

LA VOCE

**In caso di mancato recapito inviare
a UDINE CPO per la restituzione al mittente
previo pagamento resi**

TAXE PERÇUE
TASSA PAGATA

Comitato di redazione: Pasut Aida, Barbara Cleri
Grafica e stampa: Tipografia Tomadini - Udine



DELL'ACAT

Numero 1 - Giugno 2022 - Aut. Trib. Udine n. 19 del 10.10.2008 - ISSN 2611-8122
Pubbl. semestrale - Poste Italiane s.p.a. - Spediz. in abb. postale D.L. 353/2003
(conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 2, DCB UDINE
Edito a cura dell'Associazione Club Alcolisti in Trattamento - Dir. responsabile: Massimo Radina
33100 Udine - Via Diaz, 60 - Tel. 0432 25284 - Cell. 333 9029545
www.acatudinese.it - acatudinese@gmail.com - acat@acatudinese.it



Foto di copertina: Tagliamento

Editoriale

Buon giorno a tutti voi.

Dopo due anni di pandemia abbiamo ripreso le attività di quasi tutti i C.A.T. già perché in questo lungo periodo molte Famiglie, con tanti anni Astinenza, e senza nuovi ingressi (da molto prima che succedesse tutto questo) hanno deciso di lasciare. E cosiché ben cinque (5) C.A.T. sono sospesi, per anni sono andati avanti nella speranza di nuovi ingressi ma non è successo così hanno deciso a malincuore di sospendere le riunioni.

In questo 1° semestre 2022 siamo ripartiti da Assisi; congresso molto partecipato e sentito non solo perché finalmente era in presenza ma si festeggiava i 30 anni del Congresso ad Assisi.

Le zone stanno riprendendo gli incontri per riorganizzare S.A.T., Serate, interclub, e altro.

È importante la presenza dei S.I. per il confronto e dei presidenti perché sono le zone a decidere cosa fare e come sul territorio.

Stiamo organizzando Festa Insieme per passare un paio d'ore in compagnia e spensieratezza.

Da parte mia, di Giuliano e di tutto il direttivo volevamo



ringraziarvi per la fiducia e il supporto che ci avete confermato in tutti questi anni, vi ricordo che a dicembre 2022 scade il nostro mandato e servono persone che vogliono portare avanti il lavoro, far crescere e conoscere la nostra realtà che esiste e resiste da 41 (quarant'uno) anni, sarebbe assurdo che dopo tutto ciò che è successo l'A.C.A.T. Udinese venisse commissariata /vorrebbe dire smembrata, divisa, e o forse chiusa); perciò vi invito seriamente a trovare le motivazioni e le persone perché una Realtà come la nostra non debba scomparire. Se ci impegniamo riusciamo a trovare un po' di tempo da dedicare a questa bella realtà, dopo tutto i C.A.T. ci hanno dato una speranza di vita, di futuro, di cambiamento e l'A.C.A.T. è la fonte di tutto questo. Grazie dal profondo del mio cuore per tutto questi anni ricchi di impegni, di fiducia, di solidarietà. Grazie per essere sempre stati, per avermi supportata nei momenti difficili.

Per me è stato un onore rappresentare le Famiglie dei C.A.T. in tutte le occasioni che mi sono state offerte, orgogliosamente da Servitrice di C.A.T. ho potuto decantare le virtù dell'A.C.A.T. Udinese.

Spero vivamente che ogni C.A.T., zona ci siano persone disposte a farsi carico di questo che è sì un onere ma soprattutto un onore

*La presidente
Aida Pasut.*

VERBALE DELL'ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI 18 MARZO 2022

Il giorno 18 (diciott) del mese di marzo dell'anno 2021 (duemila ventidue) alle ore 18,00 presso L'Auditorium Comunale di via Roma a Passignano di Prato (UD) si è riunita in seconda convocazione, essendo la prima del 17 marzo 2022 alle ore 06,00 presso la sede dell'A.C.A.T. Udinese, andata deserta, l'Assemblea Ordinaria dei soci dell'ACAT UDINESE APS per discutere e deliberare sul seguente Ordine del Giorno:

1. Bilancio consuntivo dell'anno 2021 e preventivo anno 2022
2. Relazione illustrativa svolta nel 2021
3. Relazione programmatica anno 2022
4. Finalità e obbiettivo 2022
5. Varie ed eventuali.

La Presidente dell'Associazione,

la quale nomina segretario di seduta dell'Assemblea la socio sig.ra Pasut Aida, segretaria e tesoriere Dorigo Giuliano, Il socio Visentini Giovanni presidente.

Lo stesso presidente preso atto della regolarità della convocazione, della presenza di n° 33 (trentatré) soci più n° 19 (diciannove) deleghe e conseguentemente del numero legale dei soci (art. 12 dello Statuto), dichiara aperta la riunione.

Dorigo Giuliano, segretario e tesoriere dell'Associazione illustra dettagliatamente il bilancio 2021 (quest'anno è più scarno di voci specifiche causa le nuove normative) Si notano poche presenze troppe persone hanno paura dell'infezione o sono positive malgrado i vaccini o i C.A.T. non sono stati riaperti.

Ad oggi i C.A.T. sospesi sono 10 (dieci) pertanto sono diminuiti i soci. Dorigo e la Presidente ribadisce che è dal 2005 che la quota da versare all'A.C.A.T. è di 5 euro.

Visto il momento difficile non viene chiesto l'aumento del versamento ma visto che all'interno dei C.A.T. tutti hanno lo stesso trattamento è giusto e doveroso che non solo che tutti versino la quota, per questo motivi il bilancio è in negativo, molti C.A.T. hanno fatto il versamento del 4° (quarto) trimestre a gennaio e non a dicembre.

Le entrate dei comuni passano all'A.C.A.T. ma tornano contributi per serate- S.A.T. (scuola algologica territoriale) partecipazione a congressi -convegni- interclub-e versamento auote all'A.C.A.T

ACAT UDINESE LA RIPARTENZA

La pandemia ha azzerato tutto quasi il lavoro fatto, perdendo il piacere dello stare assieme, il confrontarsi, il piacere di partecipare all'incontro settimanale con l'altro ed incominciare a ritrovare sé stesso, in un percorso di sobrietà per un sano stile di vita.

Bisogna ritrovare il piacere di lavorare assieme, fare programmi che si possono tradurre in atti concreti per recuperare le tante persone che si sono allontanate dal Club, ma anche le tante persone che sono in difficoltà e non sanno cosa fare o dove andare, per trovare una modalità di recupero della situazione di disagio personale e sociale.

Le varie strutture pubbliche e private: Sert, alcologia, assistenti sociali, medici di base, associazioni e club) debbono trovare o ritrovare una nuo-

va modalità di lavorare assieme per il bene delle persone che si trovano in difficoltà.

La situazione attuale è abbastanza critica, mancanza di partecipazione, scarsa collaborazione tra le varie componenti (Pubbliche e private).

Sarebbe il caso di ricominciare una nuova stagione tenendo conto di quanto è successo ma rivolto al futuro con ottimismo perché se si lavora uniti il futuro sarà sicuramente migliore.

Luciano Calò

CLUB 10 E 12 "UNITI PER LA SALUTE" DI FAEDIS UNA PORTA APERTA ALLA COMUNITÀ

Il nostro sistema prevede l'apertura verso la comunità con lo svolgimento del Terzo Modulo.

Perché serve il Terzo Modulo? A farci conoscere. A far conoscere il club, che ha come scopo fare riflettere le persone al fine di un possibile cambiamento di fronte al bere.

Durante le nostre riunioni, parliamo spesso della difficoltà di incontrare le famiglie bisognose.

Questa volta l'occasione è giunta con l'arrivo dei profughi ucraini.

Ci siamo subito attivati per aiutarli in qualche modo e farci conoscere.

Abbiamo allestito un banco vestiaro dove possiamo incontrare queste persone ed altre, del paese, che necessitano aiuto.

Questa idea è stata accolta con entusiasmo dai componenti dei Club, affiancati da molti volontari e dall'amministrazione comunale: sindaco e assessore al sociale. Grazie alla generosità dei proprietari del locale e di alcuni sponsor, si è potuto aprire il Banco solidale.

Un'altra iniziativa è stata quella di avviare la "pizza sospesa", accolta con molto favore.

Tutto questo ci ha dato la possibilità di avvicinare concretamente la popolazione e di farci conoscere.

È un'esperienza che ci fa capire come l'aiuto disinteressato verso il prossimo, gratifichi chi lo riceve ma anche chi lo dà.

Grazie e cordiali saluti.



XXX CONGRESSO NAZIONALE DI SPIRITUALITÀ ANTROPOLOGICA

E DI ECOLOGIA SOCIALE

UNA NUOVA SPIRITUALITÀ ANTROPOLOGICA
“FRATELLI TUTTI”

Dopo due anni di assenza da Assisi, io e Angela torniamo piene di entusiasmo all'incontro di questo splendido luogo unito al piacere di rivedere tante persone “care” che abbiamo avuto la fortuna di incontrare durante i precedenti Congressi (ormai sono 17 quelli che abbiamo potuto frequentare). Quest'anno c'è il piacere di essere accompagnata da due carissime amiche: Francesca e Silvana ex colleghe di lavoro, che si sono dette entusiaste dell'esperienza vissuta. Mi fa piacere portare ogni anno qualcuno di nuovo perché sono convinta sia una forma di divulgazione delle nostre idee su alcol ed altro e nell'esistenza dei nostri club. Più ci facciamo conoscere e più persone potranno rendersi conto di ciò che si fa nei Club e quanto sia importante la frequenza agli stessi.

Non ricordo chi l'ha pronunciata, ma è una frase che mi molto colpita” Mi dicevano tutti quanto fa male ma nessuno mi aveva mai detto quanto si sta bene senza”. Penso che racchiuda una filosofia di vita, e quindi, più si fa conoscere quali siano i problemi alcol e correlati e più le persone saranno consapevoli di questa differenza di stile di vita.

Quest'anno poi, nel trentennale, con due anni di assenza carichi e in crisi per la Pandemia prima e poi per l'atroce guerra poi, che ci sfiora così da vicino, il titolo del congresso” UN NUOVA SPIRITUALITÀ ANTROPOLOGICA FRETELLI TUTTI” a me pare proprio azzeccatto, se si può dire.

Non “tutti fratelli” ma” fratelli tutti” proprio perché S Francesco ha detto tutti siamo fratelli in quanto apparteniamo alla specie umana; ma

il “tutti” messo come secondo termine diventa: abbiamo bisogno di tutti, senza esclusioni di nessuno “e, solo accettando questo concetto riusciremo a ottenere ciò che ci proponiamo. Purtroppo, come dice Papa Francesco, siamo vittime di una legante cultura dell'Indifferenza, che rasenta il cinismo, pensiamo solo a noi stesso ed ai nostri interessi. Sì, con la guerra in Ukraina, c'è stato un movimento molto forte di solidarietà verso questo popolo aggredito. A me personalmente salta agli occhi la differenza che usiamo nel trovare e considerare questa gente e “quella che arriva sui barconi” dove dei disperati che pure fuggono dalla guerra o dalle persecuzioni, vengono da noi percepiti come pericolo o fastidio per le nostre vite.

Non è semplice, certo, non è facile accettare questa migrazione di massa, ma, se ci pensiamo molti dei nostri avi sono stati migranti e la storia si ripete ma pensiamo anche che noi abbiamo il benessere (certo dobbiamo lavorare) però tanti anzi tanti tanti hanno anche il surplus se non il lusso o quanto altro basterebbe rinunciare a qualche cosa per aiutare molti, per sfamare popoli interi. Certo è una utopia, ma la speranza è dura a morire.

“FRATELLI TUTTI” dunque, dovremmo abituarci a mettere prima di tutto al centro le persone e, solo in

un secondo tempo il problema, non è semplice perché i problemi sono complessi ed è difficile sopra tutto superare le differenze religiose e culturali.

Penso, però che nel nostro piccolo, nei nostri club, noi riusciamo, anche senza fare grandi cose, a creare condizioni, fraternità, empatia, capacità di ascolto, dialogo e assunzione di responsabilità ed anche ricerca di pace, perché nei nostri club si inizia piano piano a gestire i conflitti famigliari e si costruiscono relazioni fino a formare quella famosa rete di cui ci sempre parlato il professore Hudolin. Sono sempre più convinta che la sincerità e la pace che si riesce a costruire al club, anche inconsapevolmente, la porteremo fuori fra la gente, nelle nostre comunità e quindi nella società e, questo non mi sembra poco!

Abbiamo sentito tanto ripeterò che se ognuno si impegnerà a fare la nostra parte poi, tutti insieme creeremo la pace tanto agognata. Quindi mi sento di dire, che veramente dubbiamo capire quale sia l'importanza dei nostri club e come dobbiamo spronare la gente a frequentarli.

Quindi “FRATELLI TUTTI” perché nessuno deve essere escluso ma aiutato a riappropriarsi della mia identità e della sua vita

Con affetto
MARISA





DA CASSACCO AL CONGRESSO

Ci sono vari momenti formativi messi a disposizione delle famiglie e dei servitori-insegnanti per restare al passo con il “metodo hudolin”.

Si comincia con la partecipazione alla settimana di sensibilizzazione ai problemi alcolcorrelati e complessi, per poi proseguire con la pratica settimanale al club e ancora riunioni, interclub, corsi monotematici, scuole alcolologiche territoriali di primo, secondo e terzo modulo.

Co-conduzioni o conduzioni di gruppi, di nuovo nelle settimane di sensibilizzazione e ancora ci sono i due appuntamenti congressuali annuali: quello fisso di fine primavera ad Assisi, dedicato alla spiritualità antropologica e quello delle famiglie dei Club Alcolologici Territoriali che si svolge con sede itinerante nelle diverse regioni italiane ogni autunno.

Non è tutto e potrebbe sorprendere la quantità di appuntamenti proposti dal metodo formativo hudoliniano ma di questa offerta ognuno è libero di prendere quello che più gli interessa, più gli comoda, più gli necessita... ricordando che tutti imparano da tutti, tutti possono contemporaneamente imparare e insegnare qualcosa in maniera reciproca e assolutamente paritaria.

Personalmente, mi aggrada molto il congresso di Assisi, lo aspetto ogni anno come un momento di incontro e confronto con altre persone che percorrono il mio stesso sentiero.

Non solo, anche a livello introspettivo diventa un momento di verifica e di incoraggiamento, come non trarre vigore da testimonianze sorprendenti, profonde e veritiere.

E poi il viaggio, sia di andata che di ritorno, mi sento a mio agio fin dal primo minuto, in compagnia di persone che sanno ascoltare e che

ASSISI 2022

Finalmente Assisi! Dopo due anni di sospensione del Congresso in presenza, causa pandemia, si è svolto (finalmente!) il 30° Congresso di Spiritualità Antropologica ed Ecologia Sociale. Anche l'ACAT Udinese, con un gruppo di 25 persone ha voluto essere presente a questa ripartenza.

Interessanti i contributi delle varie persone che hanno testimoniato la grande valenza di questo imperdibile appuntamento.

Così come è risultato molto importante il lascito conclusivo di questa tre giorni, dove si è ribadito il concetto di sobrietà come “valore politico”, come “cultura che poggia su concetti generatori di bene” di relazioni buone e feconde, di CORRAGGIOSE PRESE DI COSCIENZA, di senso globale dell'ecologia, personale, familiare, sociale, politica.

Fra i concetti espressi nei vari gruppi di lavoro sono da rimarcare come nei Club si possa “superare l'idea della necessità della ‘porta aperta’ ma di uno spazio relazionale ed emozionale nella e dalla Comunità”.

Così come “il Club deve guardare alla persona e alle sue relazioni e non necessariamente alle sostanze”. Ma soprattutto “accogliere tutti e nella proposta di cambiamento comportamentale far riflettere circa il consumo di alcol, che è ancora considerato normale nella cultura generale” e quindi “non aiutiamo e non facciamo per gli altri, bensì agiamo con gli altri e facciamo insieme”. “Possiamo e dobbiamo essere credibili nelle nostre comunità come promotori di salute costruendo relazioni fraterne con le Associazioni e le realtà del territorio”.

Il Club è scienza ed esperienza. Più che uno strumento operativo è una cultura, un modo di intendere e di vivere la relazione di aiuto, “sapendo che la sofferenza umana è la forza primordiale che alimenta ogni cambiamento e ogni progresso (Hudolin)”.

Valdi Enzo Brunasso



◀ vogliono essere ascoltate.

L'Acat Udinese (e di questo ringrazio) riesce sempre a collocare i propri partecipanti alla Cittadella, lo voglio sottolineare perché oltre che ad essere in centro ad Assisi e sede del congresso, è un luogo che riesce a farci vivere qualche giorno con uno spirito francescano, lontano da superflue comodità.

Assisi 2022 aveva come titolo "Fratelli tutti", non "tutti fratelli" come dichiarazione teorica di intersoggettività, ma bensì "fratelli tutti" come passaggio o "conversione" dall'universale astratto alla concretezza di un autentico incontro quotidiano, consapevole e aperto che veda, accolga e dia spazio a tutti, proprio tutti, qui ed ora.

*Dario
club 180 - Cassacco*

DAL BASSO ISONTINO AL CONGRESSO DI ASSISI



Sono Nives, servitore insegnante. Quest'anno è la terza volta che partecipo al Congresso di Assisi. Ogni volta è un'emozione unica e indescrivibile, ti prende il cuore e la mente, incontrare tante persone che raccontano la loro storia di sofferenza ma ne escono fortificate, da un percorso intimo e intenso di pensieri e stili di vita che nel tempo hanno dato il rag-

giungimento di sobrietà e stili di vita diversi. "Fratelli tutti" e Tutti fratelli nella propria diversità, fratelli di testa e di cuore, oggi siamo. Qui e da qui ripartiamo.

Con l'augurio di rivederci presto. Un caro saluto a tutti i partecipanti dell'Acat Udinese, sono stati tre giorni intensi ed emozionanti. Grazie mille.

La mia mail è:

adam49@gmail.com

Nives Adam.

Buon giorno a tutti. Sono stata al Congresso di Assisi, volevo cercare di spiegare a quanti hanno pazienza di leggere che cos'è Assisi. Io ci vado da qualche anno, ma l'emozione è sempre la stessa. Pensare di essere lì nella verde Umbria, gli spazi x riposare gli occhi, la città. Così piccola in fondo, ma così grande. Un posto dove cammini e tocchi la storia. La storia della cristianità, così viva. Che ti entra dentro. Riaffiorano i ricordi d'infanzia Francesco e il lupo, le tortorelle, leggenda e storia si intrecciano, entrano dentro di te e ci restano. In questa atmosfera c'è il nostro Congresso. E, questo nostro, è una cosa viva in questo posto. Siamo in tanti, nonostante il periodo appena

trascorso. Siamo tutti uguali nella nostra diversità. Molte persone le riconosco, le saluto e, le ascolto. Persone che come me parlano della loro storia. Storie di vita diverse e tutte uguali, c'è Padre Antonio Dall'Oglio che ci parla di pace. Parole, sempre le stesse e sempre nuove, ti entrano dentro e ti meravigli di come esse prendano vita. Il Congresso di Assisi non si può raccontare, bisogna viverlo.

Elvi Spagnul





RIFLESSIONI DI UN SERVITORE

Mi dispiace vedere che in alcune zone i C.A.T. o meglio i Servitori e Presidenti siano presenti e decidano di lavorare per le famiglie e per il territorio. Tutti assieme con un confronto diretto, leale, mentre in altre zone la partecipazione è scarsa è presente meno la metà dei C.A.T.: Si potrebbe fare, bisognerebbe organizzare ma..... siamo in pochi.

Già perché se una cosa la decidono 3 /4 C.A.T. su 10 /12 allora non va bene poiché sono loro che decidono e gli altri?

Se la zona è unita anche se nei C.A.T. ci sono poche Famiglie alla fine fra tutti i C.A.T. non saranno poche.

Avere idee non vuol dire esporle ed essere in prima persona a partire coinvolgendo gli altri. Questo è lo spirito del CLUB solo vai lontano ma sarai sempre solo. Assieme ci si aiuta e comunque più lentamente (forse) ma arriveremo lontano ma ASSIEME!!

I PROPRI LIBRI

Ognuno, con i propri libri, ha il diritto di fare quello che vuole.

C'è chi li tratta con devozione assoluta e si guarda bene dall'intaccarne la perfezione e chi, invece, riempie le pagine di segni, appunti e sottolineature.

(Io - lo ammetto - faccio parte della seconda scuola).

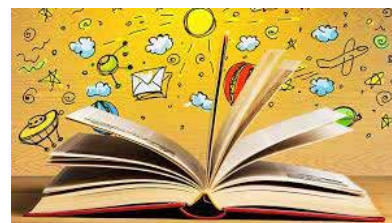
C'è poi, a un polo, chi sottolinea con matita e righello e, all'opposto, chi usa penna o evidenziatore un po' come viene.

Capita che i primi guardino con orrore i secondi, e che i secondi considerino ossessivi i primi.

Quel che scegliamo di sottolineare di un libro, in fondo, racconta ciò che desideriamo essere; il modo in cui sottolineiamo, invece, dice molto su quello che siamo davvero.

Quando poi capita di prendere in mano libri del passato con vecchie sottolineature, a volte sembra di avere di fronte un oggetto capace di raccontare di noi molto più di un diario. Gli appunti a margine sono spesso vere e proprie radiografie, e ci fa tenerezza vedere cosa e come avevamo scelto di mettere in evidenza. Proviamo imbarazzo nell'osservare quello che ci era sfuggito.

Perché a volte sottolineare è più intimo che scrivere, e certe linee sono



vere e proprie confessioni.

Un pensiero a parte, poi, meritano le orecchie ai libri, capaci di far saltare sulla sedia in molti, persino più degli evidenziatori.

Il fatto è che per quelli come me fare le orecchie (ai libri propri e non a quelli di altri, sia chiaro) è un modo per far vivere il libro, per trasformare un burattino di carta in un bambino che con le sue nuove orecchie acquista spessore (in tutti i sensi). Piegare gli angoli delle pagine è un atto quasi carnale, e vale la pena ricordare che è praticabile solo su supporto cartaceo (sconsiglio di farlo con un lettore di eBook).

Alcuni pensano che il rispetto si eserciti nel lasciare le cose così come sono, mentre altri sono convinti che si possa amare qualcosa solo permettendole di cambiare. Così come alcune persone amano intensificare il proprio corpo con i tatuaggi e altre si impegnano a tenerlo intonso. Insomma, ognuno ha il diritto di fare un po' come gli pare. Non c'è un modo migliore degli altri: vale la pena sottolinearlo.

A penna.

UN ABBRACCIO ALLA BAMBINA CHE ERO

Un abbraccio alla bambina che ero... timida e insicura.

A quella bambina
Delicata e sensibile
Che ha pianto,
ha sofferto,
si è sentita sola.

Un abbraccio alla donna che sono diventata, testarda e imperfetta ma sempre sincera, guerriera con il cuore sempre troppo scoperto.



Alla donna che sta cercando di migliorarsi e che non smette mai di sognare.

Per la donna che sono, per tutto l'amore che ho dentro, per le mie vittorie e le mie sconfitte, per tutte le volte che mi sono rialzata, per tutti i mostri che ho affrontato.

Un abbraccio alla bambina che sono ancora e che sarò sempre, con le favole nel cuore e mille sogni dentro gli occhi...



QUANDO IL GIOCO NON È PIÙ UN GIOCO

L'attività lavorativa principale del bambino è il gioco. Per lui è una cosa seria. Attraverso il gioco impara in modo spontaneo ad essere creativo, sperimenta le proprie capacità, inizia a relazionarsi con altri bambini, acquisisce esperienze, abilità sempre più avanzate. L'esperienza del gioco risulta, quindi, fondamentale per lo sviluppo intellettuale e la crescita della persona. Le attività ludiche evolvono con la crescita ma rimangono sempre un aspetto fondamentale della vita di ogni individuo per la dimensione spensierata che l'esistenza prevede.

Inoltre, è importante ricordare che il gioco insegna a vivere meglio e con allegria. È una occupazione che ha in sé la capacità di gratificare senza avere uno scopo preciso o senza essere finalizzata necessariamente ad un risultato da raggiungere.

Ha il grande potere di creare uno spazio di distacco dalla situazione del momento mettendo da parte preoccupazioni e ansie quotidiane, favorendo così il recupero di energie fisiche e mentali.

Il motore principale del gioco è il piacere che deriva dalla pratica di questo ed è naturale, quindi, la propensione umana a ricercare e ripetere comportamenti dai quali deriva facilmente uno stato di benessere gratuito e poco faticoso.

Nella pratica dell'azzardo, però, entrano "in gioco" diversi altri fattori che vanno a confondere la funzione

ludica del gioco così come brevemente descritta sopra.

Non vi sono, innanzitutto, gli elementi di creatività spontanea e gratuita ma piuttosto di rischio per la posta in denaro e per la capacità che questo ha di creare dipendenza quando la ricerca della vincita col gioco diventa sempre più frequente e compulsiva.

Si tratta di una dipendenza in assenza di sostanza ma data da un comportamento ripetuto che dà luogo a problemi fisici, psichici, sociali, finanziari e spesso anche legali.

Viene facilmente, ma erroneamente, considerata un "vizio" anche se in realtà è una malattia e come tale può essere curata. È una patologia caratterizzata dalla incapacità di resistere all'impulso di giocare somme di denaro sempre più elevate e dalla comparsa di sintomi astinenziali.

I sintomi della malattia sono quelli comuni a tutte le dipendenze:

- preminenza: il gioco ha la precedenza sugli altri interessi, svaghi, attività e a scapito del lavoro, degli affetti e cura della persona stessa.
- influenza sul tono dell'umore: si passa dall'eccitazione alla depressione e viceversa.
- tolleranza: necessità di giocare sempre più spesso per stare bene.
- astinenza: ansia, insonnia, irrequietezza, tremori, pensieri nefandi alla sospensione del gioco
- ricadute dopo la sospensione

Oltre a ciò nell'azzardo vi sono altre manifestazioni specifiche:

- conflitti interpersonali (con familiari, amici e colleghi)
- dopo le perdite il giocatore è spinto a ritentare per recuperare
- egli conta sugli altri per procurarsi denaro e chiede prestiti o vende beni personali e familiari
- il giocatore mente per nascondere l'entità del gioco
- costante presenza di problemi economici, debiti

Il carattere distintivo resta sempre comunque, come per le altre dipendenze, l'incapacità dell'individuo di mitigare il comportamento nonostante l'insorgere di importanti conseguenze negative che constata quotidianamente. Nel gioco la compulsione produce emozioni positive a cui la persona non riesce a rinunciare. Spesso, infatti, continua a giocare nonostante gli ingenti sforzi per controllare, ridurre o interrompere il comportamento. Le azioni legate alla dipendenza sono volte a dare piacere e rappresentano spesso una via di uscita dalla sofferenza emotiva o fisica e questo favorisce l'incapacità di controllarle.

Non a caso l'insorgere della patologia può essere facilitata da alcune situazioni come momenti di forte stress o avvenimenti particolarmente difficili e delicati della vita della persona quali ad esempio lutti, perdita del la-



DIPARTIMENTO DELLE DIPENDENZE

Corsi per smettere di fumare 2022

I corsi sono organizzati dal SerT con la collaborazione della Coop CoSMO

Sono previsti 10 incontri serali suddivisi in 3 settimane

Per informazioni e iscrizioni

tel. 0423 806635 oppure 0432 806650-51 dalle 9.00 alle 17.00

MESE	DATA INIZIO	SEDE
Marzo 2022	Lunedì 12 ore 19.00	ASUFC via Pozzuolo 330 - Udine
Giugno 2022	Lunedì 13 ore 19.00	ASUFC via Pozzuolo 330 - Udine
Settembre 2022	Lunedì 12 ore 19.00	ASUFC via Pozzuolo 330 - Udine
Ottobre 2022	Lunedì 12 ore 19.00	ASUFC via Pozzuolo 330 - Udine
Novembre - Dicembre 2022	Lunedì 12 ore 19.00	ASUFC via Pozzuolo 330 - Udine

voro, separazioni. Situazioni sensibili per esempio sono generalmente per gli uomini la perdita del ruolo lavorativo, e quindi il pensionamento, e per la donna la menopausa, la vedovanza o l'uscita da casa dei figli (sindrome da nido vuoto). Queste situazioni sono molto rischiose perché il gioco ha una funzione quasi "anestetica" con la sua capacità di creare una sorta di distacco temporaneo dalla realtà, distacco che permette di mettere da parte la preoccupazione e le ansie del momento ma anche l'insinuarsi della dipendenza.

È importante quindi riconoscere in anticipo i segnali precoci, gli indizi che permettono di intravedere un possibile sviluppo dell'uso del gioco d'azzardo che da sociale può virare a patologico.

In che modo possiamo capire se sta diventando una malattia fuori controllo?

Bisogna osservare diversi ambiti: l'area del gioco, l'area dell'umore, quella del comportamento e l'area economica/legale.

Per quanto riguarda l'area del gioco, un segnale importante è l'aumento della frequenza delle giocate che sono sempre più ravvicinate e con una frequenza sempre maggiore di accessi ai luoghi di gioco. Qualsiasi scusa è motivo per "fuggire" di casa. Anche le ore spese nei siti online o trascorse nei locali con slot, al bar o al casinò aumentano gradualmente.

Ovviamente, contemporaneamente, aumenta il denaro speso e perso.

Si nota una notevole oscillazione e discontinuità nell'umore della persona. A volte è facilmente irritabile e in ansia oppure triste, distratta ed emotivamente distaccata come se la mente fosse da un'altra parte. Infatti, i suoi pensieri sono rivolti al gioco, alle preoccupazioni per i debiti con istituzioni, banche, amici o peggio con usurai. Non mostra più interesse per le attività o le passioni di un tempo, anzi spesso si mostra depressa, aggressiva o violenta se si parla del suo gioco.

Per quanto riguarda i comportamenti, è frequente il peggioramento sul luogo di lavoro o in ambito sco-

lastico con rischio di abbandono. Il giocatore trascura la compagnia di familiari e amici fino ad arrivare all'isolamento. Trascorre molto più tempo fuori casa per recarsi sul luogo del gioco oppure, se in casa, trascorre gran parte del tempo davanti al computer o al cellulare. Si intrattiene con fatica a tavola e gioca online anche la notte sconvolgendo così i ritmi alimentari e del sonno.

Gli effetti concreti si manifestano sul piano economico e legale. Il dipendente che entra in una spirale patologica e compulsiva vive gravi crisi economiche: ha elevate necessità di liquidità per continuare a giocare ma sempre meno soldi a disposizione. Inizia così a non pagare spese come l'affitto, le spese condominiali, il mutuo, le bollette o le spese per la scuola o per la mensa dei figli. Chiede prestiti a familiari e amici con le scuse più disparate e non è in grado di restituirli. Accende mutui anche con banche o finanziarie e a volte con usurai. Sottrae oggetti di valore da casa per venderli. Effettua numerosi prelievi bancari privi di una valida giustificazione. Ogni circostanza di vita, come la festa natalizia o un compleanno o matrimoni, che prevede uso di denaro viene rimandata, posticipata o annullata come può avvenire per le vacanze.

Infine il giocatore può arrivare a compiere furti e truffe giungendo a situazioni estreme come la carcerazione.

Si capisce, quindi, come sia fondamentale intercettare al più presto i sintomi della dipendenza che indicano una virata verso l'uso patologico del gioco d'azzardo, per limitarne i danni nella vita del soggetto e della sua famiglia.

Per queste persone si rende necessario un percorso di recupero che conduca a riconoscere la natura proble-



matica del proprio comportamento, che spesso non viene percepita.

Quale il metodo per trattare il disturbo da gioco d'azzardo?

Come le altre dipendenze, anche quella da gioco d'azzardo viene trattata dal servizio sanitario con percorsi mirati di psicoterapia sistemica relazionale e familiare. Secondo questo approccio la persona è considerata come parte di un sistema di relazioni significative siano esse familiari, amicali, lavorative o sociali.

La tecnica principale adottata nei nostri servizi è quella di gruppi terapeutici familiari attraverso la frequenza dei quali le persone e le famiglie hanno la possibilità di:

- comprendere meglio le funzioni familiari e i ruoli dei diversi componenti
- individuare i punti di forza, le risorse, e di debolezza all'interno del sistema familiare
- trovare, anche con l'aiuto degli altri componenti del gruppo, obiettivi e strategie per risolvere i diversi problemi
- sviluppare le capacità di comunicazione per rendere l'intero nucleo familiare più competente.

Nel caso in cui la persona con disturbo d'azzardo non abbia risorse familiari, viene comunque inserita in gruppo e, oltre a questo, si mettono in atto ulteriori sostegni quali colloqui individuali o supporti di tipo sociale.

Altra parte fondamentale del trattamento consiste nel monitoraggio economico: il giocatore che accetta il programma non potrà assolutamente gestire in alcun modo denaro sia esso liquido che con bancomat, assegni o

in qualsiasi altra forma.

Questo è un punto delicato e difficile da accettare ma è il modo più semplice per far sì che il soggetto non abbia denaro a disposizione e quindi la possibilità di giocare e poter anche riappropriarsi, col tempo, della capacità di autogestirsi.

Durante il percorso amministrare per lui il denaro un familiare e per questo è indispensabile la partecipazione attiva della famiglia. In mancan-

za di questa possibilità, potrà essere attivato un amministratore di sostegno temporaneo.

Naturalmente la persona avrà all'inizio a disposizione la possibilità di piccole somme settimanali concordate per le necessità quotidiane come ad es. il caffè, la benzina o poco altro a fronte di cui, però, dovrà esibire scontrini o prove dell'acquisto. Durante la frequenza possono venire ritarate le modalità di gestione del denaro a seconda dei risultati e di come procede il percorso. Il tutto ovviamente concordato anche con la famiglia o l'amministratore di sostegno e fino alla possibile ripresa dell'autonomia della propria amministrazione economica.

L'equipe che si occupa dei disturbi comportamentali è composta da più professionisti: psicologo, assistente sociale, medico, assistente sanitario, educatore. Il lavoro è svolto in equipe per poter dare risposte

alle varie esigenze della persona e della famiglia nella sua globalità, siano queste di tipo sanitario, sociale o psicologico.

Come si accede al servizio?

Molto spesso non è il giocatore a rivolgersi per primo al servizio ma i suoi familiari. Questi sono preoccupatissimi per i comportamenti legati alla dipendenza del loro parente, delle sue resistenze ad ammettere il problema e per la situazione economica che magari hanno scoperto improvvisamente essere disastrosa.

Il servizio prende in carico e aiuta anche i soli familiari dei giocatori che rifiutano di presentarsi e accettare un percorso di cura per la dipendenza, naturalmente con la prospettiva di coinvolgere in seguito la persona interessata.

Per Udine il problema di dipendenza da gioco d'azzardo viene trattato presso il dipartimento delle dipendenze che si trova in via Pozzuolo 330.

Si può accedere al servizio la mat-

Numeri e indirizzi UTILI

ACAT "Udinese" Onlus

tel. 0432 25284
cell. 333 9029545

Orari di segreteria:

lunedì, martedì, giovedì, venerdì
dalle 16.00 alle 18.00
acat@acatudinese.it
acatudinese@gmail.com
www.acatudinese.it

ARCAT F.V.G.

lunedì, mercoledì e venerdì: mattina
martedì e giovedì: pomeriggio
tel. 0432 562618

Direzione del Dipartimento delle Dipendenze

Udine - via Pozzuolo, 330
Tel. 0432 806534

Tutti i giorni dal lunedì al venerdì
dalle ore 09.00 alle 12.00
il mercoledì dalle ore 14.00 alle 17.00
e-mail: dipdip@ass4.sanita.fvg.it

Sedi periferiche e distrettuali

Cividale, c/o Distretto sanitario di Cividale,
via Carraria, 29 - terzo piano
su appuntamento tel. 0432 1796356
Lunedì e mercoledì 09.00 - 13.00
martedì 14.00 - 18.00
e-mail: alcologia.cividale@asufcsanita.fvg.it

Gemona del Friuli

Per contatti Psicologa e Ass. Sociali
tel. 0432 989290 - Infermieri 0432 989216

Tarcento, via Coianiz 2 - tel. 0432 780216
Lunedì 09.00 - 13.00

e-mail: diego.pituello@asufc.sanita.fvg.it
elisa.cantarutti@asufc.sanita.fvg.it

Tricesimo

presso il Distretto Sanitario
via dei Carpini, 3 - Primo piano
tel. 0432 882372

mercoledì e giovedì 15.00 - 18.00
venerdì 09.00 - 12.00

e-mail: diego.pituello@asufc.sanita.fvg.it

S. Daniele tel. 0432 949345

Codroipo, presso la sede del Polo Sanitario
viale Duodo 82, tutti i giorni per appuntamento
tel. 0432 909147

ANDI E NON SOLO SEZIONE DI UDINE APS RICOMINCIARE

L'Andi e non solo (Associazione Nazionale Dimagrire Insieme) è nata a Cordenons nel 1988 e attualmente ci sono gruppi in Friuli Venezia Giulia e Veneto.

È un'associazione di Promozione Sociale che mediante i Club di auto-mutuo-aiuto si occupa di problemi legati all'obesità e al sovrappeso, con riunioni settimanali.

Inoltre organizza corsi di formazione per soci/e e di informazione sul territorio per farsi conoscere nel territorio. Serate a tema affrontando i problemi legati alla salute, con la partecipazione di professionisti.

L'ANDI e non solo - Sezione di Udine - APS opera dal 1992 con club che sono presenti a Udine, Feletto Umberto (Tava-

gnacco), Passons (Pasian di Prato), Palmanova, Ronchi dei Legionari, Remanzacco, Trieste.

In alcuni comuni sono temporaneamente sospesi.

Collaboriamo con le Istituzioni (Comuni, Aziende Sanitarie e altre realtà associative) per diffondere la cultura della prevenzione, finalizzata a sani stili di vita. È un percorso lungo, impegnativo, ma anche con tante soddisfazioni.

I club di auto-mutuo-aiuto funzionano perché tutti i partecipanti si sentono parte attiva di un gruppo che condivide lo stesso problema e lo stesso obiettivo.

Non ci sono professionisti all'interno dei club, non si danno diete o consigli ma le dinamiche



tina dalle ore 9 alle 12 dal lunedì al venerdì. Il servizio è gratuito e diretto e cioè non necessita di impegnative o invio da parte di specialisti.

È sufficiente chiedere agli operatori del centralino di una nuova accoglienza. Non è necessario fornire altre informazioni e si viene inviati all'operatore di turno addetto alla prima accoglienza. Nell'occasione verranno raccolti i dati e le informazioni essenziali e verrà fornito un appuntamento con gli operatori dell'equipe che si occupa di dipendenze comportamentali e quindi anche del disturbo d'azzardo. In seguito inizieranno una serie di colloqui di conoscenza e valutazione per poter formulare e concordare il percorso più adeguato alla persona, alla famiglia e alla sua situazione.

*Dott.ssa Duilia Zanon
Referente per il gioco d'azzardo
Dipartimento delle Dipendenze di
Udine - Via Pozzuolo 330 Udine
Azienda Sanitaria Friuli Centrale*

si sviluppano attraverso il confronto attivo tra i soci/e.

La pandemia purtroppo ha creato diversi problemi, legati alla partecipazione, quindi pian piano bisogna ricreare le modalità per riportare i soci/e che temporaneamente si sono allontanati.

Far conoscere anche ad altre persone il nostro modo di fare club, persone che potrebbero averne bisogno per migliorare anche la propria salute.

Collaboriamo con il Centro Disturbi Alimentari dell'ASUFC (Udine) e dell'ASUGI (Trieste e Gorizia).

Ci auguriamo che la collaborazione diventi sempre più importante visto che anche in questi ultimi anni di chiusura causa pandemia i problemi di obesità e sovrappeso sono in costante aumento.

*Luciano Calò
Cell. 340 1064763
andienonsolo.ud@gmail.com
www.andienonsolo.it*

MOVIMENTI RELIGIOSI ALTERNATIVI O SETTE?



Come le dobbiamo chiamare? Sette o Nuovi Movimenti Religiosi? Come le si voglia chiamare dobbiamo comprendere la pericolosità che possono avere per le persone che ne vengono coinvolte.

E, comunque vengano chiamate sono realtà al di fuori del nostro Credo religioso Cattolico.

Credenze popolari, superstizioni, scaramanzie, riti "particolari" accompagnano nella sua storia l'uomo, in velato ed eterno conflitto con la Fede Rivelata.

Lo specifico dei nostri tempi nasce da diversi fattori:

1. un forte calo di fiducia nelle istituzioni (Chiesa, Stato, scienza, medicina, ecc.)
2. il libero accesso ad un'informazione non controllata (fake news, notizie false che diventano vere) dove il web la fa da padrone e le notizie diventano vere a forza di like.
3. un crescente desiderio di individualismo (Io SONO! L'energia è la parola d'ordine, prende dal cosmo, dalla natura, da me)
4. La globalizzazione di esperienze e pratiche prese da mondi culturali completamente diversi dai nostri.

In questi anni di pandemia, anche questi gruppi hanno affinità i loro modi di utilizzo sia dei social che delle piattaforme online.

Le sette in Italia, censite dal Ministero degli interni sono circa 500.

Dobbiamo cercare di studiare bene i loro modi di comportamento, modi di essere, di fare adepti, proprio perché il compito del GRIS (Gruppo di Ricerca e Informazione Socioreligiosa) è quello di portare conoscenze per prevenire altri adepti, conoscenze che cerchiamo di far arrivare alle nostre Comunità.

Dopo 30 anni che seguo queste realtà posso avere delle prevenzioni mentali ma sicuramente quando sento parlare di una realtà che mi sembra

dubbia cerco di informarmi prima di scegliere, sia per comprendere che per fare un discernimento chiaro ed efficace.

Mi permetto di inserire alcuni punti chiave, per meglio comprendere a cosa dobbiamo fare attenzione quando entriamo in contatto con realtà a noi dubbie.

Tre tappe:

1. ISOLAMENTO (allontanamento dalla comunità sociale e dal contesto familiare, "love bombing", rimozione della privacy, dipendenza finanziaria)
2. INDOTTRINAMENTO (rigetto dei vecchi valori, sottoposizione a letture di difficile comprensione, incoraggiamento all'obbedienza, al senso gerarchico, conformità di azioni e pensieri, ecc.)
3. MANTENIMENTO (attività fisica prolungata, impegno mentale continuo e privazione del sonno, alimentazione poco equilibrata, pressione psicologica costante, induzione del senso di colpa e paura, ecc.)

Un altro compito della nostra Associazione è avere uno sportello aperto a tutti, persone che vogliono sciogliere dei dubbi oppure parlare di loro esperienze. Con un gruppo di professionisti possiamo aiutare le famiglie di persone che sono entrate in questi gruppi abusanti e le persone stesse che hanno trovato la forza di uscirne.

Sportello di ascolto: Udine - Via Treppo, 3 al II piano - Ufficio per l'Ecumenismo e il dialogo interreligioso il mercoledì dalle 9.30 alle 12.00.

IO CI SONO!

*Tiziana Fumei
Cell. 3295303443*

*assogris.ud@gmail.com
www.gris.or
<https://www.facebook.com/progettoslegami.tk>*

I nostri Club

Cat n°	Nome	Indirizzo	Località	Giornata	Presso	Zona
CAT n° 001	Punto di incontro	Via Riccardo di Giusto n.82	Udine	Martedì alle 20.00 - 22.00	Asilo	N.3
CAT n° 002	Io per gli altri	Via Joppi n° 68	Udine	Lunedì alle 18.30 - 20.00	Biblioteca	N.4
CAT n° 003	Io sono	Piazza Indipendenza n.1	Feletto Umberto	Mercoledì alle 20.00 - 22.00	Ex Municipio	N.4
CAT n° 009	Dinsi une man	Via Tomadini	Talmassons	sospeso	Municipio Vecchio	N.2
CAT n° 010	Uniti per la salute 2	biblioteca Piazza Mons. Pelizzo	Faedis	lunedì alle 19.00 - 20.30	Distretto sanitario	N.1
CAT n° 012	Uniti per la salute	Piazza Mons. Pelizzo	Faedis	Martedì alle 19.00 - 20.30	Biblioteca	N.1
CAT n° 014	La gnove Viarte	Piazzale Chiavris	Udine	Mercoledì alle 19.00 -21.00	Parrocchia San Marco	N.3
CAT n° 015	La Fenice	Via Santo Stefano n.5	Udine	Giovedì alle 20.00 - 22.00	Circoscrizione	N.4
CAT n° 018	Rinnovarsi insieme	Via Derna	Udine	Lunedì alle 18.30 - 20.00	Parrocchia San Domenico	N.4
CAT n° 022	Arcobaleno	Via Mons. B. Alessio	Nimis	Lunedì alle 20.00- 22.00	Oratorio parrocchiale	N.1
CAT n° 024	Luisa	Via Chinotto n° 1	Udine	Lunedì alle 18.00 - 20.00	Circoscrizione	N.3
CAT n° 027	La nuova Felicità	Piazzale Chiavris	Udine	Mercoledì alle 18.00 - 19.30	Parrocchia San Marco	N.3
CAT n° 031	Vita nuova	Piazza delle Scuole 17	Rivolto	sospeso	Ex Circoscrizione	N.2
CAT n° 039	Continuin varin Fortune	Via G. Bonanni	Pasian di Prato	Lunedì alle 18.00 - 20.00	Ex Ambulatorio	N.4
CAT n° 043	Rinascita	Piazza Miani	Remanzacco	Martedì alle 18.00 - 19.30	Centro anziani	N.3
CAT n° 046	Aiutati aiutando	Via Derna	Udine	sospeso	Parrocchia San Domenico	N.4
CAT n° 055	Aurora di Buri	Via Cividale n° 21	Buttrio	Mercoledì alle 18.00 - 20.00	Palazzo delle associazioni	N.3
CAT n° 061	Il nido	Via Alessandro Volta	Reana del Roiale	Giovedì alle 20.00 - 22.00	Poliambulatorio	N.1
CAT n° 071	La Rinascita	Via Dei Carpini n° 3	Tricesimo	sospeso		N.1
CAT n° 092	Nuova vita	Via Coianiz n° 2	Tarcento	Lunedì alle 18.30 - 21.00	Distretto sanitario	N.1
CAT n° 095	Grande avvenire	Piazza San Valentino 12	Camino al Tagliamento	Martedì alle 20.30 - 23.030	Biblioteca Civica	N.2
CAT n° 101	Crescere	Via Pradamano n°21	Udine	sospeso	Circoscrizione	N.3
CAT n° 112	Viars une gnove lus	Via Marconi	Mortegliano	Martedì alle 20.30 - 22.00	Centro Civico	N.2
CAT n° 136-280	Nuovi orizzonti (insieme al Cat 280)	Via Roma	Basiliano	Martedì alle 20.30 - 20.00	p/o Villa Zamparo	N.2
CAT n° 146	Il faro	Piazza Indipendenza n°1	Feletto Umberto	sospeso	Ex Municipio	N.4
CAT n° 157	Arcobaleno n°2	Via Pradamano n°21	Udine	Lunedì alle 18.00 - 20.00	Circoscrizione	N.3
CAT n° 161	Vita salvata	Piazza della Chiesa	Villaorba di Basiliano	Lunedì alle 20.30 - 20.00	p/o Villa Zamparo	N.2
CAT n° 170	Viars un respir gioios	Via XXV Maggio	Flumignano	Lunedì dalle 19.30	Centro sociale	N.2
CAT n° 180	Fuarce e orgoglio	Via Marconi, 9	Cassacco	Lunedì alle 20.00 - 22.00	p/o Protezione civile	N.1
CAT n° 190	Ricomincio una nuova vita	Via Pre Zaneto	Percoto	Lunedì alle 19.00 - 20.30	Sala Parrocchiale	N.3
CAT n° 191	Vittorino Zavagno	Via Chinotto n° 1	Udine	sospeso	Circoscrizione	N.3
CAT n° 192	Zumiele di salut	Via Papa Giovanni XXIII	Pradamano	Martedì alle 19.00 - 21.00	Poliambulatorio	N.3
CAT n° 204	Speranza	Via Riccardo di Giusto n.82	Udine	sospeso	Asilo	N.3
CAT n° 208-319	Verso la libertà	Piazza Ciccuttini	Povoletto	Giovedì alle 18.30 - 20.00	Sala Consiliare	N.1
CAT n° 209	La Quercia	Via Roma	Pavia di Udine	Lunedì alle 19.00 - 20.30	p/o Vecch. Scuole Elementari	N.3
CAT n° 216	Tresesin	Via Ognisanti n°25	Tricesimo	Lunedì alle 20.00 - 22.00	Ooratorio "Monsignor Battisti"	N.1
CAT n° 223	Edi Petrichiutto	Via Ristori, 14	Attimis	Giovedì alle 18.30 - 20.00	Presso ex asilo	N.1
CAT n° 225	Scelta di vita	Piazza della Chiesa	Villaorba di Basiliano	Giovedì alle 20.30 - 22.00		N.2
CAT n° 239	Verso la vita	Via Derna	Udine	Lunedì alle 18.00 - 20.00	Parrocchia S. Domenico	N.4
CAT n° 280-136	Apriamo un'altra porta (insieme al Cat 136)	Via Roma	Basiliano	Martedì alle 20.30 - 20.00	p/o Villa Zamparo	N.2
CAT n° 319-208	Aiutiamo a vivere	Piazza Ciccuttini	Povoletto	Giovedì alle 18.30 - 20.00	Sala Consiliare	N.1
CAT n° 339	Primavera	Via Derna	Udine	Martedì alle 18.30 - 20.00	Parrocchia San Domenico	N.4
CAT n° 372	La Rondine	Via Alessandro Volta, 1	Reana del Roiale	Martedì alle 18.00 - 20.00	Poliambulatorio (AFDS)	N.1
ZONA N. 1	CLUB: n.10, n.12, n.22, n.61, n.92, n.180, n.216, n.372, n.208, n.319, n. 223					
ZONA N. 2	CLUB: n.31, n. 95, n.112, n.136, n.161, n.170, n. 225, n. 280, n. 348					
ZONA N. 3	CLUB: N.1, n.80, n.14, n.24, n.27, n.43, n. 55, n.101, n.157, n.190, n.192, n.209					
ZONA N. 4	CLUB: n.2, n.3, n.15, n.18, n.39, n.128, n.239, n.339					