

CENTRO CLUB

notizie



PERIODICO DEI CLUB ALCOLOGICI TERRITORIALI DEL TRENINO

n° 2 - Settembre 2016 - 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 - Registrato al n. 1116 del Registro dei Periodici del Tribunale di Trento del 6/3/2002 - tassa pagata - taxe payè - tn - cmp



Direttore responsabile

Augusto Goio

Coordinamento e progetto grafico

Silvia Colleoni e Roberto Cuni

Comitato di redazione

Marcello Biasi, Aurora Curnis, Silvia Colleoni,
Roberto Cuni, Susi Doriguzzi,
Stefano Plotegheri

Proprietà editoriale

APCAT Trentino - Centro Studi
Via Sighele, 7 - 38122 Trento
Tel. e Fax 0461 914451
www.apcattrentino-centrostudi.it

Direzione ed Amministrazione

APCAT Trentino - Centro Studi
Via Sighele, 7 - 38122 Trento
Tel. e Fax 0461 914451
apcattrentino@aicat.net
csdpa@iol.it

Grafica & Stampa

Litografia Amorth - Gardolo (TN)
Tel. 0461 96 02 40
info@litografiaamorth.com

COLLABORARE CON CENTRO CLUB

La redazione di Centro Club Notizie desidera portare alla vostra attenzione che ogni lettore potrà inviare il proprio pensiero per una sua pubblicazione. I contributi vanno inviati all'APCAT - Centro Studi tramite e-mail: apcattrentino@aicat.net entro il giorno 30 novembre 2016.



carta ecologica
prodotta senza l'utilizzo
di sbiancanti al cloro

Editoriale		
Pensieri		p. 3
Apcat		
32° Interclub Provinciale Tione - 12 giugno 2016		p. 4-8
Acat		
Il Girasole a Mezzocorona		p. 9
Il benessere è analcolico		p. 10
Squadra Acat Pacero - Vincitori del torneo UISP		p. 11
"Le Nostre Fragilità - Verso Stili Di Vita Positivi"		p. 12-13
Interclub Apcat Alto Adige con Acat Fiemme e Fassa		p. 14
Dai Club		
Passato e futuro per i Club Alcologici Territoriali dell'Alto Garda e Ledro		p. 15
Centro Studi		
Conclusioni corso di sensibilizzazione - Riva del Garda		p. 16
Riflessioni - Corso Riva del Garda		p. 17
Giornate di aggiornamento - "Associazioni associare-azioni"		p. 19-20
Comunicazione Ecologica... chi è mai costei?		p. 21-22
Centro Club		
Quattro passi con l'autore		p. 21-22
La posta di Centro Club - Lettera aperta		p. 23-24
Intervista a... Luca Zeni (Assessore alla salute e politiche sociali)		p. 26-27
Dall'Italia		
"Come si vive il cambiamento nella comunità locale"		p. 28-29
Esperienze Club Perla - Associazione Arcobaleno		p. 30
Ricordiamo i nostri amici		p. 31

A TUTTI I LETTORI FUORI PROVINCIA

Se desiderate continuare a ricevere CENTRO CLUB NOTIZIE potete abbonarvi al costo di € 10,00 annuali da versare ad APCAT TRENTINO con bonifico.

BANCA CASSA DI RISPARMIO DI BOLZANO FILIALE DI TRENTO
IBAN IT 65 B 06045 01801 000007300277

Una volta effettuato il bonifico vi chiediamo di inviarne copia ad
APCAT TRENTINO
via mail all'indirizzo: apcattrentino@aicat.net - fax: 0461 914451
Il comitato di redazione di CENTRO CLUB NOTIZIE

Livelli di procrastinazione:

- Lo faccio dopo
- Lo faccio domani
- Lo faccio la settimana prossima
- Credo nella reincarnazione



Pensieri

di Marcello Biasi

Il 12 giugno si è svolto a Tione il nostro 32° Interclub Provinciale e con rammarico non ho potuto essere presente. Il mio pensiero era comunque in quella sala, insieme a tutti con un po' di apprensione ma con fiducia che tutto si sarebbe svolto nel migliore dei modi.

Dopo mesi di lavoro da parte di Guido Dellagiocoma, con l'APCAT e Raffaele Vezzola dell'Associazione "Aiutiamoli a Vivere" per preparare il progetto e avere un contributo che la Regione Trentino Alto Adige ha concesso per alcune spese (altre sostenute da noi stessi e da Aiutiamoli a Vivere), sabato 11 vigilia dell'Interclub, siamo partiti alla volta della Bielorussia per un corso di sensibilizzazione. Come sempre in questi casi mi chiedo "cosa troverò e chi" ma la fiducia anche in questo caso aiuta a ben sperare e poi come ci ricorda sempre Roberto C. "il corso andrà bene nonostante noi". E così è stato.

All'arrivo ho trovato delle persone che già conoscevo che mi ha fatto piacere vedere e abbracciare dopo sette anni. A Moghilov l'incontro con le famiglie dei Club mi ha fatto rivivere delle emozioni che credevo si fossero un po' spente, e il loro entusiasmo misto a tanta speranza hanno lasciato il segno e rinnovato la voglia di fare.

A Slavograd dove si teneva il corso, abbiamo trovato un buon clima non solo meteorologico e se pur con la consueta difficoltà dei primi giorni e qualche comprensibile diffidenza, le persone presenti alla fine si sono messe a nudo rispondendo positivamente e sperano di aprire dei Club. È stato bello avere con noi come corsisti anche alcuni ragazzi della scuola che ci ospitava e penso e mi auguro potranno fare qualche cosa di buono con i loro compagni.

Le difficoltà che trovano sono molte soprattutto legate allo stile di vita e a fattori sociali e politici della

zona. ma la caparbiazza dei Servitori che da anni si sono messi in gioco ne avranno ragione.

Ora anche per loro è arrivato il tempo di mettere in gioco le capacità acquisite in questo ormai decennale cammino e questo corso ha di fatto dato l'avvio al coordinamento Bielorusso.

La coordinatrice del corso Zoia Lukasceвич ha scritto un libro con le sue esperienze ispirandosi al sistema ecologico sociale del metodo Hudolin, che sarà senz'altro molto utile per il sistema Bielorusso.

Durante il corso, il pensiero che mi ha intriguato di più è stata la denominazione "Club delle famiglie" e basta, e così mi è venuto naturale pensare a quanto siano importanti i contenuti più che le denominazioni, e la volontà di aprire le porte a tutte le sofferenze, che sono tante, e in tutte le famiglie.

Ora ritornando a noi ritengo che siamo sulla buona strada ma abbiamo la necessità di avere più entusiasmo e volontà di fare. Nonostante il calo dei consumi di alcol e le campagne informative sugli altri disagi c'è tanto lavoro da fare e sarebbe bello che le occasioni di informazione e formazione venissero sfruttate da tutti i Servitori e le famiglie dei Club.

In questi anni abbiamo fatto buone cose, pur con tante difficoltà, per metterci in regola sia finanziariamente che legalmente e stiamo ultimando la raccolta delle pratiche l'iscrizione all'albo del volontariato le ACAT e così finalmente

mettere fine all'iter burocratico anche per l'APCAT. Abbiamo ancora strada da fare ma confidiamo la disponibilità di tutti per far crescere la nostra Associazione non solo in numeri, ma soprattutto in concordia e volontà per la salute delle famiglie e delle comunità.

A tutti un buon lavoro

Presidente Apcat Trentino



32° Interclub Provinciale Tione 12 giugno 2016

di Silvia Colleoni

Nell'Auditorium dell'Istituto scolastico Lorenzo Guetti il giorno 12 giugno 2016 si è svolto il 32° Interclub Provinciale dell'Associazione Provinciale Club Alcologici Territoriali organizzato nel territorio delle ACAT ZONALI ACAT VALLI GIUDICARIE - ACAT TRE PIEVI e ACAT VAL RENDENA.

Il titolo dell'Interclub è:

“ESSERCI” L'approccio ecologico sociale nelle nostre comunità.

Sono intervenute circa 400 persone tra servitori-insegnanti, famiglie dei Club, autorità e simpatizzanti.

Ha condotto e presentato l'Interclub Maurizio Monfredini e la Vice presidente APCAT Susi Doriguzzi.

Nella prima parte sono intervenuti i presidenti delle ACAT zonali introducendo l'argomento dell'Interclub ESSERCI sotto diversi punti di vista.

Nella seconda parte, dalla platea dei partecipanti ci sono stati molti interventi, alcuni in riferimento al tema dell'incontro altri hanno raccontato e condiviso la loro storia di cambiamento dello stile di vita e l'importanza del Club in questo percorso. È intervenuto il decano di Tione che ha speso parole di apprezzamento per ciò che l'associazione fa per promuovere e sostenere il cambiamento degli stili di vita, per un miglioramento della qualità della vita nella Comunità.

Nella terza parte si sono svolte le premiazioni per il 1°, XXV° e XXX° anno di sobrietà con la consegna delle rose e dei diplomi.

Sono stati invitati i premiati divisi per anno, a salire sul palco insieme ai familiari e al servitore-insegnante del Club e ad occupare le sedie presenti sul palco.

L'Interclub si è concluso con un ricco buffet.

Rubrica giorni Felici

**IL CLUB "IL CROCEVIA"
DI VIGO CAVEDINE
CONDIVIDE LA GIOIA DEI
NONNI LONNIE E PIETRO
PER LA NASCITA
DELLA BELLISSIMA NIPOTINA
BENVENUTA SARA**



Interclub Provinciale Tione



di Giovanni Spanu

Ringrazio tutti voi presenti e per l'attenzione che presterete al tema di quest'incontro.

ESSERCI: è l'argomento o meglio il titolo da approfondire in questo 32° INTERCLUB PROVINCIALE qui a Tione di Trento.

ESSERCI nelle problematiche delle complicità alcolcorrelate;

ESSERCI nei programmi alcologici territoriali;

Ma soprattutto:

ESSERCI nella promozione della salute e quindi nella prevenzione per quanto possibile, nel cambiamento dello stile di vita.

Tutto ciò deve essere legato alla collaborazione più assidua fra Club ed una formazione continua, onde poter arrivare al tema che quest'anno è sta-

to discusso nel Congresso di Assisi svoltosi di recente lo scorso maggio, cioè:

COSTRUIRE INSIEME

Di conseguenza i due incontri si possono così fondere:

ESSERCI PER COSTRUIRE INSIEME

Cercando soprattutto la disponibilità e aiuto nella Comunità.

Secondo voi, membri di Club e rispettive famiglie, è possibile costruire una rete, possibilmente con l'apporto dei giovani, per poter condividere la sobrietà e la necessità di cambiamento nella crescita e quindi nello stile di vita? **QUINDI ESSERCI. PARLIAMONE! GRAZIE**

del Club Tionese

Esserci

di Ilia Mussi

Ciao e benvenuti a questo INTERCLUB PROVINCIALE.

Un caro saluto a tutti voi, oggi per varie ragioni non mi è possibile ESSERCI fisicamente ma ci sono con il cuore e col pensiero.

Sono servitrice insegnante da 27 anni del Club Incordata di Pieve di Bono quasi obsoleta direi, ma ho avuto il privilegio di conoscere il grande HUDOLIN.

Il titolo di questo Interclub mi pone molte domande tipo: DOVE, COME E QUANDO ESSERCI, ma la risposta arriva dalla grande famiglia dei CAT dove ho imparato ad ESSERCI nei momenti di disagio, nell'accoglienza, nella solidarietà, nell'ascolto e anche ESSERCI nei momenti di gioia.

ESSERCI nella comunità aprendosi in essa e far

sentire e capire che il cambiamento di uno stile di vita, che non comprende solo la dipendenza dall'alcol ma abbraccia altri disagi che portiamo dentro di noi e che oggi giorno la nostra società ne è ricca, è un'opportunità che prima di tutto fa star bene noi stessi e di conseguenza migliora anche il rapporto con la comunità. Questo l'ho percepito frequentando il Club. Auguro a tutti voi di continuare ad "ESSERCI" per favorire il cambiamento degli stili di vita verso un'ecologia sociale che abbraccia le famiglie, le persone e la comunità nel rispetto dell'ambiente in cui ora viviamo ma che abbiamo il compito e il dovere di conservare, anzi direi di migliorarlo per quelli che verranno.

Buon Interclub e ciao a tutti

del Club Incordata Pieve di Bono



Esserci



di Fiorenza Preti

Mi aggancio alla parola del nostro presidente Giovanni per testimoniare l'ultima mia esperienza avuta al Congresso di Assisi che è stato un incontro tra CAT e famiglie per approfondire con dibattiti e relazioni i problemi alcol correlati, la sua multidimensionalità, punti collegati al nostro tema di oggi: ESSERCI.

Sono stati tre giorni di condivisione, di amicizia, di riflessioni personali sul tema "Costruire insieme". Viviamo in una società complessa con tante paure e tanti punti di domanda!

Padre Danilo spiega la parola "Spiritualità Antropologica" con la sua Multidimensionalità.

È una ricerca continua sull'amore, sull'amicizia, sulla pace sulla convivenza e su un cambiamento della cultura, per migliorare il proprio stile di vita. Questi sono pensieri e riflessioni suggeritici da



Hudolin, che metteva in primo piano la costruzione di un'etica, essere veri e coerenti con sé stessi. Con l'ascolto, il dialogo, la consapevolezza, l'amore per il prossimo, si può costruire un mondo umano, pieno di risorse.

I Club cosa sono?

Siamo noi e gli altri, raccogliamo di tutto un po'... cercare di costruire sempre qualcosa di interessante, coinvolgere le famiglie, saper parlare, aprirsi con sé stessi e gli altri, così si progredisce insieme per fare cose impossibili.

Bisogna fare Rete, non dimentichiamoci noi siamo risorse, valorizzare le persone che la compongono, con le proprie mancanze e debolezze. Bisogna crescere e costruire, relazioni ed aprirsi al cambiamento.

Abbandonare le parole dipendenza, abuso e malattia.

Rinnovarsi ed aprirsi alle famiglie che si nascondono dietro a tante problematiche, ma hanno e sentono il bisogno di costruire un legame sincero di amicizia e fiducia.

Con la rete e l'apertura al dialogo siamo certi che entriamo nel cuore di tutti e riusciamo a far comprendere che nella quotidianità ci sono anche cose belle, basta viverle nel modo giusto, saper relazionarsi con gli altri, abbandonare certe etichette, costruire giorno per giorno, la crescita continua della persona nella spiritualità antropologica.

Lasciare alle spalle, abbandonare definitivamente le parole dipendenza ed abuso, credere nella famiglia ed avviare un processo di rinnovamento per sé e per la comunità in cui viviamo.

Queste sono le volontà di Hudolin, il quale ci ha raccomandato di portare avanti e divulgare il suo pensiero.

Concludo dicendo ad alta voce ESSERCI per raggiungere la sobrietà.

del Club Tionese

Interclub Provinciale Tione - 12 giugno 2016



di Letizia Micheli

Buonasera a tutti.

Io sono Letizia, vengo dalla Valle di Primiero, e sono orgogliosa di essere qui con voi per poter condividere la soddisfazione di 25 anni di sobrietà.

Ripercorrere la storia della mia vita, prima perduta e poi ritrovata, non è facile, ma è necessario per ricordare quanto dolore ha potuto contenere il passato per preparare la soddisfazione del mio presente.

Non so come io mi sia trovata nella condizione di "schiava dell'alcol"... Facevo la casalinga, avevo una bella famiglia, eppure dentro di me c'era un continuo malessere: qualche bicchiere di birra sembrava darmi coraggio, allontanava quel malessere ed io riuscivo ad affrontare meglio la fatica quotidiana. Così alla birra si era aggiunto qualche bicchiere di vino, e poi ancora, ancora,...



Ero convinta di avere la situazione in mano e non mi accorgevo, invece, che pian piano avevo portato allo sfacelo me stessa e anche la mia famiglia.

Quando me ne sono resa conto era ormai troppo

tardi. Quante volte mi dicevo: ADESSO BASTA, ADESSO NON TOCCO PIU' UNA BOTTIGLIA!". Ma la vita non era più mia. Chi comandava era l'alcol.

In queste situazioni deve succedere qualcosa di forte per far cambiare rotta.

Con me è successo che un giorno, probabilmente complice la scarsa lucidità, sono caduta dalla scala della soffitta e sono finita all'ospedale. Qui mi hanno curata per le lesioni riportate, nessuno ha mai fatto accenno al mio abuso di alcol. Però sulla lettera di dimissioni era indicato: NO ALCOL. Evidentemente la dinamica dei fatti era stata chiara, ma io non ricordo che alcun medico mi avesse parlato di questo.

Tornata a casa sono stata contattata da una persona membro di uno dei club del mio territorio, che mi invitò a partecipare alle loro riunioni. Ero

troppo disperata e accettai subito pur di uscire da quella situazione. Non fu facile. Ebbi un primo colloquio con un'assistente sociale che all'epoca si occupava anche della coordinazione dei Club. Fu un disastro. Invece di sentirmi accolta e rassicurata, mi sentii come sotto processo, giudicata. Mi vergognai molto e mi sentii molto delusa.

Nonostante questo, io sentivo di aver bisogno di un sostegno, quindi non mi arresi. Sapevo che al Club a cui ero stata invitata c'era un operatore di cui avevo fiducia, una persona che sentivo accogliente, comprensiva, paziente.

Decisi di iniziare la frequentazione.

Vedere altre persone con i miei stessi problemi mi rassicurava, mi infondeva coraggio, mi sentivo più forte. Ma una volta fuori da quell'incontro, mi sentivo additata da tutto il paese e tornavano

le paure e l'insicurezza. Ma io non volevo arrendermi, **VOLEVO** uscire da quel "BUIO FATTO DI NULLA" in cui ero sprofondata e in cui avevo trascinato la mia famiglia.

I primi tempi furono difficilissimi. Le liti in famiglia erano frequenti. Mio marito aveva il mio stesso problema ma non lo voleva ammettere. Io ero costantemente combattuta tra gli stimoli che mi venivano offerti dalla frequentazione del Club (che a quel tempo, a differenza di oggi, era molto numeroso e partecipato) e la realtà che poi mi trovavo a vivere nel mio quotidiano.

Nel primo anno ebbi due ricadute. Ogni volta mi sono rialzata ed ho ricominciato tutto da zero. Ma queste "battaglie" non erano state inutili: mio marito, che mi accompagnava agli incontri, pian piano si era reso consapevole che anche lui era nella mia stessa barca ed aveva iniziato con me il mio stesso percorso.

Un po' alla volta mi sono rinfrancata.

A darmi forza e coraggio ci sono state tante cose. In particolare, grazie al sostegno del club, riuscivo ad astenermi dal bere e la visione della vita cambiava prospettiva. L'astinenza mi portava alla consapevolezza.

La consapevolezza mi portava a volermi riappropriare della mia dignità, quella dignità che per troppo tempo avevo affogato nel bere.

A questo punto mi sentivo pronta per affrontare



quella che io definisco "la mia salita al Calvario". Una salita ripida, durata circa dieci anni, che sapevo mi avrebbe portato in cima, verso la Vita: **IO ME LO MERITAVO!**

In questi dieci anni ho imparato a volermi bene: me lo insegnavano i miei amici del Club. Dovevo ritrovare la stima di me stessa, dovevo sentirmi autonoma, senza dover dipendere da mio marito o da altri in tutto, anche solo per far la spesa!

Mi sono attivata per cercare un lavoro e per alcuni anni ho lavorato come stagionale negli alberghi della mia zona. Ho conseguito la partente di guida. Ho richiesto colloqui di lavoro per avere un'occupazione stabile e sono stata assunta come operatrice socio-assistenziale in una casa



di riposo. Insomma, mi sono data parecchio da fare e alla fine di questo lungo travaglio personale mi sentivo rinfrancata. Intanto il lavoro a tempo indeterminato si trasformò in lavoro fisso. La fiducia che anche gli altri avevano cominciato a riporre in me mi ha stimolata a frequentare il corso per OSS e l'ho superato brillantemente.

Purtroppo in famiglia (che nel frattempo aveva trovato un suo equilibrio) cominciarono ad emergere nuovi problemi di vario genere, ma quello che più mi preoccupava era che l'abuso di alcol era entrato a far parte della vita dei miei figli!

Sono convinta che, se non avessi avuto la forza del mio Club, avrei potuto ricadere, perché il desiderio di allontanarmi da problemi tanto dolorosi mi faceva di nuovo desiderare l'annebbiamento...

Ma ormai ero forte, l'esperienza e i sacrifici di tanti anni mi avevano temprato. E non ero più sola! Io e mio marito (anche lui uscito dal tunnel), insieme, abbiamo preso in mano la situazione con consapevolezza ritrovata.

Oggi posso dire di essere serena, ho vinto tante battaglie, altre ce ne saranno ancora da combattere, ma ora credo di avere le armi giuste.

Se sono arrivata a questa tappa con questo stato d'animo e con questa forza, lo devo agli amici del Club che mi hanno sostenuto e che mi hanno fatto scoprire che al di là delle mie fragilità, io avevo anche tanti punti di forza per poter ridare valore alla mia vita. Ce l'ho fatta. Sono orgogliosa.

E voglio dire a tutti il mio **GRAZIE!**

Nuovo Club di Ecologia Familiare Il Girasole a Mezzocorona

di Giovannini Laura

Finalmente anche nella zona della Piana Rotoliana, a Mezzocorona è stato aperto un Club di Ecologia Familiare. Mercoledì 25 maggio, alla presenza di Roberto Cuni, del Presidente della Comunità di Valle Gianluca Tait, dell'assessore alle attività sociali del Comune di Mezzocorona, Monika Furlan e di numerosi rappresentanti del Club, è stato inaugurato quello che vuol diventare un punto di riferimento per tutte le famiglie che soffrono non solo per problemi di alcool e correlati, ma anche per altri tipi di dipendenze (gioco, fumo, droghe, psicofarmaci, shopping, ecc.), perdite (lutti, separazioni, licenziamenti, ecc.) e altre sofferenze (cura di anziani, disabili, violenze domestiche, ecc.) L'impresa di aprire un Cef a Mezzocorona è merito del nostro impareggiabile Presidente Giorgio Varignani che, sostenuto dal suo Direttivo, ha chiesto e ottenuto in tempi brevissimi dal Comune di Mezzocorona, la disponibilità della sala. Cogliamo l'occasione per ringraziare Giancarlo Osti e quanti si sono adoperati per raggiungere tale obiettivo.

Tornando dunque alla sera della nostra inaugurazione, il Club è stato per così dire "battizzato" con il nome di Girasole, dal nome del fiore che cambia posizione della corolla per assorbire i raggi solari e ricavarne vita e benessere. È facile capire l'analogia con le famiglie che frequentano il Club: cambiare i propri comportamenti sbagliati per conseguire finalmente serenità. La serie di interventi da parte dei rappresentanti del Club si apre con Roberto Cuni, soddisfatto e orgoglioso che i nuovi corsi di sensibilizzazione all'ecologia sociale comincino a dare i loro frutti.



È seguito l'intervento di Marcello Biasi Presidente Apcat che ha portato l'interessante esperienza dei Cef della Vallagarina, dove le famiglie possono confrontarsi sulle proprie varie sofferenze, trovando un denominatore comune nel sostegno reciproco, evitando la monotonia di incentrare tutto il discorso sempre ed esclusivamente sul problema alcool. In seguito ha preso la parola Lorenzo Beber, operatore di rete in alcoolologia, che ci ha assicurato il suo appoggio nella promozione in zona di una "ecologia" che è certamente cambiamento di stili di vita sbagliati ma anche promozione della salute, rispetto per tutti e per ciascuno, amicizia, socialità e sostegno reciproco. Le parole di apprezzamento da parte dei politici presenti sono state molto lusinghiere e partono dalla constatazione che purtroppo i bisogni sul nostro territorio sono molteplici e ancora troppo "nascosti". La nostra sede è presso il Centro Firmian in piazza della Chiesa, in un posto visibile perché vuole essere una porta aperta a 360° per chiunque

chieda aiuto e sostegno; il nostro orario di apertura il mercoledì alle 20. Per ultimo un riferimento al servitore – insegnante cioè io che, avendo fatto il corso il febbraio scorso e avendo dato la mia disponibilità, sono stata subito arruolata da Giorgio che ha provveduto perché non rimanessi a lungo "disoccupata". Iniziare non è facile, ma con il

sostegno di tutti, sono sicura che sarà possibile creare uno spazio all'interno della comunità che vuol essere luogo di relazioni amichevoli, aiuto reciproco e messa in comune non solo e non tanto dei problemi, ma soprattutto delle risorse per superarli. *Servitrice-insegnante CEF Girasole*



La festa del quartiere San Giuseppe Il benessere è analcolico

di Piergiorgio Bonmassar

Una giornata ricca quella della festa del quartiere di San Giuseppe a Trento, il 17 giugno, tra esibizioni di ginnastica, musica, poesie di strada, intrecci di idee e generazioni. *Cooperativa Arianna - educativa di strada e ACAT*, per questa come per molte altre occasioni, hanno unito le forze nella promozione coinvolgente di un modo di stare insieme e di stili di vita sani. La collaborazione prende forma attraverso un punto ristoro a base di cocktail analcolici con distribuzione di materiale informativo; durante tutta la giornata i partecipanti alla festa hanno potuto assaggiare bevande fresche e colorate, rigorosamente analcoliche. Un momento pensato come sensibilizzazione verso i più giovani rispetto all'uso e abuso di alcolici, proprio in concomitanza con l'uscita dei dati del Rapporto di monitoraggio sull'attuazione della Convenzione sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza realizzato dal Gruppo Crc: più della metà degli adolescenti dichiara di fare uso di alcol. In aumento anche il cosiddetto "binge drinking" – l'abbuffata alcolica di drink diversi concentrata in pochissimo tempo, spesso a stomaco vuoto. Durante la giornata, partecipata nonostante un clima incerto, tra acquazzoni e schiarite, si è sviluppata quindi una rifles-



sione partecipativa sul divertimento sano, con un coinvolgimento diretto di un nutrito gruppo di preadolescenti presenti alla festa, che si sono cimentati nella creazione dei cocktail e nell'interazione con le persone che, incuriosite dall'iniziativa e dal ruolo attivo dei giovani per la buona riuscita dell'evento, si fermavano e conversavano con loro. Un'esperienza di partecipazione e comunicazione diretta con i più giovani e con il quartiere, che continua a rinsaldare il legame tra due realtà – Cooperativa Arianna e Acat – che cooperando lavorano congiuntamente nella stessa direzione.

*Servitore-insegnante CLUB Crocevia
Vigo Cavedine*



Squadra Acat Pacero Vincitori del torneo UISP



di Giorgio Varignani

Si è conclusa domenica 8 maggio u.s. a Mezzocorona il torneo di calcio a 5 "Fuori Gioco" organizzato dall'Unione Italiana Sport per Tutti (UISP) dove, per il secondo anno, ha giocato la squadra dell'Acat Pacero arrivando meritatamente al primo posto. Un bel traguardo pensando che la formazione è nuova, un gruppo di ragazzi affiatati. Da quest'anno con un nuovo sponsor la Salumeria Belli di Sopramonte, che assieme alla Blue City srl a socio unico, ci



ha dato la possibilità di creare questa squadra.
Presidente ACAT PA.CE.RO



CENTRO STUDI DI TRENTO
Studi e Documentazioni sui Problemi Alcolcorrelati e Complessi

Azienda Provinciale  per i Servizi Sanitari
Provincia Autonoma di Trento

Dipartimento delle Dipendenze Interdistretto

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

TRENTO, 10-15 OTTOBRE 2016

PRESSO VILLA S.IGNAZIO - VIA LASTE, 22

Per questo corso è stato richiesto l'accreditamento per la E.C.M. per gli operatori sanitari.

In collaborazione con: Associazione Italiana dei Club Alcolologici Territoriali
Associazione Provinciale Dei Club Alcolologici Territoriali del Trentino - Associazioni Zonali dei Club Alcolologici Territoriali
Trento Sud e Valle dei Laghi, Trento Nord e Trento Centro e Centri di Alcologia del Trentino

Per informazioni rivolgersi a: **APCAT TRENTO TRENTO** - Via Sighele, 7 - 38122 TN
Tel/Fax **0461 914451** - E-mail: csdpa@iol.it - www.apcattrentino-centrostudi.it

Percorso Di Sensibilizzazione - In Due Serate: “Le Nostre Fragilità - Verso Stili Di Vita Positivi”

Cavedine 28-29 Aprile 2016 Acat Trento Sud e Valle dei Laghi

di Zanoni Maura

L'AMMINISTRAZIONE COMUNALE di Cavedine, in collaborazione con APCAT, il SERVIZIO ALCOLOGIA della Provincia Autonoma di Trento – e con il Club Alcolologico Territoriale con sede a Vigo Cavedine “Il Crocevia”, ha organizzato, sud-



dividendole in due serate e precisamente giovedì 28 e venerdì 29 aprile 2016, un percorso atto a sensibilizzare circa i disagi sociali con i quali le persone vengono in contatto sempre più spesso nel corso della loro vita. In particolare si è discusso del rapporto che si ha con il lavoro o con la sua mancanza, il disagio socio psicologico, la depressione, il panico, il rapporto con il cibo, con il gioco, con l'alcol...

Relatori delle due serate sono stati l'assistente sociale Giovanna Vittori - portavoce del Servizio di alcolologia di Trento - e Roberto Cuni del Centro Studi APCAT (Ass. Prov. Club Alcolologici Territoriali) che con le loro esperienze ed aiutati da interessanti “slides” hanno intrattenuto gli attenti ospiti.

Si è capito subito che il messaggio ha incuriosito molto, vista la partecipazione, anche attiva, alle due serate sia del-

la popolazione che dei rappresentanti delle varie sedi territoriali quali il Comune di Cavedine con il saluto del sindaco Maria Ceschini, dell'assessore alle politiche sociali Beatrice Pedrotti e l'assidua presenza dell'assessore Giuliano Manara,

la Comunità di Valle con il Presidente signor Attilio Comai e l'assessore alle attività sociali Massimo Traviglia ma anche la LILT (Lega Italiana Lotta contro i Tumori) di Cavedine, l'AVULSS (Associazione Italiana Volontari Unità Locali Socio Sanitarie) di Calavino, l'Unione Sportiva dilettantistica di Cavedine e di Lasino, l'Associazione di volontariato della Valle dei Laghi OASI e della Cooperativa Sociale OASI TANDEM, ed ancora ospiti della Comunità di

Accoglienza e Comunità Terapeutica “CASA DI GIANO” di S. Massenza e della Comunità per le famiglie MURIALDO, con sede a Lasino.

DIPENDENZA: CONOSCERE PER PREVENIRE
La prevenzione non è semplice, per questo è indispensabile che famiglia, scuola, enti ed istituzioni si alleino in una seria lotta contro tutti questi attaccamenti i quali, in maniera subdola, allontanano le persone dai veri valori della vita. Ecco dunque motivata l'azione di questa campagna di sensibilizzazione.

Durante la prima serata si sono definite, ascoltando

gli interlocutori ma anche i presenti in sala, l'entità e la pluralità delle fragilità umane. Fragilità dovute non solo all'uso di sostanze ma anche a comportamenti sbagliati e sbagliati stili di vita.

Si è passati, a metà serata, alla partecipazione diretta dei presenti in sala suddivi-





dendoli in 4 gruppi di circa 23 persone ciascuno all'interno dei quali si è lavorato mettendosi a confronto ed esprimendo i propri pareri in particolare su 3 argomentazioni quali:

1. cosa ci spinge a cambiare i nostri stili di vita?
2. quanto ci aiuta riconoscere e condividere le nostre fragilità?
3. cosa ci può aiutare a vederci come risorsa?

Alla fine della serata ogni gruppo ha riportato su un lucido i punti salienti del proprio discorrere in modo che, il giorno successivo, si potesse riportare quanto emerso anche al resto della comunità. E' trascorsa così la seconda serata, illustrando i pensieri di ogni gruppo e rispondendo e discutendo amabilmente con tutti quanti avessero qualcosa da esprimere, il tutto coordinato dai due relatori che hanno avuto un bel daffare a cercare di stare nei tempi concessi ad ogni gruppo dato che, come si sa, il tempo è tiranno e ha la tendenza a volare e per ogni pensiero che veniva esposto ne emergevano almeno altri dieci da considerare ed affrontare.

A riprova che quanto si è affrontato è entrato in ognuno di noi, la condivisione è continuata anche

dopo, quando al termine della serata c'è stato un momento conviviale davanti a succhi di frutta e frutta rigorosamente della Valle di Cavedine.

Bellissime serate, interessanti e illuminanti, durante le quali, ogni titolo, ruolo, ceto o altra differenza sociale è sparita mettendo tutti sullo stesso piano, persone sole che per due serate hanno sentito il calore degli altri, persone che si sentivano assolutamente sicuri di agire nel modo migliore nei riguardi della loro salute hanno finito per mettersi in discussione e rivedere il proprio stile di vita, sofferenti a causa delle cattive scelte di vita, o sofferenti per conseguenza delle scelte di vita intraprese da chi si ha vicino, che hanno potuto trovare conforto nelle esperienze di altri nelle stesse condizioni, e così via.

Non si è portato a casa niente di fisico, tangibile, ma un po' più di consapevolezza, un po' più di conoscenza, un po' più di umanità, questo sì.

Per finire è d'obbligo un ringraziamento alle Associazioni prima menzionate che con la loro concreta partecipazione hanno contribuito ad un lavoro sinergico che ha unito il mondo del volontariato in Valle.



Interclub Apcat Alto Adige con Acat Fiemme e Fassa



L'importanza della famiglia al Club

di Gabriele Dallio

Una domenica ventosa di primavera, tardiva, ma nonostante ciò abbiamo avuto la soddisfazione di una partecipazione consistente, da parte delle famiglie dei nostri Club di zona, di quelle dei nostri amici della Val Badia e Brunico, inoltre una rappresentanza dell'ACAT SIRIUS di Bussolengo con i quali abbiamo un rapporto di amicizia da un po' di tempo, e anche amici di fuori zona.

Una sala accogliente e ben addobbata per l'occasione crea un'atmosfera familiare, un allegro chiacchierare e strette di mano per esserci ritrovati ci dà la gioia di esserci!!!

Dopo i saluti di benvenuto da parte di Maria Silvia e Gabriele, iniziamo la discussione sul tema dell'Interclub, tema molto caro al nostro professore e fondatore dei Club Vladimir Hudolin, ed importante tutt'ora per il buon funzionamento dei nostri Club.

I vari interventi si susseguono con continuità ed interesse, con testimonianze di singole persone e famiglie.

Purtroppo stiamo attraversando un periodo di difficoltà per i nostri Club, sia per il numero limitato di nuovi arrivi e soprattutto per la mancanza di ingressi di nuove famiglie, come era consuetudine anni fa. Questo ci fa riflettere e discutere per cercare di capire come possiamo esporci all'interno delle nostre Comunità, per farci conoscere e coinvolgere le famiglie con problemi di alcol e altre fragilità ad avvicinarsi alla vita del Club, oltre che crescere di numero per le persone che frequentano i nostri Club da l'opportunità di dialogo, confronto, amicizia e condivisione, elementi fondamentali per il buon funzionamento dei Club stessi.

Le nostre fragilità individuali non sono solo motivo di sofferenze e disagio personale, ma coinvolgono tutta la famiglia, per questo un cambiamento di stile di vita concretizzando con la sobrietà oltre che personale anche collettiva, per una vita migliore per tutti!!!

Il nostro impegno per cercare di migliorare il funzio-

namento dei nostri Club con il coinvolgimento delle famiglie lo possiamo concretizzare, soprattutto con il nostro esempio e testimonianze nella nostra semplicità del vivere quotidiano, nelle Comunità e nel Club con l'auspicio che anche le famiglie si coinvolgano a loro volta.

Questo è l'augurio che desideriamo si concretizzi. È stato molto apprezzato l'intervento del Sindaco di Anterivo, intervenuto al nostro Interclub, è rimasto fino alla fine e ha sottolineato l'importanza per la Comunità del suo paese la presenza del Club St.

Jakob, che quest'anno ricorre il ventennale della sua nascita.

Il Club offre l'opportunità di sostegno e di aiuto per chi ne ha bisogno, con l'augurio di proseguire nel presente ed in futuro con positività.

Una relazione molto concreta è stata fatta anche dal Presidente dell'APCAT

Alto Adige, Edy Bezzi, ed è stata seguita con interesse da tutti, come pure l'intervento del Presidente dell'APCAT del Trentino Marcello Biasi, del dottor Claudio Zorzi e della Presidente ACAT SIRIUS di Bussolengo Maria Speri.

Al termine degli interventi la nostra amica Berta, componente del Club St. Jakob ha letto dei pensieri personali sull'amicizia e spiritualità che ci ha coinvolti in momenti di riflessione personale.

Si è quindi proceduto alla consegna degli attestati e delle rose ai vari componenti dei Club presenti, che erano un bel numero.

Un applauso e foto per tutti con l'augurio di "non mollare mai". È seguito un gradito ed abbondante rinfresco curata dalla sempre attiva Maria Silvia e collaboratrici. Infine saluti ed abbracci con un arrivederci e soddisfatti per la bella opportunità di esserci ritrovati numerosi a trascorrere un pomeriggio in amicizia e festa insieme, e per la bella riuscita della stessa. Un grazie di cuore per l'impegno degli organizzatori, e a tutti NOI per Esserci stati.

Un abbraccio

Servitore-insegnante Club St. Jakob



Passato e futuro per i Club Alcolologici Territoriali dell'Alto Garda e Ledro

di Franco

La seconda decade di marzo è stata piuttosto densa di appuntamenti per i 9 Club Alcolologici Territoriali della Comunità Alto Garda e Ledro, per il susseguirsi ravvicinato di due importanti riunioni che potremmo sintetizzare, nei contenuti, come rivolte a rivivere il periodo delle origini ed a meditare su come evolversi nel futuro.

Mercoledì 9 marzo, presso la casa sociale di Romarollo (Arco), in una sala gremita di persone di tutti i Club, si sono proiettati alcuni filmati registrati negli anni '90 che ritraevano il fondatore dei Club, Prof. Vladimir Hudolin, durante i suoi discorsi in assemblee tenute in varie città del nord Italia.

Per alcuni, che avevano conosciuto il professore quando era ancora in vita, è stato come rivivere le atmosfere e le problematiche di un movimento che stava nascendo e che si accingeva ad affrontare il recupero di persone dedite all'alcol in un clima di comportamento collettivo caratterizzato da elevato consumo di alcolici e di radicazione dell'eccesso di uso dell'alcol, tanto da essere considerato un atteggiamento "normale" nella vita quotidiana. Per i più, che Hudolin non l'hanno conosciuto, si è trattato di colmare una lacuna non da poco, visto che nella attività dei Club i riferimenti al "Padre fondatore" sono molto frequenti.

In questo è stato di grande aiuto il sig. Roberto Cuni discepolo e prosecutore, in Lombardia e in Trentino, dell'opera del Professore, ravvivandone la memoria con il racconto del lavoro svolto insieme e di vari aneddoti.

La seconda serata si è svolta presso il Cantiere 26 ad Arco, venerdì 18 marzo, relatore il S.I. Franco Baldo Presidente dei Club della Vallagarina, il quale ha presentato agli astanti, tra cui anche amministratori comunali, la possibile evoluzione, peraltro già in essere in alcuni club di quella valle.

La questione, già nota e dibattuta sul territorio, consiste nel allargare la valida esperienza acquisita nel problema dell'alcol ad altre criticità cui le famiglie possono incorrere, ad esempio: gioco d'azzardo, tossicodipendenza, lutto, orientamento sessuale, depressione, ipo o iper alimentazione od altro ancora.

Il cambio ha già anche una sua connotazione for-

male: da CAT (Club alcolologico territoriale) a CEF (Club di ecologia famigliare) ma al di là della forma e della volontà e velocità di cambiamento, che sono e rimangono a discrezione delle famiglie che compongono il club e che potrà avvenire nella più assoluta gradualità, occorre prendere atto dell'evoluzione della società dai tempi di Hudolin ad ora. Calo dei consumi di alcolici, azioni di prevenzione hanno in parte ridotto il problema dell'alcol, ma non si tratta di trovarci qualcos'altro da fare, afferma Baldo, ma di considerare che la distribuzione sul territorio di centri dedicati a quelle problematiche è molto meno capillare rispetto ai Club alcolologici, ma il bisogno di relazione con gli altri è altrettanto importante, infatti anche per loro vale il motto: tu solo ce la puoi fare, ma non ce la puoi fare da solo. Inoltre quelle diverse problematiche spesso si accompagnano all'uso di alcol o sono compresenti nel medesimo nucleo familiare, o ancora, ne sono la conseguenza o la causa. Per ciò il destino dei Club di diventare contenitori di fragilità appare naturale.

Certo il proposito è ambizioso e molti membri di Club non si nascondono le difficoltà: "Ci vorrebbero degli specialisti, noi non abbiamo le capacità, il cambiamento non sarà accettato" obiettano in diversi.

Il relatore, per infondere fiducia, richiama al principio basilare dei Club: prima la persona, poi il problema, e poi obiettivo primario dei Club non è risolvere i problemi clinici, per questo ci sono gli specialisti e i centri preposti, la loro azione deve riguardare la persona col problema; gli strumenti sono i soliti due: ascolto ed empatia, possono funzionare per tutte le fragilità. Il condividere problematiche diverse potrà inoltre essere fonte di arricchimento personale per tutti.

La nuova visione dei Club necessiterà di collegamenti più stretti, ora prevalentemente rivolti ai servizi di alcolologia, con il tessuto sociale ed associativo molto ricco e variegato nella comunità trentina.

*familiare di un membro del Club
Club Alcolologico Territoriale
"Nuova strada" di Dro*

Conclusioni corso di sensibilizzazione Riva del Garda

18-22 Aprile 2016

di Silvia, Giorgio, Walter, Giuliana, Tiziana, Michele, Tamara, Rosa, Gianluca, Faustino, Chiara e Giuliano (Righy)

Nel centro iniziative Pernone di Varone, circondato da un bellissimo parco, dal 18 al 22 aprile 2016 si è svolto il "Corso di sensibilizzazione all'approccio ecologico sociale ai problemi alcol correlati e complessi", al quale hanno partecipato 25 corsisti insieme ad uno staff guidato dal coordinatore Emanuele Sorini composto da tre conduttori Giorgio Varignani, Giuliana Berloffia e Gualtiero Gabrielli e i due conduttori Angelo Santoni e Silvia Colleoni.

L'impostazione del coordinatore del corso basata sulla semplicità e chiarezza espositiva, sulla libertà di espressione e sull'umiltà nel porsi verso l'altro

ha permesso che si creasse un clima sereno e allegro. Molte persone si sono aperte con il gruppo e hanno raccontato di sé, delle loro esperienze di vita anche di grande sofferenza, della difficoltà di relazionarsi con le persone, delle loro fragilità e paure ma anche della loro voglia di cambiare o di continuare sulla strada del cambiamento, del loro desiderio di coinvolgere le persone care in un cambiamento, della bellezza di saper perdonare gli altri ma soprattutto se stessi, dell'orgoglio di guardarsi allo specchio e riconoscere di essere una persona diversa, della speranza perché davanti a qualsiasi sofferenza ce la possiamo fare.

hanno permesso che si creasse un clima sereno e allegro. Molte persone si sono aperte con il gruppo e hanno raccontato di sé, delle loro esperienze di vita anche di grande sofferenza, della difficoltà di relazionarsi con le persone, delle loro fragilità e paure ma anche della loro voglia di cambiare o di continuare sulla strada del cambiamento, del loro desiderio di coinvolgere le persone care in un cambiamento, della bellezza di saper perdonare gli altri ma soprattutto se stessi, dell'orgoglio di guardarsi allo specchio e riconoscere di essere una persona diversa, della speranza perché davanti a qualsiasi sofferenza ce la possiamo fare.

Soprattutto nei momenti di comunità è emersa l'importanza dell'ascolto e di essere ascoltati, della comunicazione, della condivisione di esperienze ed emozioni, del coraggio di fare delle scelte, della difficoltà di riconoscere e accettare di avere una fragilità, del sentimento dell'impotenza davanti ad alcune situazioni, del mio cambiamento che con il tempo può avere delle ricadute su chi mi sta accanto.

Dalle visite ai club ci siamo portati via un piccolo modello di famiglia e comunità in cui stiamo bene ma che sarebbe bello applicare un po' alla volta anche negli altri sei giorni in cui non ci incontriamo per fare Club. L'ultimo giorno i corsisti hanno descritto il loro percorso di questa settimana utilizzando tre modalità diverse di espressione.

Nella prima è stato come essere travolti da una piena, come quella dei grandi fiumi. Questa ci ha disorientato ha scaturito in noi emozioni come la rabbia, la sofferenza ma anche gioia e amore, poi quando la piena passa lascia materiale fertile sul terreno. Da qui possiamo coltivare nuovi stili di vita per noi stessi nella speranza che contagi anche chi ci sta vicino.

Nella seconda hanno dedotto che attrezzarsi di un bel mazzo di chiavi diverse nella grandezza e nella forma ci permette di aprire tantissime porte che inizialmente possiamo trovare chiuse davanti a noi. Tutte queste chiavi le possiamo rappresentare come tante e diverse esperienze di gioia e sofferenza, di soddisfazione o di delusione che abbiamo vissuto. Nella terza attraverso una scenetta hanno interpretato un pezzo di vita quotidiana in famiglia con ironia e simpatia descrivendo le difficoltà di comunicazione tra le persone

Un ringraziamento particolare a Tullio e il suo staff che hanno risposto alle nostre esigenze con puntualità e disponibilità e ci hanno deliziato con i loro manicaretti.

Ringraziamo anche l'A.P.C.A.T. che ha realizzato questo corso e l'A.P.S.S. che l'ha finanziato ma anche l'A.C.A.T. Alto Garda e Ledro e il Servizio di Alcologia che hanno sostenuto la partecipazione e alle famiglie dei Club che ci hanno accolti durante le visite.

Il ringraziamento più importante va ai corsisti che si sono messi in gioco e hanno permesso tutto questo!!

Il gruppo delle conclusioni



Soprattutto nei momenti di comunità è emersa l'importanza dell'ascolto e di essere ascoltati, della comunicazione, della condivisione di esperienze ed emozioni, del coraggio di fare delle scelte, della difficoltà di riconoscere e accettare di avere una fragilità, del sentimento dell'impotenza davanti ad alcune situazioni, del mio cambiamento che con il tempo può avere delle ricadute su chi mi sta accanto.

Dalle visite ai club ci siamo portati via un piccolo modello di famiglia e comunità in cui stiamo bene ma che sarebbe bello applicare un po' alla volta anche negli altri sei giorni in cui non ci incontriamo per fare Club. L'ultimo giorno i corsisti hanno descritto il loro percorso di questa settimana utilizzando tre modalità diverse di espressione.

Riflessioni

Corso Riva del Garda



di Roberta Pozzato

Questa è stata la mia prima volta che ho partecipato al corso di sensibilizzazione ai problemi alcolcorrelati e posso dire che è un'esperienza da fare.

Le lezioni dei vari relatori trattano temi già sentiti nella società, ma li espongono aggiungendo qualcosa in più.

Anche se vicino a noi queste tematiche non dovrebbero essere trascurate o sottovalutate, e in questo, il corso mi ha aiutato a fare chiarezza e a prendermi un momento per riflettere sui vari problemi. Più delle lezioni sono state veramente significative le testimonianze e le riflessioni dei corsisti. I momenti di condivisione sono stati forti. Personalmente mi sono portata a casa tantissimi messaggi importanti, di cui è troppo difficile scrivere, è necessario viverli per poter essere coinvolti. Il corso mi ha fatto cambiare il punto di vista sui problemi dell'alcol, sui quelli correlati e non correlati all'alcol. Tutta la settimana di corso è stata facilitata e arricchita da un clima di accettazione, libera espressione, di ascolto empatico che rende possibile una libera condivisione, un libero scontro sulle proprie idee e pensieri.

Il clima e le testimonianze servono anche a far capire alle persone di non aver paura delle proprie fragilità, e di non aver timore a chiedere aiuto, perché da soli non può avvenire nessun cambiamento.

Corsista



ALCUNE PAROLE CHIAVI

PARCO: luogo che ha ospitato il corso

CLUB: famiglie

RELAZIONI: nessun uomo è un'isola

DOMANDE: ognuno si è interrogato

STILI DI VITA: com'è il mio stile di vita?

COMUNICAZIONE: ostacoli e barriere

ARMONIA: ha caratterizzato il clima del corso

FARE ASSIEME: lavoro dello staff e dei corsisti nei gruppi

ASCOLTO: l'importanza e la difficoltà

LIBERTA': di esprimersi

CONDIVISIONE: di esperienze, emozioni, sofferenze e gioie

METTERSI IN GIOCO: disponibilità a farlo

CAMBIAMENTO: il mio

SORRISO: stare bene insieme

Giornate di aggiornamento Associazioni associare-azioni

di Stefano Plotegheri

I primi due incontri "Associare - Azioni" si sono tenuti a Borgo il 30 aprile 2016 e a Taio il 21 maggio 2016. Lo scopo della proposta era di valutare assieme il senso della riorganizzazione che il mondo dei club ha visto definirsi nel suo aspetto giuridico, e quali nuove prospettive essa possa aprire in futuro.

Questa riorganizzazione ha avuto inizio con l'approvazione del nuovo Statuto APCAT, avvenuta il 12/12/2015, tra le cui novità va menzionata l'apertura alla realtà dei CEF, i Club di Ecologia Familiare, e la costituzione in associazione delle ACAT, a partire da un loro statuto proprio, che ne esprime l'autonomia e ne rafforza le potenzialità.

Si è convenuto per prima cosa che queste novità non cambiano nulla del "cuore" del nostro mondo, che è e rimane l'incontro tra le famiglie. Le novità vanno quindi viste come uno strumento aggiuntivo a servizio del nostro percorso. Un servizio che può irrobustire la nostra organizzazione e dare una migliore visibilità sul territorio. Una cosa infatti è presentarsi come un "gruppo" (pur associato ad APCAT), e un'altra è farlo come espressione di un'associazione vicina al tessuto sociale locale.

Com'è noto un'associazione è composta da soci che si riconoscono in una finalità comune definita da uno statuto. Si tratta di persone che si mettono assieme, cioè si "associano", per fare meglio le "azioni" tese a perseguire lo scopo dichiarato dallo statuto. La persona che chiede di diventare socio si riconosce nelle finalità dello statuto e s'impegna a rispettarne le norme, godendo per contro dei diritti che gli vengono dalla sua qualità di associato, che sono sostanzialmente la facoltà di intervenire e votare in assemblea, ed essere eletto negli organi statutari. Con la trasformazione delle ACAT in associazioni autonome, nei nostri club avremo due tipi di membri: la persona associata, e quella frequentante. Nessuno è obbligato ad associarsi, ma chi lo fa intende rafforzare il sistema, renderlo più autorevole, e creare migliori condizioni perché esso sia meglio riconosciuto dalla comunità quale proprio soggetto sociale.

Difatti, l'associarsi in modo formale, aiuta i no-

stri club ad aprirsi maggiormente nella direzione dell'approccio ecologico sociale. Lo fa contribuendo ad accrescere nei club la consapevolezza che **"I destinatari dei benefici dei club non sono soltanto i soggetti che li frequentano, ma anche i normali cittadini, perché la finalità ultima del nostro impegno è la trasformazione della società"** (Prof. Vladimir Hudolin). Quest'approccio di tipo sociale concorre a far maturare il pensiero che **"Il lavoro**



delle associazioni dei club, va ripensato come un percorso di crescita nella dimensione di una cittadinanza attiva, esperta e consapevole, dei membri di club, che si ponga al servizio di tutta la comunità" (Prof. Luciano Floriano).



Nei due incontri ci si è posti le domande: "Avere un'associazione serve ai club? Li valorizza o li appesantisce? Quali i vantaggi e gli svantaggi dell'essere associati in ACAT?"

Le risposte convergevano sul fatto che essere associazione riconosciuta dalla comunità del territorio locale può aprire nuove strade e nuove possibilità di diffondere la ricchezza umana che il mondo dei club può donare: il suo stile di relazione fondato sull'ascolto e sulla vicinanza umana, il suo messaggio di speranza sempre e comunque, la tensione verso il cambiamento in prima persona. Un modo di porsi che non crea benessere solo per il singolo o la famiglia, ma per l'intera comunità, che in tal modo scopre di avere già le risorse per soccorrere le sue fragilità e accrescere il suo capitale sociale. Si è considerato pure che essere costituiti in associazione facilita la politica delle alleanze, perché consente di affiancarsi con pari dignità ad altre associazioni del territorio che si pongono obiettivi in sintonia con le idealità dei club. Altra considerazione emersa è che essere associazione giuridicamente riconosciuta permette di poter beneficiare più facilmente di contributi e facilitazioni pubbliche.

Servitore-insegnante

Comunicazione Ecologica... chi è mai costei?

Di Claudio Zorzi

Approda anche da noi la proposta Aicat di formazione 'La Comunicazione Ecologica', dopo 'una prima' a Zugliano nel marzo 2015 ed 'una seconda' a Perugia nel febbraio di quest'anno. Si tratta del Corso Monotematico Nazionale Sperimentale offerto ai Servitori Insegnanti ed alle famiglie dei Club su una suggestione del Forum nazionale per l'Educazione Ecologica Continua. Ma andiamo per ordine. La prima idea della opportunità di una formazione specifica sulla comunicazione prende voce nel febbraio 2013 durante i lavori del Forum nazionale di Fiuggi. Ricordo il dibattito e le obiezioni, anche forti, che emergevano. Erano peraltro le obiezioni che circolavano in relazione all'esperienza del Corso di Guastalla ed in particolare che un corso sulla comunicazione poteva rappresentare una deriva professionalizzante del Servitore Insegnante. Il Gruppo di Lavoro, costituitosi spontaneamente su affinità di sentire e di pratiche, ha tenuto ben presente questo possibile rischio. Partendo dalla considerazione che comunque il Club è da sempre una palestra di comunicazione ecologica, il Gruppo di Lavoro ha cercato di rileggere la letteratura sulla comunicazione, di identificarne le tracce più significative e di ricomporle in quel percorso cognitivo-esperienziale che è diventato il Corso Monotematico Nazionale Sperimentale. Tutto questo si è potuto realizzare perché il gruppo aveva nei propri modi di sentire e di procedere l'esperienza dei percorsi formativi all'interno del mondo dei Club, a partire dalla settimana di Sensibilizzazione. Sono due giorni di immersione dentro i sentieri del dialogo con noi stessi e con gli altri, dell'ascoltare e del prendere la parola, con una forte focalizzazione sul 'parlare in prima persona'. E' la comunicazione giraffa, come modo da sempre praticata e relativamente facile nei Club (è il non parlare degli assenti, per esempio, ma non solo ...), ma comunque da coltivare e far crescere con cura, pena la ricaduta nella comunicazioni sciacallo.

Ma non solo! Nelle due edizioni del corso è emerso che il parlare in prima persona è il più forte antidoto ai 'blocchi della comunicazione' ed anche il più gratificante! Unico ingrediente necessario è

'l'attenzione', a sé stessi ed agli altri, il voler camminare dove non si sa, l'ascoltare quello che non si sente, il guardare quello che non si vede, con le orecchie del cuore aperte, come insegnava San Benedetto ai suoi monaci. Questa ultima però è una mia personalissima suggestione.

Con l'aiuto di Augusta, di Nello, di Valeria, di Mario, di Luigi, di Susi e di Ivana oltre che del sottoscritto il desiderio è di far crescere la consapevolezza di come già stiamo facendo ogni settimana nei Club. E' allora che una migliore o diversa consapevolezza del come diventa un ulteriore forte stimolo a cambiare e crescere.

Concludo dicendo che quando parliamo di comunicazione ecologica lo facciamo proprio facendo riferimento all'accezione originale della parola ecologia ed al linguaggio buono di quella casa comune, il 'pianeta azzurro', in cui viviamo e di cui vorremmo prenderci cura. Esso si regge proprio sulle connessioni, le cooperazioni e le collaborazioni, insomma sulle reti ed il fare rete.

Hudolin ce lo ha raccontato attraverso 'l'approccio ecologico sociale', per il quale il mio bisogno è anche risorsa, da condividere e fare crescere, con un'attenzione privilegiata alla possibilità di trascendere noi stessi ed i nostri immediati bisogni per meglio poter vedere quelli degli altri, del pianeta, della vita e quindi anche i nostri, ma da un'altra prospettiva!

Non siamo affatto lontani dalle tracce di quella cultura che traspira dalle righe dell'Enciclica di Francesco. Stiamo infatti parlando di Spiritualità Antropologica

Servitore insegnante al Club Germoglio di Panchia'



Di Susi Doriguzzi

A fine marzo 2015 ho partecipato al corso monotematico nazionale sperimentale per servitori-insegnanti "La comunicazione ecologica" a Centrale di Zugliano (VI) e vi ho vissuto un'esperienza molto significativa per la mia formazione nell'ambito dei

programmi. Finalmente un corso dove non si è parlato autoreferenzialmente di quello che il professore ha "inventato" ma che ha affrontato la tematica partendo dal contesto storico nel quale egli si è formato!

Quindi l'approfondimento del tema della comunicazione in ambito ecologico sociale che non è patrimonio esclusivo del sistema Club, ma che fa parte di un contesto culturale che da decenni si è sviluppato nel mondo attraverso gli studi e le esperienze di altri membri della comunità scientifica e che viene tuttora studiato e approfondito da contemporanei come Carl Rogers e Daniel Goleman, solo per citarne alcuni.

Personalmente auspico che questa nostra prima esperienza trentina possa attirare servitori e membri dei nostri Club non solo per l'attualità e l'importanza del tema che discuteremo, ma soprattutto per vivere due giornate in un contesto di apprendimento molto diverso e altrettanto interessante per le modalità coinvolgenti ed insolite nelle quali si svilupperà. Siate curiosi e iscrivetevi!

Famiglia Club Fiamma e S.I. Club Smile

Di Luigi Vinante

Carissimi amici, arriva in Trentino a novembre il Corso Sperimentale di Comunicazione Ecologica. È una occasione importante per scoprire qualcosa di più di una delle abilità di vita che ogni giorno ci accompagna e ci interroga. Sono innumerevoli situazioni nelle quali le nostre relazioni possono trovare giovamento nel conoscere e migliorare il

nostro modo di interagire.

Dall'ascolto, al racconto, dal comprendere al farsi comprendere, fino alla capacità di esprimersi in prima persona. Nel corso ci si immerge in tante situazioni ed esperienze, che ci aprono un mondo di opportunità e di possibilità anche pratiche, che ci permettono di sperimentare un modo migliore e efficace dello stare assieme, del lavorare insieme e agire nella quotidianità della vita. Occasione da non lasciarsi scappare, rivolta tanto ai S-I che ai membri di Club.

Corsista a Zugliano - S.I. Club Accoglienza

Di Ivana Ghedina

In febbraio con Luigi, Claudio e Susi ho partecipato a un corso sperimentale sulla comunicazione ecologica a Zugliano, in Veneto.

Sono stati due giorni intensi nei quali ci siamo sperimentati in prima persona sulla comunicazione che tanta importanza ha nei nostri Club e nella vita di tutti i giorni. Necessario è, come da sempre diciamo nei Club, partire da noi stessi, parlare in prima persona di come ci si sente di fronte alle situazioni. E a volte fare un respiro profondo prima di rispondere! Questo corso mi è piaciuto in modo particolare perché sono convinta che la qualità della nostra vita dipenda molto anche dalla nostra abilità nelle comunicazioni.

Mi piace sapere che questo corso sperimentale si farà entro l'anno anche qui da noi, spero davvero che saremo in tanti ad approfittarne!

S.I. Club Madonna di Deggia

Acat Vallagarina e Acat Montalbano organizzano **SCUOLA DI ECOLOGIA FAMILIARE**

17, 18, 19 OTTOBRE
E 24, 25, 26 OTTOBRE 2016
Ore **20.00-22.00**

ROVERETO Oratorio Borgo Sacco
Via Zotti, 19



Comune di Rovereto
CIRCOSCRIZIONE
3^a Sacco - San Giorgio





Quattro passi con l'autore

a cura di Aurora Curnis e Roberto Cuni

In questo numero di Centro Club Notizie per la Rubrica: "Quattro passi con l'autore", i quattro passi li faccio assieme a Roberto Cuni e con un'autrice, Elena Stanchina, che ha scritto per le Edizioni Erickson: "La partecipazione di utenti e familiari nella salute mentale"; chiediamo a Elena di presentarsi brevemente, dove è nata, dove lavora e dove vive?

Ciao a tutti e grazie per lo spazio che mi hanno dato Aurora e Roberto! Sono nata 35 anni in provincia di Treviso, dove ho vissuto per circa 13 anni, per poi trasferirmi in Val di Sole. Adesso invece vivo in Val di Non e lavoro a Trento, nell'Area Ricerca e Sviluppo delle Edizioni Erickson.

Buongiorno Elena, volevamo chiedere come ti è venuto l'estro di scrivere un libro su questo argomento? E cioè la partecipazione di utenti e familiari nella salute mentale?

Il libro deriva da tre motivazioni principali: il mio interesse per la salute mentale che deriva dalla Laurea in Psicologia, l'attenzione per gli approcci che valorizzano le conoscenze esperienziali (e qui mi hanno aiutata l'esperienza con l'Associazione AMA di Trento e la formazione con Fabio Folgheraiter)* e il percorso di dottorato in Università Cattolica a Milano. Il libro nasce proprio dai risultati di questo percorso di ricerca, che mi ha permesso di conoscere da vicino due realtà importanti: il Fareassieme del Servizio di salute mentale di Trento e il Social Point di Modena.

Nel leggere il tuo libro abbiamo percepito quanto tu creda che gli utenti e familiari contribuiscano a migliorare l'efficacia dei Servizi. Puoi raccontarci una tua esperienza personale dove hai vissuto in prima persona questi miglioramenti?

Sicuramente ci sono tanti esempi concreti che ho raccolto osservando gli utenti e i fami-

liari protagonisti dei servizi che ho descritto nel libro. Ma queste esperienze mi hanno fatta riflettere anche su situazioni personali, in cui ho ricevuto un aiuto insostituibile proprio da chi era nella mia stessa condizione.

Un esempio è legato alla condizione di "neomamma" (ora ne sono "uscita", il mio bimbo ha già tre anni!). Al corso preparato fanno di tutto per prepararti a quello che accadrà dopo la nascita del piccolo, ma i primi giorni ti trovi spiazzata... tra botta emotiva, pianti, sensazione di incapacità e certezza che la "visione romantica" del neonato addormentato fra le braccia non è del tutto reale! Una delle cose che mi hanno aiutata di più è stata parlare con le altre mamme del corso preparato. Non tanto per lo scambio di informazioni (comunque utile!), ma soprattutto perché mi sentivo capita senza bisogno di tante parole e vedevo che "eravamo tutte sulla stessa barca". In quel caso l'aiuto reciproco è nato in modo spontaneo, anche se ha avuto un ruolo fondamentale il servizio che ha organizzato il corso preparato: ci ha permesso di conoscerci e facilitare quegli scambi che ci hanno sostenute anche dopo il parto.

In questi anni sono nate le prime esperienze di U.F.E. (Utenti Familiari Esperti) in alcoologia a Trento e provincia, che hanno mutuato dall'esperienza della salute mentale di Trento; secondo te l'approccio degli UFE potrebbe essere esteso ad altre sofferenze e di conseguenza una loro presenza in altri campi delle malattie come il diabete, l'oncologia, dialisi e così via?

Certamente sì. Lo dimostra anche la ricerca, che conferma quanto il coinvolgimento di utenti e familiari nei servizi sociali e sanitari non sia solo "giusto" in ottica partecipativa (i servizi sono PER le persone, e quindi le persone dovrebbero poterli percepire come utili

per sé e partecipare al loro miglioramento), ma renda anche più efficace l'aiuto offerto alle persone in difficoltà. Anche i problemi che potrebbero sembrare soprattutto "sanitari" si portano dietro uno sconvolgimento della vita intera della persona.

Gli operatori sanitari possono stare accanto alla persona soprattutto per gli aspetti che riguardano più da vicino la sua salute fisica, ma le ricadute della malattia sulla vita, sulle relazioni, sulle prospettive future, possono essere ben più ampie. Avere il sostegno di un UFE "esperto per esperienza" può offrire molto. E i responsabili dei servizi hanno un ruolo fondamentale nel facilitare il coinvolgimento di utenti e familiari.

Ci ha incuriosito quando scrivi sugli UFE di Trento e del "tavolo Leopoldo" (pag. 215) e si legge che sono coinvolti i diretti interessati nella progettazione e valutazione dei Servizi offerti. Cosa hai pensato d'istinto, del tavolo Leopoldo?

Che è uno dei più efficaci esempi di partecipazione degli utenti.

Con il tavolo Leopoldo, il Servizio di salute mentale ha creato uno spazio in cui è facilitato il coinvolgimento delle persone che accedono al Servizio stesso. Si tratta di uno spazio di valutazione e riprogettazione del Servizio, in cui le persone (utenti, familiari, operatori) possono confrontarsi, proporre, sperimentare, costruendo contemporaneamente fiducia reciproca.

Naturalmente, per far sì che un tavolo di questo tipo funzioni, non basta riunire alcune persone in una stanza. Bisogna avere il coraggio di seguire il cambiamento, ascoltare davvero ed essere pronti a mettere in discussione le pratiche del servizio.

Qui finisce la nostra breve intervista ad Elena, e un po' ci dispiace perché è stato bello camminare con lei, ascoltare il suo pensiero e "sentire" la sua sensibilità e umanità.

Grazie Elena

Titolo: **La partecipazione di utenti e familiari nella salute mentale"**

di *Elena Stanchina*

Edizioni Erickson, pag.258 € 24,00

Incipit:

Per iniziare a discutere sul tema della partecipazione possiamo chiederci chi sono e come vengono visti i protagonisti di questi processi.

Tra gli attori che si possono occupare del funzionamento dei servizi, oltre agli operatori e ai manager, troviamo gli *utilizzatori* (gli utenti nell'ottica del welfare state, o i *consumatori*, nell'ottica del welfare mix).

Gli utilizzatori nel nostro caso, sono gli utenti e familiari che, indipendentemente dal loro volere, si trovano a dover affrontare una condizione di vita segnata dalla malattia mentale, che li porta (spesso dopo anni di sofferenza) ad accedere al servizio di salute mentale.

* **Fabio Folgheraiter**

È nato a Segonzano (Trento) il 06-02-1955 e risiede a Trento. È docente di Metodologia del servizio sociale presso l'Università Cattolica di Milano dove coordina il corso di Laurea in servizio sociale e il corso di Laurea magistrale in «Scienze del lavoro sociale e delle politiche di welfare».

È co-fondatore del Centro Studi Erickson di Trento dove dirige la collana «Metodi e tecniche del lavoro sociale» e la rivista scientifica «Lavoro Sociale». È autore di numerosi studi sul social work e le politiche di welfare.





Lettera aperta

di Valter

Salve, mi chiamo Valter, ho 60 anni, abito a Rovereto e frequento da quasi un anno il Club di ecologia familiare "Acqua Chiara" di Borgo Sacco, sobborgo di Rovereto.

Sono alcol-dipendente da circa trent'anni e da 38 giocatore d'azzardo compulsivo.

Fatta questa premessa è facile capire perché ad un certo punto della mia vita, spronato anche da Paola, un'amica che tra l'altro è anche mia amministratrice di sostegno, decisi di rivolgermi al Servizio di alcolologia di Rovereto.

Ma andiamo con ordine.

Era un giorno di marzo dello scorso anno, quando, dopo aver abusato di sostanze alcoliche persi conoscenza cadendo a terra. Ciò avvenne a poche decine di metri da casa mia. Un evento questo che il giorno seguente, smaltita parzialmente la sbornia, mi fece riflettere.

Pensai che non potevo più andare avanti così: alticcio quasi tutti i giorni negli ultimi quattro anni e mezzo. Pensai a cosa potesse pensare di me la gente del condominio in cui vivo (da solo), ma anche del quartiere visto che spesso e volentieri facevo ritorno a casa barcollante.

E alla mia salute? A quella non pensavo? Per la verità ci pensavo poco, perché in fin dei conti fisicamente stavo bene. Non era certo questo un bel modo di ragionare, poiché "più prima che poi" avrei potuto ammalarmi seriamente.

Come ho detto sopra è stato negli ultimi quattro anni e mezzo che ho particolarmente ecceduto con l'alcol e la causa scatenante di tale eccesso è stato un alterco piuttosto vivace con un inquilino del condominio, di cui ero il referente condominiale da circa sei mesi.

Nel periodo in cui svolgevo gratuitamente e per il bene comune le mansioni di referente condominiale non bevevo. Rassegnai le dimissioni, in quanto non vi erano più le premesse per continuare serenamente in un'attività che per me era

stata comunque molto gratificante. Ero molto apprezzato dai condomini per il lavoro che svolgevo con tanto impegno e dedizione ai bisogni delle famiglie. L'umiliazione subita dal coinquilino mi spinse nello stesso giorno ad andare a bere una birra tanto per smaltire un po' di tensione. Purtroppo a quella birra ne seguirono delle altre e, tornato a casa, mi addormentai poco dopo sul divano. E così, essendo io già una persona con problemi alcol-correlati, iniziai nuovamente a bere.

Ma il bere non era la mia unica dipendenza, perché, come se quella già non bastasse, avevo pure quella del gioco d'azzardo compulsivo.

E pensare che il gioco d'azzardo l'ho sempre ritenuto una brutta abitudine, un maledettissimo vizio, almeno fino a quando venni informato, per la verità solo 5-6 anni fa dal mio psichiatra presso il quale sono in cura per sindrome ansioso-depressiva, che in realtà si trattava di una vera e propria dipendenza patologica. Quanti soldi gettati via in tanti anni. Ora sono in pensione e il mio conto corrente è all'asciutto. Due anni fa mi trovai con delle bollette arretrate dell'affitto non pagate. Ero a rischio di essere sfrattato. Mi rivolsi alla mia banca per avere un prestito per poter pagarle, ma niente da fare. Mi rivolsi pure a delle società private per avere un piccolo finanziamento, ma anche lì niente. Ero disperato. Fu così che mi recai dal sacerdote della mia Parrocchia prospettandogli la mia situazione a livello economico. Ed egli mi indicò il Punto d'ascolto parrocchiale che probabilmente avrebbe potuto fare qualcosa per me.

Andai così al punto di ascolto parrocchiale (d'ora in avanti PAP) ove prospettai i problemi assillanti che avevo. Quello che a me importava era di avere un piccolo prestito, restituibile a rate, per pagare le bollette dell'affitto arretrate. Al PAP trovai subito una persona molta attenta e

sensibile di nome Paola, che valutò il mio caso, prendendo subito a cuore il mio problema. Ed è grazie a lei, volontaria e responsabile del PAP, che in breve tempo mi è stato possibile pagare le bollette arretrate.

Ciò è potuto avvenire in virtù del fatto che da quando Paola è stata nominata mia amministratrice di sostegno è lei che gestisce la mia pensione e piano piano, col tempo, è stato possibile appianare il debito pregresso con il locatore. Ed è sempre lei che mi fornisce, in due tranches settimanali, il denaro necessario per vivere dignitosamente.

Tornando ora a parlare del club, devo dire che inizialmente ero piuttosto scettico circa il fatto che frequentandolo, potesse cambiare il mio stile di vita.

Dissi tra me e me: provo....

Fu così che, nell'aprile del 2015, andai alla prima riunione del CEF trovandomi subito a mio agio. E' quasi un anno che lo frequento e devo ringraziare gli amici del club, a partire dal servitore Paolo, ma anche Paola (la mia amministratrice di sostegno) e Sabrina del Servizio di alcolologia, se oggi sono quasi 8 mesi che non bevo, se sono stato due mesi consecutivi senza giocare, poi è vero sono ricaduto ma mi sono rialzato stando altre settimane, non consecutive, ancora lontano dal gioco.

Spero di liberarmi anche di quest'ultima dipendenza, così come ho fatto con l'alcol, sapendo che non esiste un antidoto e che è necessaria tanta buona volontà e solo un minuto per riflettere nel caso si sprigionasse la compulsione. "Un minuto per pensare, per elaborare un ragionamento logico, che ti faccia sentire responsabile, in cui la ragione deve averla vinta sulla compulsione. In quel minuto sai cosa ti passa per la testa, ma fino a prova contraria sei capace di intendere e di volere; e allora forza, grida dentro di te NO! Al diavolo le macchinette, coi soldi che ho in tasca vado a comprarmi il PANE! (e questo dice tutto)" Eh già, ma in effetti non è così facile prendere una decisione così. È come in amore: al cuor non si comanda. Parallelamente

si potrebbe dire: all'impulso, alla voglia di giocare, alla mente (malata) non si comanda. Già è proprio così.

Ma così un corno dico io! Perché non frequento il CEF tanto per fare due chiacchiere e passare un'ora e mezza/due in buona compagnia. Che senso avrebbe questo?! Io al club sto facendo un percorso che desidero dia buoni frutti!

E non è retorica la mia, anche se così potrebbe sembrare, ma non ci sono altre alternative. E come ho già detto sopra io mi sono appoggiato a un CEF.

Per finire, non posso dimenticare quanto male ho fatto ai miei famigliari. A mia mamma in particolare a cui chiedevo e rubavo soldi per giocare, quei soldi che lei, casalinga, aveva ereditato (la sua quota parte avendo altri fratelli) dalla vendita della casa natia in un paese della Lombardia. L'ho fatta patire per anni povera donna, buona com'era, una santa (è scomparsa nel febbraio dello scorso anno 2015).

È deceduta all'hospice di Mori. Andavo a farle assistenza tutti i giorni, a turno con i miei fratelli. Non poteva alzarsi dal letto. Un bel giorno mentre stava dormendo profondamente, sotto l'effetto di morfina e oppiacei, quando ad un tratto si svegliò e mi disse: vieni qui Valter che ti ABBRACCIO! [Mentre sto scrivendo le lacrime scendono copiose sul mio viso]. Furono le sue ultime parole!

Ritornò subito al suo sonno profondo. E gli occhi non li aprì mai più.

Due giorni dopo se ne andò in silenzio. Ciao mamma!

Non dimenticherò mai quell'abbraccio e nemmeno la mia cara mamma per tutto quello che ha fatto per me, gli altri suoi figli e suo marito.

Fin quando le forze me lo permetteranno andrò spesso al cimitero, a trovarla, sì a trovarla come se potesse vedermi e ascoltarmi, a pregare per lei. Lei, una santa in tutta la sua vita è ora col Signore.

Ciao mamma, grazie per avermi tanto amato nonostante tutto.

È con gioia che pubblichiamo la lettera dell'amico Valter nella nostra Rubrica: "La posta di Centro Club", aspettiamo le vostre lettere per rendere viva questa rubrica con i vostri commenti, richieste, pensieri e quant'altro.

La redazione

**INTERCLUB ZONALE
ACAT PRIMIERO VANOI MIS**

VENERDÌ 14 OTTOBRE 2016

Imer
Ex Segheria - ore 20.00

**INTERCLUB ZONALE
ACAT ALTA VALSUGANA**

DOMENICA 23 OTTOBRE 2016

presso la sala Multimediale Centro Pluriservizi
di **Mala Fraz. S. Orsola Terme** - ore 14.00

**INTERCLUB ZONALE
ACAT VAL DI NON E ACAT VAL DI SOLE**

DOMENICA 27 NOVEMBRE 2016

Romeno
Teatro Parrocchiale - ore 14.30

**INTERCLUB ZONALE
ACAT VALSUGANA ORIENTALE E TESINO**

VENERDÌ 16 DICEMBRE 2016

presso l'Auditorium dell'Oratorio di **Borgo Valsugana**
ore 20.00

**FORUM TARENTINO
DI EDUCAZIONE ECOLOGICA CONTINUA**

si terrà **SABATO 17 DICEMBRE 2016**

Villa S. Ignazio - ore 09.00-16.00

Intervista all'Assessore alla Salute e Politiche Sociali Luca Zeni

A cura di Roberto Cuni

Alla riunione di Redazione ci è venuta l'idea d'intervistare il nostro Assessore Provinciale alla salute e politiche sociali Luca Zeni, sapendo della bella conoscenza che Giorgio Varignani, Presidente dell'Associazione zonale Club Alcolologici Territoriali - Paganella - Cembra - Rotaliana, ha con l'Assessore, gli abbiamo telefonato coinvolgendolo in questo progetto, ed in un breve giro di telefonate siamo riusciti ad avere questa bella opportunità. Caro Assessore, la prima domanda che mi sento di porle è:

Quali sono, oggi, i nodi che la politica ed anche l'A.P.S.S. devono ancora affrontare in relazione ai problemi ed alle sofferenze alcol correlate della comunità trentina?

Il consumo di sostanze (legali e illegali) è considerato un rilevante problema di sanità pubblica. Dai dati in nostro possesso nel quadriennio 2012-2015 la quota di popolazione adulta (18-69 anni) trentina che consuma alcol a maggior rischio è pari al 30% e arriva al 69% fra i 18-24enni.

La prevalenza di consumo di alcol in Trentino è tra le più elevate in Italia ma nonostante questo solamente un piccola minoranza - 6% - dei consumatori a maggior rischio riceve il consiglio di bere meno da parte del medico o dell'operatore sanitario. Questo sottolinea la difficoltà degli operatori sanitari a inquadrare correttamente questo come un problema di salute.

Risulta molto importante capire come affrontare questo nodo anche in coerenza con il Piano per la salute 2015-2025 e il Piano provinciale della prevenzione 2015-2018.

Infatti nella definizione degli obiettivi specifici del Piano provinciale della prevenzione 2015-2018, che è una prima attuazione delle linee di indirizzo del Piano per la salute, si riporta:

- ridurre la prevalenza di consumatori di alcol a rischio del 15%
- triplicare (dal 6% al 18%) la prevalenza di bevitori ad alto rischio che hanno ricevuto il consiglio di bere meno da parte del proprio medico e di altro operatore sanitario
- ridurre la prevalenza di persone che guidano sotto l'effetto dell'alcol del 30%.

Il Trentino in questi ultimi decenni ha sviluppato molto la collaborazione fra i Servizi pubblici e il Privato Sociale tra cui l'Associazione Provinciale Club Alcolologici Territoriali-Centro Studi, e si sono sviluppati dei programmi Alcolologici territoriali che sono sicuramente conosciuti fra i più efficaci per i problemi alcolcorrelati delle nostre comunità; questa collaborazione Lei come la vede?



Il sistema alcolologico trentino in questi ultimi decenni ha fatto enormi progressi con i servizi di alcolologia dell'APSS radicati in tutte le valli e una diffusione capillare sul territorio della collaborazione fra servizi socio-sanitari e privato sociale.

La caratteristica portante di questo programma è la collaborazione tra servizi socio sanitari pubblici e privato sociale e i programmi che ne sono derivati hanno permesso in questi anni di riavvicinare molti operatori socio sanitari agli utenti, a contribuire alla demedicalizzazione del problema e a far emergere risorse e potenzialità inesplorate, in primo luogo le famiglie direttamente coinvolte nel problema.

La sfida per il futuro è che tutti i servizi e le risorse coinvolte in questa problematica sappiano fare rete per affrontare le diverse dimensioni del bisogno e del disagio, (sappiamo infatti che il problema alcol porta a molti altri problemi familiari e sociali), e, proprio in considerazione di questa multidimensionalità, estendere il sistema ad altre dipendenze.

La nostra esperienza ci sta portando sempre più a cogliere che le famiglie che entrano nei nostri programmi territoriali portano con loro oltre ai problemi alcolcorrelati a volte altre fragilità, che del resto stanno già emergendo nelle comunità locali, a questo proposito nelle nostre comunità sono già realtà i gruppi chiamati C.E.F. Club di Ecologia Familiare che al pari dei Club Alcolologici Territoriali sono porte aperte e offerti a tutte queste famiglie con fragilità umane che attraggono tutti noi. (alcol, fumo, gioco, solitudine, ecc. ...)

Lei cosa ne pensa di questa nuova strada che alcuni nostri territori stanno intraprendendo?

Affrontare la multidimensionalità è molto importante, investire in altri percorsi aprendo l'esperienza dei Club a disagi non legati al consumo di alcol può essere una buona sperimentazione per far crescere questa esperienza, a cui però si potrà dare un giudizio più attento nel tempo, soprattutto in termini di promozione del cambiamento delle persone, delle famiglie e delle comunità stesse.

Forse sembrerà provocatoria ma non è questa l'intenzione, che fine ha fatto la LEGGE PROVINCIALE 3 agosto 2010, n. 19 sulla Tutela dei minori dalle conseguenze legate al consumo di bevande alcoliche?

Le attività dei Servizi di alcologia dell'APSS sono presenti all'interno delle scuole con progetti specifici dedicati alla problematica alcol con molteplici iniziative per la prevenzione del fenomeno sia in ambito scolastico che extrascolastico, privilegiando la peer-education (formare un gruppo di ragazzi a divenire peer educator oin grado di promuovere sani stili di vita nel gruppo dei pari e prevenire scelte a rischio). Si è lavorato molto in questi anni sulla prevenzione e sull'informazione ma il ruolo della pubblica amministrazione è anche quello di far nascere altre opportunità e promuovere nuovi modelli culturali e stili di vita non nocivi per la salute. Su questo serve dare concreta ed effettiva attuazione a quanto previsto dalla normativa provinciale in materia di tutela dei minori dall'uso di bevande alcoliche.

Per concludere questa nostra breve intervista ci piacerebbe chiederle: cosa ne pensa della

presenza delle sostanze alcoliche e della loro pubblicità negli eventi sportivi nella nostra Provincia, visto che alcol e sport non sarebbero poi così compatibili?

Come viene affermato anche nel Piano per la salute del Trentino è fondamentale intervenire sul contesto per rendere facili le scelte salutari: da questo punto di vista far diventare l'alcol più caro, meno facilmente reperibile ed eliminare la pubblicità di bevande alcoliche e la sponsorizzazione di eventi pubblici da parte di produttori di alcol rappresentano interventi altamente costo-efficaci nella riduzione dei danni provocati dall'alcol, che vengono raccomandati anche dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Da questo punto di vista molto può anche essere fatto a livello delle amministrazioni comunali: incrementare i controlli con etilotest e offrire corsi di formazione per baristi sono per esempio alcuni interventi realizzabili dalle amministrazioni comunali. Anche nelle autorizzazioni delle feste campestri i comuni possono inserire determinate prescrizioni a salvaguardia della promozione della salute. Dare il buon esempio è anche in questo ambito fondamentale e da parte della pubblica amministrazione occorre anche cercare di evitare di concedere il patrocinio ad eventi che promuovono il consumo dell'alcol.

Qui si conclude la nostra 'intervista all'Assessore alla salute e politiche sociali Luca Zeni, a cui vanno i nostri ringraziamenti, è stata una piacevole sorpresa scoprire questa sua bella disponibilità a "parlare" con noi, e anche la sua disponibilità al "fare". Grazie ancora a nome mio e di tutta la redazione del "Centro Club".

CORSI DI AGGIORNAMENTO PER SERVITORI-INSEGNANTI E FAMIGLIE DEI CLUB

SABATO 22 OTTOBRE A LAVIS presso Casa Pezcoller
in Via Degasperi 22 - dalle 9.00 alle 16.00
TEMA: "AssociAzione - Associare Azioni"
Relatore: Elio Liberatore

SABATO 05 NOVEMBRE 2016 A TIONE presso Oratorio
in Piazza Cardinal Adriano da Corneto, 1 - dalle 9.00 alle 16.00
TEMA: "AssociAzione - Associare Azioni"
Relatore: Elio Liberatore

“COME SI VIVE IL CAMBIAMENTO NELLA COMUNITA' LOCALE”

Interclub dei Club Alcologici e di Ecologia Familiare (Metodo Hudolin) a Cola' di Lazise - Festa Delle Famiglie di Roberta

Si è tenuta ieri presso la Sala San Giorgio della PARROCCHIA di Cola' di Lazise l'assemblea ordinaria dell'ASSOCIAZIONE ARCOBALENO, riunitasi per la prima volta dalla sua costituzione (avvenuta il 03.05.2015 con il nome ACAT ARCOBALENO poi variato in data 24.11.2015), dopo un anno di intensa ed allargata operatività nei territori di Lazise, Castelnuovo del Garda, Peschiera del Garda, Colá di Lazise e Malcesine.

Subito l'avvio dei lavori con il saluto della Presidente Daniela Zardini che ha ringraziato le autorità presenti e le numerose famiglie intervenute, un centinaio le persone presenti. La Presidente e il Tesoriere hanno relazionato sull'attività svolta fino ad ora.

L'Associazione Arcobaleno fin dalla sua costituzione si è attivata per promuovere l'informazione sui temi che fanno parte dello scopo sociale previsti dallo statuto: la solidarietà, l'assistenza e il sostegno alle famiglie con problemi dovuti all'abuso e dipendenza da alcol, alla dipendenza dal gioco d'azzardo e anche altri tipi di disagio.

Abbiamo iniziato la nostra attività il 3 maggio 2015, partendo da zero e contando solamente sulle nostre forze, ma con una grande voglia e determinazione di perseguire i nostri obiettivi di solidarietà e con l'entusiasmo che ci ha sempre spinto nelle nostre azioni anche negli anni trascorsi nella precedente esperienza associativa.

Fin da subito abbiamo condiviso la volontà di non recriminare sul passato, ma di operare serenamente e guardare avanti, nel solo fine di aiutare i nostri associati e le loro famiglie. Nell'ultima parte dell'anno 2015 abbiamo avuto i primi contatti con l'APCAT del Trentino Alto Adige, con cui stiamo collaborando fattivamente per introdurre nei nostri club l'approccio di ecologia familiare, e cioè il fatto che le famiglie dei nostri club hanno sí il problema dell'alcol,

ma spesso ci sono anche altri problemi che si sovrappongono e che ci impongono di affrontare la famiglia nel suo insieme con tutte le fragilità che vi possono essere all'interno.

Alcuni di noi hanno partecipato alle settimane di formazione organizzate dall'APCAT Trentino, che sono state interessantissime e ricche di spunti positivi per il nostro futuro. Abbiamo avuto da subito una stupenda impressione per l'accoglienza riservataci; il calore ed il sostegno che abbiamo ricevuto è stato fortissimo; ci hanno messo subito a nostro agio come in una famiglia, sostenendoci moralmente e spronan-



docci ad andare avanti nel nostro cammino.

Detto questo abbiamo portato avanti l'attività anche dal punto di vista economico-finanziario con la massima chiarezza e trasparenza, e con il contributo determinante di tutti gli associati nelle varie forme e in base ai vari incarichi assegnati.

E' stato quindi esaminato il Bilancio Consuntivo di Esercizio 2015 che si è chiuso con un attivo di Euro 199,60, e il Bilancio Preventivo per il 2016, con l'approvazione all'unanimità dell'assemblea.

Il grazie per il lavoro svolto va innanzitutto alla nostra Presidente Daniela Zardini, che con im-

pegno costante ed abnegazione, ci ha guidato nell'anno trascorso, sormontando mille ostacoli e difficoltà.

Ma un ringraziamento particolare va anche a Saverio per il sostegno, l'aiuto e la vicinanza nell'affrontare i problemi dell'inizio attività e anche in seguito nell'avvicinamento del Club di Malcesine.

Ringraziamenti vanno a tutti i servitori insegnanti, ai membri del Direttivo e a tutte le famiglie per la loro presenza e impegno nei club. Sono state poi presentate le testimonianze presentate dai vari club: PERLA di Colá, CORALLO di Lazise, SMERALDO di Castelnuovo del Garda, Club di Ecologia Familiare GIADA di Malcesine e RUBINO di Peschiera del Garda. Tutte testimonianze toccanti e significative che hanno fatto percepire una forte passione nel credere ai benefici effetti della partecipazione delle famiglie ai club, e una forte coesione all'interno dei gruppi stessi e dei gruppi fra di loro.

Di seguito troverete queste testimonianze.

Hanno preso quindi nell'ordine la parola:

- MARIA VITTORIA GATTO - Assessore alle attività Socio-assistenziali del Comune di Lazise;
- STEFANIA MARASTONI - Assessore ai Servizi Sociali del Comune di Castelnuovo del Garda;
- SABRINA TRAMONTE - SINDACO del Comune di Cavaion Veronese.

Singolarmente hanno sottolineato la valenza fattiva del lavoro svolto dall'associazione a supporto dei vari club alcolologici e di ecologia familiare e le implicazioni positive che la capillare presenza delle famiglie dei Club riverberano nelle comunità di appartenenza.

L'attenzione e sensibilità dimostrata nel loro ruolo, e dalla loro vicinanza dai rappresentanti dell'ente pubblico è stata fatta oggetto di ripetuti lunghi applausi da parte dell'assemblea. E' stata quindi la volta del relatore Dott. FRANCO BALDO, esponente di spicco dell'APCAT Trentino, che ha avuto parole di apprezzamento per

il lavoro svolto ed incoraggiamento ad affrontare le difficoltà che inevitabilmente si ripresentano nell'affrontare le fragilità di vario genere presenti nel tessuto sociale: problemi correlati all'alcol, al fumo, alla dipendenza da gioco (ludopatia), da droghe, da psicofarmaci, internet, perdite come il lutto, l'abbandono, la perdita di lavoro, di ruolo, di senso, di autostima, la depressione, l'ansia, i conflitti non gestiti, la violenza domestica, i disturbi alimentari, le malattie croniche, il disagio psichico, la disabilità, la solitudine, i disagi esistenziali ecc.

I Clubs, ha ribadito Baldo, si affiancano nella Comunità al

lavoro dei servizi pubblici, del privato sociale e del volontariato, non sono alternativi! E' poi intervenuto GIORGIO VARIGNANI che ha portato la testimonianza molto toccante del suo percorso di vita, molto travagliato e cosparso di sconfitte, ma che oggi grazie al club e alla sua meravigliosa famiglia ha avuto una svolta molto positiva.

E' poi intervenuto il Presidente della FIDAS di Castelnuovo del Garda, GIANLUCA GIANOLA invitato come ospite all'assemblea, che ha apprezzato molto le varie relazioni e testimonianze.

Non conosceva fino ad oggi l'attività dell'Associazione Arcobaleno, ed è stato piacevolmente sorpreso nell'apprendere che sul territorio vi sono associazioni che si occupano di problemi tanto importanti per il benessere delle famiglie.

In un clima di generale empatia e serenità è seguita l'approvazione unanime dell'attività svolta e la serata è proseguita con un buon aperitivo, preparato dalle famiglie, rigorosamente analcolico.

La serata si è conclusa con una squisita cena organizzata dai volontari dell'associazione, che hanno completato la festa con dolci casalinghi di sperimentata bontà'.

*Associazione Arcobaleno
Cola' Di Lazise - Presidente Daniela Zardini*



*A causa del poco spazio su questo numero l'articolo sui **programmi alcolologici territoriali in Bielorussia** verrà pubblicato nel prossimo numero di dicembre, ci scusiamo con l'autore dell'articolo.*

Esperienze Club Perla Associazione Arcobaleno



L'esperienza di Daniela

Fino a non molto tempo fa, la partecipazione della persona e della famiglia ad un club era vista quasi come una vergogna, e le persone stesse non accettavano di buon grado di parlarne e di ammettere l'appartenenza a quella associazione il cui titolo era "Alcolisti in trattamento". Ora finalmente il nome è stato cambiato.

Noi pensiamo invece che non dobbiamo nascondere la nostra partecipazione al club. Noi ne abbiamo sempre parlato con gli altri. A distanza di anni la gente ci rispetta, perché il cambiamento a poco a poco viene percepito ed apprezzato. Piano piano poi, chi sente di aver bisogno, viene a chiedere aiuto, o per se, o per qualche familiare, senza imbarazzo, perché la cosa che conta di più è la propria salute e il benessere della famiglia. Anche i figli hanno assorbito i nostri comportamenti e sono dei testimoni nella loro cerchia di amici di uno stile di vita che ci ha cambiato profondamente.

L'esperienza di Rosina

La mia esperienza invece è diversa. Io ho ancora difficoltà a parlare con altri della mia frequenza al club. Alle domande che spontaneamente mi rivolgono gli amici, percependo il mio grande cambiamento, cerco di aggirare l'argomento rispondendo che il motivo della mia astinenza è la malattia del diabete.

Comunque per me il miglioramento è stato grande; l'aiuto del club è stato enorme. Gli altri hanno notato in fretta il mio cambiamento. Quando posso cerco di aiutare le persone che hanno bisogno ad entrare al club.

L'esperienza di Silvano

Anch'io non ho problemi a parlare della frequenza al club; con gli amici e parenti che non sono astinenti non mi scandalizzo se loro alla mia tavola in qualche occasione bevono, perché l'importante è la mia decisione di non bere più, la mia astinenza, per il bene di tutta la famiglia. Appena entrato al club ho dichiarato che non avrei mai frequentato il club e non mi sarei mai fatto ricoverare. Invece

poi la mia storia è cambiata.

L'esperienza di Vincenzo

Io non avevo avuto problemi con l'alcol e ho cominciato a frequentare il club per scelta di impegno personale. Ho deciso in seguito di non bere più per solidarietà con i membri del club che frequento. Qualche volta, quando mi ritrovo con altri amici, dichiaro la mia astinenza e noto anche quando qualcuno che esagera nel bere, assume comportamenti che mi rendo conto rovinano il rapporto con le persone. A volte il cambiamento non si vede: esiste lo stesso e nell'incontro con gli altri e concorre ad un cambiamento più vasto. Tutto il bene che viene fatto forse aiuta il mondo ad andare avanti.

Tutto è vano fuorché la bontà. Dove non c'è voglia di fare il bene non si arriva a nulla; il bene invece porta avanti il mondo.

L'esperienza di Luisa

Buon giorno a tutti! Sono Luisa e vorrei anch'io dare testimonianza sul tema di questo nostro interclub. Io non ho mai avuto grossi problemi a dire che frequento il club! Perché non ci ho mai visto niente di male, anzi! E devo dire che giorno dopo giorno, la comunità mi ha dato solo conferma che è la strada giusta da proseguire! Ho la sensazione che le persone, notando il cambiamento in me, mi guardino con occhi diversi! Prima quando ero nel problema vedevo i loro occhi accusatori o di commiserazione. Ora mi sento più accettata.

Le persone mi salutano con il sorriso ed è una grande soddisfazione personale. Anche i miei ex clienti si stanno rifacendo sentire. Insomma credo di poter ammettere che la comunità, magari non subito, ma nel tempo premia il lavoro che una persona ha fatto per uscire dal baratro dell'alcol e gli altri cominciano ad avere fiducia che una persona può farcela e diventare un esempio per chi ancora la strada non l'ha trovata!!

Grazie a tutti! Luisa

*Un saluto a tutti e un augurio dal Club
PERLA di Cola' di Lazise*

La dolorosa dipartita di Armando

di Fulvia Sevignani

Era il mese di Maggio 1989 quando ci siamo conosciuti. A quel tempo io ero Presidente dell'APCAT ed essendo in continuo aumento le nascite di nuovi Club su tutto il territorio trentino e quindi anche il lavoro al quale, senza un aiuto non avrei potuto far fronte, il Direttivo dell'Associazione mi diede il "via libera" per trovare un collaboratore che mi affiancasse nella mia funzione, soprattutto nel campo della ragioneria. Fra i tanti che si annunciarono, dopo aver ricevuto la mia lettera di offerta di lavoro a tutti i Club, scelsi quella che Armando inviò, col suo curriculum vitae scritto a mano.

Il Direttivo approvò all'unanimità la mia scelta e così, a breve, conobbi il ragioniere Armando Negherbon residente a Pinzolo. Quando gli feci presente quanto sarebbe stato gravoso il viaggio giornaliero di andata e ritorno in autobus da Pinzolo a Trento, lui mi rispose che non era affatto un problema. E fu così che per noi due incominciarono i 25 anni di splendida intesa, di collaborazione e dedizione per il bene dell'Associazione e delle Famiglie dei Club.

Armando era una persona squisita, piena di buona volontà ed entusiasmo, disposto ad imparare tutto ciò di cui non era ancora a conoscenza, a darsi da fare per costruire rapporti di collaborazione con l'Ente pubblico e con tutti i componenti dei Club che venivano a chiedere informazioni, consigli, suggerimenti. Dopo aver frequentato il corso di sensibilizzazione, divenne anche Servitore-insegnante nel Club Cima Lancia di Carisolo e, nel contempo, non trascurò mai di partecipare, con la sua diletta



consorte Vilma, alle riunioni del Club "Edelweiss" di Pinzolo. Fu un grande esempio di buona volontà, determinazione, motivazione per tutti coloro che lo conobbero: generoso, altruista, comprensivo ed instancabile ed anche molto apprensivo quando arrivavano delle avversità o difficoltà varie che si applicava in modo ostinato a cercar di risolvere. E finalmente arrivò il giorno del suo pensionamento che affrontò con gioia, poiché era giunto il tempo del riposo e di dedicarsi ai suoi lavori nella sua bella casa assieme alla sua Vilma. A fine 2014 Armando lasciò la sua attività, ciò che avevo fatto anch'io qualche mese prima, poiché era giunto il tempo di lasciare questi gravosi impegni a forze più giovani. Era un po' stanco, mi diceva, ma stava bene. Ci sentivamo spesso al telefono e lo sentivo sempre di ottimo umore, sereno e felice. Finché un giorno mi disse che aveva un problema al gomito che si era gonfiato e, dopo aver fatto le visite mediche, era in attesa dell'operazione.

Lo consolai dicendogli che ero stata anch'io operata da una borsite al gomito sinistro e che era cosa da niente.

Poi la situazione precipitò in un modo inatteso. Il male che lo aveva colpito era ben altra cosa, un male che non perdona. Me lo fece sapere Vilma dicendomi che la situazione era gravissima e che Armando non avrebbe avuto possibilità di guarigione. Espressi il mio desiderio di vederlo, ma quando avrei potuto realizzare questo mio desiderio, mancavano tre ore alla sua fine.

Se ne è andato così il mio carissimo amico Armando, ch'io consideravo un fra-

tello col quale ho condiviso 25 anni di collaborazione e del quale ho sempre apprezzato l'onestà, le molteplici capacità, l'intelligenza, l'integrità morale e l'immensa ricchezza di innumerevoli altre doti.



Per me la sua dipartita è stato un dolore indicibile che mi ha lasciata attonita ed incredula sino a quando l'ho accompagnato con innumerevoli amici, parenti e conoscenti verso il suo ultimo viaggio.

Ho trascorso con te una parte della mia vita, Armando carissimo, e ti porterò nel mio cuore per il resto dei miei giorni. Grazie per essermi stato accanto ed aver

condiviso i momenti belli ed anche quelli difficili.

Servitore-insegnante e Presidente onorario dell'Apcat Trentino

Caro Armando,

(e cara Vilma, non riusciamo a pensare ad Armando senza avere in mente anche Vilma) nella tua vita non hai avuto figli eppure quante famiglie e persone dei Club adesso si sentono orfane!

Ci manca già la tua spinta, la tua perseveranza, la tua testimonianza, tu che sei uno dei primi ad aver creduto nel cambiamento e nei Club e ti sei speso per la diffusione di essi. Nei tuoi 30 anni di frequenza dei programmi sei stato un punto di riferimento per molte famiglie, che hanno seguito il vostro percorso. Ti sei impegnato molto come servitore di Club e anche come Presidente dell'ACAT Rendena e all'interno dell'Associazione Provinciale, dove hai operato per oltre 20 anni. Ti ricordiamo negli incontri pubblici, negli Interclub con la voce trattenuta dall'emozione a leggere ogni volta uno scritto che racchiudeva un nuovo capitolo, intensamente vissuto, della tua storia. Nella tua voce e nelle tue parole non mancava mai un incoraggiamento e una nota di sorriso verso gli altri e la vita. E una parola di gratitudine per Vilma. La tua scomparsa ci fa sentire un grande vuoto ma il tuo esempio continuerà a darci forza e speranza. Grazie Armando, e grazie Vilma, per come lo hai accompagnato nella vita e nell'incontro con la morte.



Con immenso affetto, le famiglie dei Club della Val Rendena

La Consorte di Armando, Vilma, ringrazia di cuore tutti coloro che erano presenti alle sue esequie o lo hanno ricordato e lo ricorderanno in altro modo. Grazie.

Nel prossimo numero del Centro Club notizie di dicembre, dedicheremo ampio spazio al ricordo di Armando. Chi volesse contribuire ricordandolo con un proprio scritto lo invii all'indirizzo e-mail: apcattrentino@aicat.net.

Giusto Bonapace

04/02/1944 - 25/04/2016 - di Giovanni B. Spanu



I miei pensieri diventano parole tristi in questo giorno che doveva essere di festa e si trasformato in tristezza tanto improvvisa quanto inaspettata. Sì, Giusto ci ha lasciati quasi di nascosto, non ci ha dato il tempo di immaginare che il male che avevi dentro ti stava portando via. Negli ultimi incontri settimanali ci informavi orgogliosamente che avevi completato di costruire la casetta di legno per i tuoi cari nipotini e quindi con il tuo modo di esprimerti ci invogliavi ad elogiarti per tutto ciò che facevi nella tua amata montagna che con passione lavoravi e trascorrevi le tue giornate. Mi sento in dovere di ricordare l'onorevole e oneroso impegno preso da tua moglie Paola, prodigatasi in prima persona ad aiutarti nel cammino che hai intrapreso allontanandoti da quella strada che insieme a noi ti sei lasciato alle spalle. Sei e rimani nei nostri cuori per la tua semplicità e bontà.

Le famiglie del Club Tionese di Tione di Trento

Ricordo di Giorgia



Vorrei solo che fosse un brutto sogno, svegliarmi e trovarci al lago a passeggiare come facevamo con i nostri cani, a progettare i nostri sfrenati viaggi di shopping, perdermi all'Ikea e farci due risate quando ci ritrovavamo, ma purtroppo non è un brutto sogno, è la cruda realtà e mi ha spezzato il cuore sempre sorridente e pronta per gli altri, ti sei persa e non hai pensato a te. Ci hai sorpresi Giorgia, ci hai sorpresi tutti, hai sorpreso le persone a te più care, hai sorpreso i tuoi amici, hai sorpreso perfino quella gioia di vivere che sembrava non ti dovesse mai lasciare. Hai sorpreso i tuoi colleghi che sentivi come dei fratelli, delle sorelle, degli amici, e da cui riuscivi a trarne le cose migliori. Hai sorpreso tutte le persone che hanno avuto e che avrebbero ancora bisogno di te, quel bisogno che ora hai lasciato a loro, in sospeso, e che sarà ora un peso maggiore, senza di te. Hai sorpreso chiunque ti avesse conosciuta, Giorgia, lo hai fatto lasciandoci senza parole, senza quelle parole che ti sarebbero forse servite per capire che la vita aveva ancora bisogno di te, che tu Giorgia, avevi ancora bisogno della vita. Ciao Giorgia, che l'esistenza e il tuo amore dato su questa terra possa essere di aiuto per amarti anche adesso, adesso che non ci sorprenderai più. ciao

Ilaria e tutti gli amici del Club dell'Alta Valsugana

Dove sei Matteo?

Ti hanno cercato in tanti. Tutti ti volevano bene e ti hanno trovato nei tuoi boschi che amavi tanto con le tue passeggiate. Ti ricordiamo nella tua squadra di calcio con le bandierine del campo. Da noi nel club eri presente con la tua mamma che ti accompagnava e quindi raccontavi della settimana passata. Amavi il nuoto, la bicicletta e i tuoi nipotini con tutto il tuo cuore. Ora siamo tristi ma ti pensiamo in pace con tutti i tuoi pensieri.

Il Club Agrifoglio - Il tuo Club fino alla fine del 2015

Ricordando Dario



Il Club Fiordaliso di Civezzano è vicino a Giuseppina per la perdita del fratello Dario. Dario Marconi è entrato a far parte del Club Fiordaliso "in punta di piedi" nell'anno 2000 e ci ha lasciati "in punta di piedi" nei primi mesi di quest'anno.

La consapevolezza di avere problemi con l'alcool e di voler riuscire a fermarsi in tempo prima che esso abbia la meglio su di lui, ha portato Dario ad entrare nel Club.

"INSIEME È MEGLIO, INSIEME SI PUÒ": queste erano, probabilmente, le sue profonde convinzioni. Il Club era per Dario come la sua seconda famiglia, una famiglia allargata con la quale aveva un appuntamento fisso al quale non poteva mancare.

Quando, per problemi legati alla sua salute non poteva partecipare, si accertava che almeno la sorella partecipasse alle riunioni del giovedì, per portarci i suoi saluti, per metterlo al corrente delle novità. Dario aveva sempre la battuta pronta: prendeva la vita con saggezza ma anche con umorismo. Aveva una memoria infallibile, raccontava con entusiasmo della sua vita in Australia, delle sue avventure da cacciatore, degli episodi della sua gioventù: ci riportava indietro nel tempo.

È sempre stato un gran lavoratore ed una persona generosa: questo gli fa onore. Giuseppina, la sorella, è sempre stata a suo fianco così come lo fa la mamma con il figlio. Le è stata vicina nei momenti belli e in quelli meno belli. Era l'unico fratello rimasto per lei e anche per questo l'ha sempre coccolato. Le è stata a suo fianco in modo particolare durante il lungo periodo della malattia. Nonostante i suoi problemi di salute, le è stata vicina amorevolmente, accompagnandolo, nel suo percorso, tenendolo per mano. Grazie Dario per quello che in questi sedici anni ci hai regalato e grazie a te Giuseppina.

Sei e sempre sarai esempio di saggezza, disponibilità, amore per il prossimo e costanza.

Caro Dario spesso fissiamo quella sedia vuota che ci hai lasciato, un vuoto che ritroviamo anche nei nostri cuori. Ci vogliamo ricordare del tuo sorriso e di ogni momento che con noi hai condiviso.

I tuoi amici del Club Fiordaliso

Ricordando Mario Toniolli

Ciao Mario,
ciao amico sognatore
ci hai lasciato in punta di piedi
non hai voluto farci preoccupare
Mario non ci siamo ancora abituati alla tua assenza
sei sempre con noi nei nostri pensieri
Sei tu che hai provveduto all'allestimento della sala
dove ci troviamo tutte le settimane
Eri scherzoso, simpatico, buono e fragile
Eri il nostro Marietto



i tuoi amici del Club "La Rocca" di Riva del Garda



L'angolo del **BUONUMORE**

in questo numero protagonisti i gatti

Un gatto non si compra: è lui che vi possiede.

Tom Poston

I gatti occupano gli angoli vuoti del mondo umano. Quelli comodi.

Marion Garretty

Il gatto non si limita a provare soddisfazione: la emana e la trasmette. Impossibile trovarsi in presenza di un gatto soddisfatto e non venirne contagiati!

Jeffrey Moussaieff Masson

Ai gatti riesce senza fatica ciò che resta negato all'uomo: attraversare la vita senza fare rumore.

Ernest Hemingway

Il mio gatto fa quello che io vorrei fare, ma con meno letteratura.

Ennio Flaiano

Il gatto perde i peli soltanto in presenza di gente allergica.

Garfield

I gatti istintivamente sanno quando il loro padrone si sveglierà, così lo possono svegliare dieci minuti prima.

Garfield

Le leggi del gatto...

- **Legge del tavolo della cena:** I gatti devono presenziare a tutti i pasti allorché venga servito qualcosa di buono.
- **Legge di conservazione dell'energia:** I gatti sanno che l'energia non si può né creare né distruggere, e se ne userà, quindi, il meno possibile
- **Legge dell'occupazione di borse e scatole:** Tutte le scatole e le borse presenti in una stanza devono contenere un gatto, entro il tempo massimo di un nanosecondo
- **Legge dell'obbedienza del gatto:** Non è ancora stata scoperta





11-12 NOVEMBRE 2016

LA COMUNICAZIONE ECOLOGICA

**Corso monotematico con i Servitori Insegnanti,
con le Famiglie dei Club Alcologici Territoriali e
dei Club di Ecologia Familiare**

Il pensiero del prof. Vladimir Hudolin e di altri studiosi della psicologia umanistica, da Abraham Maslow a Thomas Gordon, da Carl Rogers a Daniel Goleman: coltivare le risorse di ogni individuo, rispettare la diversità e nello stesso tempo aumentare la coesione globale in modo che le persone possano agire insieme per un obiettivo comune.

**Oratorio
parrocchiale di
LEVICO TERME
(TN)**

**La comunicazione
ecologica è uno
stile che ci
permette di
coltivare il
benessere
nell'ottica della
interdipendenza
ed
interconnessione
dei sistemi vitali.**

**Iscrizioni entro il
31 ottobre 2016**

**CENTRO STUDI APCAT
Via Sighele, 7
38122 TRENTO**

www.apcattrentino-centrostudi.it/

csdpa@iol.it
apcattrentino@aicat.net

Tel. e Fax 0461 914451



**ASSOCIAZIONE PROVINCIALE
DEI CLUB
ALCOLOGICI TERRITORIALI
DEL TRENTO**

VIVERE SOBRI PER VIVERE LIBERI NELLA FAMIGLIA E NELLA SOCIETÀ

XXV CONGRESSO NAZIONALE AICAT

**7/8/9 OTTOBRE 2016
COLLI DEL TRONTO (AP)
HOTEL CASALE**

