apcat Trentino, il dott. Filippo Mazzamauro, Servitore-insegnante del Club "2000" di Gardolo e Luigi Vinante in veste di facilitatore della discussione multifamigliare. All'inizio della manifestazione sono intervenuti due ragazzi, Jonathan e Leonardo, che ci hanno regalato uno spettacolo di breakdance, infondendoci la meravigliosa sensazione di freschezza della gioventù, una boccata d'aria fresca e frizzante. Sono ragazzi che vogliono dimostrare il divertimento sano e senza droghe. Coinvolgiamoli, questi giovani, incoraggiamoli a portare la bandiera della sobrietà, particolarmente quella giovanile. Fra non molto faremo una festa senza alcol proprio per loro, che prevede anche una gara.

Vale la pena di aiutarli: sono il nostro futuro. Io ci credo particolarmente, anche perché uno di questi giovani è un fantastico ragazzo... ed è mio figlio Jonathan, che mi è sempre stato vicino dandomi tanta forza nel mio percorso di un nuovo stile di vita, seguendomi passo a passo. Ciò sta a dimostrare che la voglia di incontrarsi, stare insieme c'è ancora, a dispetto delle pessimistiche previsioni.

La presenza delle famiglie è purtroppo diminuita; ciò nonostante l'incontrarsi, il parlare dei nostri problemi, ascoltare le testimonianze di chi desidera comunicarle ha un grande valore ed è di stimolo per proseguire nella scelta di sobrietà e conseguentemente di serenità, di salute e di una più positiva visione dei problemi che la vita ci presenta, che sicuramente possiamo affrontare con maggior coraggio ed ottimismo.

Questo ci ha insegnato il nostro Maestro di vita, il prof. Hudolin. Sono certa che sapremo ritrovare l'entusiasmo d'un tempo, sapremo capire l'importanza dell'Interclub, di questo incontro annuale delle Famiglie di ogni zona, che sapremo capire quanta importanza ha la comunicazione, l'empatia, l'esempio dei nostri amici per il nostro percorso che dovrebbe durare "sino ai fiori".

Molte persone hanno bisogno di noi, troviamo il modo di fare la nostra parte, nel Club, nella Famiglia e nelle nostre Comunità.

Un grazie di cuore a tutti coloro che hanno partecipato ed auguro a tutti, anche a coloro che non erano presenti a questa manifestazione, un anno pieno di speranza, di serenità, di salute e positività nella sobrietà!

*Erica Rabanser  
Presidente dell'Acat Trento Nord*





## Un cammino verso la sobrietà

*"Se sto bene con me stesso, stanno bene anche gli altri"*

**G**uarda che ore sono! Anche oggi si è fatto tardi, questa fermata al bar con gli amici dopo il lavoro e prima di cena mi porta sempre a rientrare tardi a casa.

Sono già le otto mezza e si è già fatto buio, al mio rientro che scusa posso trovare per giustificarmi; ormai è quella di sempre e non so proprio più che dire e se non bastasse ho anche bevuto qualche bicchiere di troppo e a casa se ne accorgeranno di sicuro.

Non ho neanche avvertito che ritardavo e non l'ho fatto per paura di dover discutere al telefono e non potermi fermare qui al bar.

A dire la verità sono settimane, se non mesi, che va avanti così. Secondo me si sono tutti rassegnati ma per tante che me ne dicano tutte le sere, io faccio di testa mia. È più forte di me e non riesco a fare a meno di fermarmi qui con gli amici. Mi dico sempre che sto con loro una mezz'oretta e poi invece un bicchiere lo offro io, un bicchiere lo offre l'altro, il tempo passa e mi ritrovo ubriaco senza nemmeno accorgere.

Forse è meglio che mi avvii e quando arrivo a casa prometto che da domani non mi fermo più al bar: speriamo che mi credano!

Ora che ci penso, qualcuno mi ha detto che in questa via c'è una associazione per chi ha problemi con il bere. Dovrebbe essere quella finestra al piano terra dalla quale filtra la luce... e si entra da quella porta.

Esatto, sulla targhetta esposta c'è scritto: "C.A.T. Club degli Alcolisti in Trattamento".

Chissà quante volte ci sono passato davanti e non l'ho mai vista!

Probabilmente perché io non l'ho mai cercato il Club e non ho mai pensato di averne bisogno. Chissà che cosa fanno lì dentro e

come funziona.

Quasi quasi entro e provo a vedere com'è. E se c'è dentro qualcuno che mi conosce? Non importa, significa che anche lui ha il problema che ho io. Entro!

Ho fatto la cosa più giusta che potessi fare! Varcando la soglia di quella porta ho trovato il luogo più adatto per parlare dei miei problemi con il bere. Sono stato accolto con amore e serenità da persone sincere che mi hanno saputo ascoltare, parlarmi delle proprie esperienze, condividere le mie.

Adesso posso tornare a casa. Sicuramente i miei famigliari si arrabbieranno per l'ora tarda, ma quando racconterò dove sono stato ne saranno contenti.

Dalla prossima settimana li convincerò a venire con me al Club per intraprendere insieme questo percorso.

Quanti di noi che frequentiamo il Club hanno detto la frase: "Se avessi saputo prima che era così bello, liberatorio ed efficace bussare a quella porta, vi sarei entrato da tempo!

Sicuramente in molti ed io per primo. Quanti di noi hanno detto la frase: "Non mi serve andare in quel posto, per quel "poco" che bevo, ce la faccio da solo".

È una frase che si sente dire molto spesso, ma in quanti ce la fanno veramente da soli?

Uno? Uno su mille?...

Ci sono molte persone che hanno cominciato a frequentare il Club e dopo poco tempo si sono allontanate dicendo che ormai stavano bene e ce l'avrebbero fatta da soli, senza l'aiuto di nessuno. La maggior parte di loro è ricaduta nel tunnel dell'alcol ed in modo peggiore di prima.

Il Club seguono la metodologia del professor

## DAI CLUB

Hudolin che sostiene la teoria che l'alcolismo non è una malattia bensì una scelta di stile di vita.

Quando una persona con problemi alcolcorrelati entra a far parte del Club trova in quel luogo tutto quello che gli serve per iniziare un percorso personale di cambiamento del suo stile di vita.

Il percorso di cambiamento è personale perché probabilmente l'unica cosa che accomuna i membri di un Club è che sono lì per lo stesso problema: il consumo di alcol e la necessità per ragioni di salute famigliari o di lavoro, di smettere di bere.

Ognuno di loro ha avuto un approccio diverso con la sostanza che cambia il carattere e la personalità più o meno forte di una persona. Per tale ragione c'è chi fa più fatica a smettere di bere e chi invece ci riesce in un periodo più breve.

Ognuno ha il suo tempo per consolidare la sua determinazione ed il suo tempo di maturazione personale.

Solidarietà, accoglienza, amore, amicizia, pace, ascolto: sono quanto serve per costruire e mantenere salda una famiglia come quella del Club; infatti il Club è una grande famiglia intesa come gruppo di persone che si ritrovano fra di loro e si aiutano l'un l'altro mettendo in atto questi sani concetti.

Quando una persona entra in un Club sa che trova degli amici che lo sanno ascoltare e che lo possono aiutare o rassicurare per i suoi problemi e lo stesso farà lui con loro.

È un continuo dare e ricevere.

La frequentazione costante del Club con la famiglia è molto importante per poter sviluppare un percorso di maturazione rivolto alla sobrietà e alla pace interiore della persona. Se io sto bene stanno bene anche gli altri e sto bene con le altre persone.

Una persona con problemi alcolcorrelati inconsapevolmente porta il suo problema all'interno della sua famiglia; la sostanza lo fa cambiare nel suo modo di comportarsi e di relazionarsi con i famigliari e questo succede anche all'esterno con gli amici, sul posto di

lavoro e nelle relazioni sociali comuni.

A questo punto il problema non è più suo, ma coinvolge tutto ciò che lo circonda: famiglia, lavoro, rapporti sociali.

Da qui l'importanza che la persona con problemi che frequenta il Club sia affiancata dai famigliari per condividere assieme il percorso. A mio parere, durante il periodo di "dipendenza" dalla sostanza, la persona crea come una sorta di muro con il mondo che lo circonda e nel momento in cui decide di cambiare quello stile di vita sbagliato e tornare a una vita più sana, più sobria o, se mi è concesso usare questa parola, "normale", questo muro viene abbattuto a poco a poco e si realizza



una sorta di reinserimento naturale nella vita familiare e sociale.

Spesso è un reinserimento faticoso, non tanto nell'ambito familiare, perché il cambiamento è voluto e condiviso dai famigliari, quanto nel sociale.

Nella maggior parte gli amici sono bevitori, i cosiddetti "amici del bicchiere" e a poco a poco questi amici si allontanano per effetto del tuo nuovo comportamento e sentono che non fai più parte del loro mondo, di quel mondo dove un uomo che non beve "non è un uomo".

La stessa cosa vale anche per le donne in relazione al comportamento amicale con le persone.

Al giorno d'oggi una persona che non beve è vista quasi come un'extraterrestre per effetto dell'uso sconsiderato dell'alcol.

## DAI CLUB

Il bere alcolici, oltre che essere uno stile di vita, è anche una moda.

Come era negli anni addietro per lo spinello, ora è l'assumere bevande alcoliche specialmente nei giovani per poi arrivare alla dipendenza e a tutto quello che ne consegue; non è solo moda, ma ciò che li fa sentire "adulti e maturi".

Con il passare del tempo ci si accorge che i veri amici non sono quelli che ti considerano solo quando bevi con loro, ma le persone che ti considerano e ti accettano per quello che sei.

Io, da persona con problemi alcolcorrelati, posso dimostrare agli altri che si può cambiare e condividere questo cambiamento con loro a dimostrazione che si può vivere meglio senza assumere alcol e che le bevande alcoliche non sono essenziali per un rapporto sociale come ci vogliono far credere con i messaggi commerciali legati alla vendita di alcolici.

Con il percorso di maturazione spirituale, inteso come maturazione del proprio io, cresce anche la stima e la sicurezza in se stessi e si supera persino l'ostacolo del sentirsi diversi, mentre si è entrati in quella che dovrebbe essere "la normalità". L'aver smesso di bere diventa punto d'orgoglio.

Da qui l'importanza che il Club non si rinchioda in se stesso ma che si apra all'esterno.

A mio parere o per meglio dire da quello che ho imparato dalla metodologia del professore Hudolin, i Club fanno parte della comunità e sono al servizio della comunità. I Club devono interagire e cooperare con le altre associazioni comunitarie e le istituzioni del luogo di appartenenza e devono mantenere un contatto amicale con i vari Club adiacenti alla loro zona.

L'incontrarsi e conoscersi per scambiare le proprie opinioni ed esperienze fra componenti di Club, non solo in occasione degli Interclub, ma anche in altri momenti può essere molto utile per una ulteriore maturazione del Club stesso.

Il compito che questo avvenga è si dei componenti del Club che devono essere propen-

si a questo, ma in gran misura è pure del Servitore-insegnante che, oltre ad ascoltare e facilitare lo svolgimento della riunione, ha il compito di trasmettere fiducia e sicurezza. Così facendo anche i membri del Club trovano coraggio, fiducia e sicurezza in se stessi e riescono ad aprirsi all'esterno riuscendo così in quel compito di sostegno alla comunità per cui è nato.

Dico questo perché da quando ho iniziato a prestarmi volontariamente come Servitore insegnante, (compito meno facile di quello che uno possa credere!), mi sono reso conto che sono molti i Club che si chiudono in sé stessi senza esporsi alla comunità. Si manifesta una sorta di vergogna nel frequentare il Club nei confronti della comunità.

Infatti è sempre più difficile trovare nel Club persone che vivono in quella stessa comunità in cui opera un Club. Molti preferiscono frequentarne uno in un altro paese, piuttosto che nel proprio, per paura di incontrare conoscenti o compaesani...

Io, come ex alcolista, non mi vergogno di dire agli altri che ho avuto il problema e di averlo superato grazie alla mia Famiglia ed al Club. Lo dico con orgoglio a dimostrazione che se io ce l'ho fatta anche gli altri ce la possono fare e come Servitore-insegnante mi sforzo di far capire questo concetto all'interno del Club nel quale sono al servizio delle Famiglie, perché sono convinto che così facendo c'è più possibilità di riuscita nella maturazione e nella crescita del Club.

Se io cambio anche quello che mi circonda cambia o può cambiare, ma solo con la mia volontà e testimonianza.

Spesso si dice che il mondo non è più come una volta e che dovrebbe cambiare, ma non è il mondo che deve cambiare sebbene noi stessi, perché il mondo siamo noi e siamo noi che decidiamo come deve andare con i nostri comportamenti e le nostre decisioni.

Ognuno di noi è responsabile di quello che è il mondo e di quello che siamo noi!

Noris Dallago  
Servitore-insegnante Club "Orizzonte"  
di Mezzolombardo



# Una fonte di serenità e di benessere

*...per me, per la mia famiglia, per la comunità*

**E**cco la mia bella Famiglia della quale vado molto fiero.

Dopo aver superato certe barriere, la mia Famiglia ed io speriamo di essere stimolo ed esempio per chi sta affrontando gli stessi problemi che abbiamo vissuto noi.

Crederci nel Club e nel suo sistema significa cambiare il proprio comportamento, crescere spiritualmente e culturalmente, migliorare per se stessi, per e con la propria Famiglia e per la comunità.

È fondamentale sensibilizzare i propri figli ai problemi alcolcorrelati, affrontando tutti insieme il cammino verso la serenità, la gioia di vivere ed un benessere interiore che va ben al di là della situazione economica individuale.

Cambiare il proprio stile di vita, abbandonare la debilitante abitudine del bere senza

fermarsi mai, vuol dire rinascere ogni giorno ed ogni giorno crescere e migliorare: questa è l'importanza del Club, dove si impara, poco a poco, a non avere vergogna di appartenere a questo limpido mondo, ma si trova il coraggio di affrontare i pregiudizi e qualsiasi critica ci venga rivolta.

Chi ama se stesso ed il prossimo, non può vivere nell'ombra!

Frequento il Club "Letizia" con la mia numerosa Famiglia ed ora, dopo aver portato a compimento con grande soddisfazione il corso di sensibilizzazione a Rovereto, mi sono messo al servizio del Club "Fiducia" di Mezzolombardo.

Sono sinceramente felice di poter condividere con gli amici dei due Club la mia esperienza e di poter mettere al servizio delle Famiglie il mio cuore, la mia mente, la mia voglia di essere di incoraggiamento e di esempio a loro ed alla comunità in cui vivo ed opero.

*Giorgio Varignani  
Presidente del Club "Letizia" di Nave San Rocco  
Servitore-insegnante del Club "Fiducia"  
di Mezzolombardo*





### Ce l'ho fatta!

*"Queste giornate lasciano a tutti il segno"*

**N**on pensavo certo di poter partecipare in veste di "co-segretaria" alla settimana di sensibilizzazione ai problemi alcolcorrelati e complessi svoltasi a fine febbraio a Rovereto. Pensavo che sarei andata solamente a portare il mio saluto: mi sarebbe venuto un nodo alla gola nel vedere che la "Carla" non c'era! Assente per i suoi disagi fisici, non è certo una novità. Questo stato mi condiziona molto e così mi si chiudono molte porte. Non posso prendermi degli impegni, anche se mi piacerebbe molto. Pazienza!

Questa volta però è andata bene, è stato bello.

Tanti giovani, persone gioiose, cordiali, tutti veramente molto simpatici. C'era anche Agostino Goisis: appena ci siamo visti abbiamo scambiato un bel abbraccio e ci siamo accordati che anche questa volta avremo recitato "La venditrice di parole", una storia che mi affascina e che mi piace recitare.

Ed infatti lo abbiamo fatto.

Con la presenza e la pazienza di Adriana che, quando mi lasciavo prendere dall'ansia a causa dei numerosi corsisti che arrivavano in gruppo alla segreteria, mi sosteneva e mi

aiutava ce l'ho fatta a ritrovare la strada e la calma. Così è andato tutto per il meglio!

Queste giornate sono trascorse in un lampo, freddo a parte: qualche caffè ci dava la carica e avanti tutta...

Abbiamo avuto anche la visita dell'amico Luigi Vinante che ci ha fatto molto piacere.

Il Presidente dell'Aicat, Aiello Baselice, ha chiuso la settimana con la sua relazione sulla terminologia che è stata ascoltata con grande interesse.

Non ero purtroppo presente alla cerimonia finale per la consegna dei diplomi, ma mi è stato riferito che i corsisti erano tutti commossi e contenti.

Queste giornate lasciano il segno a tutti ed anche a me hanno lasciato il cuore pieno di gioia e di ottimismo.

Ringrazio Adriana Mongiovi, Roberto Cuni, Angelo e Pierina Pignedoli, Renzo Stedile, Sabrina Herzog, Giuliana Dell'Agnolo ed il dott. Luigino Pellegrini.

Con un caro saluto a tutti ed un arrivederci!

*Carla Gianiselli  
del Club "Agrifoglio" di Rovereto*

## In memoria di Angelo Fusi

Ciao, Angelo.

Ci hai lasciato troppo in fretta. Era da poco più di un anno che frequentavi il Club, venivi sempre molto volentieri ed eri sereno, anche quando non stavi molto bene.

Quando non c'eri, significava che proprio non te la sentivi. Venivi da solo, ma speravi sempre che un giorno saremmo riusciti a convincere anche la tua Famiglia ad affiancarti nel tuo cammino. Purtroppo non c'è stato tempo perché ciò avvenisse!

Noi tutti ti ricordiamo sempre con amicizia.

*Doriana Cavagna  
Servitore-insegnante del Club "Castel Lodron"  
di Lodrone*



### Il ricordo fraterno di Paolo Melchiori



Cari amici di tutti i Club, il giorno 21 ottobre 2009 ha intrapreso un'altra strada il nostro congiunto Paolo Melchiori.

La malattia ha avuto il sopravvento dopo due anni trascorsi tra periodi buoni e periodi meno buoni. Due settimane prima della sua dipartita, usando tutte le sue forze, ha voluto salutare gli amici del Club e "congedarsi" come fanno tutte le persone perbene.

La presenza al Club durava da poco più di 7 anni con una frequenza assidua: il giovedì era un giorno particolare in casa nostra; era l'appuntamento settimanale in cui si condividevano con altri gioie e dolori.

Sia nel bene che nel male ci accompagnano sempre.

Paolo aveva capito quanto bene e quanta serenità dava a lui e a tutta la famiglia la partecipazione al Club. In questi anni la vita ci ha regalato uno spazio "tutto nostro" dove consumare un vissuto intenso, gioioso, produttivo di pace e di serenità.

Io sono sempre rimasta al suo fianco, come pure le figlie e gli Amici del Club: per questo rimarrete sempre nel mio cuore.

*Natalia e famiglia di Vigo di Ton  
Club "Rosalpina"  
di Denno*

### Ricordando Emma

Non passa giorno che io non ti pensi, Emma. Tu sei lassù assieme a tuo figlio ed al tuo caro marito e sicuramente ci guardi e ci sei vicina ogni volta che ci ritroviamo al Club. Sei sempre stata presente, per anni, anche dopo che tuo figlio se n'era andato e ti interessavi di tutti noi.

Ci incutevi rispetto per la tua veneranda età, ma nel contempo ti ammiravamo per la tua costanza nel condividere il nostro cammino e tutti ti volevamo bene.

Ricordo ogni qualvolta passavo a trovarti con Silvia, tu ci accoglievi felice di vederci e ci offrivi il caffè, interessandoti di come stavamo. Ora, quando passo davanti alla tua casa vuota e vedo le persiane chiuse, provo una stretta al cuore e sento quanto ci manchi! Ora ti godi la pace nella Gerusalemme eterna e il Buon Dio ti ricompenserà per i tanti sacrifici che hai fatto in vita per la tua famiglia.

Sicuramente pregherai per tutti noi, così come io prego per te e ti ricordo con riconoscente affetto. Ho sentito il bisogno di scrivere queste righe perché sei sempre nel mio cuore e vi resterai per sempre. E tu, Emma, ricordati di noi, chiedi al Signore che ci mantenga in salute e sobrietà finché ci incontreremo lassù, nella pace eterna.



*Valerio Tait  
Presidente del Club "Quattro Ville"  
di Tassullo*



# La ricaduta aiuta a crescere

*Non è irrimediabile la ricaduta, basta sapersi rialzare*

**M**i chiamo Alessandro e frequento il Club "degli Amici" di Grumo da oltre otto anni.

Ho iniziato a causa del ritiro della patente (dovrei ringraziare i responsabili che me l'hanno tolta!), ma poi è stata una scelta mia quella di frequentare il Club con la determinazione di smettere di bere. Era tanto tempo che ci pensavo, poiché vedevo la situazione in famiglia deteriorarsi giorno dopo giorno.

Di mestiere faccio il barista, un lavoro difficile e pericoloso... in questo campo, poiché si è costantemente a contatto con le bevande alcoliche se non si ha la forza di opporsi: la grande tentazione è più forte della volontà! Ho fatto fatica a cambiare il mio stile di vita perché le mie abitudini erano da parecchio tempo radicate e non riuscivo a cambiarle, a trovare un equilibrio per ricreare una mia personalità, perduta ormai da molti anni! Ho avuto diverse ricadute, ma per fortuna ho sempre avuto la forza di rialzarmi subito perché la voglia di continuare sulla strada giusta era il mio obiettivo fisso.

Dopo ogni ricaduta avevo dei momenti di sconforto, ma anche di riflessione che mi hanno dato la possibilità di riflettere sui miei errori e ripartire con meno dubbi e la convinzione di essere un po' più maturato, riuscendo a trarre da questo incidente di percorso qualcosa di positivo.

Per quanto riguarda la mia esperienza, io vedo l'alcol come una presenza insidiosa che sta sempre in agguato ed aspetta il momento giusto per farti cedere. Più forte sei, più questa maledetta presenza si allontana. È mia opinione che l'alcolista pensa sempre

alla "sostanza", chi più chi meno. La differenza sta nel modo con cui si pensa, cioè non come tentazione, ma come il nemico che ha creato solo problemi a noi stessi, alla nostra famiglia, alla nostra salute.

Ho detto all'inizio di questa mia testimonianza che il mio lavoro è pericoloso, ma in realtà se cambia qualcosa nella tua testa, riesci a gestire la situazione senza paura ed a vedere le cose in un altro modo.

Questo è quanto è accaduto a me dopo l'ultima ricaduta circa un anno fa.

Credo che finalmente sia scattata quella molla che mi ha reso più forte e mi fatto acquisire la mia vera personalità. È chiaro che con l'alcol si deve tenere sempre alta la guardia!

Ho raccontato questa mia esperienza perché ho capito che ci possono essere tante strade per uscire da questo problema che dipende dal carattere, dalla psicologia e dalla volontà del soggetto.

Forse ci sono altre persone che hanno vissuto l'esperienza amara della ricaduta. Voglio dir loro che basta sapersi rialzare e continuare il cammino con doppia determinazione.

Per concludere desidero ringraziare il Club "degli Amici", le persone che sono tuttora presenti e quelle che l'hanno frequentato. Tutti mi hanno dato qualcosa di importante. Ringrazio mia moglie perché, nonostante non sia sempre presente al Club, l'ho sempre sentita vicina in questo mio cammino.

*Alessandro Veronesi  
Club "degli Amici"  
di Grumo - S. Michele a/Adige*



# Il Club: un progetto di vita

*Si riscoprono valori rimasti da tempo sopiti,  
sentimenti nuovi, nuove emozioni*

**È** grazie alla mia esperienza che posso dire quanto segue. All'inizio uno si limita a bere un bicchiere, col tempo però diventa un'abitudine, un comportamento a rischio. Quando sorge un problema si ricorre all'alcol, credendo che questa sostanza possa aiutarci a risolverlo, mentre col tempo ciò comporta una vera e propria dipendenza e non si risolve nulla!

L'uomo ha lottato per decenni per liberarsi dalla schiavitù, per abolirla ed è un peccato che l'alcolista come il fumatore trascorrono gran parte della propria esistenza in una schiavitù che si infliggono da soli e che compromette la loro salute, la loro serenità, la vita stessa.

Il problema sta nel fatto che queste persone non se ne rendono conto, non vogliono ammettere che il proprio progetto di vita è crollato. È necessario, a questo punto, trovare una strada nuova, ammettere il proprio fallimento, la propria dipendenza dalla sostanza.

È doloroso ammettere di aver fallito, ma tutto si può ricostruire se c'è la determinazione, se c'è una famiglia che ti sta accanto, se c'è un Club dove trovi accoglienza e condivisione e la forza di cambiare il tuo stile di vita. Nel Club trovi la capacità di crearti un nuovo percorso che col tuo impegno e la tua costanza ti darà la forza di uscire dalla schiavitù dell'alcol, di conoscere i tuoi limiti e di costruirti un nuovo progetto di vita che ti porterà ad apprezzare e godere della sobrietà e della serenità per te e per la tua famiglia.

Per me il Club è come una palestra di vita per ritrovare la propria personalità, diversa da quella di un tempo, alla quale mi sono aggrappato, sospinto anche dall'azienda in cui lavoravo, per non andare incontro ad una

brutta fine. Dicevo sempre che sarei stato capace di smettere di bere quando avessi voluto ed invece mi sono ritrovato schiavo della sostanza, con la conseguenza di perdere la tranquillità, la serenità e la mia stessa dignità. Da quando sono entrato nel Club ho provato delle emozioni che avevo dimenticato. In questa palestra si cresce insieme ed ognuno è consapevole delle proprie scelte. L'importante è seguire i suggerimenti, gli esempi e le testimonianze che ci offre. Anche la critica è costruttiva quando serve per crescere, maturare, farci riflettere e responsabilizzarci. Nel Club si cresce e ciò ha influenzato il mio cambiamento, la mia evoluzione sia spirituale che culturale.

Posso affermare con certezza che la frequentazione mi ha giovato e mi gioverà anche in futuro nel prendermi cura di me stesso, dei miei valori, dei sentimenti altrui. Il Club mi ha offerto la possibilità di rivalutare il capitale umano e sociale che è privilegio di ogni essere umano, che era radicato in me, ma che in passato era rimasto in passività. Nel Club ho conosciuto l'amore della mia famiglia, l'amicizia e l'affetto delle famiglie che hanno intrapreso lo stesso cammino. Oggi, l'aver acquisito la fiducia in me e di chi mi circonda mi riempie di un sentimento di profonda gratitudine per tutti voi. Non so se io sono riuscito a darvi ciò che ho ricevuto, ma se la vostra risposta fosse affermativa sarà sempre inferiore a ciò che voi mi avete dato.

Auguro a tutti un buon proseguimento con la pace, l'amicizia e l'amore nel cuore.

*Enzo Santimaria  
Club "Raggio di Sole" di Arzignano/VI*



# Dedicato al Club "Tionese"

*Il Club è sinonimo di serenità, di gioia di vivere intesa come sacrosanto diritto.*

**D**a quasi un anno frequento assiduamente un Club di Tione di Trento ed ancora non riesco a darne una definizione appropriata. Rileggo spesso i nomi che portano i Club: "Arca", "Il Faro", "Serenità". Sono tanti ed ognuno a modo suo dà l'idea della speranza, dell'ancora di salvataggio, di qualcosa di valido, di bello. A questo punto la mia capacità di valutazione tentenna, dando luogo ad una specie di confusione mentale che tende a travisare ciò che vorrei esprimere. Tutto mi sembra non appropriato o troppo banale. La soluzione più consona al quesito è semplice: bisogna frequentare il Club per capire quello che è!

Per chi vuole intraprendere questo cammino, che di primo acchito non sembra né convincente né stimolante, tutte le definizioni portano al punto di partenza.

Sono le quattro del mattino e non riesco a dormire in questo letto d'ospedale. Mi scervello per trovare una soluzione, ma i miei pensieri s'intrecciano e si confondono: penso alla visita dei miei famigliari, a quella degli amici del Club. Ed ecco che la soluzione al quesito mi si prospetta come il suono di una campana a festa. Club: sinonimo di felicità, inteso come il sacrosanto diritto di

tutti ad essere felici.

È vero, io l'ho ignorato e calpestato per troppo tempo ed ho impiegato un anno per ricredermi.

Mi bastava guardare gli sguardi semplici e sereni dei miei cari, dei compagni del Club, per capire il valore della sobrietà, della solidarietà. Sono sguardi colmi di gioia nel vederti cambiato! In tal modo ogni dubbio scompare e la sensazione di vedere il mondo con occhi nuovi e la mente chiara è impagabile.

La mia riconoscenza va in primo luogo a mia moglie Luisa ed a mio figlio, passando poi a tutti gli amici del Club e via via a coloro che ho conosciuto agli Interclub e ai Congressi. Ciò mi ha reso consapevole che questo prezioso diritto alla felicità, nella scala dei valori della vita, occupa un posto

di grande importanza e non può essere negato a nessuno. Grazie te, Luisa, Luca, Marta, Giacomino, alle due Maria Grazia, a Luciano, a Giusto e Paola, a Roberto e Luigina, a Gilio e Fiore, a Girolamo ed Erica, a Ermanno e Wanda. La felicità sta proprio nel darla agli altri e il Club, come una spugna, assorbe tutti i nostri errori, che sarà bene non dimenticare, restituendoceli limpidi e purificati per sfociare in un sorriso felice e ringraziarci di essere cambiati. Uno qualunque di voi.

*Federico Sauda  
del Club "Tionese" di Tione  
di Trento*

*Il caro Federico è deceduto mentre andavamo in stampa (vedi pagina 16-17)*



### Clotilde Filosi



Cara Clotilde, vogliamo ricordarti nell'anniversario della tua morte del 21 marzo 2009.

Hai combattuto la tua battaglia, prima con l'alcol poi con la malattia, che in poco tempo ti ha portato via all'affetto dei tuoi familiari e del Club.

La tua presenza al Club è stata costante e anche se non sempre riuscivi ad esprimere con le parole ciò che sentivi bastava guardarti negli occhi perché essi erano in grado di comunicare la gioia soprattutto quando parlavi del tuo nipotino Aronne (nella foto con te e tua figlia Irene davanti alla casa di montagna). La tua presenza al Club è stata sempre accompagnata da Irene e da tua sorella Dora.

La fatica ed il dolore di dover accudire il marito Iginio ti hanno portata qualche volta alla ricaduta che ti arrecava una grande sofferenza, ma nel contempo tanta voglia di ricominciare subito.

Ciao Clotilde, siamo certi che lassù hai raggiunto la serenità e proteggi anche noi. Chissà, forse anche in cielo ci sarà un Club per te dove tutti si vogliono bene.

*Ilia Mussi  
Servitore-insegnante  
Club "Mano Tesa" di Praso*

### Colomba Monfredini

Sei volata in cielo proprio come una colomba, cara amica!

Già da tempo non eri più presente fisicamente al Club, per la tua malattia invalidante che ti costringeva ad essere dipendente da una macchina per respirare meglio, ma il tuo spirito era con noi, al Club a cui hai voluto rimanere legata.

Il tuo cammino verso la sobrietà è iniziato ancora nel lontano 1987. Sei stata una pioniera del Club e anche, seppur con qualche ricaduta, hai cercato insieme ai tuoi familiari, che ti sono sempre stati accanto, di risollevarti e ricominciare prendendo parte attiva alla vita del Club e quindi testimoniando com'è possibile cambiare in ogni momento il nostro stile di vita.

Grazie Colomba per la tua presenza in mezzo a noi. Ci piace pensare che ora tu volerai leggera lassù fra gli angeli, finalmente libera da ogni costrizione.

Ciao Colomba, ti salutiamo e ti ricordiamo.



*I tuoi Amici dei Club "Mano Tesa" di Praso  
Ilia Mussi, Servitore-insegnante  
e del Club "In Cordata" di Pieve di Bono*

## Federico Sauda



Ciao Fede.  
È lunedì 1 marzo, gli amici del Club "Tionese" come di consueto si ritrovano per raccontarsi come è andata la settimana, ma la tua sedia è vuota, tu non ci sei!... Purtroppo ci hai lasciato improvvisamente a causa della malattia. Ma su quella sedia, in tuo ricordo, c'era una rosa rossa, simbolo del tuo 1° anno di sobrietà.

Lo scorso marzo 2009 hai iniziato il tuo cammino, supportato da Luisa, nel Club "Tionese". Quando ti trovavi in difficoltà e stavi per toccare il fondo hai avuto il coraggio e la forza di rialzarti confidando nel sostegno della tua famiglia.

Avevi girato pagina, ti eri impegnato a ricostruire quella vita che da tempo stavi gettando via. In quest'ultimo anno hai potuto assaporare il piacere della vita, giorno dopo giorno, notando la bellezza di ogni piccola cosa.

Poi, in quest'ultimo periodo, una crudele malattia ti ha costretto ad assentarti dal Club, però quando ti trovavi in ospedale il tuo pensiero era a noi. Così chiedevi a Luisa di leggerci i tuoi "Piani di bordo", che tu chiamavi Bollettini di guerra, dai quali si capiva che eri in difficoltà, che preoccupato stavi lottando contro una brutta malattia. Ci immaginavi tutti lì al Club...

Una cosa volevamo dirti: "Siamo orgogliosi di te, sei e resterai per noi un esempio. Grazie per aver creduto in te stesso e in tutti noi del Club!" Spesse volte la vita ci riserva brutte sorprese ed è un peccato che sia andata così...

Sappiamo però che da lassù ci stai guardando e ci dici: "Tutto sotto controllo! Andate avanti e non mollate mai!!!".

Grazie ancora, ciao Federico.

*Marta Zamboni  
Servitore-insegnante del Club "Tionese"  
di Tione di Trento*

Caro Federico  
Lunedì 1 marzo, al Club una rosa rossa occupava la tua sedia! Occhi lucidi dappertutto, sguardi pieni di costernazione. Grazie a quel gruppo di amici, che con il loro esempio, i loro suggerimenti e la loro amicizia, sei riuscito a cambiare uno stile di vita insostenibile.

Grazie Federico, con il tuo cambiamento hai ridato serenità alla tua famiglia, alla tua mamma, a Luisa e Luca, al tuo ambiente di lavoro e sociale. Il tuo cambiamento ha suscitato meraviglia e ammirazione in quanti ti hanno sempre vissuto con grande disagio e preoccupazione, sempre all'attacco, contro tutto e contro tutti.

Improvvisamente, dopo una vita, lo specchio che rifletteva la tua immagine si è illuminato e ti ha riflesso in una luce nuova.

Un nuovo Federico che in un anno è riuscito a recuperare gli affetti della famiglia, l'ammirazione degli amici, la stima di quanti lo hanno visto cambiare sul lavoro e nella società. **Dov'era andato a finire quello spavaldo contestatore, sempre polemico, sempre canzonatorio, scienziato in tutte le materie?**

Chi l'avrebbe mai immaginato di fotografarlo davanti a una bottiglia di aranciata o di sanguinella? Davanti a una tazzina di caffè "liscio", sorridente e soddisfatto anche se sofferente? La foto lo ritrae in casa di Marta, il 25 gennaio 2010, la sera che lei e suo marito hanno invitato gli amici del Club "Tionese" nella loro nuova casa, riservandoci un'accoglienza straordinaria.

**Perché, prima di cambiare, bisogna sempre toccare il fondo?** Il dolore, l'amarrezza e il rimpianto che rimangono in chi resta è così grande, che lasciano lo spazio alla delusione, allo sconforto, alla rabbia, di fronte all'impotenza di non poter fare proprio più nulla per aiutarti, se non quello di starti vicino.

Ci hai negato anche questo! Hai voluto combattere la tua battaglia da solo, attingendo coraggio dalla tua disperazione, facendo coraggio alla tua famiglia che hai sempre tenuta in soggezione, con quell'atteggiamento guascone che ha attirato su di te le ire di chi, suo malgrado, ti voleva stare vicino.

Quando mi hai incaricato di far pubblicare su Centro Club-Notizie l'articolo che hai dedicato al Club Tionese (all'insaputa di tutti, mi hai raccomandato!), mai avrei immaginato di dover scriverti accanto questo ricordo per te.

All'Interclub provinciale di Cadine avresti ricevuto la rosa per il primo anno di sobrietà. Luisa era così contenta di festeggiare in quella occasione il vostro anniversario di matrimonio: il 23 maggio.

Che coincidenza, mi aveva detto!

Neanche questa gioia però le è stata riservata.

Sul verbale della prima sera della scuola di 1° Modulo, giovedì 1 ottobre 2009 da te redatto hai scritto:

**"Alla salute si pensa sempre quando manca, non quando c'è!"**

Questa frase mi ha tanto colpito che l'ho rimarcata ancora quella sera, e nelle sere successive, e negli incontri in altri Club.

Credo che lo farò ancora tante altre volte, sperando che altre persone riflettano sul loro comportamento.

Ogni volta ti rivedrò mentre la leggevi, ogni volta risentirò la tua voce, ogni volta penserò quanto sarebbe bello per tutti se tu fossi ancora con noi!

Ormai è troppo tardi, purtroppo!

Mi firmo anch'io come te,



uno qualunque di voi  
Giacomo Parolari del Club "Tionese"  
di Tione



### Luigi Peterlongo Mio padre

**M**i appare riduttivo e difficile descrivere in poche parole quello che era e ciò che ha rappresentato mio padre per me. Quando penso a mio padre vedo un uomo semplice a volte burbero o scontroso, ma sicuramente pieno di dignità personale e rispetto per gli altri. La sua forza di volontà, il suo carattere determinato, il suo amore viscerale per la vita e tutte le sue forme, la sua grande umanità, sono state e sono sempre un modello da seguire per me. Nei momenti di sconforto e di tristezza più profonda mi rincuora il fatto che la sua persona, il suo ricordo, il suo affetto, i suoi insegnamenti vivranno in me e mi accompagneranno nella vita. Per tutto ciò, con grande riconoscenza, gratitudine ed immenso amore, ringrazio il mio papà e sono fiera e orgogliosa di averlo avuto al mio fianco qui su questa terra e di tenerlo per sempre nel mio cuore.

*Tua figlia Lilia*

### Un amico dal grande cuore

**Q**uando ci siamo conosciuti ricordo di aver pensato che tu avessi in comune con mio marito Luigi non solo il nome, ma anche la stessa determinazione nell'aver voluto tagliare di netto con ciò che ci aveva creato seri problemi di varia natura, ma che aveva portato entrambi alla consapevolezza che così la vostra vita non poteva continuare. Troppo forte era l'amore per la tua famiglia che ti è sempre stata vicina e ciò è stato sicuramente uno dei motivi principali del tuo cambiamento.

A volte eri ostinato nel difendere le tue opinioni, ma sei riuscito a trasmettere il rispetto per tutti, il valore enorme della famiglia, l'importanza della stima in se stessi, la volontà di andare sempre a testa alta e di ammettere i propri errori.

Questi sono i principi che porteremo sempre nel nostro cuore. In questo caso è norma dire che la persona che ci è venuta a mancare lasci un vuoto incolmabile: io lo voglio riempire con tutto ciò che negli anni sei riuscito a trasmetterci.

E non è poco! Abbiamo condiviso momenti belli e momenti tristi e ciò ha creato un legame così forte fra di noi che non potremo mai dimenticare un amico speciale quale eri tu! Non importa quanto tempo abbiamo trascorso assieme, ma quanto tu, caro Luigi, sei riuscito lasciare nei nostri cuori.

Arrivederci, caro amico, un giorno ci ritroveremo e potrò darti quell'abbraccio che non sono riuscita a darti quando eri fra noi!

*Gloria e Luigi Filippi  
del Club "Simpatia" di Trento*

## L'ultimo saluto ad un caro amico

Sono da poco passate le dieci. Dal Lungo Adige si intravede un gruppo di pescatori. Era la tua grande passione; ce lo raccontavi sempre. La pesca, una partita a carte con gli amici, ed in tempi ormai remoti, un buon bicchiere di vino. Forse un po' troppo. Te lo diceva Agnese, ma non volevi capire.

Così Lei cominciò a frequentare il Club da sola, nella speranza che un giorno l'avresti seguita. Sapeva che con il tuo carattere forte era meglio non scontrarsi, ed aveva ragione. Piano, una sera la seguisti. Era il lontano duemiladue, e da quella sera, con la tua grande forza di volontà, hai cominciato con Lei un nuovo percorso di vita alla ricerca di quella serenità smarrita, con l'affetto dei tuoi a sostegno.

Così ti presentasti quel giorno, quando con molta riluttanza, venisti per la prima volta al Club. Quanti ricordi. Quanta positività in quegli incontri, in quei dialoghi.

Quanta forza nelle tue parole. Quanto aiuto per uno, più o meno giovane, che si apprestava a ricominciare a vivere.

Venerdì dopo venerdì tu c'eri sempre, per ribadire la tua storia, per dire che come ce l'avevi fatta tu anche noi potevamo riuscirci.

Certo serviva fatica, e tanta, tanta volontà. Ma i risultati poi erano evidenti.

Era stato molto bello sentire Agnese che ringraziava il Club, che dopo anni Le aveva donato una vita finalmente serena.

Eri considerato da tutti come un padre, o per quelli come me un fratello maggiore, al quale si chiede il consiglio, l'aiuto nel momento in cui ti assillano i dubbi, o la volontà di trasgredire si fa più forte. E tu eri sempre pronto.

Sapevi discernere chi ce la poteva fare da chi aveva bisogno di particolare attenzione (ricordo che una sera Agnese ti chiese: "Non gli domandi come è andata la settimana?" e tu per tutta risposta "Si vede subito uno che è deciso").

Venerdì dopo venerdì siamo cresciuti assieme, finché un brutto giorno sei arrivato, consegnandomi le carte con le presenze ed i riepiloghi semestrali dicendo: "È tutto facile, vedrai".

Poi quando è stato il tuo momento, ci hai raccontato che dovevi fare degli accertamenti, che poteva esserci qualcosa di brutto, che bisognava vedere.

Sono iniziate le cure, sempre più pesanti; ti sentivi sempre più stanco, e le tue presenze si diradavano. Era sempre bello vederti quando riuscivi a vincere la stanchezza ed il male per stare un po' con noi. Non hai mai fatto pesare il tuo star male ed hai continuato il tuo percorso di sobrietà iniziato tanti anni prima.

A Natale hai trovato la forza per venire a farci gli auguri ed è stato per tutti un vero regalo. La tua voce era un po' ansimante, facevi fatica a parlare, ma non volevi mancare. Grazie ancora.

Ed ora eccoci qui, riuniti nel cimitero a porgerti l'ultimo saluto. Ci siamo tutti. Tutti gli amici del Club che si stringono attorno ad Agnese, Laura e Lilia, ed ai tuoi adorati nipoti, per porgerti l'ultimo saluto, per essere vicini alla tua famiglia in un momento tanto doloroso.

Mancherai a tutti i tuoi cari,  
ma mancherai tanto anche a noi.



*I tuoi amici del Club "Simpatia" di Trento*



## Gioinezza età preziosa, perchè sprecarla?

Una riflessione per i giovani dei nostri Club

*"Introibo ad altare Dei"*. Era la prima frase del sacerdote nella Messa in latino. *"Ad Deum qui laetificat juventutem meam"*, a Dio che allietta la mia giovinezza, rispondevo io, titubante chierichetto alle prime armi, che qualcosa di latino masticavo perché allora lo si studiava già in prima media.

Qualcuno mi darà del passatista ma per me, come per altri, è stato un incontro importante tant'è che ricordo ancora questa frase per la musicalità della lingua, per la poesia che essa esprime e soprattutto per il messaggio di fiducia che contiene, quale che sia il nostro rapporto con Dio. Cosa ne sarebbe infatti della nostra giovinezza, così come delle altre età della vita, senza la **spiritualità**, intesa in senso lato, e senza un costante e sincero processo dialettico di ricerca interiore.

La società che viviamo ha decretato la morte di Dio poiché Lui è una presenza scomoda che intralcia il libero arbitrio, non accetta il nostro relativismo e scuote una coscienza troppo spesso assopita e incoerente.

Il nostro caro Professore l'aveva intuito e per questo aveva scelto i francescani di Assisi per sensibilizzare le famiglie dei Club e trasmettere tramite loro alle comunità la bellezza della sua Spiritualità antropologica, dell'Ecologia sociale e dell'Etica delle virtù. Rinvio ad un prossimo articolo un'analisi che sarebbe comunque interessante sul pensiero espresso dai teologi della morte di Dio e da filosofi come Nietzsche e sul materialismo che sta alla base di alcune dottrine socio-politiche, ma io penso semplicemente che non lo si possa né lo si debba accettare poiché la spiritualità non appartiene solo alle religioni ma è dell'uomo in quanto tale, creatura perfetta e contraddittoria, fatta di spirito e materia e nella quale, come nell'universo infinito a cui essa appartiene, coincidono generazione e

corruzione, amore e odio, bene e male. Essa è, comunque la si intenda, manifestazione concreta di un'esigenza di interiorità, esigenza di orizzonti più ampi, di una trascendenza reclamata dalla nostra stessa razionalità, reclamata anche da una mente che non si accontenta affatto degli angusti spazi in cui vorrebbe confinarla il materialismo ma che deve saper portare il finito ai confini dell'infinito, fino a quella porta che si trova sull'orlo del tempo oltre la quale c'è l'eternità, la conoscenza totale o il nulla, la luce della sapienza o l'annientamento.

Faccio questa premessa per arrivare ad alcuni altri aspetti importanti che marciano anche oggi, sebbene in modo diverso da ieri, l'età preziosa della giovinezza. Cominciamo col parlare un po' di **sessualità**. Da tempo non è più un tabù ed è bene che sia così ma, se ci pensate, tanta disinvoltura nel "levare scarpe e mutandine" come cantano i Nomadi è tutt'altro che una conquista. Che ne è di Biancaneve e di un "prince" che allora come oggi cercava nella donna la grazia e la femminilità espressa dal corpo ma che sapeva andare oltre la bellezza delle forme ed il richiamo struggente della sessualità per cercare e cogliere in lei la figura preziosa della Madre, non solo e non tanto in senso stretto ma nel senso che questo termine racchiude soprattutto nelle culture primigenie. Quella Madre Terra che nutre l'anima, la mente e il corpo e che sa dare serenità, conforto e protezione e dunque molto più del soddisfacimento di un istinto elementare. Sessualità che diventa emozione unica per bellezza ed intensità quando l'unione fisica è anche spirituale, **quando Amore e Psiche si mettono assieme per cogliere la voce dell'infinito, il respiro del cosmo.**

Non a caso oggi molti matrimoni (o conviven-

## DAI CLUB

ze) finiscono troppo presto. Con una premessa diversa il matrimonio può invece valorizzare un'intimità che diventa ancor più preziosa quando è costretta per qualche tempo e per scelta solo nei pensieri e nei desideri più intimi. Di solito un amore costruito con calma sa custodire nel tempo che attraversa le stagioni il profumo e la dolcezza della primavera. Oggi invece il sesso tutto e subito è un'occasione come altre, forse la più gustosa, per soddisfare le proprie voglie ed il matrimonio, sempre più in là nel tempo, è ridotto a semplice formalità, spesso nemmeno necessaria. Così quel giorno e quella prima notte non diranno nulla di nuovo poiché tutto è già stato vissuto ed è quasi diventato banale.

Non c'è più quell'aspettativa di cose dolci ed importanti, il fascino dell'attesa e l'incanto della scoperta di ciò che significa essere finalmente una cosa sola. Si consumano rapporti a raffica ma quasi mai si ha il tempo o si sente la necessità di scoprire quelle affinità elettive che sono la

bellezza e la garanzia di un lungo, intrigante tempo di amore. Tornare a Dante e Petrarca sarebbe forse eccessivo ma banalizzare un atto così importante è comunque insensato e inaccettabile. Chiedo a voi giovani che, se volete, potete rimettere le cose nel modo giusto: "Perché non ridare a Laura e Beatrice la loro dignità e perché loro non se la riprendono?"

Mi sarebbe piaciuto parlare di tanti altri argomenti che vi riguardano in particolare, anche se non vi appartengono in modo esclusivo. Per esempio la dipendenza dalle droghe, l'alcol in primis, un certo disimpegno dai problemi personali e sociali, il narcisismo, la solitudine, il nichilismo, le illusioni, le fughe dalla realtà ma anche la ricerca della verità, la voglia di pace, di giustizia, di solidarietà, di conoscenza, di un futuro diverso da quello verso cui ci porta questa società.

Per molti di voi c'è sicuramente in embrione

una forte esigenza di cambiamento, un desiderio di grandi valori e ideali ma purtroppo sono pochi gli educatori veri in grado di indicare la strada e il modo per raggiungere un traguardo importante. Allora molto lavoro dovrete farlo da soli con l'aiuto di tanti buoni libri (dai, non fate quella faccia!) ed un uso intelligente delle nuove tecnologie informatiche. Di giovani sereni e gioiosi, disponibili,



determinati e responsabili ha molto bisogno anche la nostra Associazione.

Spero di poter completare il discorso un'altra volta toccando in particolare un terzo aspetto che alla vostra età non si percepisce o si sottovaluta, quello del **tempo** sprecato, e con esso la vita.

Qui intendo la vita come progetto, un progetto che quand'anche ci fosse, troppo spesso finisce col frantumarsi fra uno sbalzo e l'altro nello scorrere implacabile del tempo, appunto. L'esperienza personale vi confermerà che in questa stupenda irripetibile età troppo spesso si sottovaluta il tempo che passa finché anche l'ultimo cancello, come scriveva magistralmente Dino Buzzati nel "Deserto dei tartari", sarà inesorabilmente rinchiuso alle nostre spalle.

Romano Zanghellini  
Club "Amicizia" - Trento

### Cambiare

*Solitudine e silenzio.  
Rumore di un pensiero che se ne va.  
Di parlare ormai sono stanco.  
Di vivere ho perso la voglia.  
Mi interrogo sulla mia ora.  
Mi sento disperso.  
Serve una svolta alla vita.*



**Q**uesta significativa ed intensa poesia è scritta da Matteo Moscatelli, ed è stata una piacevole scoperta. Quando mi è stato regalato questo libro di poesie, non avrei mai pensato che mi sarebbe piaciuto così tanto, ed ho avuto il desiderio di condividere con altri queste sensazioni, e così ho chiesto il permesso di poter pubblicare alcune poesie sul nostro giornale.

È sorprendente che un uomo così giovane (nato a Trento il 10/10/1991- vive a Mori) riesca con poche righe a suscitare tante emozioni! Mi è piaciuta molto anche la bella prefazione al libro curata dal professor Carlo Andreatta.

Quante volte, nella nostra vita, nel momento di iniziare un "cambiamento" ci siamo sentiti proprio "dispersi" e consapevoli che serviva "una svolta alla vita"?

*Matteo Moscatelli*

*"Ombre di vita mia in versi sparsi"*

Editrice la grafica - € 9,00



### Gioia

*Esplosione di vita.  
Un tramonto intramontabile.  
Osservo e contemplo parole,  
universo del mio immaginario.  
Vedo l'anima mia  
Specchiarsi nel tuo bagliore.*

**L'**altro libro che volevo invitarvi a leggere è di un nostro caro amico, e amico dei Club, Alessandro Sbarbada che, insieme ad Enrico Baraldi, ha scritto un istruttivo e piacevole libro su "VINO E BUFALE: tutto quello che vi hanno sempre dato da bere a proposito delle bevande alcoliche."

Si legge tutto d'un fiato e ci porta a conoscere tante notizie nuove, a ricordarcene altre che noi diamo per scontate, ma che per la maggioranza della gente non lo sono.

Ad esempio il costo sociale e sanitario causato in Italia dai problemi correlati all'alcol nella nostra nazione è del 2-5% del Prodotto Interno Lordo: qualcosa come € 15.355.400,00!

Oppure la bufala del concetto del bere moderato, o di quanto sia falsa la concezione che bere "fa bene all'amore..." In realtà porta allo zero per cento di potenza!!!

Quando ci ricorda che non c'è nessun motivo medico per bere.

Insomma 137 pagine tutte da leggere, e perché no, anche da regalare!

*"VINO E BUFALE"*

*Enrico Baraldi e Alessandro Sbarbada*

*Edizioni eretica Stampa alternativa*

*Pagg. 137 - € 12,00*

*Aurora Curnis  
Servitore-insegnante  
"Club del martedì" di Trento*

**Organizzazione**

Centro Studi – Trento

**Segreteria organizzativa**

Roberto Cuni – Valerio Zanghellini

**Logistica**

Il Corso si terrà a:

Tuenno

presso:

L'oratorio Parrocchiale  
Via Marconi, 9 Tuenno (TN)

Per informazioni rivolgersi a



**APCAT TRENTO – CENTRO STUDI**  
TRENTO – VIA SIGHELE, 7

Tel. 0461391482 – fax 0461397063

E-mail: [csdpa@iol.it](mailto:csdpa@iol.it)

**CORSO DI SENSIBILIZZAZIONE**

**ALL'APPROCCIO**

**ECOLOGICO-SOCIALE**

**AI PROBLEMI**

**ALCOLCORRELATI E COMPLESSI**

(metodo Hudolin)

**Tuenno 24 – 29 maggio 2010**

Per questo corso è stato richiesto l'accreditamento  
per l' E.C.M.

---

In collaborazione con:

Associazione Italiana dei Club degli Alcolisti in Trattamento

Acat Val di Non e Acat Val di Sole

Centri di algologia del Trentino

Centro di Riferimento per le Attività Alcolologiche - Trento -

✂ " Staccare e spedire in busta chiusa

Spettabile  
**APCAT TRENTO**  
**Centro Studi**  
Via Sighele, 7  
38100 TRENTO

## CORSI DI SENSIBILIZZAZIONI IN TRENTINO METODO HUDOLIN

### FINALITÀ:

- Sensibilizzare i corsisti a mettere in discussione convinzioni e comportamenti nei confronti del bere, dei problemi alcolcorrelati e complessi, promuovendo il loro coinvolgimento personale.
- Informare circa i problemi alcolcorrelati e complessi in modo da cogliere il rapporto tra salute e l'ambiente per tutto ciò che attiene ad ogni aspetto bio-psico-sociale. • Avviare i corsisti ad operare secondo l'approccio ecologico e sociale su cui si fondano i Club degli Alcolisti in Trattamento.
- Favorire la protezione e la promozione della salute nella Comunità affrontando anche la multidimensionalità della sofferenza e del disagio (problemi alcolcorrelati e sofferenza psichica, problemi alcolcorrelati e uso di altre sostanze, problemi alcolcorrelati e gravi problemi sociali).

### CONTENUTI:

- La protezione e la promozione della salute (principi dell'OMS)
- Aspetti sociali, relazionali e sanitari dei problemi alcolcorrelati
- L'epidemiologia dei problemi alcolcorrelati
- La prevenzione dei problemi alcolcorrelati
- Il trattamento dei problemi alcolcorrelati
- L'approccio familiare nel trattamento dei problemi alcolcorrelati
- La comunità multifamiliare
- Il Club degli Alcolisti in Trattamento
- Le Scuole Alcolologiche Territoriali
- La rete territoriale e le risorse comunitarie
- I programmi alcolologici territoriali in Italia
- Le Associazioni dei Club e il ruolo del volontariato
- Le situazioni complesse: alcol-droga, alcol-sofferenza psichica, problemi sociali.

### ORARIO DEL CORSO:

Il Corso inizierà il lunedì alle ore 8.30 e avrà termine il sabato alle ore 13.00.  
L'orario delle giornate andrà dalle ore 8,30 / 9,00 alle ore 18,00 / 18,30. Sono previste due visite ai Club degli

Alcolisti in Trattamento, da effettuarsi in serata di circa due ore cad.

### PARTECIPANTI:

Vi potranno partecipare, entro il limite massimo di 80 corsisti, medici, psicologi, assistenti sociali, assistenti sanitari, infermieri professionali, educatori, insegnanti, sacerdoti, volontari, membri dei Club degli Alcolisti in Trattamento e quanti altri intendano operare nel campo della prevenzione e del trattamento dei problemi alcolcorrelati.

Qualora il numero delle iscrizioni fosse superiore al numero dei posti disponibili sarà operata una selezione in base all'ordine d'arrivo delle domande, alla motivazione e all'esperienza maturata sui problemi alcolcorrelati.

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE:

- Invio dell'allegato modulo di partecipazione tassativamente 20 gg. prima dell'inizio del corso a:
- **Centro Studi - Via Sighele, 7 - 38100 - Trento**  
(Tel. 0461391482 – fax 0461397063).
- **L'accettazione della domanda di iscrizione verrà comunicata agli interessati massimo 10 gg. Prima dell'inizio del corso.** In caso di rinuncia è importante darne comunicazione immediata al Centro Studi (tel. 0461391482).
- **La partecipazione al Corso è gratuita**
- **Interpellando la segreteria verranno fornite informazioni sulle possibilità di alloggio per chi parteciperà da fuori.**

### ATTESTATI:

Verrà rilasciato un attestato a chi avrà partecipato all'intero Corso e alle visite ai Club e avrà svolto un elaborato scritto sull'argomento concordato.

**Ai dipendenti dell'Azienda Provinciale per i Servizi Sanitari e agli insegnanti della Pubblica Istruzione il corso è riconosciuto come aggiornamento.** Inoltre, per i lavoratori della Sanità sono previsti i crediti per la ECM.

## CORSO DI SENSIBILIZZAZIONE ALL'APPROCCIO ECOLOGICO-SOCIALE AI PROBLEMI ALCOLCORRELATI E COMPLESSI (metodo Hudolin)

- Rovereto, 1 - 5 febbraio 2010
  - Trento, 24 - 29 maggio 2010
  - Basiglio del Bondone, 13 - 18 settembre 2010
- (barrare la casella del corso che interessa)*

Cognome -----

Nome -----

Data di nascita -----

Luogo di nascita -----

Via -----

Cap----- Città -----

Recapito telefonico -----

E-mail -----

Professione -----

Ente presso cui lavora -----

Sede -----

Esperienze già attuate in campo algologico -----

-----

-----

Motivazione a frequentare il corso -----

-----

-----

### *Legge sulla privacy*

#### **Informativa**

La informo che i dati forniti tramite questo modulo entrano a far parte dell'archivio informatico del Centro Studi e saranno trattati — nel rispetto di quanto previsto dalla legge n. 196 del 2003 ("codice privacy") — per tutte le esigenze connesse con il rapporto instaurato.

**Autorizzazione:** Ai sensi della legge n. 196/2003 autorizzo il Centro Studi al trattamento dei miei dati per la trasmissione di informazione relative ad attività promosse dallo stesso.

Data..... Firma .....

# Corso di sensibilizzazione all'approccio ecologico - sociale ai problemi alcol-correlati e complessi

Rovereto 1-5 febbraio 2010

**D**a Lunedì 1 febbraio a Venerdì 5 febbraio 2010 presso la Beata Giovanna di Rovereto si è svolto il Corso di Sensibilizzazione all'Approccio Ecologico-Sociale ai problemi alcol-correlati e complessi (metodologia Hudolin).

Al corso hanno partecipato 89 persone tra cui 20 studenti di alcune Scuole Superiori di Rovereto, Val di Fiemme e Val di Fassa che hanno preso parte al progetto sulla Peer Education.

Durante il corso ci siamo messi a riflettere sul percorso svolto e arrivati al venerdì abbiamo provato a descrivere quello che è successo.

Alcuni si aspettavano professioni ed esperti del tema, altri di andare in un posto pieno di persone con problemi di alcol, altri ancora di ricevere teorie e tecniche di trattamento. In realtà niente di tutto questo è successo. Ci siamo trovati a fare i conti con noi stessi, si è respirato un clima di accoglienza pervaso dal vissuto e dall'esperienza di tutti ed è stato dato volto alle parole e nome alle emozioni.

Ci siamo fatti tante domande aspettando risposte, poi abbiamo capito che non possiamo aspettarle dagli altri perché non ci sono risposte giuste, uniche e valide per tutti. Siamo noi ad avere dentro le risposte, ognuno ha la sua.

Il corso è stato un momento di rallentamento dal ritmo di tutti i giorni in cui siamo riusciti a ritrovarci e a riflettere sul mondo che ci circonda. La presenza dei giovani ha dato la speranza di cambiare. Cambiare è sempre possibile. In particolare, nei giovani sono nate la voglia e l'idea di fare questo corso con i genitori.

La vita vissuta e testimoniata dai Club è stata la parte più emozionante del corso e ciascuno di noi ha potuto dire "durante il corso si sono presi cura di me come persona".

## Riflessioni

*"Per salvarci dobbiamo raggrupparci. Come le dita di una stessa mano. Come le anatre di uno stesso stormo. Tecnologia del volo collettivo. La prima anatra si lancia e apre la strada*

*alla seconda che indica il percorso alla terza, la spintadella terza fa spiccare il volo alla quarta che trascina la quinta, lo slancio della quinta provoca il volo della sesta che fa coraggio alla settima... quando l'anatra esploratrice si stanca, raggiunge la coda dello sciame e lascia il posto ad una altra che risale alla punta di questa V capovolta che le anatre disegnano in volo. Tutte a turno prenderanno la testa e la coda del gruppo. Nessun'anatra si considera animale super per il fatto che vola davanti né animale minore se vola in coda".*

Eduardo Galeano

*Non esistono difficoltà nei confronti degli altri. L'unica difficoltà sta dentro di noi. Il problema non sono gli altri, ma il nostro modo di reagire di fronte a loro. Scopriamo perché reagiamo in un determinato modo. Così diventeremo capaci di rompere con le nostre illusioni. E ci sarà pace.*

*L'unica causa della nostra sofferenza sono le nostre idee su come gli altri dovrebbero comportarsi nei nostri riguardi, credendo che le nostre idee siano le più corrette. Noi non soffriamo per quello che gli altri fanno, ma perché pretendiamo che gli altri si comportino secondo i nostri desideri. E essi violano le nostre aspettative.*

*Sono le nostre aspettative a ferirci. Abbassiamo il livello della nostra angoscia e ne deriveranno tre meravigliosi vantaggi:*

1. Vivremo in pace
2. Le persone continueranno ad agire secondo i propri modelli e questo non causerà la minima sofferenza.
3. Avremo più energia per realizzare ciò che vogliamo, poiché non sprecheremo il nostro tempo pretendendo che gli altri vivano secondo i nostri progetti.

Anthony De Mello



# Le opinioni dei ragazzi partecipanti al corso di Rovereto

“Abbiamo vissuto momenti emozionanti, istruttivi e divertenti...”

**D**urante la prima settimana di febbraio, noi alunni dell'ITC di Predazzo, abbiamo preso parte al corso di sensibilizzazione sui problemi alcol correlati svoltosi a Rovereto.

Con noi al corso hanno partecipato dottori, infermieri, universitari, Servitori-insegnanti di Club, persone con problemi alcolcorrelati e assistenti sanitari.

Le nostre giornate si svolgevano seguendo un determinato programma, per cui la mattina ci trovavamo tutti assieme per parlare di alcol in generale con alcuni esperti e subito dopo ne discutevamo in comunità con pensieri ed esperienze personali. Il pomeriggio iniziava con un'altra lezione sull'alcol che fungeva da introduzione alla discussione che avveniva successivamente nei piccoli gruppi formati ad inizio settimana.

In questi gruppi, a differenza della discussione comunitaria, ci sentivamo molto più a nostro agio senza alcuna difficoltà nel parlare e confrontarci con persone molto più grandi e formate di noi, grazie anche alla sensibilità, all'aiuto e alla comprensione che avevano nei nostri confronti.

Inoltre, due serate sono state dedicate alle visite ai Club per cui abbiamo potuto prendere parte a due incontri delle Famiglie dei Club locali che ci hanno fatto capire in maniera più diretta il problema dell'alcol. Nel corso di questa settimana abbiamo provato moltissime emozioni, sia positive, come la felicità nei giochi svolti e nei momenti di comunità e di gruppo dove venivamo coinvolti in prima persona, che negative, come la tristezza nel sentire alcune storie vissute di persone sia facenti parte ai Club che al corso. È stata un'esperienza molto toccante dal punto di vista sentimentale che istruttivo per noi ragazzi che non ci eravamo mai posti quali problemi l'alcol può causare nelle famiglie, nella nostra società e le situazioni di grande disagio che vengono a crearsi.



*Sabrina, Simone, Alice, Marco, Martina e Nicola.*

**A**ffermare che partecipare a questo corso è stato magnifico significherebbe quasi minimizzare il senso e lo spirito dello stesso. Io e le mie compagne di studi abbiamo avuto una delle migliori occasioni che si possano presentare nella vita di uno studente della nostra età.

Non si può nascondere quanto fosse alta l'angoscia per quella settimana, molto impegnativa sia dal punto di vista dei contenuti che degli orari (abituati ai ritmi della scuola), ma soltanto dopo poche ore di ambientazione l'entusiasmo era già alle stelle.

Un'occasione unica di confronto, di crescita individuale e allo stesso tempo collettiva, un'esperienza di vita che rimarrà per sempre nei nostri cuori.

Il ricordo di quei giorni si ripresenta più spesso del previsto; lascia una scia di nostalgia e nei primi giorni successivi al corso, tornate alla vita di tutti i giorni, faceva addirittura scendere una lacrima, che solcando le nostre guance lasciava intuire il forte impatto emotivo che, tutte le splendide persone presenti a quel momento di aggregazione, hanno creato su di noi.

Ci sono stati momenti di gioco, di divertimento, di spiegazione, di ascolto, di tensione a livello emo-

## CENTRO STUDI

tivo e molto spesso di commozione, intrinseci del forte spirito di comunità che tutte noi abbiamo riscontrato in quel meraviglioso ambiente e che da allora tentiamo, nel nostro piccolo, di mettere in atto in ogni attività della nostra quotidianità. Le testimonianze e i momenti di comunità, sono stati a nostro avviso, più "istruitivi" e toccanti di ogni altra spiegazione a livello teorico.

Cercheremo quindi di imparare da questo corso, migliorandoci, mettendoci alla prova e, perchè no, anche a disposizione degli altri, partendo dal nuovo progetto in cui crediamo molto e in cui stiamo investendo molto del nostro tempo: la peer education.

Ma per tutto questo dobbiamo ringraziare la professionalità delle figure che ci hanno affiancate e soprattutto l'accoglienza che, come gruppo di giovani studentesse, abbiamo ricevuto da circa una settantina di adulti, catalogati, normalmente, in una cerchia troppo lontana dalla nostra per poterci capire e apprezzare.

Grazie di cuore a tutti loro.  
Non vi dimenticheremo mai.

*Studentesse Istituto Superiore "F. Filzi" - Rovereto*



## Apcat Trentino e Centro Studi

*Incontro dei gruppi di lavoro*

**S**i è tenuto sabato 19 dicembre 2009 presso Villa S. Ignazio l'incontro annuale dei Gruppi di Lavoro dell'Apcat Trentino e del suo Centro Studi.

Remo Mengon, Presidente dell'Apcat, apre la riunione presentando i vari Gruppi di Lavoro (GdL) attivi ed i relativi responsabili e percorsi. Nel suo discorso ha evidenziato alcuni punti da proporre.

Il Comitato Scientifico è un gruppo di lavoro composto da delegati nominati dall'Apss e dall'Apcat Trentino.

Il dott. Claudio Zorzi commenta il lavoro svolto in questo quadriennio dal Comitato Scientifico. Il suo contributo è un ripercorrere il cammino di "maturazione" svolto dal Centro Studi, nato nel 1987, fino ai giorni nostri con i vari cambiamenti avvenuti. Nei Club e nelle comunità sono visibili i concetti su cui la metodologia Hudolin fa perno, Amicizia, Amore e Condivisione. Ribadisce quanto sia di grande importanza; tra-

scurarlo vorrebbe dire fermarne il percorso. Gli anni trascorsi hanno evidenziato come sia fondamentale il clima per ottenere un dialogo costruttivo, capace di recepire i suggerimenti espressi nelle occasioni d'incontro. I lavori portati a termine sono raggruppati nelle pubblicazioni di "Scommesse impertinenti" e "Alcol: piacere di conoscerli" (quest'ultimo edito dalla Erickson), calendario da tavolo 2009, tre moduli formativi sulla "Spiritualità antropologica" e tre sul "Significato delle parole" (terminologia) per i Servitori-insegnanti (S.I.) e riproposti nelle Scuole Alcolologiche Territoriali di 2° Modulo (Sat).

Ha espresso quindi la necessi-



tà che il Gruppo redazionale di "Centro Club-Notizie" sia maggiormente in sintonia con il lavoro del Comitato Scientifico e curi la presenza su ogni numero di un articolo (commissionato) relativo agli ambiti identificati dal Comitato Scientifico come centrali per l'anno in corso.

Vengono richiesti chiarimenti sul documento riguardante la salute, sottoscritto dalla Lega Tumori, Apcat Trentino, Ordine degli infermieri, Comitato dei Consumatori. Si stanno ridefinendo i contatti con gli interessati e si propone comunque di presentare questo documento all'Assessore Rossi in modo da rimuovere l'immobilismo della Direzione Promozione Educazione alla Salute e l'Ordine dei Medici.

In seguito la discussione è stata molto aperta: si evidenzia come la formazione non deve essere limitata ai soli Servitori-insegnanti, ma ampliata anche alle Famiglie dei Club o almeno ai Presidenti Acat, senza dimenticare che la formazione per le famiglie dei Club è data dalle Sat di 1° - 2° Modulo.

Alcune tematiche di aggiornamento possono essere aperte alle Famiglie. Ad oggi il clima che aleggia nelle Famiglie dei Club e nelle Acat non è idilliaco, ma conflittuale, per cui è opportuna una "educazione al conflitto" per evitare che si trasformi in dissapori e/o in violenza. Si auspica una maggior collaborazione tra Acat e S.I. nel promuovere iniziative, incentivando il fare assieme. Luigino Pellegrini porta l'esempio di Rovereto nelle Sat di 2° Modulo, aperte a tutte le Famiglie desiderose di un confronto e l'iniziativa per una visita all'esterno (mostra) molto sentita e partecipata.

Si propone una verifica di quanti Servitori-insegnanti si siano aggiornati negli ultimi anni, includendo qualsiasi forma di presenza a convegni, CdS e Sat varie. Si fa presente come dal Forum di Verona sia uscita la necessità di promuovere dei forum territoriali, magari in concerto con il tema proposto dall'Aicat.

Questa proposta viene accolta favorevolmente da tutti i presenti poiché intravedono in ciò una partecipazione più consistente attuata sul proprio territorio.

Luigino suggerisce di strutturarli su due incontri: primo giorno specifico per chi fa formazione nel sistema, secondo giorno aperto alle famiglie per discutere sull'evoluzione del sistema; è auspicabile anche una formazione per i for-

matori di Corsi di Sensibilizzazione (CdS, Sat), convegni o altro.

Si evidenzia come nei vari CdS stia "entrando" anche il mondo della scuola con ragazzi sensibili ai Problemi alcolcorrelati e dipendenze varie.

L'attenzione si concentra sul fatto che come molti S.I. siano ancora attivi nonostante i molti CdS effettuati e ci si interroga su come trasformare la partecipazione in una volontà di mettersi a "disposizione".

Si evidenzia come sia solo attraverso le Famiglie dei Club che si possono ipotizzare nuovi S.I. e se questi sono dei giovani portano senza dubbio aria nuova, nonché la possibilità per il S.I. "non più giovane" di lasciare che il cammino prosegua con nuove risorse. Sarebbe perciò una enorme risorsa riguardo il "settore patenti", considerando la giovane età delle persone coinvolte.

Per quanto riguarda la Banca Dati Aicat si fa presente che, a livello nazionale, è ferma al 2006. Si sta cercando la collaborazione con l'Azienda Provinciale Servizi Sanitari (Apss) per la creazione di un programma adatto all'elaborazione dei dati inseriti nella scheda Aicat.

Ciò permetterebbe di ottenere entro l'anno - primi mesi dell'anno successivo - i dati elaborati. L'inserimento sarà sempre a carico del G.d.L. - Apcat. Seppur ridotto, in questo percorso si è mosso anche il gruppo della formazione, seguendo l'evolversi del progetto formativo per servitori della Macroarea zona Nord-Est, disponibili ad insegnare e proporsi in Sat di 2° - 3° Modulo; che è stato proposto in Trentino nel giugno 2008 e ora riproposto a Vicenza a fine gennaio 2010.

Nel campo redazionale di "Centro Club Notizie", oltre al contributo citato da Claudio, è vista favorevolmente l'apertura espressa ad inizio riunione a contributi esterni nonché al mondo dei giovani, accettando i loro concetti, suggerimenti o altro. L'importante è coinvolgerli come testimonia l'esempio degli alunni di Predazzo. Il giornale è molto seguito in tutta Italia per cui non dovrebbe essere stravolto, ma arricchito con contributi provenienti da qualunque settore della comunità.

Per quanto riguarda la Rassegna Stampa, essendo assente Guido Dellagiacomà, Remo legge il suo contributo dal quale emerge che un

impegno più approfondito può produrre molto. Ci si chiede che impatto abbia sul mondo esterno questa rassegna, quanti siano i fruitori al di fuori dei Club e S.I.

Luigino Pellegrini propone l'opportunità di un'apertura della Rassegna Stampa con una parte iniziale specifica sugli aspetti scientifici e normativi e nella seconda parte la cronaca.

Viene valutata l'opportunità di "creare" una rassegna stampa settimanale (per il Trentino, riportante le notizie di cronaca locali e i documenti nazionali ed internazionali di interesse generale), da proporre e inviare ai vari Enti (sindaci, medici e medici di medicina generale attraverso il Centro di Riferimento per le Attività Alcolologiche, ecc.) preposti alla tutela della salute, al mondo scolastico.

Questa ipotesi verrà vagliata ulteriormente con i referenti della Rassegna Stampa nazionale.

Il rapporto con l'estero sta prendendo piede e sarebbe opportuno creare un GdL. per avere la situazione reale a portata di mano, altrimenti si promuovono iniziative senza conoscere l'esito finale, chi è coinvolto o altro. Si fa presente l'opportunità che il gruppo sia aperto a tutte le persone che desiderano fare questa esperienza, non creando gruppi "ad hoc".

È auspicabile che i componenti le associazioni, o almeno una parte, operanti sul territorio straniero vengano sensibilizzati in Italia. Si rende necessario e opportuno formalizzare un protocollo d'intesa fra l'Apcat Trentino-Centro Studi e le Associazioni interessate. L'anno prossimo, se verrà adottato lo Statuto Aicat, potremo anche noi definire progetti all'estero.

A conclusione della giornata Remo fornisce i nomi del nuovo Comitato Scientifico. L'Apcat Trentino, nel corso della riunione del direttivo di novembre, ha eletto Marcello Biasi, Susi Doriguizzi e Remo Mengon, mentre l'Apss provvede con il dott. Claudio Zorzi, Gianluca Paradisi, Giuliana Dell'Agnolo. Per vari motivi lasciano il G.d.L. il dott. Alberto Pasquesi e Franco Baldo. Un applauso di buon auspicio e lavoro a Susi, unica presente del nuovo Gruppo. Inoltre preannuncia la formazione di un G.d.L. per Congresso Aicat 2011.

Remo Mengon  
Presidente Apcat Trentino

### *I colori della solidarietà*

*Ti coloro di speranza  
con il verde in trasparenza,  
faccio spicchi con l'arancia  
di sostegno e di pazienza.  
Color bianco è della sposa,  
or tu vegli chi riposa;  
pennellate qua e là in blu,  
che si avveri ciò che vuoi tu!  
Il color della salute  
sarà oro come vite,  
ti coloro di passione  
rosso fuoco e devozione.  
Fior di pesco con il rosa:  
dignità, che bella cosa!  
E d'azzurro ti coloro,  
oh "persona", io ti adoro!  
Se di giallo ti coloro,  
simboleggio il tuo decoro,  
di un bel giallo è melodia,  
amaranto è l'allegria.  
Ed infine con il viola,  
la tua mano dolcemente.  
terrò stretta ad ogni ora.  
Il colore solidale  
nei tuoi occhi brillerà  
ed infin l'arcobaleno  
di color si tingerà  
nel sorriso tuo sereno  
di chi sa cosa vuol dire  
"solidarietà" a più finire.*

Maria Rosa Rosato  
operatrice Oss nell'ospedale  
di Trento

## La flessibilità concordata al servizio della crescita dell'approccio ecologico sociale

**L**a resilienza è una caratteristica caratteriale di alcune persone che nonostante siano state colpite da durissime e tragiche sofferenze ne sono uscite con dignità ed equilibrio mantenendo la gioia di vivere. La rigidità caratteriale come fattore al contrario che tiene prigioniere altre persone pur in assenza di eventi di vita drammatici.

Le due caratteristiche si possono trasferire anche ai sistemi.

Nessuno può negare le difficoltà espresse anche con una certa preoccupazione dal presidente Aicat in riferimento ad una confusione/difficoltà a guidare un sistema piuttosto rigido e imm modificabile nei suoi rituali.

La rigidità attuale determina peraltro spiccate propensioni autonomiste che a questo punto secondo me andrebbero favorite, naturalmente inquadrandole in una cornice unitaria ma elastica, pena il rischio del perpetuarsi in eterno di inutili e sempre spiacevoli divisioni e contrapposizioni. La sensazione per ora è che siamo prigionieri di noi stessi e si continui a discutere e soprattutto ad ignorarsi in maniera rigida al nostro interno.

Sostituiamo la rigidità nel sistema con la resilienza (capacità di modificarsi senza spezzarsi).

L'attenzione ad alcuni indicatori semplici dovrebbe rappresentare il minimo comune denominatore per aiutarci a confrontare le buone prassi, per verificare cosa è in grado di continuare a produrre il metodo Hudolin in termini di risposte di salute nelle nostre comunità/regioni.

La tesi che da alcuni anni sostengo, condividendo tutti gli aspetti bellissimi dell'approccio e sperando sempre di essere smentito, è che il sistema con gli attuali strumenti sia "irrimediabile" in quanto l'approccio monocratico del professor Hudolin non è stato sostituito

con nessun altro strumento decisorio, riconducibile a criteri di partecipazione e democrazia realmente rappresentativa.

L'Aicat, secondo me, dovrebbe rappresentare a livello nazionale l'unica entità "leggera" di coordinamento; dico "leggera" in quanto obiettivamente i rappresentati regionali non possono e non rappresentano la complessità dell'approccio ecologico sul territorio. Siamo sempre in mezzo al guado in quanto le autonomie del Club e delle Acat, veri baricentri del sistema, a cui tutti si richiamano, sono poco valorizzate e pertanto difficilmente possono riconoscersi con la difesa rigida dell'ortodossia a livello di Arcat o Aicat.

**Anche i Forum** degli ultimi tre anni che da Passignano ci hanno portato fino a Napoli, seppur vivaci e interessanti con ottimo clima amicale, hanno dimostrato i loro limiti in quanto in quel contesto si può discutere di tutto, si possono trovare anche convergenze, salvo poi non riuscire a decidere nulla nel cambiamento del sistema.

**Il Congresso Nazionale** con tutti i suoi aspetti positivi come incontro delle famiglie non è mai stato uno spazio di discussione, elaborazione e sintesi in riferimento alle nuove sfide aperte nell'approccio.

A questo punto voglio mettere a disposizione di tutti una proposta metodologica che potremmo chiamare di "**Flessibilità concordata**" inviata qualche mese fa al nostro presidente, che ho condiviso con alcuni amici, contenente alcune esemplificazioni concrete.

**Il tema di fondo è sempre lo stesso: L'evoluzione dell'approccio a livello di contenuti, linguaggio, metodologia per una più efficace risposta ai nuovi bisogni delle persone/famiglie e comunità nella prospettiva del cambio della cultura ge-**

**nerale e sanitaria rispetto ai problemi alcol correlati e complessi e rispetto alla promozione della salute e del benessere psico-fisico-spirituale nelle comunità.**

Dalle dinamiche degli ultimi anni non usciamo se non si introducono criteri minimamente flessibili nella guida del sistema. I criteri dovrebbero per un verso garantire la coerenza metodologica che non è in discussione e dall'altro la sperimentazione di linguaggi/modalità organizzative/pratiche peraltro già presenti nel lavoro sul territorio, spesso tra loro differenti e per questo arricchenti, dimostratesi utili e di buon senso.

L'Aicat mutuando il concetto di **"flessibilità concordata"** si fa garante di verificare che il sistema si muova in maniera coerente senza stranezze ma senza inutili rigidità e/o anatemi **all'interno di un range prefissato** ma in continuo aggiornamento e soprattutto verificando a livello regionale i **risultati concreti misurabili con alcuni semplici, ma fondamentali, indicatori di processo:**

- **NUMERO DI CORSI DI SENSIBILIZZAZIONE/ANNO E NUMERO DI PARTECIPANTI/ANNO/REGIONE**
- **NUMERO DI CLUB E TREND IN CRESCITA O DIMINUZIONE DEI CLUB IN UNA REGIONE**
- **NUMERO DI FAMIGLIE NUOVE ENTRATE NEI CLUB NELL'ANNO/REGIONE**
- **NUMERO DI ST 1° 2° 3° MODULO REALIZZATE NELLE SINGOLE ACAT E A LIVELLO REGIONALE**

### **ALCUNI ESEMPI CONCRETI CON RANGE DI APPLICAZIONE DELLA FLESSIBILITÀ CONCORDATA**

1) **Il cambiamento del nome del Club:** Nel sistema è possibile sostituire la terminologia tradizionale con nuovi linguaggi, con termini più adeguati ed è auspicata l'introduzione negli aspetti formativi di contenuti inerenti la salute, il benessere, gli stili di vita, le capaci-

tà di vita, la spiritualità antropologica. Anche la discussione sul **cambiamento del nome** vista la difficoltà a pervenire ad un accordo a livello nazionale potrebbe trovare ambiti di confronto e di decisione a livello locale.

L'Aicat dà facoltà alle Acat che lo vogliano, previo un lavoro di discussione e coinvolgimento reale delle famiglie e dei servitori, di identificarsi con un altro nome, suggerito dall'Aicat stessa per evitare la moltiplicazione dei nomi. Ricordo per altro che in Trentino e anche all'estero vi sono alcune Acat che rappresentano anche molti club che da anni usano il nome *"Club delle Famiglie con problemi alcolcorrelati"* senza venir meno in nulla alla fedeltà al metodo. È evidente che il cambiamento del nome ha coinciso con una riflessione approfondita sul significato del cambiamento della terminologia nel sistema per un effettivo contributo al cambiamento della cultura generale rispetto ad alcol e salute nella comunità. Potremmo poi verificare come è evoluto il sistema a livello territoriale e forse arrivare ad una scelta unitaria. L'unica indicazione vincolante è mantenere l'acronimo (Cat, Acat, Aicat).

Criterio applicabile anche a livello internazionale

2) **La durata della settimana di sensibilizzazione:** nessuno mette in discussione la metodologia della settimana, che pur nelle differenze comunque esistenti, mantiene una sua coerenza interna. Per quanto riguarda la durata ricordo che nella prassi già ci sono e continuano ad esserci settimane con durata diverse; stabiliamo da subito un range con un minimo e un massimo (da 4gg e mezzo a 5gg e mezzo come da tradizione) a discrezione delle Acat e dell'"equipe di conduzione" in relazione anche a situazioni locali e al prevedibile numero di partecipanti.

L'indicatore di risultato non è la durata della settimana ma quante persone in un territorio possono fare questa bella esperienza e la ricaduta sul territorio.

Criterio applicabile anche a livello internazionale

3) **Le Scuole di primo modulo** sono una occasione di approfondimento e di conoscenza

del sistema per le nuove famiglie.

Diciamo che la ST 1° modulo può avere una durata minima di 6 incontri e max di 10 (2 ore per incontro totale 12-20 ore) e che, fatto salvo il numero di ore min/max può avere cadenza settimanale o può essere anche concentrata in due settimane o addirittura anche in un fine settimana con una convivenza ecc. Criterio applicabile anche a livello nazionale

4) **Le Scuole di 2° modulo** sono momenti di aggiornamento annuali per le famiglie dei club. Si possono fare in un pomeriggio oppure a gruppi di 3-4 club in una serata. Meglio una volta all'anno almeno ogni due anni. L'indicatore importante è il numero di club e famiglie che vi partecipano sul totale di club e di famiglie coinvolte.

5) **Le Scuole di 3° modulo:** incontri di sensibilizzazione aperti alle famiglie della comunità di solito organizzati in due serate.

Anche qui vale introdurre e valorizzare iniziative di sensibilizzazione e di contatto tra Acat, altre associazioni e comunità nell'ottica di una corresponsabilità nella promozione della salute.

La Scuola di terzo modulo se intesa come strumento di apertura del sistema alla comunità deve potersi arricchire con esperienze e modalità nuove.

6) **Gli aggiornamenti dei servitori** in una giornata, ma anche aggiornamenti brevi in una serata, possono anche essere aperti alle famiglie dei club se il tema dell'aggiornamento non riguarda in specifico la figura del servitore ma il club o il sistema nel suo complesso.

7) **Gli assetti organizzativi Acat Arcat Aicat**

Si propone di favorire la reinterpretazione dell'assetto organizzativo delle Acat passando da uno *stile associativo basato su cariche e ruoli* (presidenti e direttivi) ad uno *stile associativo basato su funzioni, obiettivi, assunzione diretta di responsabilità, cose da fare al servizio delle famiglie dei club, dell'approccio ecologico sociale e della popolazione delle*

nostre comunità.

Anche in questo caso potranno essere singole Acat che decidono di sperimentarsi con modalità organizzative diverse fatti salvi vincoli di statuto dovuti alla normativa nazionale.

8) **Gli interclub o le feste del benessere nella comunità:**

sarebbe interessante se in alcuni territori i percorsi di salute portati avanti dalle famiglie dei club si incontrassero con i percorsi di salute fatti da altre famiglie portatrici di disagi diversi per arrivare a condividere l'obiettivo della "Conquista della salute per tutti nella comunità" al di là dello specifico disagio da cui ciascuno è partito.

**Altri temi rispetto ai quali identificare i range di flessibilità...**

Per concludere si vorrebbe evidenziare come la discussione che da anni ci trasciniamo assomiglia molto di più alla discussione degli anni '80 sulle regole piuttosto che non alla crescita antropospirituale del sistema per il nuovo millennio.

La nuova edizione di "Alcol Piacere di conoscerti" rappresenta un piccolo contributo, peraltro interlocutorio, per iniziare a mettere a fuoco i contenuti importanti su cui concentrare il nostro impegno e il confronto all'interno del sistema tenendo conto che l'obiettivo è la qualità, l'accessibilità e l'accettabilità del sistema alle persone anche giovani e alle famiglie con problemi alcolcorrelati e nello stesso tempo la capacità del sistema di entrare in sintonia con altre istanze di promozione della salute e del benessere nella comunità.

Un'ultima proposta riguarda i Forum come spazi aperti di discussione molto positivi, sperimentati negli ultimi anni.

Propongo che ai due forum nazionali si sostituiscano *un forum nazionale* e *un forum regionale/provinciale* tra loro collegati dall'agenda di lavoro e dalle modalità organizzative. Potremmo in questo modo coinvolgere più persone/famiglie ed avvicinarci di più ai problemi territoriali del sistema.

Pellegrini Luigino  
Servitore insegnante  
Rovereto (TN) dicembre 2009

# Dove dorme l'ornitorinco

## Perché ho scritto questo romanzo

Forse perché non riuscivo ad arginare tante storie che volevano uscire allo scoperto, forse per raccontarvi qualcosa di mio e di molte famiglie dei Club. Nulla ho inventato se non i nomi dati a caso perché la storia è verissima come lo sono le storie che fanno da costellazione ad essa. Ma magari l'ho scritto per premiarmi, per aumentare la mia autostima..., insomma per semplice narcisismo. Chi l'ha letto si è rivisto, qualcuno non sapeva esistessero certe cose nelle famiglie, non sapeva che consumando alcolici si può arrivare a questo.

Ma c'è una cosa che credo sia importante dire. Questo romanzo può essere uno strumento per sensibilizzare la comunità e spiegare cosa sono i Club. Una specie di corposo opuscolo che illustra nel dettaglio emozioni e stati d'animo. Un libro da regalare al vicino di casa, all'amico, ad una persona che ha quel determinato problema che sappiamo ma che ti riesce difficile avvicinare.



Franco Balbo Servitore-insegnante del Club "Rugiada" di Ala

Il Gruppo Abele ha scritto la seguente recensione

La storia di Laura con l'alcol

**ATTENZIONE!** Il volume sarà disponibile dal 4 novembre 2009

L'alcol entra in quella casa come un ospite inatteso. Sabrina ha solo 13 anni ma non può lasciare che la madre si distrugga, soggiogata com'è dai superalcolici con cui quotidianamente si stordisce, l'unica via di fuga da una vita troppo arida.

Mentre il padre, assorbito dal suo lavoro, vive ai margini della situazione, lei affronta il problema, vivendo una storia amarissima che la sottrae alla spensieratezza della sua età e la espone a lacrime e ricatti. Sabrina compie un viaggio di scoperta che sembra essere al di sopra delle sue forze ma non demorde e, intimamente consapevole della potenza enorme che può sprigionarsi dalle relazioni, altera le geometrie e gli assetti di chi le sta intorno facendo affiorare illuminazioni interiori che si traducono, pian piano ma irresistibilmente, in azioni e significati nuovi.

Sabrina è la figlia che tutti vorrebbero avere.

E casualmente anche l'ornitorinco fa la sua parte.

Corriere dell'Alto Adige, mercoledì 21 Ottobre 2009

## Il dramma dell'alcolismo nella famiglia di Sabrina

Dietro a quel volume dedicato agli animali segnato con la lettera «M» di mammiferi, dove Sabrina cerca informazioni su quello strano essere col becco che vive in acqua, l'ornitorinco, per una sua ricerca a scuola, ecco brillare qualcosa come il vetro. È una bottiglia di liquore l'ospite inatteso che sconvolge la vita dell'adolescente Sabrina e distrugge quotidiana-

mente l'esistenza della madre Laura, ormai dipendente dai superalcolici, e del padre, del tutto inerme e smarrito. *Dove dorme l'ornitorinco* (Erickson, collana *Capire con il cuore*, pp. 322, euro 16) è il curioso titolo - l'ornitorinco è tra i mammiferi l'animale che sogna di più, 8 ore su 14 giornaliere - dato a questo primo romanzo del trentino Franco Baldo, da oltre dieci

anni impegnato nell'aiutare chi è vittima dell'abuso del consumo di alcool. Sono pagine che raccolgono l'intreccio di storie raccolte in questi anni d'impegno sociale, scritte con una partecipazione emotiva profonda, capace di sottolineare i valori dell'amicizia e dell'amore, così come quelli della solitudine e della disperazione.

Silvia Vernaccini

## "Vino e bufale"

Cari amici trentini, molti di voi mi conoscono, chi per la mia ventennale presenza nel mondo dei Club, chi per la quotidiana rassegna stampa su vino, birra e altri alcolici che curo insieme a Roberto Argenta e Guido Dellagiacoma.

Lo scorso anno mi sono lanciato in una nuova avventura: insieme all'amico medico Enrico Baraldi ho redatto un libro, a titolo "**Vino e bufale**" - tutto quello che vi hanno sempre dato da bere a proposito delle bevande alcoliche".



Abbiamo cercato di documentare e smontare tutte quelle disinformazioni scientifiche che vi vengono propinate da Tv, radio e giornali, nel tentativo di nascondere alla gente la verità sui rischi del bere.

Abbiamo indagato i motivi di questo fenomeno, rivelando - con nomi e cognomi - i gruppi di interesse che lavorano per la promozione delle bevande alcoliche, a discapito dell'informazione corretta e della salute delle nostre comunità. "Vino e bufale" è un volumetto che si pone l'obiettivo di essere il più possibile divulgativo: è **&nbsp;**; di agevole lettura, fatto di molti capitoli brevi, ma sempre documentato con cura e attenzione. Ampio spazio viene dedicato ai nostri Club e all'approccio di Vladimir Hudolin.

Il 30 marzo presenterò "Vino e bufale" ad una scuola di secondo modulo in Val Rendena, il 23 aprile io e Baraldi **lo&nbsp;**; presenteremo "Vino e bufale" in Val di Fiemme, il 30 aprile a Borgo Valsugana: mi auguro possiate partecipare numerosi, gli ultimi due incontri sono aperti alla popolazione. Per informazioni, mi potete scrivere a: **alessandro.sbarbada@fastwebnet.it**

Grazie per la vostra attenzione.  
Vi saluto con affetto.

Alessandro Sbarbada

XVIII CONGRESSO NAZIONALE  
DI SPIRITUALITÀ ANTROPOLOGICA  
E DI ECOLOGIA SOCIALE

**A.I.C.A.T.**

Associazione Italiana dei Club  
degli Alcolisti in Trattamento

## "La Bellezza della Sobrietà"

**14-15-16 Maggio 2010**

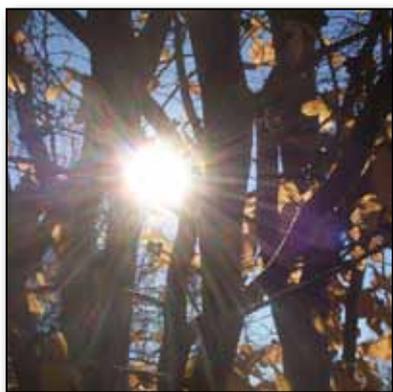
La «Cittadella» Via Ancaiani, ASSISI

Organizzatori:

Il Presidente A.I.C.A.T.

con tutte le famiglie e i servitori-insegnanti





# Scoprire la propria vocazione

*"Esiste una storia segreta che tesse ogni giorno le trame della vita"*

**L**'uomo non ha una vocazione, ma è vocazione per il semplice fatto che tutti siamo stati chiamati attraverso l'esistenza. Vocazione che si chiarisce e si sviluppa gradualmente utilizzando doni, assumendo valori, assumendo responsabilità.

Ognuno di noi ha dentro di sé delle caratteristiche che sono proprie, che lo rendono unico e irripetibile. Queste costituiscono il nucleo più profondo di noi da dove nasce la propria vocazione, cioè il modo originario con cui ciascuno è chiamato a realizzare in pienezza il proprio progetto di vita, per sé e per la storia. In questo senso ci pare di poter dire che la vita stessa è una vocazione di coraggio, che si esprime con l'impegno personale di ogni giorno, sino all'ultimo giorno.

L'agire dell'uomo in tutti i suoi comportamenti chiede scelte intelligenti e volontà di portarle a termine. Esiste una storia segreta che tesse ogni giorno le trame della vita, per cui è importante saper scoprire in ogni situazione quel segreto che ci rende capaci di vivere la realtà quotidiana come opportunità sempre nuova di crescita e di cambiamento; quello che ci viene offerto oggi non ritorna domani.

Per crescere e poter dire di avere veramente vissuto è importante vivere il tempo dell'esistere come cammino, con lo sguardo rivolto sempre oltre l'orizzonte del quotidiano.

Ogni vocazione richiede una risposta e questa risposta si realizza mediante l'adempimento del compito che la vita ci ha affidato. È

necessario però avere coraggio e fiducia in se stessi per scegliere un percorso

di rinnovamento in sinergia con le leggi e i ritmi della natura che costantemente si rinnova.

Abbiamo comunque il compito e il dovere di dare sempre e comunque quel tocco di colore che dà ai nostri giorni una nuova luce. Dobbiamo inoltre tenere presente che la vita è qui, la vita è adesso nell'accettazione del reale, nel comunicare con la terra, con l'universo, con se stessi. Vivere cioè nel mondo sapendo di dover essere fermento di novità per scoprire l'alta vocazione a cui l'uomo è chiamato. Allora cambiare significa avanzare nella vita con le antenne aperte al nuovo che emerge e illumina la scoperta di altre vie.

Tutto questo ci può aiutare a capire che la vocazione alla crescita e allo sviluppo è insita nella natura dell'uomo, per cui è importante aver chiara questa consapevolezza, allo scopo di valutare l'esistenza in modo più profondo e vero. Inoltre per divenire testimoni autorevoli, sereni e coraggiosi è importante acquisire la capacità di saper reinventare ogni giorno la propria vita, la propria missione. Divenire ancora persone aperte al dialogo, alla collaborazione, alla corresponsabilità. Persone luminose e significative che sanno rendere ragione della propria fede con atteggiamenti coerenti e convincenti. Allora, anche se a volte nella nostra vita si frappongono degli ostacoli che ci sembrano insormontabili, è sempre possibile porvi rimedio, basta rimettere in atto un po' di coraggio profetico.

È questa forza interiore che ci permette di mantenere un rapporto positivo con tutte le realtà, soprattutto con quelle realtà che tendono ad oscurare la vita.

Siamo allora invitati a vivere intensamente il presente e aver fiducia nel domani, perché ogni giorno si presenta con la sua novità da scoprire e da cogliere come un'opportunità



inedita, fare sempre un passo nuovo nel senso di crescita umana e spirituale. Avere ancora un'immagine positiva di sé nelle proprie capacità e dei propri limiti con un sano realismo. La vita dell'uomo è sempre attraversata da imprevisti i quali richiedono nuove energie. Perciò è importante aver chiara la meta a cui tendere allo scopo di realizzare quello

per cui la vita ci ha chiamato ad essere, con una propria vocazione. Il nostro essere dentro la storia ci chiede il coraggio di metterci un gioco per accogliere, far nascere la vita, poiché la partita di questo gioco è la partita della vita.

Suor Amelia Scanagatta  
Servitore-insegnante  
Romano d'Ezzelino/VI



## Cosa mi porto a casa?

*La rinnovata amicizia, l'affetto dei corsisti...*

**M**esi fa, credo a dicembre, mi ha telefonato la mia amica Maria Santa di Roma; sono tanti anni che ci conosciamo e la nostra amicizia si è rafforzata quando un paio di anni fa Maria Santa è stata qui a Trento al Corso di Sensibilizzazione con direttore Roberto Pancheri, lei come vice conduttore, ed io come conduttore, e così mi arriva questa telefonata dove Maria Santa mi chiede di partecipare come conduttore al Corso di Sensibilizzazione che si terrà a Roma dal 1 al 6 marzo.

E a dicembre marzo sembrava tanto, ma tanto lontano e così le ho detto di sì, poi mano a mano che il tempo passava e la data del corso si avvicinava la voglia di mettermi in moto per affrontare il viaggio diminuiva; allontanarmi da casa, lasciare lo sposo e il figlio ma soprattutto lasciare il piccolo Holliver Hatton Benvenuto Cuni (il gatto di casa insomma), confidenzialmente chiamato Holly, lasciare le piccole abitudini (Un posto al sole, tutte le sere su Rai tre dalle ore 20.35 circa...); per farla breve non ci volevo più andare.

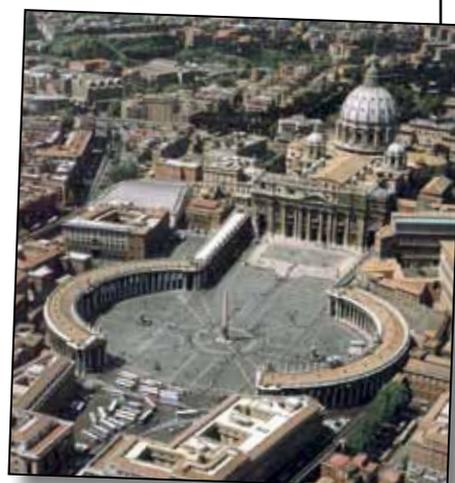
La sede dove si teneva il Corso era a circa un'ora da Roma, in una casa gestita da

suore che ospitano pellegrini e corsi Pastoralisti. Com'ero contenta: manco uno straccio di televisore!

Ma avevo dato la mia parola, e così ci sono andata.

E per fortuna che ci sono andata, perché ho trascorso una settimana bellissima, dove ho ritrovato cari amici, ho conosciuto tante belle persone, come Peppino Nicolucci, Valentino Patusi,

persone come Tiziana Fanucchi, una splendida ragazza che presto andrà anche in Congo con alcuni amici Trentini per fare un Corso di Sensibilizzazione con lo scopo di aprire poi nuovi Club; ed ancora Maria Caprino, Mirna o Alfonsina che era con me nel piccolo gruppo come co-conduttore e naturalmente Maria Santa che ha fatto un lavoro enorme affinché tutto funzionasse.



Nelle conclusioni ci si è chiesto: cosa mi porto a casa?

E così sul treno di ritorno me lo sono chiesto anch'io.

Cosa mi porto a casa:

- L'essermi trovata proprio bene in questo Centro Pastorale, la dolcezza di Claudia, la nostra giovane novizia e cuoca; certo della TV manco l'ombra, ma nella mia stanzetta c'era un Gesù crocifisso e dopo tre giorni ormai gli parlavo come



Don Camillo dei libri di Guareschi: per fortuna sono tornata perché incominciavo a preoccuparmi anche perché stavo per pretendere che mi rispondesse...

- mi porto a casa la rinnovata amicizia con Maria Santa, che il giovedì sera dopo una pizza meravigliosa, ci ha regalato una "Roma di notte" favolosa. Da San Pietro a Piazza Navona, dai Fori al Colosseo, dalla fontana di Trevi alla scalinata di Piazza di Spagna...
- mi porto a casa l'affetto dei corsisti del piccolo gruppo con cui abbiamo tanto lavorato, ma anche riso e a volte pianto. Spero di ritrovarli tutti presto. Un bacio e Paola B., Francesca, Chiara, Walter, Manuela, Giuseppe, Paola Q., Adriana con il suo sposo Vincenzo, Maurizio, Bruna, e naturalmente ad Alfonsina una co-conduttrice speciale.
- mi porto a casa la speranza che da questo Corso tanti, ma tanti corsisti scelgano di iniziare un percorso come Servitori-insegnanti, per aprire tante nuove porte di Club per le famiglie di Roma e dintorni, nonché nuova linfa vitale per le nostre Associazioni.
- mi porto a casa il cruccio di non aver po-

tuto salutare una ad una tutte le persone che c'erano al Corso, la splendida Alessia, tutor del Corso, le ragazze della segreteria, i corsisti, Maria Santa, Sergio... perché siamo letteralmente scappate via (io, Maria, Paola B. con la figlia) con il taxi per andare di corsa alla stazione dei treni, perché come ho detto anche nei saluti alla fine del Corso è stato bellissimo essere stata lì con loro.

Avevo anche tanta voglia di tornare a casa dalla mia famiglia; infatti la nostalgia fa brutti scherzi, perché mi mancavano pure le terribili morsicate ed i graffi del gatto (killer) Holly!

- mi porto a casa un bellissimo lucido del "mio" piccolo gruppo, dove hanno messo delle mani che si stringono e fanno cerchio, dove "credono" che per uscire dai problemi alcol correlati ci sia bisogno di tante cose, ma quello che più mi piace è quando sostengono che tra le altre cose ci vuole l'amicizia e la solidarietà. Grazie a tutti!

Aurora Cornis  
Servitore-insegnante "Club del martedì"  
di Trento





## Da Mezzolombardo a Chapecò

*“Nada nos dá legitimidade para supor que sejamos os proprietários da vida que neste planeta esta”*

I piccoli semi, affidati così un po' alla rinfusa ai 4 corsisti arrivati dal Brasile a Mezzolombardo, nel maggio 2009, sono germogliati in fretta. M. Elaine e Silmara, al rientro dall'Italia si sono subito date da fare e in pochi mesi hanno iniziato con due piccoli, ma determinanti Club. Alexandre e Leonardo invece, si sono persi per strada e così sono rimaste loro due ad accendere un lumicino di speranza in quella lontana terra, popolata oltre che da molti discendenti di immigrati italiani e non, anche da comunità di indigeni, che tentano con tutte le loro forze di conservare i loro valori, la loro terra e le loro tradizioni, minacciate sempre più dalle tante intrusioni dell'uomo bianco, che da secoli occupa e sovrappiù la loro cultura.

Anche l'introduzione di alcolici nelle "Aldeias" sta distruggendo famiglie e persone, con una rapidità allarmante, accentuata dal fatto che per gli indigeni l'alcol era sconosciuto, tanto da renderli ancor più fragili a sopportarne gli effetti. Consapevoli di queste tragiche realtà, le nostre due amiche hanno chiesto se era possibile organizzare un Corso di sensibilizzazione nella loro terra e così si sono messe in contatto con Roberto Cuni per vedere il da farsi. Visto che avevano partecipato al corso di Mezzolombardo, Roberto mi ha chiesto se ero disponibile ad andare a Chapecò. L'idea mi è piaciuta subito ed ho pensato a Filippo Mazzamauro come valido collaboratore, per mettere insieme quanto occorreva.

In poco più di un mese, aiutati da materiale disponibile dell'ultimo corso svoltosi in Brasile

a San Leopoldo e soprattutto quello tradotto da Airon, un interprete che ci aveva accompagnato nel corso a Mezzolombardo, mettemmo insieme ogni parte didattica, pronta per essere utilizzata in Portoghese. Il lavoro di inoltro del necessario per i corsisti è stato fatto da Maria Natalizia, presidente dell'Associazione Shishu, che ha finanziato tutto il Corso. In verità, l'associazione Shishu, si era proposta di avviare un progetto in Paranà, dove è attualmente impegnata nel favorire la promozione di attività con gli indios della zona. L'opzione per lo Stato di S. Catarina è avvenuta per caso, frutto di collaborazione con una nuova associazione locale che si chiama "Outro olhar", che significa "vedere altro".

Partiamo per S. Paolo il 31 ottobre, animati dalla curiosità e anche da un po' di preoccupazione per come poteva essere la settimana, visto che era tutta una novità. 10 mila chilometri il balzo attraverso l'oceano e poi un'altra ora per arrivare a Curitiba, dove avremmo



## DAL MONDO

trovato Natali e Vicente, i quali ci avrebbero accompagnato per tutto il tempo di permanenza. Puntuali erano lì ad aspettarci e dopo i saluti, ci avviammo con il loro pick-up, verso Guarapuava, prima tappa per passare la notte. Attraverso colline coltivate a perdita d'occhio, lunghi rettilinei ondulati, vegetazione rigogliosa e zone selvagge, raggiungiamo il Centro di Formazione Juan Diego, dove incontriamo uno straordinario padre, don José Garibaldi, che ci cede la sua nuova abitazione per ospitarci la notte. Conosce un po' l'italiano e ci racconta la vita in Brasile e la storia del Centro.

È un bellissimo complesso composto da varie casette per abitazione e da spazi comuni dislocati su un'ampia superficie, dove si possono mettere in campo molteplici attività.

Subito mi è passato il pensiero di svolgere il Corso in questo magnifico luogo, però eravamo solo a metà strada e non era quella la meta, Speriamo sia per una prossima volta.

La cena offerta da padre Garibaldi era ottima e varia, accompagnata da molta frutta buonissima di ogni tipo e da una conversazione piacevole e interessante. La stanchezza e il lavoro dei prossimi giorni ci consigliarono di ritirarci per dormire con la promessa che saremmo ritornati al termine del Corso. La mattina seguente di buon ora facemmo colazione, preparata dal "buon padre" come lo chiamava Vicente, e ripartimmo per Chapeçò, trecento chilometri più a sud ovest. Conosciamo anche Juçara, anima straordinaria dell'associazione Outro Olhar, che ci invita anche a passare dalla sua famiglia che si trova lungo la strada, e Sandra, che si rivelerà un preziosa segretaria del Corso e che parla lo spagnolo, lingua che conosco abbastanza. Il viaggio ci ha proposto nuovi scenari con molti laghetti ed ampi panorami sempre nuo-

vi e sempre uguali tanto che tutto si confonde e non saprei collocare i vari centri abitati che abbiamo attraversato, come anche le riserve indigene che si annunciavano con basse costruzioni e con tanta gente che girava a piedi e tanti bambini attorno.

S. Lorenzo, S. Domingo, Ipuaçú, sono alcuni dei nomi che ricordo, paesi con larghe strade, case multicolori e multiformi, dove il tempo sembra si sia fermato per aspettare che la gente lo possa vivere.

Ci fermiamo anche per mangiare in uno dei tanti ristoranti lungo il tragitto e impariamo che qui si può mangiare a peso, a quantità e quanto uno desidera.

Molto è a base di carne e cibi fritti, forse non tanto sano... La scelta, per fortuna, è sempre personale per cui è possibile mangiare in modo sobrio e sostanzioso.

Arriviamo anche a S. Domingo, a casa di Juçara, accolti dalla sua famiglia e dagli animali ospitati, per trascorrere alcuni momenti con loro, immergendoci un po' alla volta anche nella lingua e nelle loro tradizioni.

Ci troviamo bene, anche perché l'ospitalità è straordinaria. Altro tratto e attraversiamo il ponte sul fiume Chapeçò, che ci ricorda dove siamo diretti e dove arriviamo in perfetto orario.

È una zona periferica che ci ospiterà. Un Centro diocesano ex Seminario dove incontriamo un responsabile, non troppo preoccupato del nostro arrivo e che con tutta calma ci indica i nostri alloggi. Siamo i primi e così possiamo siste-



## DAL MONDO

marci con comodo e osservare il luogo che sarà la nostra casa per una settimana. Senza avere una cognizione esatta su chi parteciperà, quanti saranno i corsisti e come organizzare il tutto, ci siamo guardati sperando nel fatto che la dea bendata ci assista e ci dia una mano.

Così è stato perché pian piano le cose si sono incastrate come in un puzzle che man mano ci fa scoprire il disegno sottostante e che alla fine ci appare nella sua chiara interezza e beltà. Frattanto sono arrivati i corsisti, metà indios e metà persone della zona circostante di varia estrazione, le attrezzature e i materiali necessari.

Grazie a tutto ciò, il corso si è svolto in maniera straordinariamente ricca di emozioni, di interventi e di novità che hanno permesso a tutti di trovare risposte a quegli interrogativi che nascono nell'intimo di ognuno quando ci si avvicina ad una novità.

Due cose sono da evidenziare nello svolgimento di quella settimana: la prima, quella che più mi ha colpito, è stata la crescita di consapevolezza delle proprie capacità da parte degli indios presenti, che hanno intravisto una forte opportunità per fare qualcosa per loro stessi nelle proprie comunità: la seconda è stata la progressiva fiducia fra persone così diverse per storia per lingua e provenienza, che ci ha davvero coinvolto ed emozionato specialmente verso la conclusione del Corso.

Tutto questo ci ha coinvolto positivamente tanto da sentirci un po' parte del loro processo di cambiamento e desiderare di continuare insieme anche in futuro questa avventura, condividendo le fatiche e le difficoltà che hanno per radicare la metodologia Hudolin. Potrebbe essere l'occasione buona anche per il miglioramento della qualità della vita di tante famiglie, così lontane e allo stesso tempo così vicine nel vivere problematiche simili

a quelle vissute nelle nostre famiglie.

Abbiamo perciò preso la decisione di continuare a mantenere rapporti e collegamenti con chi in questo momento sta lavorando per uno sviluppo dei programmi in Brasile.

Nasce per questo anche la disponibilità di un prossimo Corso nella zona di Rio de Janeiro. Per realizzare questo avvincente progetto non godiamo questa volta di supporti economici. Dobbiamo perciò far appello alla solidarietà delle famiglie trentine.

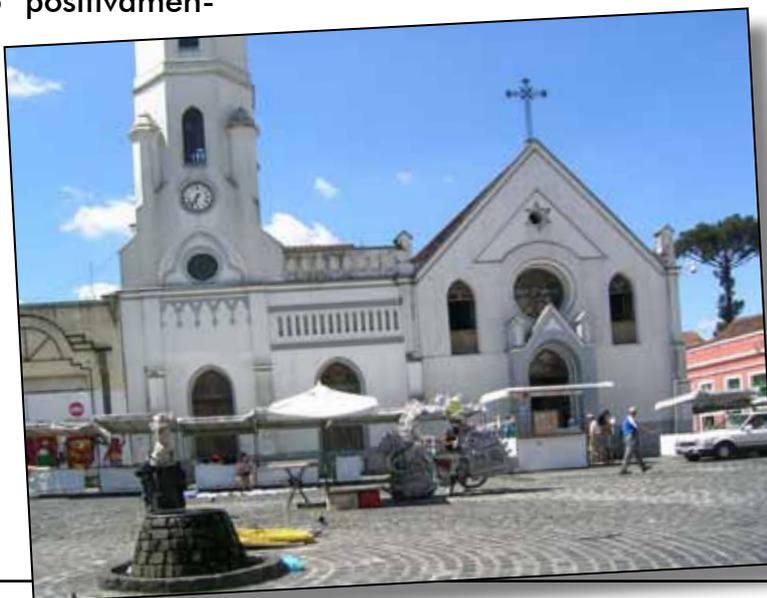
Benvengano, dunque, coloro che desiderano collaborare, anche economicamente, ad un progetto che promuove la possibilità di un "ritorno" a famiglie meno fortunate, eppur sempre persone che hanno diritto a vivere e crescere nel miglior modo possibile.

Siamo disponibili, su richiesta, a tenere delle serate informative, ricche di esperienze e immagini per capire meglio le realtà indigene del Brasile e ciò che potremmo fare noi per dare un senso a tutto ciò.

Chi volesse attivarsi può certamente farlo attraverso l'Apcat Trentino, che sicuramente potrà fare da coordinatore.

Vi ringraziamo dell'attenzione.

*Luigi Vinante e Filippo Mazzamauro  
Servitori-insegnanti  
Club "St. Leonardo" di Tesero e Club  
"2000" di Gardolo*





# Rassegna Stampa

A cura di Corrado Corradini

## Notizie e numeri dalla stampa locale e nazionale

### La fragilità di chi viene licenziato

Il 2009 si chiude tragicamente a Trento con il rinvenimento nei pressi di un centro commerciale del corpo di C.F. morto nella notte di freddo e di stenti. La città s'interroga – scrive il *Trentino* - e scopre che anche per le cosiddette persone "normali" morire di disagio non è poi così difficile, soprattutto quando si cade prima in depressione e poi nel baratro dell'alcolismo. Il giornale raccoglie il commento di Remo Mengon, presidente dell'Apacat, che afferma: "L'alcol è un 'rifugio' facile da trovare che ammalia le proprie vittime in maniera subdola. Noi la consideriamo una droga legale che fa parte della nostra cultura. E quando inizia la caduta verso il baratro, non sempre familiari e amici possono fare qualcosa". "Quasi impossibile uscirne da soli – continua Mengon -. Nell'alcolista prende sempre il sopravvento un forte senso di vergogna che gli impedisce di chiedere aiuto agli altri, anche ai parenti stessi, e di raccontare la propria storia».

### Vino e bufale

La cronaca di Rovereto dell'*Adige* del 13 gennaio riferisce, sotto il titolo "Basta con le bugie: l'alcol fa male", che i rappresentanti dell'Acacat hanno iniziato un giro di tutti i paesi della Vallagarina per incontrare i sindaci ai quali hanno fatto dono di un libretto molto istruttivo: "Vino e bufale". Come mai? Così spiegano l'iniziativa i rappresentanti Acacat: "È un libro istruttivo, una raccolta di informazioni utili sull'alcolismo, ma anche e soprattutto sulle bufale che ci vengono propinate. Ad esempio: quella del resveratrolo.

Che cos'è? Una sostanza contenuta nelle bucce dell'uva, che farebbe bene al cervello. La notizia è stata fatta circolare per bene sui media. Peccato però che per avere qualche effetto, occorre bere almeno 30 litri di vino. Non solo: il resveratrolo è contenuto in alte percentuali anche in pomodori, melanzane e altri ortaggi. Ma sui media nessuno vi dice che, invece di un bicchiere di vino, potete mangiare un pomodoro e il vostro cervello starà molto meglio".

Ai sindaci l'Acacat ha chiesto di mettere in campo politiche attive come ad esempio proibire le varie feste della birra o del vino, o quantomeno non sponsorizzare quelle dove si servono alcolici.

### Bisogna fare prevenzione

Tre ragazzi trentini su quattro tra gli 11 e 15 anni consumano almeno una bevanda alcolica nell'anno e due maschi su dieci lo fanno fuori pasto una volta a settimana. I dati sono contenuti nell'ultima pubblicazione del professore bolzanino Cesare Guerreschi, fondatore della Società d'intervento sulle patologie compulsive, dal titolo "Che ne dite se parliamo di alcol?".

"Bere bevande alcoliche tra gli adolescenti, ma purtroppo anche tra i pre-adolescenti - afferma lo studioso in un'intervista all'*Adige* del 28 febbraio - sta diventando, soprattutto alle nostre latitudini (al centro ed al sud Italia i dati sono molto meno preoccupanti), un'abitudine comune e generalizzata determinata dall'esigenza di socializzazione della popolazione giovanile. Va trovato al più presto il modo di entrare nelle scuole medie per fare prevenzione".

La propensione al bere - argomenta Guerreschi - è fortemente influenzata da retaggi culturali: il bere alcolici in Trentino e in Alto Adige è ancora visto come la porta d'ingresso al mondo degli adulti. La scoperta, poi, che l'assunzione di alcol aiuta ad abbassare l'ansia, ad essere più disinvolti e magari meglio accettati, può portare il giovane alla deleteria conclusione di considerarlo un alleato.

### **Allarme alcol tra i giovanissimi**

È un quadro drammatico quello che emerge dalla relazione al Parlamento sugli interventi realizzati dal Ministero della Salute in materia di problemi alcolcorrelati negli anni 2007 e 2008. I quotidiani *Adige* e *Trentino* del 4 marzo, citando la relazione, riferiscono che ben un italiano su dieci fa un uso smodato e quotidiano di alcol e, ancora peggio, il consumo è preoccupante tra i giovanissimi che, a 11 anni, hanno già il bicchiere in mano con il triste primato di essere i bevitori più giovani tra i paesi europei. Nel 2008 il 17,6% dei ragazzi di 11-15 anni ha consumato bevande alcoliche. Tra i teen-ager spopola il cosiddetto "binge-drinking": l'assumere alcol in modo compulsivo fino ad ubriacarsi. Secondo i dati del Ministero, in Italia circa 1,5 milioni di ragazzi nella fascia 11-24 anni sono considerati consumatori a rischio, e di questi, la metà ha meno di 18 anni. Fra coloro che consumano alcol, ben il 26% lo fa quotidianamente (il doppio della media europea) e il 14% lo fa da 4 a 5 volte a settimana (valore più alto in Europa). Inoltre, rileva la relazione, cresce nel tempo la prevalenza delle donne consumatrici.

### **La legge antifumo ha 10 anni**

Nel 2000 il divieto alla sigaretta nei locali pubblici imposto dalla legge provinciale firmata dall'allora assessore Remo Andreolli venne accolto con scetticismo ma si è rivelato subito una scelta di civiltà. A livello nazionale siamo stati copiati. "Fumo, la legge ha dieci anni. Trentino all'avanguardia", titola *l'Adige* in cronaca di Trento il 13 gennaio. "Nonostante la legge - commenta Mario Cristofolini, presidente della Lega tumori di Trento intervistato dal giornale - il 25% degli italiani fumano ancora e anche in Trentino la situazione non è migliore. Il fumo è diffuso soprattutto tra i giovani e le donne e questo anche se andiamo a spiegare nelle scuole a spiegare che su 1000 fumatori giovani

250 muoiono prima dei 65 anni per patologie legate al fumo e altri 250 dopo i 65 sempre uccisi dal fumo".

Ogni anno in Italia muoiono 30 mila persone per tumori al polmone.

### **L'Oms invita ad alzare le tasse**

Il numero del 15 gennaio del *Venerdì di Repubblica* presenta la mappa dei consumi di alcol nei vari Paesi elaborata dall'Organizzazione mondiale della sanità. L'articolo è introdotto da una constatazione tanto elementare quanto spesso ignorata: "Esiste una sostanza che, da sola, fa registrare nel mondo 76 milioni di tossicodipendenze, contro i 15 milioni di tutte le altre droghe messe insieme, e crea tante disabilità e patologie da costare l'un per cento del Pil mondiale. Stiamo parlando dell'alcol". Nel mondo - specifica il giornale - quasi il 5 per cento delle malattie è legato all'assunzione di alcol, con una punta del 12 per cento in Europa. Sono 2,3 milioni le morti annue per l'effetto diretto dell'alcol e chissà quante altre per gli effetti indiretti (incidenti, omicidi e altro). Cosa fare? L'Oms propone di aumentare le tasse sull'alcol. E' provato che a fronte di un aumento del prezzo i consumi calano.

### **Rivolta contro l'energy drink**

Scoppia il caso Genova per Red Bull, riporta *Repubblica* il 10 febbraio. I genitori denunciano la distribuzione della bibita energizzante davanti alle scuole della città e invitano i presidi in casi simili a chiedere immediatamente l'intervento delle forze dell'ordine. Secondo Gianni Testino, vicepresidente nazionale della Società italiana di alcologia, la reazione scatenata dall'operazione di marketing di Red Bull non è un rigurgito proibizionista. "Altro che promozione - dichiara al quotidiano nazionale -, questo è un modo per fregare i ragazzi. Le sostanze nervine che sono alla base degli energy drink danno dipendenza fisica e psicologica e provocano danni al sistema cardiovascolare. Ciò è ancora più grave quando vengono assunte da adolescenti".

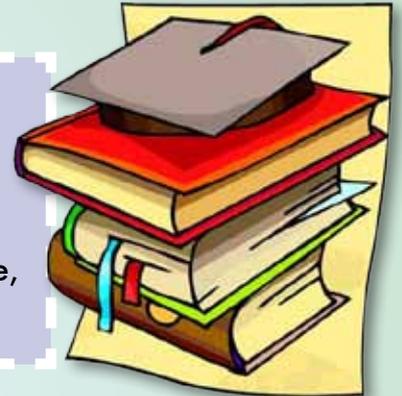
Duro anche il commento del ministro della gioventù, Giorgia Meloni: "Vigliacca l'idea di fare pubblicità a prodotti commerciali in un contesto così delicato come quello di una scuola. I cosiddetti energy drink stanno sempre più rappresentando una porta d'ingresso alternativa nella cultura dello sballo".

# L'ANGOLO del BUONUMORE!

Un tizio si presenta allo sportello di una banca e, mettendo sotto gli occhi del cassiere una piccola rapa che tiene nella mano dice: "Questa è una rapina!" Poi apre l'altra mano e, mostrando un piccolo grillo esclama: "E se qualcuno si muove premo il grilletto!"

Due studenti in un bar dopo l'esame di matematica:

- Allora, come è andato l'esame?
- Era un esame molto religioso.
- Ma come religioso, era un esame di matematica?
- Il professore faceva le domande ed io facevo il segno della croce, io rispondevo ed il professore faceva il segno della croce.



Un bambino alla bambina le dice "Sali sull'albero e prendi una mela!". E allora la bambina sale e il bambino la segue e le alza la gonna e le dice: "Ti ho visto le mutandine!" e la bambina: "Ma se io non ce le ho le mutandine!!!"

Un rapinatore sale su un autobus a Napoli e grida: "Fermi, questa è una rapina!". Un signore si alza e dice: "Maronn' mia, che spavento, pensavo fosse 'o controllore!"

- Che giorno della settimana Dio ha creato la donna?
- ???
- Venerdì!
- ???
- Allora, lunedì creò la gallina, martedì il tacchino, mercoledì creò l'anatra, giovedì l'oca e venerdì è rimasto senza la piuma.

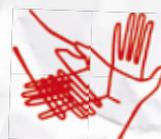
Che ci fa una tv in mezzo al mare? va in onda



Ci sono una donna sposata e suo figlio in un bar. Il bambino si affaccia ad una finestra e dice a sua mamma: "mamma guarda un signore si sta buttando da un gratacielo!" e sua mamma risponde "Dì a quello lì che gli ho fatto le corna non le ali!"



**APCAT**  
Trentino-Centro Studi  
ONLUS



**Le ACAT  
di Trento**

# **28° INTERCLUB PROVINCIALE DELL'APCAT TRENTO**

**Tutto cambia  
se "10" cambia**



presso il CENTRO MARIAPOLI  
"CHIARA LUBICH"  
CADINE - TRENTO

**DOMENICA  
23 maggio 2010**

*La popolazione è invitata a partecipare*