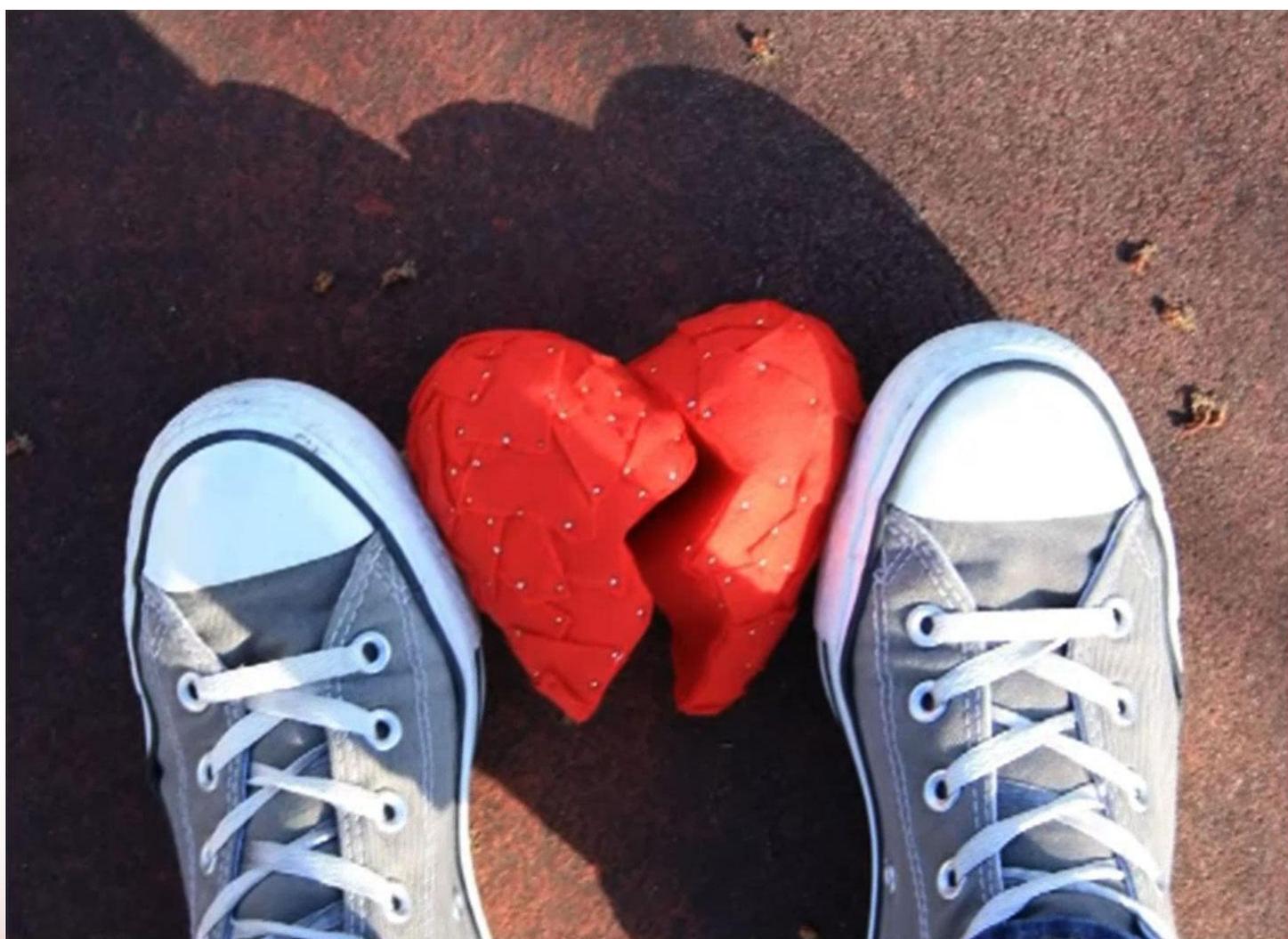


# PERCORSI

SPECIALE

**I GIOVANI E LA RICERCA DELLA  
FELICITÀ: OLTRE L'ALCOL**



**aperiodico dell'A.C.A.T. Portogruarese  
Associazione Club Alcologici Territoriali**

**dicembre 2012**

# SOMMARIO

<b>Interclub mandamentale</b>	
I giovani e la ricerca della felicità: oltre l'alcol	pag. 3
Siamo qui per dare speranza	pag. 4
Complimenti ai ragazzi	pag. 6
Sei stato molto bravo a smettere di bere	pag. 7
Oggi scegliamo di essere sobri	pag. 8
Correggere insieme la cultura prevalente	pag. 10
La vita senza sostanze non è impossibile	pag. 12
La felicità è anche poter scegliere	pag. 13
<b>Dai nostri Club</b>	
Bisogna fare prevenzione in famiglia	pag. 15
La felicità è come un ciliegio in primavera	pag. 15
La nostra felicità	pag. 16
Perché al Club	pag. 17
Giocare d'azzardo	pag. 18
<b>Congressi e convegni</b>	
Solidarietà, amicizia e amore. La pratica di una scienza possibile	pag. 19
Una giornata a Verona	pag. 22
Avverare sogni	pag. 23
Vent'anni ad Assisi	pag. 24
Io, noi e le reti della vita: tutti nell'esperienza di tutti	pag. 26
<b>Alcol &amp; salute</b>	
Alcol in gravidanza	pag. 29
<b>Ci hanno lasciati...</b>	
Ricordo di Paolo Spadotto	pag. 30
<b>Dalla redazione</b>	
Buone Feste!	pag. 31
Materiale per Percorsi	pag. 31
Contatti	pag. 31

Questo aperiodico è distribuito gratuitamente alle famiglie dei Club, ai medici di base e a chiunque ne faccia richiesta.

Chi volesse contribuire alla sua diffusione può farlo versando il contributo sul conto corrente postale n. 17462300 intestato a: ACAT PORTOGRUARESE - Onlus - Portogruaro, scrivendo nella causale "Pro-Percorsi"

Si ringrazia:

**ASSINVEST**  
AGENZIA DI ASSICURAZIONI  
IN PLURIMANDATO

Leonardo Moretto  
Agente Procuratore  
Promotore Finanziario

Realizzato da:

## **A.C.A.T. Portogruarese**

Associazione Club Alcolici Territoriali  
Via Seminario n. 1/a  
Villa Comunale  
30026 PORTOGRUARO (VE)  
Tel. e fax 0421 72038  
e-mail: [acatportogruaro@libero.it](mailto:acatportogruaro@libero.it)

## **PERCORSI**

Si avvale della collaborazione delle famiglie dei Club ed è realizzato volontariamente e gratuitamente.

Chi desidera partecipare alla sua realizzazione si può rivolgere alla Segreteria A.C.A.T. Portogruarese.

### **Redazione:**

Mia Camilla Lazzarini e Renato Villalta  
La redazione si scusa per eventuali errori di battitura o trascrizione

Progetto realizzato con il contributo della Fondazione di Comunità Santo Stefano Onlus di Portogruaro



*Fondazione di Comunità  
Santo Stefano  
Onlus*



**CAIBT S.p.A.**  
Servizio Idrico Integrato



# INTERCLUB MANDAMENTALE

## I giovani e la ricerca della felicità: oltre l'alcol

La relazione introduttiva



Felicità. La massima aspirazione di ogni essere umano. Tutti la cercano, ognuno la insegue a modo suo.

Eh già, perché non ci sono formule magiche né ricette universali per trovarla e allora bisogna arrangiarsi, tentare, sbagliare, ricominciare da capo e riprovare. Che è un po' quello che facciamo tutti quando cerchiamo di imparare qualcosa di nuovo.

Henry Ford diceva che "Colui che continua ad imparare rimane giovane". Nessuno più dei giovani è costantemente impegnato ad imparare cose nuove, e il modo più immediato per imparare è osservare, prendere esempio da altri, imitare coloro che vengono considerati modelli positivi.

I primi modelli sono i genitori e le altre figure di riferimento per i ragazzi: insegnanti, animatori, allenatori... Ma anche gli amici, soprattutto quelli che nel gruppo sono particolarmente popolari, e i personaggi famosi, che sono i modelli proposti dai mezzi di comunicazione.

Cosa trovano i giovani in questi modelli? Qual'è il messaggio che ricevono? Cosa possono imparare

rispetto alla ricerca della felicità?

Certo, si sentiranno dire dagli adulti che i soldi non fanno la felicità, che amore ed amicizia contano più del successo, che le soddisfazioni più grandi sono quelle che si guadagnano con le proprie forze.

Lo sentiranno dire, appunto.

Ma i giovani non si limitano ad ascoltare, i giovani osservano, chiedono conto delle scelte degli adulti e li giudicano per i loro comportamenti, più che per le loro parole. E troppo spesso vedono adulti ossessionati dall'immagine, dalla popolarità, dal successo e dalla ricchezza; vedono una società che esalta i risultati ottenuti senza sforzo, che premia la furbizia più che l'onestà, la fortuna più che l'impegno.

È facile giudicare negativamente i comportamenti dei giovani, ma quali messaggi abbiamo trasmesso loro?

Che bisogna avere tutto e subito. Per questo spesso imboccano le scorciatoie che sembrano promettere grandi risultati senza nessuno sforzo e cercano trucchi, anziché soluzioni, per superare le difficoltà.



# INTERCLUB MANDAMENTALE



**La felicità è a disposizione di tutti ma non è regalata a nessuno.**

**LAURA**

Che non esiste la responsabilità. Così, di fronte agli insuccessi, imparano a trovare scuse anziché rimedi.

Che l'immagine conta più della sostanza. Quindi dedicano più impegno ad apparire belli ed eleganti che ad essere sani ed istruiti.

Che le differenze sono un pericolo. Allora si uniscono passivamente alle mode del momento, anche le più pericolose, per paura di non essere accettati.

Che bisogna essere sempre al massimo. Così vogliono essere allegri e disinvolti in tutte le occasioni. E se hanno paura di non riuscirci, si aiutano con un bicchiere in più.

Abbiamo insegnato loro a confondere la felicità con il piacere. Al di là delle belle parole, il messaggio reale che ricevono i giovani dai comportamenti degli adulti è che la felicità è avere soldi, successo, divertimento, fama, potere... avere tutto quello che vuoi.

È questa la strada verso la felicità che vogliamo indicare ai nostri giovani?

Dovremmo insegnare loro che la felicità non è "avere", ma "essere". È serenità, armonia, accettazione di sé ed anche apertura verso gli altri. Ma dobbiamo insegnarlo con i fatti, non solo con le parole.

Dobbiamo dimostrare di essere capaci di impegnarci con tutte le nostre forze per raggiungere un obiettivo, di saperci assumere la responsabilità delle nostre scelte, di sapere affrontare anche i fallimenti, con il coraggio e la forza di rialzarci e ricominciare.

Dobbiamo dimostrare di saper riconoscere ed apprezzare il valore delle cose importanti: la salute, gli affetti, la cultura, l'impegno, la solidarietà.

Dobbiamo dimostrare tolleranza e capacità di accogliere le diversità.

Dobbiamo dimostrare che per divertirsi e stare bene insieme non serve avere un bicchiere in mano.

Dobbiamo dimostrare che il posto migliore per trovare la gioia è il nostro cuore.

Se vogliamo essere credibili quando parliamo di felicità... be' dobbiamo dimostrare che sappiamo essere felici.

*Il Gruppo di Lavoro*



## Siamo qui per dare speranza

### Saluto del Presidente

Oggi per me è una giornata speciale, è la prima volta che partecipo ad un evento così importante come Presidente dell'Associazione, perché sono stato eletto a questa carica soltanto pochi mesi fa e per me è ancora tutto nuovo.

Vi confesso che qualche volta nelle scorse settimane ho avuto paura di non farcela: non avevo esperienza, temevo di sbagliare. Ma un paio di giorni fa, quasi all'improvviso, mi sono reso conto che le cose stavano funzionando, grazie all'aiuto di tante persone che si sono date da fare per organizzare questo evento. Certo, probabilmente qualcosa non andrà esattamente come avremmo voluto, e allora vorrà dire che la prossima volta cercheremo di fare



**Che cosa sia la felicità? Non lo so precisamente ma so che essere felici è una sensazione bellissima.**

**JULI**

# INTERCLUB MANDAMENTALE



meglio. Ma intanto oggi siamo qui e siamo in tanti. E io sono contento.

Per la nostra Associazione è motivo di grande soddisfazione essere riusciti a coinvolgere tante persone che non appartengono al mondo dei Club e ci auguriamo che questa esperienza vi aiuti a conoscerci meglio. Quando si ricevono ospiti, è buona educazione presentarsi: vorrei quindi dedicare qualche minuto a spiegare chi siamo e cosa facciamo.

A.C.A.T. significa Associazione dei Club Alcolologici Territoriali. L'A.C.A.T. Portogruarese è composta da 21 Club presenti sul territorio in tutto il mandamento.

A Portogruaro sono attivi 4 Club e 2 a Concordia Sagittaria; altri Club si trovano a Fossalta, Teglio, Cinto, Annone, San Michele, Cesarolo, Bibione e Santo Stino. L'A.C.A.T. Portogruarese opera in collaborazione con il Ser.D., il servizio per le dipendenze dell'USSL 10 di Portogruaro, con cui condividiamo la fiducia nella metodologia proposta dal prof. Hudolin, ideatore dei Club, denominata Approccio ecologico-sociale ai problemi alcol-correlati e complessi.

I Club sono gruppi di famiglie accomunate da esperienze problematiche, nella maggior parte dei casi legate all'alcol, ma anche all'uso di droghe e in qualche caso al gioco d'azzardo, un fenomeno ormai molto diffuso, che sempre più spesso crea situazioni drammatiche. Le famiglie dei Club si riuniscono una volta alla settimana per scambiarsi esperienze, confrontarsi e soprattutto mettersi in discussione, con l'obiettivo di cambiare il proprio stile di vita, cercando di eliminare tutti quei comportamenti che generano rischi per la salute e il benessere familiare e sociale.

Eliminare il consumo di alcol ed altre sostanze pericolose è solo il primo passo di questo cambiamento, che ha come obiettivi anche il recupero della fiducia reciproca, la ricostruzione dei rapporti interpersonali danneggiati dalle precedenti esperienze,

la consapevolezza della propria responsabilità rispetto ai comportamenti che ognuno sceglie di adottare. Le persone che frequentano i Club fanno una scelta importante: scelgono di difendere la propria salute, la propria famiglia e la propria comunità dai rischi legati all'utilizzo di alcol, droghe e gioco d'azzardo.

È per questo che siamo qui oggi. Per portare all'esterno la nostra esperienza e condividerla con la comunità, con tutti quelli che non conoscono il lavoro dei Club. Per dare speranza alle persone che devono affrontare problemi legati all'alcol, alla droga o al gioco, testimoniando che è possibile uscirne, riprendere in mano la propria vita e ricostruirla serenamente.

Ma siamo qui anche per cercare di creare nella nostra comunità una cultura più attenta alla salute ed al benessere, per evitare che altri si trovino domani ad affrontare le sofferenze che tanti di noi purtroppo hanno già dovuto incontrare.

Vorrei ringraziare in modo particolare le Amministrazioni Comunali di Portogruaro e Concordia Sagittaria, che ci hanno concesso il Patrocinio per questa manifestazione e un aiuto concreto, con l'utilizzo di questo splendido Teatro e un contributo economico; i ragazzi delle scuole e i loro insegnanti, che hanno lavorato con grande impegno e disponibilità per realizzare interventi interessanti e originali, le famiglie dei Club di Portogruaro e Concordia Sagittaria e i volontari della nostra Segreteria che si sono occupati dell'organizzazione. Un "grazie" anche al mio predecessore, Emilio Lunardelli, che in questi miei primi mesi da Presidente mi ha aiutato ad orientarmi tra le mille incombenze di questo incarico.

Auguro a tutti voi un buon proseguimento di convegno e, soprattutto, un buon cammino di vita.

***Elsò Gerolin***

*Presidente ACAT Portogruarese*



**Ed ecco che i giovani, non essendo in grado di affrontare con maturità la vita, preferiscono rifugiarsi in ciò che in realtà fa solo male.**

**FEDERICO**

# INTERCLUB MANDAMENTALE



## Complimenti ai ragazzi

### Introduzione al lavoro delle scuole

Il tema del convegno riguarda i giovani e l'affascinante concetto di felicità: felicità come ricerca, felicità come obiettivo, felicità come stato ideale di benessere da raggiungere, felicità come sogno che ciascuno di noi vorrebbe realizzare trascendendo gli affanni e le problematiche del vivere quotidiano.

Nella riflessione iniziale che abbiamo presentato ci sono però le nostre riflessioni di adulti. Per sapere che cosa ne pensano i giovani, in collaborazione con il Ser.D. Servizio per le Dipendenze di Portogruaro dell'azienda ULSS n° 10, abbiamo elaborato un progetto sperimentale che è stato presentato a tutte le scuole superiori di Portogruaro ai primi di settembre 2011. Il lavoro è stato seguito da Nella, Assistente Sociale del Ser.D., e da Luciana e Ignazio, volontari dell'ACAT.

Tutti gli istituti Statali hanno aderito al progetto, che prevedeva anche un incontro di circa 2 ore nelle classi coinvolte, con l'intervento dell'operatrice del Ser.D. e di uno di noi volontari dell'ACAT. Negli incontri abbiamo sviluppato con gli studenti i contenuti del progetto, che prevedeva una riflessione su vari temi: si è parlato del ruolo del volontariato, che può essere anche per i ragazzi un ottimo mezzo per entrare da protagonisti attivi nella società, e poi della salute, e della nostra responsabilità personale nelle scelte per preservarla, dell'uso dell'alcol per socializzare, per essere come gli altri, per farsi coraggio e superare le proprie paure o la timidezza e per... divertimento?



La vita si deve affrontare avendo il coraggio di esporsi alle sventure, nascondendoci da esse non si troverà mai la felicità.

DIANA



I giovani che assumono alcol costantemente, avranno problemi di relazione e comportamento sociale, sia a scuola che in famiglia.

ENRICO

L'idea del divertimento rimanda anche a quella del piacere e in ultima analisi a quella della felicità, da perseguire possibilmente senza sacrificio e, nel caso specifico, attraverso la mediazione forte dell'alcol.

Le riflessioni prodotte dagli studenti, coordinati dagli insegnanti, si sono poi concretizzate nella produzione di alcuni elaborati da presentare a questo convegno, trattati con le tecniche e i mezzi più disparati. Quello che ne è uscito è quale sia il loro rapporto con l'alcol, come il bere si relazioni con la ricerca della felicità determinando tendenzialmente un rapporto di causa ed effetto fra le due cose. I ragazzi hanno dunque prodotto cartelloni, poesie, video, slide, musica e una breve performance teatrale che tra poco vi presenteranno.

Quando mi hanno proposto di collaborare a tutto questo, ho avuto qualche perplessità, e poi ho accolto con molta preoccupazione l'invito a partecipare alla realizzazione del progetto, perché una cosa è parlare con i propri figli o i loro amici, un'altra è presentarsi ad una classe e cercare di trasmettere la propria esperienza di volontario all'interno del Club.

Un'esperienza che si è costruita e maturata in questi anni non solo negli incontri settimanali in club, ma anche attraverso le periodiche riunioni di aggiornamento e formazione che l'associazione propone.

# INTERCLUB MANDAMENTALE



La collaborazione con Nella e Ignazio, il confronto con loro sui contenuti del progetto e poi l'intervento insieme nelle classi mi hanno aiutato a superare le mie paure: paura di sbagliare l'approccio, di parlare

troppo o troppo poco, di non riuscire a trasmettere in modo positivo quanto avrei voluto.

Noi speriamo di aver dato ai ragazzi informazioni e spunti di riflessione costruttivi, di aver suscitato in loro la curiosità di approfondire gli argomenti trattati e di verificarli qualora non fossero d'accordo con quanto abbiamo detto. Vorremmo aver contribuito a far crescere in loro la consapevolezza, la conoscenza e quindi la possibilità di scelta di uno stile di vita più responsabile e positivo per la loro salute.

Ringraziamo i dirigenti scolastici che hanno capito il significato di quanto proponevamo e hanno favorito il nostro ingresso a scuola; un grazie ai docenti che hanno saputo motivare, coinvolgere e far lavorare insieme i rispettivi studenti, e soprattutto grazie e complimenti a tutti i ragazzi per l'impegno profuso, per l'originalità, la qualità e i contenuti che sono stati in grado di elaborare.

**Luciana Dainese**

*servitrice-insegnante ACAT Portogruarese*

## Sei stato molto bravo a smettere di bere

Testimonianza di Alberto e Francesca



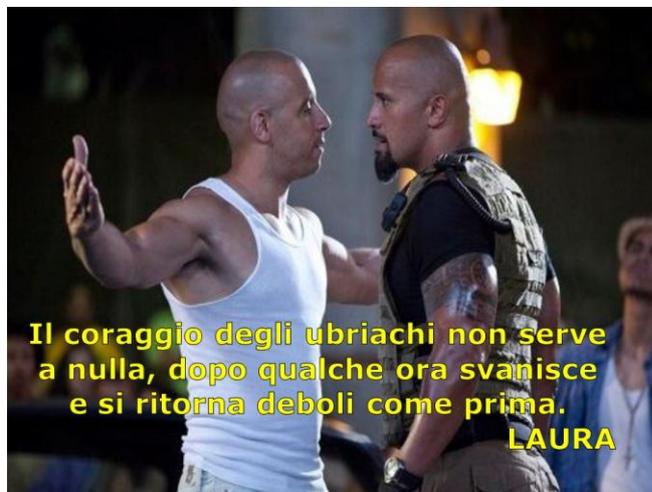
Mi chiamo Alberto Furlanetto e faccio parte del club "465 L'Alba" di Annone Veneto. Ho iniziato a frequentare il club da quando avevo tre anni; All'inizio quando mi portavano non sapevo il perché, poi verso i sei anni la mamma me lo ha spiegato: andiamo al club perché papà faceva uso di alcol. Quando sono venuto a sapere che mio papà faceva uso di alcol ci sono rimasto male ed ero molto dispiaciuto per la notizia che mi aveva dato.

Posso dire che non è bello avere un padre così ed ogni volta che lo vedevo stavo male e non avevo il coraggio di comunicare con lui e di abbracciarlo perché avevo paura che mi sgridasse e di come potesse reagire. A quel tempo non avevo un bel rapporto con lui, mentre adesso ridiamo e scherziamo di più rispetto ad allora.

Secondo me, la presenza di alcol in famiglia significava un disagio per me e per chi mi stava attorno; il mio istinto era quello di parlare con mio papà e sapere perché beveva. Dopo è nata mia sorella, ma la situazione era sempre uguale, anche se io speravo che, dopo questo lieto evento, mio papà non facesse più uso di alcol; invece non fu così: lui continuò a bere. Un bel giorno mia madre lo obbligò ad una scelta e gli disse: "ora decidi: o l'alcol o la famiglia" e mio papà scelse la famiglia. Quando ho sa-

puto che mio papà aveva deciso di stare con noi mi sono sentito sollevato e molto contento di avere finalmente la famiglia unita e lui sobrio.

Con il passare del tempo ho capito che il club è molto importante e per questo anch'io ho deciso di non usare alcol o altre sostanze perché ci si diverte lo stesso senza bere. Ora siamo una famiglia molto unita rispetto a prima e siamo molto felici, e per questo papà ti voglio dire "che sei stato molto bravo



# INTERCLUB MANDAMENTALE



**Nella vita non si ha sempre  
ciò che si vuole e basare la felicità  
su questo è infantile.**

**FEDERICO**

*a smettere di bere e che ti voglio un'infinità di bene e che sei il mio punto di riferimento."*

Passo ora la parola a mia sorella Francesca.

Sono passati quattordici anni da quando sono arrivata al club di Loncon di Annone Veneto "465 L'Alba"; all'inizio quando mi portavano non sapevo il perché. Verso i cinque anni la mamma me lo ha spiegato: andiamo al club perché all'epoca papà beveva.

Quando me lo ha riferito ci sono rimasta male, solo al pensiero i miei occhi si illuminano di tristezza; se lo rifacesse ancora oggi non so se lo perdonerei, forse a fatica, ma non so se riallaccerei quel rapporto che ho adesso con lui.

Prima, quando beveva, avevo solo paura delle sue reazioni: si ingozzava solo di birra e nient'altro. Quando a cena eravamo solo io, mia mamma e mio fratello, pensavo: che bello se ci fosse qui anche mio papà. Invece no, a quel tempo era solo un sogno, mentre adesso vedersi tutti quattro a tavola è un vero sollievo.

Quando ero in prima elementare, in occasione della festa del papà, gli avevo scritto una lettera e una frase diceva: "non voglio che ritorni all'ospedale, perché voglio che tu rimanga con me".

Se vedessi mio papà bere ora gli direi: "perché lo stai facendo, ti rovini solo la vita, l'alcol ti rovina la vita, non farlo perché io voglio te e la mamma qua con me, perché siete il mio punto di riferimento e grazie di esistere".

**Alberto e Francesca**

*club 465 L'Alba - Annone Veneto*



## Oggi scegliamo di essere sobri

Testimonianza di Elisa

Il 22 maggio 2011 nasce Giovanni e la nostra famiglia si allarga. E le emozioni sono tante: la gioia immensa nel vedere la vita che continua, la felicità dei primi sorrisi, l'insicurezza del non sapere come muoversi, la paura di commettere gli stessi errori che abbiamo tanto detestato nei nostri genitori.

E poi, una delle prime decisioni etiche e morali da prendere al posto di Giovanni: il Battesimo. E così iniziamo a cercare di capire cosa significa il battesimo e lo riscopriamo come sacramento di conversione, di passaggio dalla morte alla vita. Ripenso ai momenti di battesimo della mia vita...

Per come sono andate le cose, uno dei "battesimi" più significativi, riguarda il cambiamento della mia famiglia di origine che si colloca nell'Epoca Club. Io e Andrea (mio marito), abbiamo perfino ipotizzato di introdurre un pellegrinaggio annuale ad Auronzo ed uno settimanale a Settimo di Cinto Caomaggiore il lunedì sera. Ecco come sono andate le cose durante la sopra citata Epoca Club.

20 maggio 2008, ore 02:15 circa. Suona il telefono. È mia madre che dice che hanno ricoverato mio padre in ospedale. Poche ore dopo era morto. Finito. Infarto.



**La felicità non è aver denaro,  
andare a bere o fare uso di sostanze  
stupefacenti, la felicità è semplicemente  
stare bene con gli altri e avere la  
consapevolezza che tutto questo ci possa  
essere sempre.**

**JULI**

# INTERCLUB MANDAMENTALE



E io non riesco a trasformare la rabbia in dolore: ero arrabbiata con lui che per anni aveva trascurato di prendersi cura di sé, che fumava nonostante l'ipertensione, che mangiava salame nonostante il colesterolo, che preferiva prendere pastiglie piuttosto che iniziare a camminare, che per anni aveva tenuto dentro tutte le sue storie, tutti i suoi problemi, piuttosto di dividerli con qualcuno. E poi che non mi vengano a dire che uno muore anche se non fuma o non beve perché la mia storia non è andata così.

20 maggio 2008: ecco i risultati... Sono le 4 di mattina e siamo tutti in ospedale a guardare un tizio vestito di verde che fa di no con la testa. Proprio ora che iniziavamo a comprenderci e a capirci dopo anni di litigi, silenzi, infinite discussioni. Adesso che riusciamo a rispettarci comprendendo ciascuno i punti di vista dell'altro. Puf! Finito!

Cavolo! Così non era previsto!

Per anni ho pensato alla morte di mia madre viste le sue abitudini alcoliche, ma mai a quella di mio padre: quell'omone che nonostante tutto mi riempiva di sicurezza.

21 maggio 2008: ho mille pensieri e altrettante emozioni per la testa ma cerco di mantenere la lucidità: ok, mio padre è andato, ma qua il rischio è che le morti raddoppino. Forse, questo momento di crisi è il momento per riuscire a cambiare alcune delle malsane abitudini che contraddistinguono me e mia madre: giro di boa per tutti.

Ed è a questo punto della storia che sulla nostra strada compaiono i membri di club che, come i Re Magi, (per mantenere la metafora cristiana) ci accompagnano ad Auronzo e iniziamo il percorso di conversione. E che sia la volta buona?

Per me, la comunità di Auronzo prima e il club poi sono stati il luogo in cui mi sono sentita pensata.

Finalmente qualcuno che non diceva: "E tua mamma? Come sta?" con quel tono pietista e compassionevole che io ancora oggi detesto. O ancora frasi del tipo: "Dai su Elisa, aiuta la mamma; - se

non la aiutate tu e tuo padre; e poi, è solo questione di volontà, se lei non vuole noi non possiamo fare niente", che adesso anche solo riscriverle mi fa venire bruciore di stomaco.

Finalmente qualcuno ribaltava tutto, rivoltava tutti i paletti della nostra vita e li rimetteva sul tavolo iniziando anche da me.

Ecco finalmente qualcuno che ha capito che l'alcol ha fatto male anche a me, che anche io ho sofferto in modi e tempi diversi, ma egualmente degni di essere manifestati.

E da lì è iniziato il mio cambiamento.

Iniziare a rispettare mia madre come donna con una sua storia nonostante l'alcol, con le sue idee e i suoi modi di fare, accettando che parte di lei è anche in me e che tutto sommato non per forza devo rinnegare tutto.

Quali sono le cicatrici degli anni in cui abbiamo convissuto con l'alcol?

Per quanto mi riguarda, credo il sentimento di impotenza. Per tanti anni, in mille modi ho tentato di combattere con l'alcol e il tipo di relazioni che genera, e per tanti anni e con diversi modi, mi sono sentita banalizzata, non ascoltata, non vista.

E ancora oggi nella mia famiglia, al lavoro con i miei amici convivo quotidianamente non tanto con la paura dell'alcol ma con la paura di non essere vista e di non essere nuovamente ascoltata.

Oggi, io Andrea e Giovanni, scegliamo di essere sobri.

- sobrietà come attenzione alla dimensione del quotidiano: cercare di mantenerci responsabili di ogni singola azione che compiamo: dal buongiorno al mattino fino al rispetto delle reciproche differenze nella coppia e nella relazione con gli altri;
- sobrietà come continuo intento di cambiamento;
- sobrietà come attenzione all'altro;
- sobrietà come centralità della persona prima che di ogni tipo di sostanza;



# INTERCLUB MANDAMENTALE

- sobrietà come tentativo di prenderci cura della nostra salute e del nostro benessere;
- e anche sobrietà intesa come assenza di alcol nella nostra famiglia.

Ovviamente qui stiamo parlando di intenti, poi ci sono le azioni concrete in cui tutto quanto scritto so-

pra viene costantemente rimesso in gioco e forse, la parte più facile di tutta questa vicenda è stato e continua ad essere smettere di bere.

*Elisa*

*club 332 Airone - Settimo di Cinto Caomaggiore*



## Correggere insieme la cultura prevalente

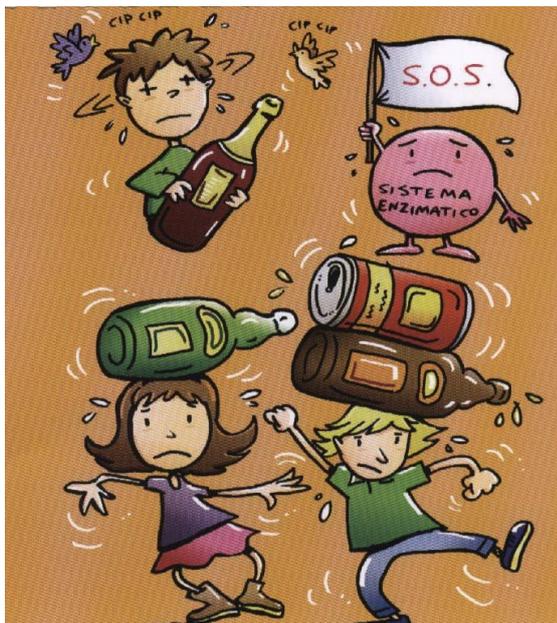
Intervento del dott. Pili

Mi complimento con l'Associazione dei Club Alcolici, col volontariato, gli studenti e gli insegnanti per il lavoro svolto su un tema così attuale e interessante. Attuale perché (e qui parlo come responsabile del Ser.D.) sempre un maggior numero di giovani viene reclutato nel consumo di bevande alcoliche, quindi posso ipotizzare nel futuro un aumento dei problemi alcolcorrelati (PAC).

Interessante perché la cultura prevalente propone i consumi (anche di alcol) come surrogato della felicità, ma è ambivalente, da una parte promuove il consumo, dall'altra è preoccupata per le conseguenze, soprattutto per i giovani (ricordo che l'uso di alcol è la causa principale di mortalità sotto i 30 anni).

Vi do alcuni dati sui consumi:

- il 68% degli italiani beve, in Veneto il 73%;
- il 3% degli undicenni e il 5% dei quindicenni beve alcolici quotidianamente.



Sono in aumento i consumi più a rischio: si sono ubriacati nell'ultimo anno in Italia l'8% dei bevitori, in Veneto il 16%.

Vi do anche una buona notizia: il consumo medio pro capite si è un po' ridotto rispetto agli anni precedenti; parallelamente si è ridotto il numero degli incidenti stradali. Prima erano il 40%, oggi il 30%. Molto del merito va alla Polizia Stradale che ha intensificato i controlli.

La cattiva notizia è invece che è cambiato molto il modo di bere:

- si beve soprattutto nel weekend;
- con finalità di sballo;
- spesso si associa l'alcol con altre sostanze.

Non si può parlare di dipendenza, ma di un legame molto forte con l'alcol, dato dall'effetto psicotropo disinibente. Infatti, se chiediamo ai giovani quali effetti positivi si aspettano dal bere, in genere si aspettano un effetto di "SBLOCCO": meno tensione, più coraggio, socievolezza, intraprendenza sessuale.

Se invece chiediamo quali effetti negativi si aspettano dall'alcol, hanno più difficoltà a rispondere e pensano che gli effetti negativi (come la difficoltà a pensare, la confusione, l'aggressività, il non padro-

# INTERCLUB MANDAMENTALE

neggiare le emozioni), siano meno frequenti di quelli positivi.

Forse non tutti sanno che prima dei 16 anni il sistema enzimatico che distrugge l'alcol non è sviluppato, per cui si ha una "doppia intossicazione";

Inoltre prima dei 18 anni il cervello non ha completato il suo sviluppo e l'alcol lo rallenta.

Entrando di più nel tema, possiamo chiederci, come fanno i Club Alcologici Territoriali, da dove viene il legame con l'alcol e il legame tra alcol e felicità?



Se ci pensiamo, quando un bambino nasce, le persone festeggiano il suo ingresso nel mondo con l'alcol. Quel bambino vede che grandi e belle notizie si accompagnano a grandi e belle bevute. Poi vede che nelle feste il divertimento è associato all'alcol, anche nello sport, quando si vince, si festeggia con l'alcol. Il piacere del cibo e il così detto mangiar bene è associato all'uso di bevande alcoliche (vino - birra). La crescita di quel bambino sarà scandita dalle feste di compleanno, spesso accompagnate dall'alcol.

Oggi è in atto una campagna pubblicitaria molto aggressiva che promuove l'associazione tra consumo di alcol e momenti più significativi della vita

Secondo l'approccio dei CAT (approccio ecosociale, ideato dal professor Hudolin:

- la ricerca della felicità è un bisogno naturale,
- la felicità coincide con la salute esistenziale o spirituale (alcuni la chiamano anche mentale);
- noi siamo predisposti per vivere insieme: se ci allontaniamo da questa predisposizione soffriamo (disagio esistenziale);

In sintesi, più interagiamo con gli altri e abbiamo piacere/soddisfazione da queste interazioni, più siamo felici e in salute spirituale.

Quindi, "felicità" secondo l'approccio ecosociale ha come base il piacere che proviamo quando costruiamo legami significativi con gli altri (di amicizia, familiari, sentimentali, di solidarietà...).

I legami significativi sono quelli che ci permettono di tirar fuori la nostra unicità. Ognuno di noi, secondo l'approccio ecosociale è una scommessa irripetibile, una configurazione speciale della natura, un artista potenziale.

A volte ci sentiamo come in una gabbia: i legami significativi ci stimolano per andare oltre la "gabbia" del momento, inventando altre possibilità, altre possibili configurazioni.

I bambini questo lavoro lo fanno giocando: inventano un mondo, si abituano a pensare che la realtà può essere modificata, contro un compiacente adattamento. Con la maturazione gli adulti fanno la stessa cosa: inventano mondi diversi, realtà virtuali come romanzi, film, filosofie, architetture, ambienti, videogiochi, scherzi, barzellette, modi di vivere... alternativi.

I Club praticano la ricerca della felicità anche allenandosi, davanti a situazioni di "gabbie" di sofferenza, a immaginare/inventare possibili alternative.

Riassumendo quindi: siamo felici quando esprimiamo la nostra creativa unicità, dentro relazioni significative e vitali.

La nostra salute, anche spirituale, ha bisogno di continua manutenzione perché minacciata da diversi fattori o "scorciatoie": un fattore è l'alcol.

Il consumo di alcol non incoraggia la nostra capacità naturale di creare mondi: l'alcol come sostanza psicotropa li inventa per noi senza fatica.

Altre minacce sono le sofferenze esistenziali, connesse con l'incertezza del futuro, la convinzione di non essere necessari, di non dare un contributo e di vivere una vita senza significato.

Molte sofferenze sono legate al venir meno del senso di appartenenza e di fiducia nella comunità; la cultura prevalente è ancora incentrata sull'individualismo: ci sono persone ancora che vorrebbero essere tutte d'un pezzo tipo "mi sono fatto da me!".

Aumentano le sindromi ansiose, le depressioni, stanno affacciandosi altri nuovi modi di esprimere le sofferenze mentali, aumenta l'abuso di psicofarmaci (segno di sofferenza-infelicità nella comunità).



Infatti se diciamo a un giovane: "a chi ti senti di appartenere?", questi risponde "agli amici e alla famiglia", e questo è già un bene, ma manca nella risposta il senso di appartenenza alla comunità.

Quindi oggi è necessario sviluppare il senso di appartenenza alla comunità:

# INTERCLUB MANDAMENTALE

- partecipando alla vita pubblica con altre persone oltre ai familiari e gli amici;
- conoscendo con altri l'ambiente in cui viviamo;
- facendo attività prosociali: questo è un territorio ricco di associazioni culturali, sportive, ricreative, politiche, religiose...

È necessario anche allenare la nostra capacità di empatia con gli altri: come?

- praticando il volontariato (sentirsi utili agli altri);
- lottando contro i pregiudizi.

Un'altra minaccia per la salute spirituale è il conformismo, quindi è buono tutto quello che ci aiuta a diventare più liberi e a smascherare i modelli che ci vengono proposti.

Per cui ben vengano domande, ricerche, stimoli che ci aiutano a dubitare e a sviluppare un atteggiamento critico.

Parlando con i giovani tuttavia mi sento ottimista: sono allenati a distinguere tra la realtà e le fantasie artificiali. Ho sentito da loro frasi come:

- la felicità è quella che deriva dal rapporto con le persone;

- no l'alcol e le droghe non possono sostituire un abbraccio, un bacio, una parola...
- forse... ma uno non vive la propria vita;



- no, una sostanza non può far capire tutte le bellezze della vita.

Vi saluto tutti, ringrazio per l'attenzione e auguro a tutti di avere la forza di correggere insieme la cultura prevalente e di inventarne altre.

**Pier Maria Pili**

*Primario Ser.D. Portogruaro*



## La vita senza sostanze non è impossibile

Testimonianza di Massimo

Mi chiamo Massimo e sono un ragazzo di 30 anni. Purtroppo sono venuto a conoscenza delle sostanze ad una età troppo giovane, all'incirca 15 anni fa o poco più.

Ho iniziato con le sigarette fregando a mio nonno le Alfa, e da allora quella brutta abitudine me la sto ancora portando dietro, speriamo in futuro di eliminare anche quella.

Poi mi hanno fatto provare lo spinello, che la prima volta non sembrava un gran che, però se a quell'età non lo facevi venivi escluso perché dicevano: fallo anche tu, che poi stai meglio e ti diverti.

All'età di 16 anni ho iniziato ad andare in discoteca, e lì ho provato quelle che vengono definite pastiglie, una sostanza talmente pericolosa che ti brucia il cervello, perché non ti rendi conto degli atti che fai, ma ti dava coraggio nel rapportarti con la gente e soprattutto con le ragazze, perché forse a quell'età era più difficile mettersi in gioco con le ragazze.

Proprio dell'amore vorrei parlarvi, una cosa bellissima, delle mie storie forse due quando mi ero veramente innamorato, però lascio in sospeso per fini-

re di raccontarvi il mio passato con le sostanze pesanti.

A 20 anni ho provato l'eroina e la cocaina, quest'ultima non è che la usavo tantissimo. Dall'eroina invece ero un po' attratto se così si può dire, iniziai



**Ho sentito dire che la felicità non esiste ma che in realtà si è contenti.**

**Secondo me esiste anche se è un sentimento transitorio.**

**DIANA**

# INTERCLUB MANDAMENTALE

sempre così, per provare, il sabato e la domenica, forse per via delle compagnie sbagliate o anzi no, diciamo anche che proprio mi piaceva l'effetto che aveva. Stavi bene, senza pensieri e problemi, era tutto bello, pero quando non l'avevi dovevi procurarla, se no stavi male ed eri aggressivo.

Ho affrontato tre disintossicazioni, le prime due non ero convinto di farle, quest'ultima invece, l'ho voluta davvero forse anche perché un po' costretto dalla mia situazione con la legge, di cui ora non mi va di parlarvi, mi è partita proprio dal cuore, ho detto basta, non mi sembra il caso di continuare così!

Anche perché alla fine ho perso tutto, il lavoro, la fiducia delle persone che mi stanno vicino, mi manca il coraggio di uscire perché penso di essere giudicato male, comunque non mi abbatto e mi sto rialzando per cambiare stile di vita.

Vorrei ritornare sul discorso dell'amore, che prima avevo sospeso: ho dei ricordi bellissimi della mia infanzia fino ai 13 anni, quando ancora tutti i miei parenti erano più uniti, eravamo una ventina, tra zii, nipoti e nonni, ed eravamo sempre in allegria quando ci si trovava.

Andavamo tutte le domeniche e nelle festività in montagna e si stava proprio bene, niente sostanze naturalmente pero c'era amore e serenità, so che per ora non torneranno tempi così belli.

Un mio sogno ora come ora, in questa mia nuova vita, adesso che senza sostanze so quello che faccio, provo veri sentimenti, ragiono con la mia testa e non sono condizionato da quella schifezza, mi piacerebbe trovare una ragazza seria, che mi possa capire e aiutare se ci sono difficoltà in futuro, vorrei creare una famiglia e, perché no, anche avere dei figli, che ti danno la felicità di vivere la vita.

Quando esco e vedo i miei coetanei che passeggiano con il proprio figlio mano nella mano, mi fermo un attimo a pensare: come sarei io come genitore?

Vorrei regalare a mio papà la realizzazione di questo sogno, perché anche per lui questo periodo non

è facile, e magari potrebbe tirarsi su nei prossimi anni diventando nonno, una parolona che ancora non si è potuto sentir dire e che sarebbe bello penso per lui sentire.

A questo punto scusatemi per il lungo intrattenimento e per l'imbarazzo che esprimo, certo che non è da me avere tutte queste persone che mi dedicano un po' del loro tempo ascoltando il mio vissuto.

Ringrazio per la disponibilità il Sert di Portogruaro: che dopo tanti anni di mia conoscenza, possa aver cambiato giudizio sul mio conto.

Ringrazio tutti i club, che se sono come quello che sto frequentando ti sanno dare conforto e appoggiare nelle difficoltà della vita.

Vorrei dire che la vita senza sostanze non è impossibile, basta un po' di buona volontà e occorre decidere cosa si vuole per un futuro migliore e di sani principi.

**Massimo**

*club 443 Corbolone - S. Stino di Livenza*



## La felicità è anche poter scegliere

Riflessioni di una studentessa presente all'evento



I ragazzi, la felicità, l'alcool... Un argomento lungo, intenso, importante

Oggi, sempre più spesso, i giovani cercano rifugio nell'alcool per trovare quella che chiamano felicità, ma che in realtà è una breve illusione. Qualche ora e poi la magia svanisce. E allora che cosa resta del-

la felicità? Che gusto si prova nel dimenticare i momenti allegri passati poco prima?

Eppure i dati parlano chiaro, sempre più ragazzi per divertirsi ricorrono all'uso di alcool e l'età media di questi sta scendendo. Perché? C'è un motivo? Moda? Voler essere più grandi di quanto in realtà si

# INTERCLUB MANDAMENTALE

è? Gusto nello sfidare il proibito? Cosa spinge a tali azioni? Forse tutto questo, sì.

Sicuramente bere e ubriacarsi è un modo per superare i confini che la condizione umana impone, sicuramente molti bevono per sentirsi più grandi, sicuramente molti lo fanno per stare nella compagnia di amici. E allora sorge un'altra domanda: di chi è colpa di questo fenomeno in continua espansione?

Molti bevono perché così possono frequentare le compagnie dei "fighi", quelli che le ragazze guardano e che sono amati da tutti. Molti vedono nell'alcool un modo per uscire dalla timidezza e distruggere quella diversità che li differenzia dagli altri. Quindi, molti bevono perché la società lo impone, perché così si sentono osservati e presi in considerazione, così come un ragazzo ha bisogno. Molti (ma anche molte) bevono perché sennò sembrano degli "sfigati" davanti al gruppo degli amici.

Ma che razza di amici sono, se non ti lasciano pensare con la tua testa? Che razza di amici sono se ti impongono le scelte che devi prendere? Che razza di amici sono se ti portano a rovinare la tua salute per pochi momenti di onnipotenza? Anche l'ideale di amico sembra così svanire... I significati sembrano sbiadirsi davanti alla luce della realtà... E anche la felicità, allora, perde colore. Come si fa a chiamare felicità una sbronza che ti fa perdere il controllo? Come si possono dire felici quei ragazzi che dopo numerosi superalcolici si trovano a vomitare per le strade? Come si possono dire allegri tutti quelli che finiscono in coma etilico giovani, troppo giovani, per aver superato il limite che il corpo poneva loro? Come si possono dire felici tutti quelli che ogni giorno muoiono sulle strade per colpa dell'alcool?



Certo, non sto dicendo di appendere il bicchiere al muro, bensì di responsabilizzarci! Bisogna che ognuno sia ben conscio dei pro e soprattutto dei contro che l'alcool provoca. Bisogna che ognuno sia conscio del suo limite e non cerchi di superarlo. Bisogna che ognuno usi la SUA testa, e non quella degli altri. Solo così potrà trovare la libertà, e con

essa anche la VERA felicità. Perché è vero, è difficile trovare una definizione alla parola felicità, ma è anche vero che se ognuno prende in mano la propria vita e decide per sé, saprà godere dei suoi successi e troverà persone in grado di stargli accanto per ciò che è e non per ciò che può apparire dopo qualche bicchiere.

La felicità è anche questo, poter scegliere.



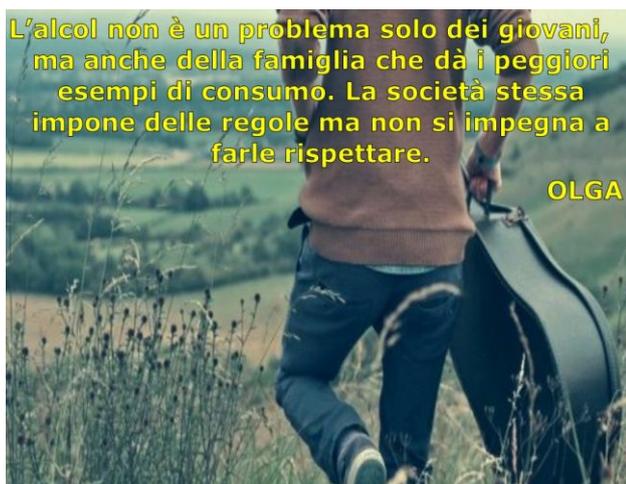
Poter scegliere è di per sé un grande aspetto della vita e comprende la libertà, libertà di fare scelte giuste e, naturalmente, anche la libertà di sbagliare. Si dice che sbagliando si impara, ed è vero. Sbagliare è tipico della vita. Spesso lo sbaglio porta il dolore, ma come farebbe a esistere la felicità senza il dolore? Come si farebbe ad essere felici se non ci fossero momenti di tristezza? L'importante è non arrendersi, ma lottare. L'importante è rischiare e non cercare sicurezza dietro a un bicchiere che ti dà forza per qualche ora, ma poi ti lascia ancora più triste e vuoto di prima. L'importante è avere la forza di cercare la vera felicità. Solo allora scopriremo quanto meraviglioso è il mondo e ci chiederemo: "Come ho fatto a non accorgermene prima?".

*Lucrezia*



## Bisogna fare prevenzione in famiglia

Diario del 12 marzo 2012



L'alcol non è un problema solo dei giovani, ma anche della famiglia che dà i peggiori esempi di consumo. La società stessa impone delle regole ma non si impegna a farle rispettare.

OLGA

Questa sera mancano: Clara, Monica, Silvia, Elisa, Gigiuta e Otto. Purtroppo negli ultimi tempi le nostre serate di club iniziano parlando della salute ed il male, ultimamente, prevale sul bene; sinceramente mi mancano i: "Va tutto bene, non ho niente da raccontare". Manuela ci racconta del suo mal di schiena, la mamma della sua sinusite, Andrea della mamma e dello zio che non stanno per niente bene, Gianni del fratello che è molto in difficoltà ed infine Bruna e Pasqualino hanno dei parenti con gravi problemi. Speriamo che con l'arrivo della primavera le cose si si-

stemino un po' e che questo periodo così triste abbia fine.

Giovedì prossimo parteciperemo all'incontro zonale a S. Giorgio al Tagliamento l'argomento in discussione sarà *Per un club più dinamico, aperto e più attento alle problematiche dei giovani*. Dopo un giro di opinioni siamo tutti d'accordo che è dalla famiglia che deve partire tutto quanto. È all'interno della propria famiglia che bisogna fare un buon lavoro di prevenzione, di educazione ad uno stile di vita sano e sobrio. Va benissimo quello che si fa nelle scuole, anche se ritengo che si potrebbe fare di più, ai congressi o all'interno degli studi medici, ma è all'interno dei muri di casa che dobbiamo impegnarci per ottenere la serenità con i nostri figli.

Io mi ritengo fortunata perché facendo parte del club sento di avere qualcosa di più degli altri, sono più informata sui problemi alcol-droga correlati, guardo e guarderò i miei figli con un occhio più attento cercando di essere presente nella loro vita senza essere invadente. Cercherò in tutti i modi il dialogo, senza stancarmi e se in futuro avrò bisogno di aiuto saprò come muovermi e comportarmi.

**Marinella**

*club 385 L'Aurora - Cesarolo*

## Come un ciliegio in primavera

Diario del 23 aprile 2012



La settimana scorsa abbiamo nuovamente parlato di un argomento molto difficile: la felicità.

Ognuno dei presenti ha espresso la sua opinione sulla felicità.

Per me la felicità è una cosa molto bella: vedere il realizzarsi di molti traguardi: della famiglia, degli amici, della gente comune.

La felicità è amare e essere amati, aiutare chi è in difficoltà, è vivere in società, è dialogo.

La vita ci è stata donata per essere amata e rispettata. È tutta in salita, per cui è piena di difficoltà e sacrifici, alcune volte anche di insidie, di inganni che ti fanno apparire "felicità" qualche cosa d'altro, da "un altro punto di vista".

# DAI NOSTRI CLUB

Io purtroppo avevo scelto proprio "quel punto di vista", però vedevo "quella felicità" allontanarsi sempre più, fino quasi a scomparire... fino a quando ho trovato voi, Amici con la A maiuscola, che mi avete aiutato a ritrovare la forza per rincorrere la vera felicità.

In questi anni è difficile capirla, con questa società basata sul consumismo, la frenesia e l'egoismo.

La felicità oggi per me è come un ciliegio in primavera che ci appare in tutta la sua bellezza, con foglie e fiori.

Per poter recuperare tutto il tempo perso per nulla ci vorrebbe un orologio che andasse all'indietro, cosa impossibile.

Vi ringrazio di cuore tutti.

**Claudio**

*club 239 D.U.D.U. - S. Stino di Livenza*



**La felicità è vedere le persone intorno a noi vivere nel benessere e nella serenità.**

**ANNACHIARA**



## La nostra felicità

Diario del 12 aprile 2012

Dopo La lettura del verbale da parte di Franca, ricordiamo l'incontro che si terrà il giorno 28 aprile a Portogruaro il cui tema è sulla RICERCA DELLA FELICITÀ.

Decidiamo allora di parlare proprio di questo argomento, chiedendo ad ognuno di noi cos'è per lui la felicità senza l'uso di alcol.

Per Dario la felicità è rappresentata dalla famiglia, quello che a lui manca di più in questo momento (i suoi figli vivono a Savona), anche se non dispera di

poterla ricostruire in futuro insieme ai suoi figli e perché no, ad una compagna.

Nicola è felice questa sera per aver finalmente ricevuto la patente definitivamente, è un grosso traguardo; avere stima di sé, sentirsi gratificato e riconosciuto per tutte le grandi conquiste fatte, guardare al futuro con serenità assieme a Martina, la sua ragazza, tutto questo è per lui oggi la sua consapevole felicità. Quello che provava ieri quando assumeva alcol, altro non era che una specie di divertimento, che lasciava poi solo vuoto di relazioni vere e zero stima di sé!

Per Martina la felicità è fatta al primo posto dagli affetti, Nicola, la famiglia, gli amici; ciò che teme di più è la solitudine. Ha bisogno di avere sempre qualcuno vicino.

Fiorella cerca la felicità in una sua indipendenza, vorrebbe un suo lavoro, una sua vita, desidera crearsi una famiglia; desideri più che legittimi, che sembrano alla portata di tutti, ma per alcune persone così non è purtroppo. Il loro dramma familiare, la sorella con problemi di anoressia, li travolge tutti e li rende prigionieri di una situazione affettiva che non lascia respiro. Credo che a lei, a Giorgio, a Angelo e a mamma Clara vada il nostro augurio più profondo per una serenità che davvero, per vari motivi, aspettano penso dal giorno in cui sono nati.



**E chi avesse mai provato a essere felice capì che la vera felicità stava nel non possedere niente e apprezzare tutto.**

**JULI**

# DAI NOSTRI CLUB



Per Giorgio, felicità è il suo lavoro, al lavoro ha buone relazioni, si sente bene e importante.

Giulia alla parola felicità associa in assoluto la nascita delle due figlie, e un forte e profondo rapporto con la sorella; per quel che riguarda Paolo è per ora alla ricerca della serenità. La parola felicità per ora è qualche cosa che nel profondo del suo cuore sta custodendo gelosamente, in attesa di aprire quella "porta", di poter finalmente abbandonarsi sicura, fiduciosa.

Giannino vede la felicità nella moglie e nei figli certamente, ma soprattutto nelle sue nipotine, che ama al di sopra di ogni cosa; quando ne parla gli si illuminano gli occhi a tal punto che sembra lui stesso un bambino sognante, davvero grande tenerezza!

Per quel che riguarda me, la felicità è qualche cosa che conosco, ma è anche qualche cosa di cui sono eternamente alla ricerca. Felicità sono i ricordi dei miei momenti felici che ho assaporato intensamente, che ho trattenuto tutti nel mio cuore; ma felicità è anche questa serata con voi qui in Club, è stare con i miei amici, è il mio cane che mi sveglia la mattina, il profumo dell'erba del mio giardino in una giornata di sole, il nonno al lavoro che mi sorride e che mi dice che sono gentile. La felicità è fatta di tanti attimi brevi certo, ma talmente intensi da lasciarmi un ricordo.

Sarebbe bello ripetere questa domanda una sera in cui sono presenti anche coloro che oggi sono assenti, condividere queste riflessioni ancora INSIEME.

Un caro saluto a tutti.

**Camilla**

*club 239 D.U.D.U. - S. Stino di Livenza*

## Perché al Club?

Interclub zonale del 5 maggio 2012



Sabato pomeriggio noi del club di Loncon abbiamo ospitato nella nostra sede i club di Annone e Settimo. A questo incontro ha partecipato anche il Presidente dell' Acat, il quale ci ha salutato ed era soddisfatto delle numerose presenze.

Loris, il nostro servitore-insegnante incomincia la discussione sul tema "Perché al club?".

Dopo tanti anni che si va al club può esserci una stanchezza, e allora perché tante persone continuano ad andarci?

Gino dice che sono 24 anni che non beve, l'associazione lo aiuta a non avere ricadute e che per mezzo del Club può aiutare chi ha bisogno, il Club per lui è una famiglia. Poi altre persone hanno preso la parola dicendo che il Club fa parte di uno stile di vita, ti ricarica sia ascoltando e dando consigli, sia quando hai bisogno di sfogarti.

Il Club dà sostegno e verifica di dove si è arrivati dopo le scelte fatte. Ci deve però essere fiducia e quindi bisogna, essere sinceri in modo reciproco.



**Basterebbe chiacchierare con i compagni  
o fare gite con gli amici: tutto questo  
mi rende felice.**

**LUCA**

# DAI NOSTRI CLUB



Questa scelta di andare al Club ci fa maturare sia verso la famiglia sia nei comportamenti con gli altri.

Come vivo:

- IL CLUB
- AL CLUB
- CON IL CLUB

Si vive come momento di confronto e a volte anche di scontro (come in tutte le famiglie).

Il Club è uno strumento e come tale si deve imparare ad usarlo, quindi seguendo le famiglie che partecipano da tanti anni, si possono vedere dove sono arrivate e imparare dalla loro esperienza.

Chi sceglie di andare al Club decide di non bere e per questo non bisogna sentirsi esclusi, anzi bisogna ricordare il passato e vedere come siamo nel presente ed essere orgogliosi delle scelte fatte ed essere d'esempio agli altri.

Partecipando alle riunioni, come quella di oggi, ci si incontra con altri club e questo ci permette di imparare tutti insieme, e come si sa l'unione fa la forza.

Concludendo il Club è un percorso di crescita, maturazione e di cambiamento del proprio stile di vita.

“...se i club lavorano per la pace interiore di ognuno di noi, è indubitabile che questa pace verrà trasmessa alle persone che ci sono vicine e si allargherà a macchia d'olio a tutta la nostra comunità, portandoci così a riappropriarci del nostro futuro...”

**Stefania e Massimo**

*club 465 L'Alba - Loncon di Annone Veneto*



## Giocare d'azzardo

### Riflessioni sulla scuola di secondo modulo

Eccomi qua a fare il verbale delle serate appena trascorse, direi bene. Sinceramente ero partita un po' demoralizzata, forse perché il problema non mi tocca da vicino o forse perché ne avevamo già parlato abbastanza, secondo me, in alcune serate di club, dopo che la nostra servitrice insegnante aveva partecipato ad un aggiornamento riguardante tale argomento.

Questo in realtà è stato un ulteriore aggiornamento, abbiamo conosciuto e potuto parlare con persone che hanno veramente questo problema e con la loro famiglia. In fondo, ho scoperto, che le problematiche sono identiche a quelle dell'alcolismo solo che sono un po' più nascoste, ma recano gli stessi danni. Bene anche per quanto riguarda il servitore insegnante che ha condotto le serate, tranquillo, calmo e semplice nelle spiegazioni, rispettando i tempi e mettendo qualche cosa di suo per rendere più agevole la discussione. Nel lavoro di gruppo non ho potuto dare molto, non ho mai giocato neanche con il gratta e vinci, ma ho ascoltato volentieri.

Noi tutti sappiamo che giocare d'azzardo ti porta ad avere una vita "disgraziata" coinvolgendo tutti quelli che ci circondano. Però ho sentito, durante le due serate, parlare di "gioco moderato". La verità è



# DAI NOSTRI CLUB



**Chi ha tanto non fa niente per la felicità degli altri.**

**ENRICO**

che non consideriamo il giocare qualche volta così pericoloso, e penso che sarebbe difficile smettere se entrasse nel club qualche persona con queste problematiche.

C'è che gioca per noia o per tristezza con la speranza di poter toccare la fortuna anche se si sa be-

nissimo che le probabilità sono veramente poche. Incredibile c'è chi, dopo aver giocato, si è sentito in colpa perché avrebbe potuto usare quei soldi in altra maniera, altri dicono che grattare un gratta e vinci ogni tanto non può rovinare la vita. Insomma di tutto e di più, addirittura qualcuno si è sentito in colpa, dopo aver vinto, perché pensa di aver rubato i soldi a qualche povero disgraziato.

La colpa di tutto ciò di chi è? Dello stato, artefice, attraverso la pubblicità, di questa grande piaga nera che si allarga sempre più? Della vita frenetica di tutti i giorni, un modo per evadere dai problemi, per scatenare un po' di adrenalina o per provare l'ebbrezza della trasgressione?

Allora, concludendo, io dico che dobbiamo fare molta attenzione a non essere troppo sicuri di noi stessi perché un gioco tira l'altro ed essendo così facile l'approccio nessuno può chiamarsi veramente fuori.

**Marinella**

*club 385 L'Aurora - Cesaro*

## Si riparte!

Diario del 10 settembre 2012



Questa sera si riparte, il Club riapre i battenti.

Chi scrive queste righe è Donatella, moglie di Aldo. Per noi l'avventura è iniziata giusto tre anni fa, il 10 settembre 2009.

Ci siamo ritrovati: Luigino, il nostro coordinatore (ora in pensione), Guglielmo, Maria Diana ed il signor Elso, quello che prenderà le redini di questa nuova avventura.

Speriamo che qualche nostro compagno ritorni e che di nuovi inizino la loro avventura, che sono sicura porterà qualcosa di positivo anche per loro.

Le nostre storie, insieme alle nuove che verranno, daranno lo stimolo per iniziare una nuova vita che sarà sicuramente non facile, ma con la volontà, la tenacia e l'augurio delle persone care che ci stanno vicine, qualcosa di buono di sicuro verrà fuori.

Buon lavoro a tutti, benvenuti a tutti.

Rimbocchiamoci le maniche.

PS: CHI LA DURA LA VINCE!

Un'altra cosa: sono le 22:30 e sul periodico dell'A-CAT c'è la nostra testimonianza che sto leggendo

**Donatella e Aldo**

*club 5 Verso il futuro - Caorle*



**Niente e nessuno potrà distoglierci dal pensiero di cercare la felicità.**

**E soprattutto, noi possiamo tutto quello che vogliamo. Ricordiamocelo bene.**

**ANNACHIARA**

# DAI NOSTRI CLUB



## Festa delle Associazioni a Concordia

14 ottobre 2012



## Solidarietà, amicizia e amore. La pratica di una scienza possibile

Riva del Garda, 28, 29 e 30 settembre 2011



Sono andato al 20° Congresso nazionale a Riva del Garda, allestito in una struttura enorme, grande, imponente direi quasi a perdita di vista, di acciaio, un Palacongressi bellissimo vicino al Lago di Garda. Appena arrivati, avevano già iniziato, noi tutti siamo andati ad identificarci all'entrata in segreteria, bastava il nome e cognome e la provenienza, ci hanno regalato una borsetta con il programma dei tre giorni del Congresso, un libro che spiegava le varie attività che si svolgono tuttora tutto l'anno ed un altro libro con le iniziative turistiche del luogo infine dei fogli bianchi per gli appunti e l'attestato di partecipazione. L'argomento del Congresso stampato anche sulla borsetta "Conoscersi, Amarsi, Incontrarsi".

Nel programma mi ha colpito "Solidarietà, amicizia e amore. La pratica di una scienza possibile".

Nello schermo gigante che si trovava all'interno della platea a lettere cubitali c'era scritto: XX° CONGRESSO NAZIONALE DEI CLUB ALCOLOGICI TERRITORIALI, abbiamo trovato posto tra la platea e abbiamo ascoltato le varie testimonianze, storie tristi di chi ha avuto problemi in passato con l'alcol e storie divertenti di chi la prendeva in maniera meno tragica.

Storie... Come quel signore di Pisa, servitore insegnante di club che si lamentava perché al suo paese

ogni anno si tiene la festa del vino nuovo e della birra con l'autorizzazione del Comune e della ASL che poi riconosce che il percorso dei club è una cosa buona. Diceva che dovremmo imporci con forza e dire ai dirigenti dei comuni e delle ASL che stanno sbagliando a rilasciare questi permessi. Diceva poi: se noi contribuiamo a dare buoni segnali ai giovani non dovrebbero essere autorizzati i Rave party dove circolano alcol e droghe, e le forze dell'ordine dovrebbero intervenire subito prima che avvenga il peggio.

A quel punto un forte applauso ha invaso la sala e lui continuava a dire: io ho due figli non voglio doverli chiudere in casa, hanno 19 e 20 anni io voglio che facciano tranquilli la loro vita, non dovrebbe esistere che un domani frequentando amiche ed amici si ritrovino drogati, violentati, io vorrei vivere più tranquillo in questa società di cui noi tutti ci troviamo a far parte. La platea ha continuato ad applaudire.

Storie tristi e storie divertenti.

Storie... Come quella di quel signore di cui non ricordo il nome, servitore di club che diceva: il mio club ha sei componenti, un gruppetto di uomini e donne, grazie al parroco di Rimini ci riuniamo tutti i lunedì in una stanzetta tra chiesa e canonica, una delle donne viene dalla Romania, è scappata da suo marito perché lui beveva e quando arrivava a casa ubriaco picchiava lei perché non trovava altro da bere, lei rompeva le bottiglie che lui nascondeva. Un'altra donna, spagnola, anche lei scappata da ca-



# CONGRESSI E CONVEGNI



Pur sapendo di aver bevuto troppo si mettono alla guida delle loro auto, senza pensare alle conseguenze, solo per farsi apprezzare dal gruppo.

LUCA

sa perché il marito la picchiava. Tre ragazzi italiani con problemi con la giustizia, ex spacciatori sono tuttora perseguitati dalla polizia, dai carabinieri e dai vigili. Continua dicendo: sono handicappato dalla nascita, la natura con me non è stata generosa, a volte sfiduciati chiediamo aiuto ad altri club ma per diversi motivi non abbiamo potuto lavorare insieme, e così tra noi ogni lunedì ci troviamo per confrontare le nostre idee, prendere provvedimenti sul da farsi e dico ai quei ragazzi che spacciavano che non sono stupidi che a volte sono una guida anche per me. A questo punto un grosso applauso lo incoraggia, lui sorride e dice che questi ragazzi si sono trovati anche le fidanzate e che spera che anche loro vengano al club con le loro idee sicuramente potrebbero arricchire il club. Più siamo meglio è!

Storie divertenti e meno divertenti.

Storie... divertenti come quella del signore calabrese che ci ha raccontato il suo problema come una poesia in rima, ricordo pressappoco così: Vino caro amico mio, quante volte ci siamo incontrati... ci volevamo tanto bene, facevamo la stessa strada e se io la sbagliavo tu mi venivi incontro, mi hai portato perfino in galera, mi hai lasciato lì senza te, all'inizio era molto triste, sembrava un distacco catastrofico, ma all'interno della cella guardavo fuori e vedevo la gente che lavorava nelle vigne, mi sono accorto di quanta fatica facevano per fare un prodotto che alla fine rovinava gli idioti come me.

Allora mi sono detto per fare una buona uva ci vuole dell'acqua, per mescolare i prodotti che ti servono per coltivare le piante ti serve l'acqua, per lavare botti, tini e altri strumenti ci vuole ancora acqua, io ti tolgo l'acqua così non vivi più.

Ti ho lasciato amico che mi avevi tolto il sorriso in famiglia ma che ora ho ritrovato grazie al club.

Un forte applauso lo accompagna mentre lascia il palco.

Abbiamo fatto una pausa, mi sono guardato intorno ed ho visto che tutto quello che succedeva veni-

va ripreso dalle telecamere. Fuori diversi stand vendevano libri magliette ed altri oggetti.

Abbiamo bevuto un buon caffè e dopo mezzora abbiamo ripreso i lavori con altre testimonianze.

Storie....quelle meno divertenti ti rimangono nella mente più a lungo delle altre.

La mattina successiva siamo stati svegliati intorno alle 4,30 da una scossa di terremoto, al momento non ci abbiamo fatto caso ma verso le 8:00 quando siamo scesi per la colazione le cameriere ci hanno confermato che c'era proprio stata e che l'avevano sentita anche loro.

Dal nostro Hotel alla sede del Congresso abbiamo percorso 1,5 Km a piedi respirando l'aria buona delle montagne e del lago, abbiamo visto vari negozi e molti Hotel. Arrivati al Palacongressi ho visto che tutto il piazzale si era riempito di pullman provenienti da tutta l'Italia, che bello!

Storie tristi storie divertenti:

Storie... tristi come quella che ci hanno proiettato allo schermo gigante. Un filmato musicale in cui c'era un cantante che si divertiva con gli amici e amichette bevendo un po' di tutto, girava monti e mari felice e spensierato quando ha avuto un incidente uscendo fuori strada, distruggendo l'auto ma cavandosela con pochi graffi mentre gli amici a bordo con lui prima soccorsi dai vigili del fuoco e ambulanza e portati d'urgenza all'ospedale hanno riportato conseguenze gravi. Lui continuando a frequentare bar e discoteche beveva per dimenticare l'incidente ma leggendo il giornale scopre che i due amici che viaggiavano con lui in auto erano morti. Ha smesso di bere.

Raccontarla così non è niente, me ne rendo conto, ma vederla tramite un film colpisce molto di più.

A questo punto sale sul palco una donna sostenuta dal marito e da uno psicologo, si presenta, fa i complimenti agli attori del film. Dice: lavoro al servizio 118 in una località tra Verona e Vicenza, il mio compito come volontaria è quello di rispondere al centralino, alle chiamate d'emergenza, accanto a



# CONGRESSI E CONVEGNI

me c'è una suora che mi sostituisce al centralino e mi dice: rimango io al centralino tu va a fare il tuo lavoro. Mi si stringe il cuore quando salgo sull'ambulanza con mio marito ed un medico per soccorrere la gente che fa incidenti in strada, io non ho figli, accudisco i figli degli altri ( a questo punto si commuove): lo mi sono girato indietro e ho visto mezza platea in piedi che applaudiva con forza per incoraggiarla. Dopo un po' si è ripresa continuando a dire: se uno sbanda in strada, lo soccorri lo porti in ospedale, spero che se la cavi ma quando ti trovi davanti ad un gravissimo incidente, quelli del sabato sera di solito, con giovani a bordo su un'auto accartocciata su sé stessa, causato dall'alta velocità e li senti gridare da dentro l'auto, attendi i pompieri per poter estrarre quello che resta di loro, beh la fitta al cuore diventa più forte e più dolorosa. Ripete: io non ho figli, raccolgo i figli degli altri, a pezzi però! A questo punto le è venuto un forte singhiozzo, tutta la platea alzata l'accompagna con un applauso giù dal palco.

Un'altra situazione toccante è stata quella di due donne che venivano dalla ex Jugoslavia. E' bello, dice una, che dopo venti anni dalla morte di Hudolin ci sia ancora qualcuno che segue le sue tracce. Si presentano dicendo i loro nomi e iniziano a raccontare che accudiscono alcuni ragazzi e ragazze sopravvissuti alla guerra, sono ragazzi e ragazze trovati sotto le macerie ancora vivi, i loro genitori sono morti sotto le macerie. Alcuni hanno problemi di autismo, altri crescono poco, sicuramente non hanno voglia di giocare, non sono mai allegri, se fai loro un regalo lo guardano con sospetto. Sono diventati così dal trauma delle macerie delle bombe cadute accanto a loro. Non sono riconosciuti da nessun governo, sono considerati figli di nessuno, sono il prodotto della guerra. Queste due donne si sono rimboccate le maniche: non possono lasciarli soli nello stato in cui si trovano, non c'è nessuno che glielo fa fare. Questi ragazzi fanno pena, allora loro vanno nelle fabbriche, nei supermercati, nelle aziende e chiedono aiuto, l'elemosina, qualsiasi cosa che le aiuti a sostenere i ragazzi. Raccontano che con l'aiuto di un amico falegname hanno costruito una casa fatta con scarti di legno, l'hanno colorata con i colori



dell'arcobaleno, e per un attimo i ragazzi sembravano felici. Hanno coinvolto con molta fatica i due mariti (uno scrosciante applauso parte spontaneo) all'inizio volevano rinunciare ma poi pian piano un po' alla volta si sono affezionati ai ragazzi ed ora quando finiscono il loro turno di lavoro vanno a giocare un po' con loro. Il grande cruccio rimane per il futuro, quando saranno adulti e con i loro problemi se nessuno li vuole, che fine faranno? Continueranno la loro battaglia finché avranno forze! Concludono il loro intervento dicendo: Che bello che dopo 20 anni dalla morte di Hudolin ci sia ancora qualcuno che segue le sue tracce. Un applauso forte forte sembra voler incoraggiare il cammino di queste quattro persone.

A questo punto il presidente dell'AICAT ci ha mostrato la medaglia d'oro che il presidente della repubblica Giorgio Napolitano ha regalato personalmente al Congresso nazionale per i lavori fatti.

I lavori riprendono alle 15:00, nel pomeriggio con altre testimonianze fatte da famiglie provenienti da tutta l'Italia.

Storie tristi e storie divertenti.

Storie... divertenti come quella di quella coppia di marito e moglie, lei comincia dicendo: Che bello vedere i propri mariti quando sono sobri, puoi chiedere tutto quello che vuoi. Il marito aggiunge: non badatela, sta delirando! O forse è solo invidiosa perché sono andato in pensione sei mesi prima di lei, con il lavoro ho lasciato il vino gli amici ed i colleghi con cui lavoravo. Ora faccio il casalingo, rifaccio i letti, lavo la biancheria, passo l'aspirapolvere, spolvero, cucino, porto le figlie a scuola e nel pomeriggio le aiuto a fare i compiti, studio più di loro. Praticamente lascio più libera mia moglie che assieme alle sue amiche vanno a correre per tenersi in forma, se hanno sete passano per casa ed io preparo 10 succhi di frutta diversi, poi mi restano i bicchieri da lavare e 10 succhi di frutta diversi da ricordare di comperare per la prossima volta; qualche volta sbaglio e mi tocca ritornare in negozio, la cassiera che mi co-

**Definire la felicità è come  
definire l'infinito.**

**JULI**



# CONGRESSI E CONVEGNI

nosce bene mi dice che suo marito è geloso e non vuole che io la vada a trovare così spesso. La imploro di portare pazienza perché sono un fresco povero pensionato! Le risate sovrastano il racconto e si aggiunge pure un applauso!

Ho deciso di fare un giro: nello stesso Palacongressi ci sono altre tre sale dove si svolgono altre riunioni tra cui una riservata a ragazzi delle scuole elementari, medie e superiori, hanno trattato insieme ai coordinatori il tema "L'alcol tra i giovani" Ci hanno mostrato i loro lavori. Nello schermo gigante con colori diversi una ragazzina chiedeva al padre: Papà dimmi quando vuoi smettere, io sono pronta! Continuava: Mi dicevi che un bicchiere al giorno toglie il medico di turno, invece la mia maestra mi dice che il vino fa male ed è meglio non berlo! Poi ripeteva: Papà dimmi quando è ora di smettere, o sono pronta! Io ho 10 anni e sicuramente ragiono come una bimba di 10 anni, anche il medico mi dice che un bicchiere al giorno aiuta a farmi le ossa, ma la maestra dice che non è vero e lei non racconta bugie! Papà, l'altra sera hai litigato con la mamma per una sciocchezza, l'hai fatta piangere, vi ho sentito dalla mia cameretta, stringevo con forza la bambola che mi hai regalato! Papà dimmi quando è ora di smettere di bere io sono pronta!

Che commozione, mi è sembrata quasi una supplica, una preghiera.

La bimba continua: Oggi mi ha telefonato la mia amica Giulia per dirmi che aveva mal di testa, Papà ti ricordi che mi hai lasciato andare al compleanno di un mio compagno di classe? Ci sono andata con

Giulia, ci hanno dato da bere un miscuglio strano, io al primo sorso mi sono fermata, era un intruglio strano che mi pizzicava la lingua, ho fatto brutta figura con i miei compagni di scuola che mi dicevano di berlo tutto di un fiato, ma io con le lacrime agli occhi ho rifiutato. Giulia invece ne ha bevuti quattro con l'insistenza dei compagni, ho consigliato a Giulia di lavarsi bene la faccia nel lavandino con dell'acqua fresca, domani le ritelefono per sapere come sta, vado a trovarla. Papà io ci tengo a Giulia è la mia migliore amica e abbiamo deciso assieme che la prossima volta faremo gli auguri alla nostra maniera, una stretta di mano e via! Papà dimmi quando è ora di smettere di bere, io sono pronta! Ho chiesto alla maestra cosa è un club, mi ha spiegato a grandi linee cos'è, papà io da grande non voglio andare in club ad ascoltare cose tristi...voglio fare una vita normale! Papà ora hai tolto l'ultimo bicchiere di vino dalla tavola, l'hai sostituito con l'acqua buona che piace di più anche alla mamma, insieme abbiamo ritrovato il sorriso, è così che voglio essere da grande.

Uno scrosciante applauso premia il lavoro di questi ragazzi. Sinceramente bello!

Alla fine c'è stato il passaggio del testimone ai presidenti dove si svolgerà il prossimo Congresso nazionale cioè a Pisa.

Saluto e ringrazio tutti per il lavoro fatto.

**Renato Malocco**

*club 443 Corbolone - S. Stino di Livenza*



## Una giornata a Verona

Congresso Regionale del 18 febbraio 2012



L'alba del nuovo giorno ci regala la prima emozione e i suoi riverberi di luci e colore accendono in noi "pellegrini" la curiosità di questa nuova esperienza. Al nostro arrivo, davanti al palazzo della Gran Guardia, ci affrettiamo tutti verso l'ingresso come un esercito di formiche pronte a far provviste per i tempi di carestia.

L'aula che ci accoglie è confortevole, il leitmotiv del congresso è: **VOGLIO UN MONDO ALL'ALTEZZA DEI SOGNI CHE HO**, tratto da una canzone di Ligabue.

Siamo pronti e ora si inizia. La conduttrice ci pilota fra i vari argomenti con consumata abilità catturando l'attenzione del vasto pubblico pervenuto. Intervengono a turno i vari presidenti regionali, il nostro "governo tecnico" e con gli aiutanti territoriali ci danno il resoconto sui numeri che riguardano l'associazione.

Proviamo un po' di disappunto nel sentire che i club sono diminuiti ma anche soddisfazione perché ci viene fatto notare che una buona percentuale di essi potrebbe moltiplicarsi; quindi partecipazione ce n'è, ma mancano le figure fondamentali dei servitori insegnanti e direi che questo è apparso come uno dei problemi maggiori che dovremo risolvere in futuro. Medici esperti illustrano gli aspetti di ordine pratico, di salute psichica e fisica, di socializzazione, rapporto con se stessi, la famiglia e la società di chi prende coscienza, dopo tante peripezie, del proprio stile di vita e desidera cambiarlo. Si entra pure nel merito dei problemi finanziari che l'associazione deve affrontare e di questi tempi non ci sono grandi prospettive; ci sono, è vero, contributi regionali, ma sono inadeguati alle crescenti necessità.

Si dovrebbe praticare dunque di più la pratica della sobrietà; ne guadagnerebbe la salute e di conseguenza si ridurrebbero i costi della sanità pubblica e

le risorse economiche risparmiate potrebbero essere dirottate anche verso i nostri club.

Si parla anche della necessità di coinvolgere sempre di più i medici di famiglia riguardo l'approccio da praticare verso i pazienti con problemi alcol correlati e ovviamente con le loro rispettive famiglie. Ma per ora siamo ancora lontani da quello che noi riteniamo il corretto e proficuo rapporto fra medici e club anche se si cerca in moltissimi casi di far fruttare al meglio l'esperienza maturata in questi trent'anni di attività da tante e tante persone. C'è soddisfazione unanime quando i club danno testimonianza di sé, di come cercano di essere presenti e attivi nel territorio.

Come sempre colpisce la lunga fila di persone pronte e leggere la loro storia, concentrata prodigiosamente nello spazio di un foglietto bianco che riesce però ugualmente a rendere testimonianza della bontà di un progetto che può ridare a molti dignità e autostima consentendo loro di sperare di nuovo nel futuro.

In pratica di tornare a sognare!

Il tempo vola e non abbiamo potuto ascoltare la testimonianza di tutti perché il pullman ci aspetta improrogabilmente per le 17.

La conclusione della giornata provo a trarla dunque io sperando che tutti possiate condividere la mia opinione. Mi è venuta spontanea l'idea che attraverso la dinamica delle discussioni nei club si possa arrivare a un rinnovamento profondo che comporta l'assunzione di un nuovo stile di vita e con questo la facoltà di tornare a sognare; che dire sobrietà è come dire libertà e partecipazione. Libertà nell'appartenenza alla società e alla natura; partecipazione alla ricerca di un mondo di nuovo all'altezza dei sogni che ciascuno di noi ha il diritto di avere.

Grazie per avermi ascoltato.

**Loredana**

*club 52 Il Sorriso - Santo Stino di Livenza*





## Avverare sogni

Testimonianza al Congresso di Verona

Da bambina avevo un sogno: una famiglia "normale", in cui ognuno fosse al proprio posto e con il giusto ruolo: un papà ed una mamma che facessero i genitori e bambini che facessero i figli. Era un sogno perché io non avevo una famiglia "normale". I miei genitori non erano sposati e mio padre se n'era andato all'estero prima che compissi un anno, senza mai interessarsi di me. Mia madre era infermiera e lavorava a turni, lontano da casa; da sola non poteva occuparsi di me, quindi mi aveva affidata ai nonni e veniva a trovarmi una volta alla settimana. Non so esattamente quando abbia cominciato a bere, io l'ho saputo quando avevo undici anni. Quel sogno di normalità, per me, non si sarebbe mai realizzato.

Ho cercato altri sogni e mi sono impegnata per realizzarli.

Ho studiato per prepararmi al lavoro, ho risparmiato per avere una casa, ho trovato un compagno con cui condividere la mia vita, ho lottato per convincere mia madre a smettere di bere. Ci sono voluti quasi vent'anni, ma alla fine ha deciso di cambiare e abbiamo iniziato insieme il cammino all'interno del Club.

Finalmente le cose andavano bene e un nuovo, grande sogno era lì, a portata di mano: avevo trentacinque anni e mi sentivo pronta per essere madre e dare ai miei figli la famiglia e la serenità che a me erano mancate.

Ho allungato la mano per prendere quel sogno, ma quando l'ho ritirata, ci ho trovato dentro un incubo. Avevo il cancro.

Le prime cure, la ripresa e la speranza e poi, dopo un anno e mezzo, una recidiva. Ancora terapie, più lunghe, più difficili, con effetti collaterali più pesanti. Non posso più avere figli.

Il cancro mi ha rubato un sogno. Meno di due anni fa, si è portato via anche la mamma.

Ci sono cose che non si possono cambiare, bisogna solo accettarle. I sogni, invece, si possono cambiare.

Ho ancora sogni. Sogno di avere ancora vita e salute, perché anche se non posso avere figli, posso ancora offrire una famiglia a chi ne ha bisogno.

Perché in questi anni ho imparato che famiglia non significa solo mamma, papà e figli. Ho capito che la mia famiglia non è "normale", ma è straordinaria: è composta da tutti quelli che camminano ogni giorno al mio fianco: i miei parenti, i componenti del mio Club e tanti, tantissimi amici.

Vi saluto con una citazione da un cartone animato, Lilo e Stitch, ambientato alle Hawaii, in cui una bambina spiega al suo amico il significato della parola hawaiana "Ohana".

**Mia**

*club 15 La Rondine - Portogruaro*



## Vent'anni ad Assisi

### Le conclusioni del Congresso 2012



In data 18 - 19 - 20 maggio 2012 si è svolto ad Assisi il 20° Congresso di Spiritualità Antropologica e di Ecologia Sociale da titolo "Vent'anni ad Assisi". Come sempre è accaduto in questi vent'anni, il clima delle relazioni umane si è caratterizzato per una intensa presenza emozionale ed empatica tra i partecipanti. Le relazioni, le discussioni, il lavoro nei gruppi, le presentazioni delle conclusioni dei gruppi, le tavole rotonde e l'assemblea hanno permesso di approfondire i risultati di un cammino ventennale qui ad Assisi, rendendo possibile la stesura delle seguenti riflessioni:

1. Prima di tutto un ringraziamento va al prof. Hudolin e a Visnja Hudolin che, nelle loro differenze interpretative e nella loro ricerca comune, hanno avuto la straordinaria intuizione nel 1993 di proporre a Padre Danilo Salezze, che non ha potuto sottrarsi all'invito, un Congresso che nella forma e nei contenuti anticipa e raccoglie le domande fondamentali dell'esistenza che caratterizzano il tempo in cui viviamo e quello che ci ha immediatamente preceduto. L'indicazione della Spiritualità Antropologica, letta nel contesto dell'Ecologia Sociale, rappresenta la grande idea innovativa e la concreta risposta al disagio profondo e peculiare del tempo in cui viviamo.

A questa intuizione ha fatto seguito la perseveranza di padre Danilo Salezze e di molti altri collaboratori che nel tempo lo hanno affiancato, alcuni dei quali presenti fino ad oggi, che ha saputo mantenere viva la questione della spiritualità antropologica anche dopo la scomparsa di Vladimir Hudolin nel 1996. L'appuntamento ha sempre rappresentato un luogo ed un laboratorio di innovazione e di proposta di nuovi cammini da percorrere, anche di fronte ad alcuni momenti di spaesamento e di crisi che i Club degli Alcolisti in Trattamento e successivamente i Club Alcologici Territoriali hanno dovuto affrontare ed affrontano.

2. Il tema dei vent'anni ad Assisi ha messo in evidenza la consapevolezza della maturità di un percorso che non perde mai di vista la necessità di esserci. Esserci concretamente nel club, esserci nella vita delle comunità locali, esserci nelle relazioni anche quando prendono la forma del conflitto, esserci e non andarsene, rimanere anche nei giorni difficili dell'incomprensione. Esserci rappresenta la qualità e l'unica possibilità dell'esistere, avvolti dal mistero ma concretamente presenti.

3. La spiritualità antropologica, incarnazione della presenza e del Logos, il dialogo, non erige muri ma



# CONGRESSI E CONVEGNI

cerca contaminazioni reciproche senza compromessi, ma nella luce severa ed accogliente dell'etica che segna la consapevolezza dei nostri limiti e la necessità di accogliere quelli altrui.

4. I Club Alcologici Territoriali vivono concretamente la crisi profonda che attraversa le nostre società, una crisi caratterizzata prima di tutto dall'assenza di punti di riferimento ed individuano nella sobrietà, che in alcun modo è identificabile con la moderazione, lo strumento fondamentale che può condurci fuori dalla notte della crisi.

5. I vent'anni ad Assisi hanno permesso anche di ripercorrere retrospettivamente storie personali che si sono sviluppate nel corso di questo tempo. Storie che, per la caratteristica decisamente evolutiva del metodo Hudolin, non possono mai rappresentare una forma di museificazione, ma uno stimolo costante ad interrogarsi sul presente.

6. Ancora una volta è stata evidenziata la centralità del disagio spirituale che le persone incontrano, inteso come difficoltà di accettare se stessi nei propri contesti di vita. Tale disagio trova la via maestra per essere superato attraverso il processo di crescita e maturazione continua. In un contesto di legami e di relazioni, il superamento del disagio spirituale tramite l'antropospiritualità è la forma più idonea per concretizzare la necessità di demedicalizzazione e depsihiatrizzazione indicata con forza dal prof. Vladimir Hudolin, pietra miliare della parte migliore del pensiero del '900 di fronte ai processi di sofferenza, alienazione e stigmatizzazione. La costruzione di una società dai legami solidi, autentica alterna-

tiva alla società liquida, è la base fondamentale per poter affrontare i problemi senza ricorrere ad artifici protesici, ma riferendosi alla responsabilità che ciascuno deve coltivare ed esprimere.

7. Si è voluto dare spazio significativo alla questione giovanile perché i giovani oggi trovano davanti a loro un futuro incerto che gli adulti hanno consegnato loro dopo aver dissipato molte risorse materiali e gran parte della dimensione spirituale degli esseri umani. I giovani osservano gli adulti i quali devono imparare a dare delle risposte agli interrogativi fondamentali dell'esistenza ed il lavoro dei Club Alcologici Territoriali, punti della rete di auto tutela ed auto promozione della salute individuale e collettiva, rappresenta una concreta possibilità che deve essere settimanalmente praticata stimolando la partecipazione dei giovani che in questo contesto imparano a confrontarsi con i temi della sobrietà e della spiritualità in una società sostanzialmente intossicata.

8. Il momento del rito religioso, nella sua libertà in termini partecipativi, rappresenta un segnale forte per una società che continua a commettere l'errore di separare anziché cercare ponti di congiunzione, come ci ha insegnato il meglio della scienza del '900.

9. L'assemblea manifesta la sua commossa vicinanza e solidarietà alle famiglie delle vittime del terremoto in Emilia Romagna e dell'attentato di Brindisi, esprimendo la ferma condanna verso l'efferata uccisione della giovane Melissa.

*Fonte: sito AICAT*



## Costa Concordia: un requiem...



Un volo di angeli raccolga gli ultimi sorrisi e li trasformi in uno scintillio di stelle,  
alzando gli occhi al cielo potremo ancora vedervi...  
Cerchi le ultime lacrime e ne faccia trasparente rugiada,  
riflettendo sui nostri fiori vi stringeremo ancora al cuore...  
Scendano sui vostri silenzi le note più solenni di una musica immortale,  
le parole più tenere di una poesia d'amore,  
le domande strazianti al niente del domani...  
Un volo d'angeli raccolga le vostre grida disperate,

e per misericordia le cancelli dai nostri pensieri ossessionanti.

Era l'ultimo tramonto della vostra vita, l'alba del nuovo giorno vi è stata negata,  
possa il mare sussurarvi la sua più bella ninna-nanna incantata,  
la notte proteggervi con la misericordia di una storia finita,  
l'alba resuscitarvi per sempre a una nuova vita...

Dovunque siate vi sfiorino le nostre tremanti carezze,  
le parole urlate e quelle che non riusciamo nemmeno a sussurrare.

Questa pagina di diario vissuta in dimensioni diverse  
ha fatto esplodere l'aria di dolore, trapassandola di rabbia e di rancore.

Passeranno lente le nostre dita sui grani di un rosario,  
ogni Ave Maria un nome, un destino, una vita finita...

Continuerà quel viaggio di nozze, e la festa di un anniversario,  
camminerà ancora con i suoi genitori quel bambino...

Troveremo il coraggio di credere, per non uccidervi ancora,  
offrendovi la nostra rassegnazione, sperando che la nostra pace diventi la vostra,  
dopo l'ora maledetta del dolore.

La pietà di un requiem vi raggiunga sfiorando il mare, volando lento nel cielo,  
portandovi la promessa che vivrete per sempre nel nostro amore.

Un volo d'angeli vi ha raccolto fra le braccia deponendovi su un tappeto di fiori,  
ricomponendo i sorrisi, cancellando le lacrime, illuminando gli sguardi...

Solo fruscio d'ali nel silenzio dei cieli, angeli in ginocchio che si tengono per mano...

Silenzio... un nome per volta...

Quegli angeli si sono alzati e ci stanno guardando: ognuno di loro ha il volto di uno di voi,

dolci anime, vi siete ritrovate, più lontano del mare e più in alto del cielo,

a noi siete tornati per camminare ancora insieme

fino a quando non ci saranno più crociere a dividerci, ma solo un'eternità senza frontiere.

*Luciana Pieratti*



# CONGRESSI E CONVEGNI



## Io, noi e le reti della vita: tutti nell'esperienza di tutti

Conclusioni del Congresso di Pisa 2012

"Io, noi e le reti della vita: tutti nell'esperienza di tutti" è stato il tema del XXI Congresso AICAT organizzato a Pisa dall'ARCAT Toscana, tema che ha caratterizzato le discussioni, i laboratori e le comunità aperte ed ha stimolato la presenza e la partecipazione di amministratori pubblici, associazioni di volontariato e di promozione sociale, giornalisti, musicisti, attori, scrittori, registi.

Come negli ultimi 5 anni, il congresso si è aperto con l'arrivo della marcia "Sulle Strade della sobrietà" che ha contribuito a diffondere l'evento congressuale nelle comunità locali e a promuovere l'Approccio Ecologico - Sociale.

Per la prima volta il Congresso è stato divulgato in streaming sul sito [www.arcattoscana.it](http://www.arcattoscana.it) e questo ha permesso alle famiglie non presenti a Pisa di partecipare. Il sito ha avuto solo nei primi due giorni di attività 270 contatti, di cui 162 nuovi con un totale di pagine visualizzate di circa 1000 unità, non solo dall'Italia ma anche da altre località del mondo tra cui Ecuador, Stati Uniti, Brasile, Bolivia e Congo.

Graditi sono stati i saluti giunti dalle famiglie dei Club del Brasile e della Repubblica Democratica del Congo, degli Alcolisti Anonimi, di Alanon e dell'Associazione Italiana Familiari e Vittime della Strada.

Particolarmente apprezzato il saluto di Luciano Floramo, presidente onorario dell'AICAT, a cui va il nostro abbraccio e i nostri sinceri auguri per la sua salute.

In sala sono state presenti circa mille persone. I giovani hanno vivacizzato e colorito i lavori del Con-



gresso partecipando attivamente alle sessioni e raccontando ogni giornata congressuale attraverso il giornalino "La voce dei giovani". Inoltre hanno contribuito ad animare il generale clima di rinnovato entusiasmo con interviste serie e ironiche ai partecipanti e contribuito alla raccolta di circa 1000 firme per la proposta di legge che innalzi il divieto di vendita e di somministrazione di bevande alcoliche ai minori 18 anni, promossa dal Tirreno e condivisa e sostenuta dall'AICAT.

I lavori sono iniziati con le relazioni introduttive dei Presidenti dell'ARCAT Toscana e dell'AICAT.

Manfredo Bianchi ha ricordato il tema del Congresso e gli obiettivi, descrivendo il faticoso ma costruttivo percorso di rete fatto dalle famiglie e dai Servitori-Insegnanti toscani per realizzarlo.

Nella relazione "I Club Alcolologici Territoriali e la crisi antropo-spirituale di inizio millennio: trasformare il presente per riappropriarci del futuro", Aniello Baselice ha proposto alcune riflessioni sul ruolo del Club come comunità di famiglie attive nei processi virtuosi di promozione del benessere multidimensionale di tutta la comunità, essendo un serbatoio di risorse spirituali e sociali utili a costruire un presente e soprattutto un futuro di solidarietà e di sobrietà in cui sia posta al centro la persona con i suoi bisogni e i suoi diritti fondamentali alla pace, alla salute, alla libertà e alla giustizia.

I laboratori del venerdì hanno affrontato i temi dell'approccio familiare, delle reti associative e dell'Educazione Ecologica Continua.

# CONGRESSI E CONVEGNI

Il primo laboratorio ha riflettuto sul significato dell'approccio familiare oggi che resta fondamentale all'interno della nostra metodologia anche di fronte ai nuovi modelli e alle nuove esperienze di famiglia nella comunità.

Il secondo laboratorio ha messo in evidenza che non è necessario costruire nuove reti ma sviluppare la consapevolezza di essere già nodo della rete quindi risorsa e capitale sociale della comunità.

Il terzo laboratorio ha rinnovato e rinforzato il concetto di Educazione Ecologica Continua che, nella circolarità, dalla valorizzazione e dall'espressione di ogni membro di Club che è risorsa e potenzialità, conduce alla crescita collettiva e costruttiva.

La comunità "Nuovi linguaggi per potenziare i legami di rete", pur ribadendo il valore degli strumenti comunicativi tradizionali del Club, si è aperta a esperienze non esclusive dell'approccio ecologico - sociale ma presenti nel panorama della promozione della salute nel territorio.

Il protagonismo dei giovani è stato visibile anche nella comunità aperta "...e i giovani dove sono?" che ha evidenziato l'importanza del loro essere presenza sia fuori che dentro il Club, attraverso la costituzione del Gruppo Giovani AICAT a cui si intende dare continuità.

Lo spazio dedicato alla ricerca ha tracciato nuove linee e nuovi orizzonti per la valutazione della metodologia restituendo al movimento una banca dati condivisa con risultati aggiornati all'anno precedente.

L'assemblea ha assolto regolarmente alla sua funzione statutaria raggiungendo il consenso della maggioranza, nel rispetto della legalità e della trasparenza, sulle seguenti proposte:

- la territorializzazione della Educazione Ecologica Continua: dal Forum nazionale a quelli territoriali;
- il Cantiere delle Associazioni;
- il contributo volontario da parte dei privati che fanno attività commerciale durante le manifestazioni promosse dalle Associazioni dei Club Alcolologici Territoriali. Si è inoltre condivisa la necessità da

parte dell'AICAT di approfondire questo tema e fornire maggiore chiarezza in termini legali e fiscali sulla gestione economica delle Associazioni.

Molto apprezzato è stato l'intervento del dott. Emanuele Scafato, direttore dell'Osservatorio Nazionale Alcol dell'Istituto Superiore di Sanità, in cui ha sottolineato il ruolo fondamentale di associazioni come l'AICAT nel marketing sociale che può rappresentare un'efficace alternativa allo strapotere del marketing economico gestito dal mondo della produzione e della distribuzione delle bevande alcoliche oltre che una valida risorsa per la promozione di una comunicazione scientifica e sociale che sia etica e solidale.

La comunità sul tema della transculturalità ha visto la partecipazione di famiglie e rappresentanti di comunità diverse ribadendo quanto l'approccio ecologico-sociale riesca ad accogliere differenze culturali e di vita: nei Club si concretizza l'occasione di accrescere valori quali equità, giustizia sociale e pace per una vita più sobria.

Lo spazio di spiritualità e meditazione condivisa ha rappresentato un elemento innovativo e interessante nel quale il Congresso si è fermato a riflettere sull'importanza di essere garanti di un momento quotidiano di dialogo con noi stessi.

Emozionante è stata la comunità aperta dedicata agli interventi liberi delle famiglie che hanno portato esperienze significative dei Club di tutta Italia.

Particolarmente apprezzato è stato il video conclusivo prodotto dai giovani durante i due giorni di Congresso che ha riproposto i momenti salienti del Congresso e il "dietro le quinte".

Al termine, dopo il passaggio del testimone dall'ARCAT Toscana all'ARCAT Sardegna, sede del prossimo Congresso Nazionale 2013, il lancio di gomitoli di lana in sala tra le persone ha materialmente realizzato la rete e chiuso in armonia e soddisfazione i lavori.

*La segreteria del Congresso*





## Alcol in gravidanza

Smettere di bere è il comportamento più sicuro



Molte donne sono convinte erroneamente di consumare vino, birra, aperitivi alcolici, amari o superalcolici “moderatamente”; sono tuttavia in poche a conoscere il ciò che si intende per “moderazione” in termini di consumo alcolico in riferimen-

to alle scarse capacità di metabolizzazione da parte dell’organismo femminile e ancora meno sono quelle informate sulla estrema cautela che si impone per il consumo di alcolici durante la gravidanza.

### Danni dell’alcol durante la gravidanza

L’assunzione di alcol in gravidanza, anche in minime quantità, può pregiudicare la salute e lo sviluppo del feto. Tuttavia, ancora oggi, le stime disponibili evidenziano che il 50-60% delle donne italiane in gravidanza consuma bevande alcoliche. Un’abitudine resa più problematica dalla tendenza, registrata tra le nuove generazioni, a un uso eccessivo di questo tipo di bevande. I limiti stabiliti dalle Linee guida nutrizionali, considerano in assoluto il periodo della gravidanza come il più vulnerabile per l’individuo all’esposizione di qualunque bevanda alcolica.

Gli organi vitali, quali cuore, cervello e scheletro si formano durante i primi 10 - 15 giorni dopo il concepimento e la futura madre è spesso inconsapevole del suo nuovo stato: smettere di bere se si programma una gravidanza rappresenta dunque una misura protettiva per il bambino.

Le donne che bevono abitualmente una o più volte al giorno, con una media di 3 o più bicchieri, incorrono con più frequenza nella possibilità di aborto, soprattutto durante il secondo trimestre di gravidanza, a causa dell’azione tossica esercitata dall’alcol sul feto anche dopo l’assunzione di dosi modeste (come 2 bicchieri durante la gravidanza avanzata).

### Alcuni effetti dell’assunzione di alcol in gravidanza

L’alcol attraversa la placenta arrivando direttamente al feto a una concentrazione praticamente equivalente a quella della madre. Tuttavia il feto, non es-

sendo dotato di enzimi in grado di metabolizzare l’alcol (principalmente l’alcol deidrogenasi), subisce effetti dannosi a livello cerebrale e sui tessuti in via di sviluppo anche attraverso una significativa interferenza sui normali processi di sviluppo fisico (causando malformazioni) e intellettuale (generando ritardo mentale) in maniera più o meno grave in relazione alle quantità di alcolici consumati.

Un elevato consumo alcolico durante la gravidanza è alla base di carenze vitaminiche in grado di influenzare negativamente lo sviluppo del nascituro. Il primo e l’ultimo trimestre di gravidanza sono i periodi più delicati e quelli in cui l’alcol determina i danni maggiori per il feto. Il nascituro, spesso prematuro, può presentare sintomi o disturbi definiti alcolici sino ad arrivare alla sindrome conclamata feto-alcolica, irreversibile e spesso progressiva. Maggiore è il consumo e maggiore è il rischio: più di 12 drink a settimana aumentano in maniera significativa il rischio di parto prematuro e di neonato sottopeso. Tutti fenomeni riscontrati sia nelle donne che bevono durante la gravidanza sia in quelle che avevano abusato di alcol prima della gestazione.

L’evidenza clinica e gli studi condotti negli ultimi anni dimostrano che i figli di donne che hanno consumato alcolici in gravidanza, arrivati all’età adulta, presentano più frequentemente problematiche alcolcorrelate e una predisposizione al deficit cognitivo. I bambini esposti al consumo materno di alcol durante la gravidanza, mostrano spesso problemi di attenzione e iperattività, che divengono evidenti solo dopo alcuni anni.

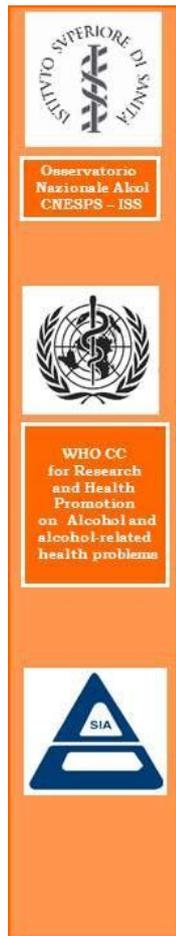
Sintomi, disturbi e sindrome feto-alcolica sono totalmente evitabili attraverso l’astensione del bere nel corso della gravidanza.

### Dieci punti utili per aumentare la consapevolezza del rischio

L’Osservatorio Nazionale Alcol del Cnesps identifica dieci punti che possono contribuire a incrementare la consapevolezza sulla dannosità e la nocività del consumo di bevande alcoliche in gravidanza:

- consumare bevande alcoliche in gravidanza aumenta il rischio di danni alla salute del bambino

# ALCOL & SALUTE



## EVIDENZE SCIENTIFICHE PER LE NUOVE LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE



EMANUELE SCAFATO 25/10/2012

- durante la gravidanza non esistono quantità di alcol che possano essere considerate sicure o prive di rischio per il feto
- il consumo di qualunque bevanda alcolica in gravidanza nuoce al feto senza differenze di tipo o gradazione
- l'alcol è una sostanza tossica in grado di passare la placenta e raggiungere il feto alle stesse concentrazioni di quelle della madre
- il feto non ha la capacità di metabolizzare l'alcol che quindi nuoce direttamente alle cellule cerebrali e ai tessuti degli organi in formazione
- l'alcol nuoce al feto soprattutto durante le prime settimane e nell'ultimo trimestre di gravidanza
- se si pianifica una gravidanza è opportuno non bere alcolici e se si è già in gravidanza è opportuno interromperne l'assunzione sino alla nascita
- è opportuno non consumare bevande alcoliche durante l'allattamento
- i danni causati dall'esposizione prenatale dall'alcol, e conseguentemente manifestati nel bambino, sono irreversibili e non curabili
- si possono prevenire i danni e i difetti al bambino causati dal consumo di alcol in gravidanza, evitando di consumare bevande alcoliche.

### Il ruolo della donna

La donna ha un ruolo fondamentale nella famiglia, nel mondo del lavoro, nella società. Nel ciclo della vita dall'infanzia, attraverso l'adolescenza, la maturità e sino alla terza età la donna manifesta una sensibilità massima agli effetti negativi dell'alcol che sono non solo di salute ma anche sociali. Per questo motivo, nella giornata internazionale della prevenzione della sindrome feto alcolica, si pone l'attenzione a tutte le donne italiane. "Una vita che nasce teme l'alcol. Proteggi il tuo bambino: in gravidanza non bere" è il messaggio specifico realizzato per le iniziative di comunicazione del ministero della Salute e rilanciato in occasione della Giornata internazionale per la prevenzione della Fas. È un messaggio chiaro e di importanza vitale per una maggiore consapevolezza della donna sui rischi connessi al consumo di alcol in gravidanza.

Un messaggio di civiltà e di solidarietà ma soprattutto di buon senso a cui le donne italiane sanno sempre ispirare le scelte salutari per sé e per i figli.

**a cura di Emanuele Scafato**

Osservatorio nazionale alcol, Cnesps-Iss

# CI HANNO LASCIATI



## Ricordi di Paolo Spadotto

Caro Paolo,  
quando quel lunedì sera ci hai salutato con il tuo solito sorriso dandoci appuntamento per il lunedì successivo, non avremmo mai neanche lontanamente immaginato che quella sarebbe stata l'ultima volta che ti avremmo visto... Avevi tanta fretta di andar via Paolo che non ci hai dato il tempo di salutarti!

Vorremmo poter rivivere quel momento per alzarci ed abbracciarti, come si fa con un fratello. Siamo consape-

voli e rattristati per aver perso per sempre un grande amico, solare, generoso e con una calma che dava tanta serenità nell'animo... un amico che conosceva l'umiltà.

Non ti dimenticheremo mai e quella sedia che hai sempre occupato tra noi sarà e rimarrà sempre tua!

Ciao Paolo.

*Alessandro e Pierina*

### 651 giorni

651 era il numero dei giorni riportato sul quaderno sotto il nome di Paolo.

Che tutti intendono quel numero come i giorni di astinenza, di quando ci si toglie qualcosa, ma io invece lo penso come il numero dei giorni di presenza, di quando cioè ci si aggiunge qualcosa, ossia di quando una persona entra a far parte della vita delle altre, e viceversa, come accade nei nostri gruppi.

651 giorni non sono tanti per conoscere a fondo una persona, permettono al più di mettere a fuoco alcuni tratti del carattere.

Paolo è arrivato in silenzio, perché era un tipo silenzioso, di poche parole e gli piaceva ascoltare, e sempre potevi scorgerlo attento a seguire con profondo interesse i racconti degli altri. Ma era curioso e spiritoso, e spesso faceva domande o punteggiava con le battute.

Paolo arrivava sempre allegro e lo vedevi che era contento di venire, e tante volte diceva che non vedeva l'ora che arrivasse il lunedì per stare in compagnia.

Paolo partecipava, e non si è mai tirato indietro quando era il turno di fare il diario, meno ancora quando gli si è proposto di fare il presidente. Ed era contento di andare anche a quelle riunioni, dove, diceva, poteva ascoltare altre storie non diverse dalle nostre, ma sempre interessanti e dalle quali c'erano tante cose da imparare.

Paolo veniva sempre con Gabriella, e sempre battibecava un po' con Gabriella, ma alla fine si apriva in un sor-



riso, che a vederlo era disarmante, perché era un sorriso vero amplificato dagli occhi, impossibile da resistere, ed infatti Gabriella a sua volta sorrideva, ed allora tornava la pace: pioggia e sereno.

Impossibile immaginare Paolo senza Gabriella, altrettanto impossibile immaginare Gabriella senza Paolo. Tanto calmo uno, tanto irrequieta l'altra. Ma era chiaro che pur con caratteri così differenti si erano piaciuti fin da giovanissimi ed avevano continuato a piacersi per tutto quel tempo e se lo dicevano sempre tra un battibecco e l'altro: avevano un gioco di complicità e di riti così raffinato dal tempo che è il segno che distingue due persone che si vogliono bene da sempre.

Quando Paolo parlava delle sue tre figlie era orgoglioso, e le sere che erano venute ad accompagnarlo era radoso, e lo capivi che insieme a Gabriella ti stava mostrando quanto aveva di più prezioso. Loro parlavano e lui stava a guardarle sorridente, come se fosse quella la prima volta che le vedeva.

Paolo è andato via in silenzio, perché era un tipo silenzioso.

Ed è vero che ci sono silenzi che dicono molto di più delle parole.

*gli amici del Club 6 S. Agnese*

# DALLA REDAZIONE

**Buone Feste a tutti!**



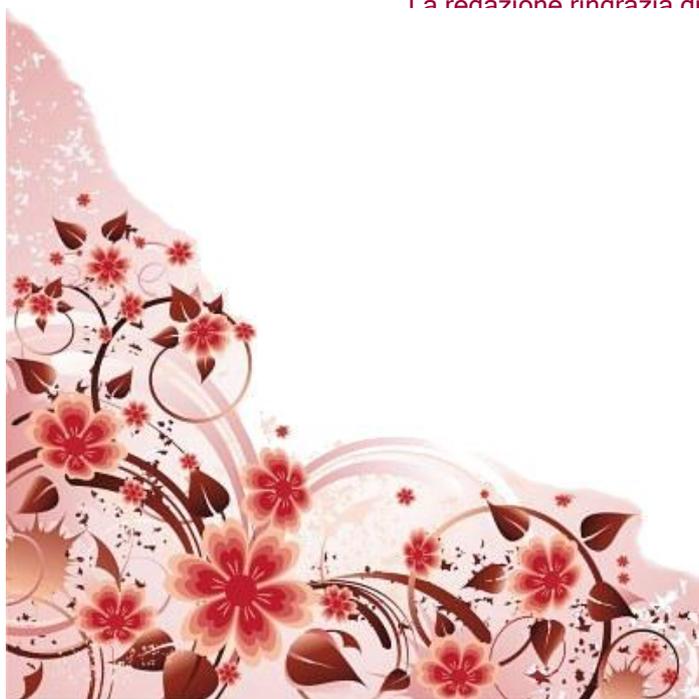
## **Materiale per Percorsi**

La redazione ringrazia di cuore le persone che hanno inviato i loro contributi.  
te il materiale all'indirizzo [acatportogruaro@libero.it](mailto:acatportogruaro@libero.it)

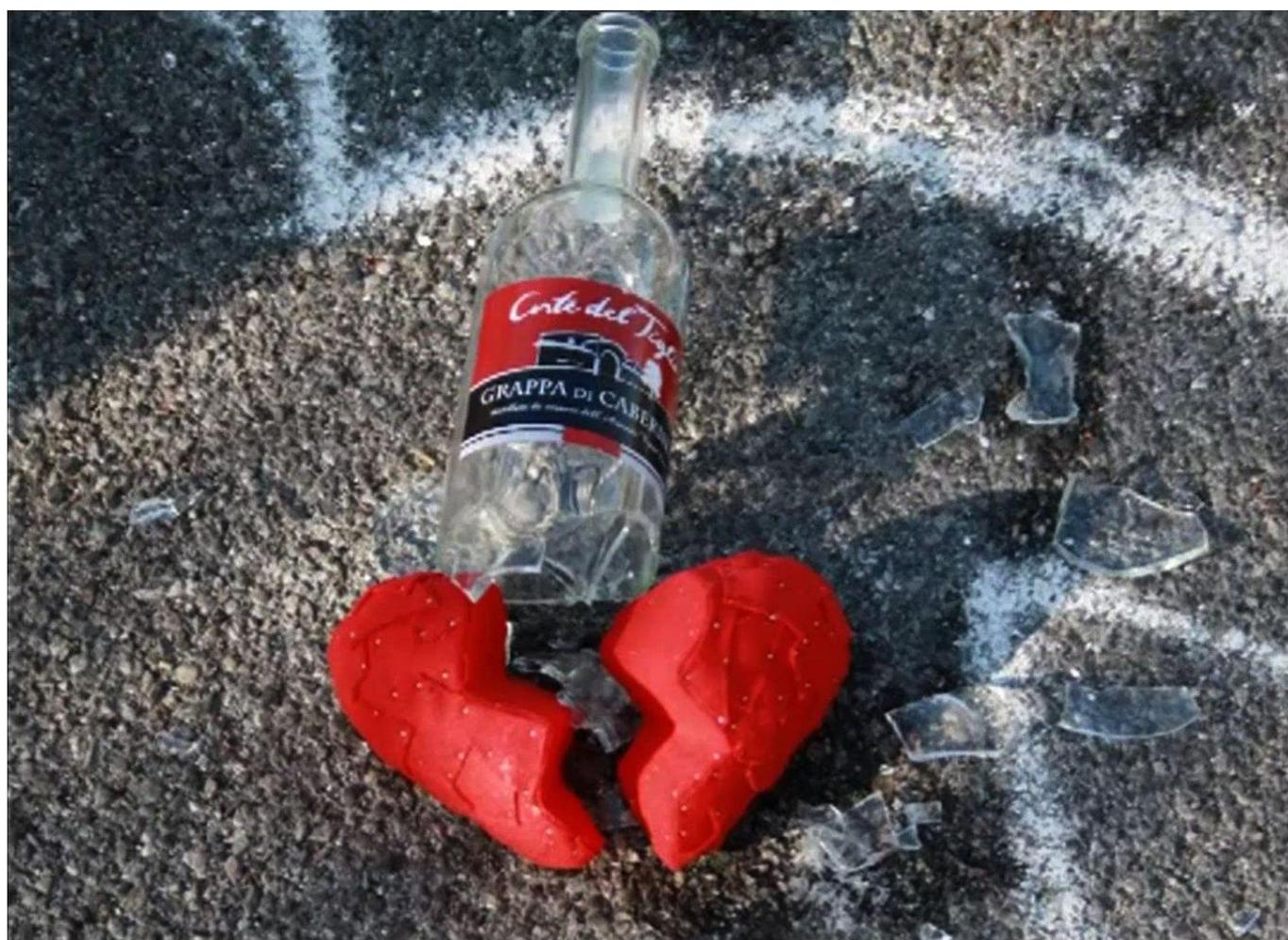
## **Contatti**

Il nostro indirizzo postale è:  
A.C.A.T. PORTOGRUARESE  
redazione di "PERCORSI"  
via Seminario 1/A  
30026 PORTOGRUARO

potete contattarci anche via fax al numero 0421 72038



**LA FELICITÀ  
È A DISPOSIZIONE DI TUTTI  
MA NON È REGALATA  
A NESSUNO**



**A.C.A.T. Portogruarese - Onlus**

**ASSOCIAZIONE DEI CLUB ALCOLOGICI TERRITORIALI**

via Seminario n° 1/A

30026 PORTOGRUARO (VE)

Nr. Iscr. Reg. VE 0001 del 06/08/97 - Cod. Fis. 92007580274

Tel. e fax 0421 72038

e-mail: [acatportogruaro@libero.it](mailto:acatportogruaro@libero.it)



**ARCAT VENETO**

Associazione Regionale dei Club  
degli Alcolisti in Trattamento