

# LA VOCE

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

**previo pagamento resi**

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

TAXE PERÇUE  
TASSA PAGATA



# DELL'ACAT

Numero 2 - Dicembre 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

Buon Natale  
e felice Anno Nuovo



## Secondo semestre 2022

Buon giorno e ben ritrovati, questo è l'ultimo editoriale del mandato che mi avete affidato e, nella speranza di essere stata all'altezza della situazione, vi ringrazio. Sono passati tre anni: sembra ieri, ma la pandemia ci ha messo a dura prova, costringendoci ad avere contatti solo telefonici (troppo poco) ma tenendo duro per essere pronti a ripartire. E così è stato, anche se molte famiglie hanno lasciato il percorso del Club: alcuni se ne sono andati per sempre a causa della malattia o covid. Comunque, abbiamo potuto lavorare da remoto: per questo devo e voglio ringraziare chi si è reso disponibile.

Alcuni C.A.T. sono sospesi, è vero, ma ci siamo impegnati con il Dipartimento con incontri periodici per riallacciare i rapporti e l'invio delle Famiglie ai C.A.T. Nella zona 1 si è tenuta la S.A.T. di primo modulo grazie ai relatori e alle famiglie che hanno partecipato e all'Amministrazione comunale.

La S.A.T. si è tenuta anche a Udine e dopo anni siamo tornati a Casa dell'Immacolata per le serate. Lo scopo è andare avanti, riallacciare i rapporti e non rimanere ancorati al passato. Grazie a chi ha partecipato e ai relatori.

Bene, bello, interessante l'Inter-Club di Faedis: le testimonianze non sono state molte ma hanno colpito nel segno. Complimenti per la formula che hanno usato, una novità.

Abbiamo collaborato con il comune di Udine e grazie a Valentini abbiamo organizzato delle serate di sensibilizzazione su varie tematiche, coinvolgendo professionisti qualificati nei vari settori. Grazie a chi ha lavorato assieme a noi: A.N.D.I., Dipartimento, Arcidiocesi di Udine, A.S.U.F.C., C.D.A. e gli psicologi e

psicoterapeuti, ovvero dott.ssa Saetti, dott. Moscatelli, dott.ssa Zanon, dott. Moratti (non sono in ordine di presenza). Causa imprevisti, (non dovuti a noi) le ultime serate sono state rinviate a data da definire.

Dopo due anni, siamo tornati ad Assisi, è stato bello, coinvolgente, molto partecipato e ci siamo portati a casa certezze, domande e la consapevolezza che dobbiamo e vogliamo andare avanti.

Buona la partecipazione a Festa Insieme, un momento ludico tra cibo, battute e riconoscimenti ai presenti a chi ha festeggiato un bel traguardo di Astinenza e a chi ci ha sfamato ovvero gli Alpini di Passons.

Questi sono stati gli ultimi tre anni di questo Direttivo: la speranza è che nei C.A.T. ci siano persone di buona volontà che si assumano l'incarico e l'onore di fare progredire l'A.C.A.T. Udinese e i C.A.T.

Vi ringrazio di cuore per l'aiuto, la pazienza, la comprensione, il supporto e la vicinanza che mi avete dato e dimostrato.

Faccio a tutti Voi, alle Vostre Famiglie e a tutte le persone a Voi care i più sinceri Auguri di un sereno Natale e un buon 2023.

Ed infine . . . vi prego di continuare!

*Pasut Aida*



## VOTAZIONI NUOVO DIRETTIVO

14 Gennaio dalle ore 9:00 alle ore 16:00

15 Gennaio dalle ore 9:00 alle ore 11:00

## ADORGNANO, INCONTRO PRIMO MODULO

LA SALUTE  
FISICA, MENTALE,  
SOCIALE

3 GIUGNO 2022

Con rammarico nostro (e del nostro C.A.T.) eravamo solo in tre in questo modulo che, come si è detto, era organizzato da famiglie o individui di nuova iscrizione; l'intenzione era far conoscere i rischi a cui va incontro chi fa uso di questa sostanza, che a tutti gli effetti è una droga. È provato che il consumo di alcol oltre al danno al cervello e al fegato può causare neoplasie e tumori vari. Si parla del bere moderato, ma ciò non è possibile per chi ha avuto la dipendenza. È constatato che la maggior parte dei giovani beve senza rendersene conto e poi si mettono alla guida causando incidenti anche mortali. Usando la sostanza viene a mancare la lucidità e così il rapporto interpersonale viene falsato. Difficilmente chi ha il problema lo riconosce ed è facile sentir dire "MA IO NON BEVO TANTO": solo quando uno si rende conto di avere il problema si riesce ad affrontarlo. Si è capito che c'è differenza tra maschi e femmine nel tollerare la quantità. Le statistiche ci fanno capire che assumere tale droga può portare a serie difficoltà nell'ambito lavorativo, compreso il danno economico e nella gestione familiare; si ribadisce che tutta la famiglia si ammala e quindi insieme dovrebbe frequentare il Club. La dottoressa Chiara Toffoletti relatrice della serata ha chiuso con un lucido: "Nel Club ci si allena a lasciarlo".

*Saluti da Angela e Marisa*

DIPENDENZE  
10 GIUGNO 2022

Relatore dott. Enrico Moratti  
Direttore delle dipendenze di Udine

Iniziamo con un disguido tecnico per cui i lucidi che aveva preparato il dottore non vengono proiettati; lo stesso dottore suggerisce di fare la riunione "a braccio".

Spiega che la legislazione italiana suddivide le sostanze in legali ed illegali. Le cosiddette legali comprendono l'alcol, ed il tabacco; tra le dipendenze illegali troviamo le varie droghe, il gioco d'azzardo ecc. e poi abbiamo molte altre dipendenze di ultima generazione quali internet, cellulari, e quant'altro. Gli ultimi dati statistici del 2021 dichiarano che su 1000 pazienti seguiti dal S.E.R.T., si può fare una suddivisione così esposta 350 alcol, 200 tabagismo 50 gioco d'azzardo e 400 per assunzioni di altre sostanze.

Le metà di queste persone vengono prese in incarico per seguirle perché vengono fermate dalle forze dell'ordine e quindi si ritrovano senza patente

## Corso di primo modulo

Adorgnano Tricesimo  
Centro Comunità Parrocchiale

Programma  
Mese di giugno ore 18,00

3 Giugno tema Salute  
dott.sa Chiara Toffoletti

10 Giugno tema Dipendenze  
Dott. Enrico Moratti

17 Giugno tema Territorio  
Dott. Diego Pituello

24 Giugno tema Rapporti Sociali  
Dott.sa Pascoli Giada

1 Luglio tema Riepilogo

e così, come detto, ricorrono ai sevizi del S.E.R.T. e in parte dei C.A.T.

Il dott. Moratti si rivolge a noi chiedendoci che cosa è per noi una dipendenza. Varie le risposte: una cosa di cui non si può fare a meno; è qualcosa che si cerca per colmare il vuoto che si ha dentro; è un qualcosa che ci colpisce nel fisico e nella mente.

In fondo è un po' di tutto questo, ma per me è qualcosa che si impadronisce della tua vita e non lascia spazio ad altro facendo perdere il controllo ed impedirci di dire "NO". Entra subdola piano, piano e modifica la tua testa, il cervello e anche se curata, non si può mai dire di essere guariti, come qualsiasi altra malattia, ma restano segni latenti e può capitare anche a distanza di 20/30 anni di avere una ricaduta. Si inizia e poi si continua perché è uno stimolante, bere ci fa sentire bene perciò si replica e, via, via si diventa dipendenti.

Il nostro relatore poi, ci spiega, che oltre alla suddivisione in legali ed illegali le sostanze possono essere considerate droghe pesanti e leggere; stimolanti (che danno la carica), sedative (tranquillanti) ed allucinogene; qui, ogni Stato ha le sue legislature in merito.

Certo le statistiche sono preoccupanti e ci dicono che il consumo delle sostanze è per la maggior parte dei giovani 18 ai 25 anni; le morti per tabagismo sono annualmente 80.000 e l'alcol ne provoca 30.000. Spaventoso, non vi sembra?

Quindi le dipendenze non riescono a colmare nessun vuoto, anzi ne provocano degli altri ben più gravi, danni alle persone, alle famiglie, diventando una piaga sociale molto pesante.

Pensiamo che solo facendo prevenzione e grande informazione presso i giovani si riuscirà a migliorare la situazione attuale. Non è certamente facile né immediato, però è qualcosa che dobbiamo fare tutti insieme, a partire

dai Servitori, dai vari servizi sociali, fino ai nostri "CLUB", formando la famosa rete di cui ha sempre parlato il prof. Hudolin.

Alla fine abbiamo ascoltato e imparato molte cose e il tempo è volato. Dobbiamo ringraziare il dott. Moratti per la sua competenza e la capacità di esporre con tanta chiarezza un argomento così spinoso.

*Marisa ed Angela*

CLUB  
17 GIUGNO 2022

Referente Pituello dott. Diego che dal 2018 opera nel distretto di Tarcento / Tricesimo

L'alcolismo nella storia è stato considerato in diversi modi. Il bere era un vizio e come tale condannato dalle autorità religiose e civili. In America a contrastare tale piaga si arrivò a decretare il proibizionismo che durò dal 1917 al 1930 facendo crollare tutte le industrie produttive di alcol, mettendo in crisi l'economia e creando una disoccupazione che raggiunse una cifra importante. In quel periodo nacquero i primo Club di Alcolisti Anonimi. Negli anni poi sono stati fatti molti tentativi di curare l'alcolismo con anfetamine o altri medicinali. C'è stato anche chi suggeriva di mangiare 231 limoni in 29 giorni. C'era ancora tanta confusione per come affrontare il problema. Non dobbiamo dimenticare che il professor Hudolin è stato tra i primi ad avere idee illuminanti. Si è capito che bisognava curare non solo la persona con il problema ma tutta la famiglia creando un equilibrio rispettando le regole fino ad arrivare a un sistema ecologico sociale. Creando delle figure a supportare le famiglie in difficoltà. Vi è stato l'intervento di un

partecipante che ha letto una citazione del dott. Hudolin che riguarda l'apertura dei Club verso altre associazioni. Marisa interviene dicendo che il Club di Povoletto è fortunato ad avere una segretaria come la nostra Rosina che ha sempre curato questo aspetto facendo rete sul territorio e verso le associazioni. Gli ultimi lucidi hanno riguardato dei termini che descrivono molto bene ciò che si dovrebbe applicare all'interno dei nostri Club: Accoglienza, Universalità, Altruismo, Installazione della Speranza, Guida, Comprensione, Rapporti Interpersonali, e soprattutto Scoperta di noi Stessi. Il dott. Pituello si è compiaciuto di concludere la serata con una parola che ritiene molto importante "CARTASI": quella emozione interiore che può portare alle lacrime creando un senso di sollievo e di liberazione, cioè la scarica emozionale attraverso la quale si cancella un trauma antico. Siamo rimaste molto colpite da come il dott. Pituello abbia esposto con professionalità e chiarezza quello che sono e fanno i CLUB.

Angela e Marisa

## PRESENTAZIONE DEI SERVIZI E DELLA LORO COMPETENZA - 24 GIUGNO 2022

Relatore: dott.ssa Giada Pascoli, Ass. Soc. distretto Tarcento / Tricesimo

Nella prima parte la dottoressa ci spiega che per espletare al meglio i servizi di loro competenza, hanno bisogno di avere la collaborazione delle Amministrazioni Comunali (Sindaco e Assessori preposti) che suggeriscono le linee guida.

Ogni mansione viene svolta dal tecnico (Ass. Sociale) per agevolare il colloquio e dare le giuste informazioni al cittadino.

La dottoressa Pascoli si augura che in avvenire ci possa essere più collaborazione fra le varie componenti (es. Volontariato e associazioni varie, Club e quant'altro) anche per creare un confronto tra le comunità ed i servizi; questo manca e ne siamo tutti consapevoli.

Se ci fosse più collaborazione le persone fragili potrebbero essere più seguite e perciò stare meglio.

Dopo qualche breve intervento la dott.ssa Giada ci presenta un lucido

con tre esempi:

- 1) L'Arca di Noè dove un insieme di diversi individui con diversità di linguaggio e di esperienze, unendosi anche nella tempesta si possono salvare.
- 2) Una pezza di stoffa formata da diversi fili colorati ci fanno capire che la trama e l'ordito, se ben intrecciati fra di loro, formano una trama solida senza che i fili siano slegati gli uni agli altri.
- 3) Una bella cartolina con mare e spiaggia. Si intuisce che pochi granelli di sabbia nelle scarpe danno fastidio mentre, tanti granelli uniti fra di loro, formano una splendida spiaggia.

Ci salutiamo cordialmente con la nostra relatrice e torniamo alle nostre case più consapevoli che solo l'unione fa la forza e che c'è tanto da fare per arrivare a questo traguardo.

Marisa e Angela



Il dott. Enrico Moratti durante il corso

A giugno ad Adornano, dopo gli anni di chiusura causa pandemia, la zona 1 ha organizzato un evento formativo per le famiglie dell'Acat.

Abbiamo trovato lo svolgimento del "primo modulo" molto interessante e costruttivo.

C'è stata la possibilità di avere chiarimenti ed approfondimenti su tematiche che ruotano attorno all'alcol.

Ogni settimana al Club se ne parla, ma partecipare ad una lettura con persone esperte in queste tematiche, ci aiuta a rinverdire o scoprire concetti dimenticati o nuovi.

Questo corso ha aumentato in noi la sensibilità verso i problemi alcolcorrelati, accrescendo nel contempo la nostra consapevolezza.

Alle serate hanno partecipato, su invito di alcuni membri di Club, anche alcune persone estranee al nostro mondo e forse, se un giorno dovessero trovarsi davanti ad un bivio di questo tipo, sapranno cosa fare. Partecipando al modulo abbiamo avuto la possibilità di stare assieme e dibattere ciò che ci veniva riferito dai relatori, chiarendo così ogni dubbio.

Concludiamo dicendo che per noi è stata un'esperienza più che positiva e per tutti un'occasione per conoscere il mondo dei Club.

Club 180 "fuarce e coraggio"

## SERATE A CUSSIGNACCO 2022

Molto interessanti gli argomenti con molti spunti di riflessione e confronto.

Grazie a tutti i Professionisti che hanno partecipato donandoci Conoscenza, Capacità e Sapere.

Grazie al Comune di Udine per la disponibilità e la presenza. Grazie a Tiziana e Luciano che hanno coinvolto altre Associazioni. Grazie al Dipartimento di Udine.

Come A.C.A.T. Udinese abbiamo notato la non presenza dei C.A.T. di Udine; era un modo per interagire con altri, per dimostrare al Comune che, la possibilità di avere un posto dove incontrarci settimanalmente, non è fine a se stessa.

Ed anche per dimostrare al Dipartimento che la cooperazione e collaborazione esiste e non è a senso unico: ovvero quando serve a noi ci siamo, per il resto è irrilevante.

Non aver partecipato è segno di insofferenza verso tutto quello che non è C.A.T., ma se restiamo chiusi in una stanza quante possibilità abbiamo di crescere e farci conoscere?

Peccato per chi non c'era e grazie a chi ha trovato il tempo per essere presente.

In collaborazione e con il patrocinio di  Comune di Udine

**ORGANIZZANO**  
un ciclo di incontri di sensibilizzazione ad uno stile di vita sano

**ALIMENTAZIONE E SALUTE**  
Dottoressa Luana Saetti  
ASUFC C.D.A.  
Venerdì 14 ottobre 2022

**CYBER RELAZIONI E CYBER CONFLITTI... E' NECESSARIAMENTE COSI'?**  
Dottor Ermanno Moscatelli  
Psicologo e Psicoterapeuta  
Venerdì 21 ottobre 2022

**IO AZZARDO**  
Dottoressa Duilia Zanon  
ASUFC - Dipart. dipendenze  
Venerdì 28 ottobre 2022

**ALCOL, CLUB E DIPARTIMENTO**  
Dottor Enrico Moratti  
ASUFC - Dipartim. dipendenze  
Venerdì 11 novembre 2022

**SEGUIAMO CRISTO O LA SUA OMBRA?**  
Dottor Marco Soranzo  
Diacono Arcidiocesi Udine  
Venerdì 18 novembre 2022

**UNA VITA IN FUMO**  
Dottoressa Duilia Zanon  
ASUFC - Dipart. dipendenze  
Venerdì 25 novembre 2022

Ore 18:00  
Presso AUDITORIUM di Cussignacco - Via Veneto, 164 - Udine  
Ex 5° Circostrizione

## SERATE INFORMATIVE CASA IMMACOLATA

22 SETTEMBRE 2022, UDINE

Con questa serata parte la S.A.T. a Casa Immacolata.

Parliamo di salute con la dottoressa Bunello, siamo in pochi ma motivati, si parla di salute a 360° gradi. Durante la serata tutti i presenti sono stati coinvolti, ognuno ha potuto dire la sua.

È stato coinvolgente, interessante e istruttivo: ci ha fatto riflettere e capire che tutto parte da noi, che possiamo essere propositivi o carnefici della nostra vita, di chi ci sta accanto e del mondo che ci circonda. A noi la scelta.

Grazie Gianna per la tua disponibilità e per aver saputo coinvolgere i presenti.

**Seconda serata di S.A.T.**  
29 settembre 2022

Questa sera grazie al dott. Moratti che ci ha illustrato il grande lavoro del Dipartimento, ci ha spiegato

come è possibile raggiungere degli obiettivi interfacciandosi, lavorando e collaborando assieme. Tutte le figure professionali sono coinvolte per il bene delle Famiglie e del singolo che si rivolge ai Servizi. Esaustivo, professionale con un linguaggio semplice da essere compreso da tutti.

La dott. Salis ha spiegato in cosa consiste il suo lavoro: mantenere i contatti con le assistenti Sociali dei territori per trovare soluzioni più idonee a chi si rivolge a lei tramite il Dipartimento o tramite i Club. Una grande disponibilità, da non dare per scontata.

Abbiamo capito che ... per raggiungere un obiettivo dobbiamo lavorare assieme (dare e avere): solo così si può andare lontano.

Grazie a tutti due per la disponibilità, la competenza, la professionalità e per aver trovato il tempo per le famiglie dei C.A.T.

**Terza serata**  
6 ottobre 2022

Questa sera si è parlato di C.A.T.: cos'è, a cosa serve.

La Presidente illustra il lavoro dell'A.C.A.T. che viene svolto dietro le quinte affinché i C.A.T. possano lavorare con le famiglie e per le Famiglie del territorio sollevandoli così dalla burocrazia.

Tiziana Fumei e Luciano Calò hanno illustrato e spiegato tramite slide che cos'è il C.A.T., cosa fa e il suo scopo, dando ampio spazio a quelle che sono le tematiche che vengono affrontate, il metodo Hudolin, la sua efficacia. Hanno coinvolto tutti i presenti facendo una tipica serata di C.A.T.

Tutti molto soddisfatti perché abbiamo parlato di noi e non delle famiglie o altro.

Grazie di cuore a Tiziana e Luciano.

## IL CORAGGIO DI CAMBIARE

**C**ambiare non è semplice, cambiare stile di vita è un processo molto impegnativo e difficile, non è come cambiare abito, ma vale la pena rischiare e provare a mettersi in gioco.

Affrontare un cambiamento può spaventare, perché l'ignoto ci spaventa, le eventuali nuove difficoltà, che potrebbero trovarci non pronti a superarle, ci spaventano.

Questo è quello che pensiamo, ma solo perché ci fa comodo, non cambiare vuol dire lasciare le cose come stanno e vivere alla giornata, bella o brutta che sia.

Debbo confessarvi che io la pensavo così, mi mancava quel coraggio necessario per fare quel passo importante che poi avrebbe cambiato la mia vita. Debbo dirvi però, che non è stato tutto merito mio, lo debbo a chi mi ha aiutato a fare il primo passo, a cominciare dal dott. DARIO, dell'ospedale di San Daniele del Friuli, dove ho soggiornato per un mese, alla dott. Chiara TOFFOLETTI, a tutti gli amici del Club con i quali ho condiviso le mie paure e le mie speranze.

Non posso non ringraziare i miei familiari, in primis mia madre che dal primo giorno mi ha supportato e incoraggiato a non mollare il cammino intrapreso.

Questa mia testimonianza è un semplice invito a chi non ha trovato ancora quel coraggio di cambiare la sua vita: a lui voglio dire "non aver paura, vedrai che puoi farcela come ce l'ho fatta io".

Grazie.

**B**uonasera mi chiamo Gianna, famigliare nonché moglie di Andrea.

Il mio percorso è stato lungo, quasi vent'anni, doloroso con tanti pianti e angosce. La mia domanda più frequente era: lo devo lasciare?

I tentativi e i fallimenti sono stati tanti, ma la speranza di ritrovare l'anima gentile e radiosa che avevo sposato non mi ha abbandonato. L'aiuto più grande è stata la fede!

Avevo fatto una promessa non solo a mio marito ma a chi più in alto di noi aveva benedetto la nostra unione e completato la famiglia con due figli meravigliosi.

Così li definisco soprattutto per tutto il rispetto e la pazienza che hanno avuto con la difficoltà del padre, mai una parola offensiva o critica nei suoi confronti.

Per il resto l'aiuto è arrivato con il ricovero a San Daniele e tutto il relativo percorso che abbiamo fatto insieme.

Il dottor Sforzina e tutta l'equipe, mi hanno fatto riflettere e se volevo capire veramente il disagio di mio marito



dovevo in primis cancellare ogni giudizio negativo nei suoi confronti, non ero più brava di lui, né migliore e quindi mettendo sullo stesso piano le mie, le sue sofferenze, i nostri silenzi, potevamo trovare il coraggio di cambiare in meglio la nostra vita futura abbandonando l'alcool. Così è stato e pian piano abbiamo acquistato ogni giorno un po' di serenità, fiducia e gioia di stare insieme, frequentare il Club è stato determinante.

Confrontarci in una grande famiglia dove dare testimonianza di giornate critiche o serene ci ha aiutato e ci aiuta tutt'ora.

Le paure ritornano ogni tanto, la sofferenza è stata troppo grande per essere dimenticata, ma bisogna aver "CORAGGIO DI CAMBIARE" così come raccomanda anche Papa Francesco e questo non ci manca.

Grazie!



**B**uona sera a tutti mi chiamo Rosella ho sessanta anni e frequento il Club da venticinque. Ho un marito meraviglioso, due figli ormai sposati ma sempre disponibili e da dieci anni due splendidi nipoti. Una donna con alle spalle una storia di alcolismo e depressione.

Stasera però non voglio parlarvi dei miei anni bui, in cui cercavo solamente la compagnia della bottiglia, che sapeva darmi conforto regalandomi attimi di felicità (finora questi sono momenti comuni a tutti gli alcolisti). Vi voglio rendere partecipi di come sia cambiata la mia Vita da quando ho detto "basta, da domani non bevo più". Quanti di voi lo avranno detto per poi dimenticarsi quasi subito, anche per me l'inizio è stato così, ma è bastato un accenno al medico di base ed ho iniziato a frequentare il Club. Quindi il primo passo da fare se si vuole cambiare stile di vita, è chiedere aiuto non chiudersi in se stessi, pensando di essere in grado di risolvere tutto. Ho cominciato a frequentare il Club da sola, sia perché mio marito era impegnato con il lavoro sia perché ero convinta che la sua presenza non fosse indispensabile. All'inizio mi sono sentita fuori posto, ero la più giovane, poi piano piano sono diventata partecipe di questa grande famiglia, sempre pronta ad aiutarti, a capirti ma

anche sgridandoti se necessario. È stata infatti Donatella l'operatrice che dopo una mia ricaduta ha capito l'importanza di mio marito al mio fianco. Assieme abbiamo così scoperto che non bastava eliminare la bottiglia, bisognava anche sapersi analizzare e mettersi a confronto; quindi, per noi la ricaduta è stata una richiesta di aiuto. Io più che vergogna ho provato rabbia per la mia debolezza e l'ho vista come un tradimento verso la mia famiglia.

Quindi è importante parlarne subito con il Club e ricominciare il percorso con una motivazione in più; dimostrare a noi stessi e agli altri che possiamo e dobbiamo farcela. Adesso posso affermare di aver riacquisito fiducia in me stesso, di aver ritrovato la gioia di vivere e di aver riconquistato la mia famiglia.

Dalle passate esperienze ho imparato a cercare il lato positivo delle cose e qui è stato maestro mio marito. Infatti, anche i momenti più difficili, se affrontati con serenità e ottimismo, ci insegnano sempre qualcosa e possono essere motivo di crescita. Impariamo a godere delle piccole gioie della vita; una parola dolce del marito, il sorriso dei figli, un

grazie mamma quando meno te lo aspetti, il conforto di un amico; cerchiamo di essere protagonisti della nostra esistenza, la felicità si conquista passo dopo passo e ricordiamoci sempre che la vita è bella, non sprechiamola! Adesso continuo a frequentare volentieri il Club, mi sento in dovere di dare il mio sostegno ed il mio contributo a chi ha bisogno e anche perché sentire nuove esperienze aiuta sempre a crescere.





## COMUNITÀ TERAPEUTICA DIURNA

*"Solo quando ci rompiamo scopriamo di cosa siamo fatti"*  
Ziad K. Abdelnour

La Comunità Terapeutica Diurna (CTD) del Dipartimento delle Dipendenze di Udine è uno spazio esclusivo all'interno del servizio, attivo dal 1992. In questi 30 anni di attività si è occupata di recupero e riabilitazione psicosociale di persone con dipendenza da alcol e sostanze, fornendo loro uno spazio terapeutico, riabilitativo e socio occupazionale volto a riacquisire un io sociale positivo e autonomo anche in vista di un inserimento lavorativo o professionale.

La Comunità è semiresidenziale, aperta dal lunedì al venerdì in orario diurno, ed è rivolta a utenti del Dipartimento delle Dipendenze e ai loro familiari. L'approccio sistemico familiare è ormai storicamente utilizzato dalla CTD come guida nei suoi interventi ma si integra anche con gli insegnamenti tratti dall'esperienza dell'approccio ecologico-sociale di V. Hudolin e si combina con la pratica della Mindfulness per la prevenzione e la gestione delle ricadute.

La persona accolta è invitata alla partecipazione giornaliera che prevede momenti terapeutici individuali e di gruppo (psicoterapeutici ed educativi), la pratica quotidiana della mindfulness e attività laboratoriali volte alla riappropriazione di abilità manuali, progettuali ed espressive deficitarie. Si alternano quindi laboratori di attività sportiva, arti marziali, arti figurative-plastiche, falegnameria, informatica, multimediale e cucina.

Il percorso ha una durata di circa 18 mesi e prevede una differenziazione delle attività a seconda della fase del percorso in cui si trova la persona: si parte dal raggiungimento dell'astinenza, al superamento della crisi, l'individuazione di nuove strategie positive e

comportamenti proattivi, si mira poi all'ideazione e alla realizzazione del proprio progetto di vita.

In questi ultimi anni l'attività della comunità ha dovuto adattarsi ai cambiamenti nelle richieste degli utenti e dei familiari del servizio e alle necessità legate all'emergenza sanitaria. È anche così che in questi ultimi due anni abbiamo accolto persone con problematiche ed esigenze differenti, in particolare abbiamo seguito il percorso di alcune donne e uomini con problemi di dipendenza alcolica, storie di sofferenza ma anche di forza e tenacia, che ci hanno confermato come i meccanismi sottostanti le dipendenze, da sostanze, alcool o gioco d'azzardo, siano comuni. Non è tanto importante "l'oggetto della dipendenza" quanto la relazione che si instaura con esso, cosa questo rappresenta per la persona e a che funzioni assolve nella sua vita, anche nei riguardi delle relazioni significative. Nella dipendenza il soggetto instaura una relazione con un "oggetto" esterno (sostanze, persone, situazioni...) ed esso diventa il centro di tutto, modificandone la personalità, inibendone la capacità di scelta e di una progettualità critica e consapevole. L'alcol, le droghe e i comportamenti oggetto della dipendenza svolgono inoltre una funzione di regolazione delle emozioni esterna alla persona; per questo motivo è importante che il soggetto impari a conoscersi, ad identificare i propri vissuti e a regolarsi autonomamente i propri stati emotivi.

Il percorso delle persone accolte in CTD mira quindi ad aiutarle a sviluppare quelle capacità, inibite o perdute nella storia di dipendenza, promuovendo un progetto di vita autonomo.



Questa finalità viene perseguita sia nei momenti terapeutici che nei laboratori, i quali, a vario titolo, mirano a incrementare competenze individuali e relazionali, anche attraverso il confronto e l'approfondimento di alcune tematiche.

Nel percorso riabilitativo quindi la costruzione di un oggetto in legno o la creazione di un prodotto multimediale può diventare uno stimolo



di riflessione e di condivisione degli aspetti emotivi connessi al percorso di crescita personale.

Durante la pandemia, per esempio, tra le varie iniziative, abbiamo partecipato ad una mostra d'arte con un lavoro in ceramica ideato e realizzato dagli ospiti i quali hanno scelto di rappresentare un concetto a noi e a loro molto caro: la resilienza. La simbologia rappresentata nell'opera è legata alla figura mitologica dell'Araba Fenice che muore e rinasce dalle sue

stesse ceneri e che per questo racchiude in sé il concetto di resilienza, nella quale la morte e la rinascita richiamano in maniera significativa il percorso di recupero che affrontano le persone nell'emanciparsi da una dipendenza: **se la morte può rappresentare un fallimento, un ostacolo, la rinascita dalle ceneri non è nient'altro che la ripartenza.**

Questo è il "cuore" del lavoro di recupero presso la CTD: rendersi consapevoli che ogni crisi rappresenta

un pericolo, poiché vi è il rischio di perdersi, ma anche che ogni crisi può divenire un'opportunità per conoscere le proprie risorse, per fronteggiare in maniera efficace e soddisfacente i cambiamenti e svelare la parte più autentica di ciascuno di noi.

*dott.ssa Mariachiara Fioritto*  
Psicologa

*Responsabile della Comunità terapeutica Diurna del Dipartimento Dipendenze di Udine*

## NELLA BORSA DI UNA DONNA

Ma quanto amore c'è nella borsa di una donna?

Non puoi saperlo fino a che ci guardi dentro con i suoi occhi.

Non ci sono oggetti, ci sono pensieri, ci sono l'affetto e la premura.

Ci sono un mare di "...e se poi?", una montagna di "...dai a me!".

Ci sono ricordi e dimenticanze e tutto quanto c'è nel mezzo.

Ci sono storie da leggere e da raccontare, cose da fare e poi dimenticare.

Ci sono trucchi ed apparenza, per quando è stufa di tutto quell'essere.

La borsa di una donna ha tasche per tutto, tasche per tenere chiuso e tenere aperto, per dividere e tenere insieme.

La borsa di una donna va ovunque ma non va mai da sola.

La borsa di una donna è una pagina di storia condivisa con le sue scarpe, con la sua voglia di andare o di stare, con il suo bisogno di nascondersi o di apparire.

Da qualche parte, cercate bene, c'è musica per rifugiare la testa nei suoni quando intorno c'è solo rumore.

La borsa di una donna cade in terra quando entra in casa quasi che sia troppo il fardello di tutta quella vita in così pochi centimetri.

Nella borsa di una donna c'è un terremoto accaduto e c'è la ricostruzione fedele e meticolosa, nella borsa di una donna, non c'è google che tenga, solo lei sa come mai la cosa che sta cercando sia esattamente lì dove lei non l'avrebbe mai cercata (e nessuno altro, in fondo...).

La borsa di una donna è come il suo cuore, piena di cose che neanche lei sa di avere, di sentimenti riposti ma non buttati, di golfini se fa freddo, di medicine che si prendono cura più che curare.

La borsa di una donna è un'anima silenziosa, un luogo misterioso che un uomo non potrà mai capire neanche quando ci mette le mani (povero lui).

La borsa di una donna è un mistero come la donna che la porta che, piccola o grande, sarà sempre un passo più in là e un gradino più in alto di dove un uomo possa arrivare.

La borsa di una donna è un tratto di strada, un sorso di vita ed un passaggio a livello.

Conviene stare alla giusta distanza, avvicinarsi quando serve e percorrere con calma ogni passo, come col suo cuore.

Ed averne rispetto, come con ogni donna.



## INCONTRO AD ATTIMIS

Ciao a tutti, serata spensierata per il Club 223 Edi Petrichiutto di Attimis; anche queste serate fanno parte della crescita del Club.

Nei giorni precedenti ci siamo radunati con i Club 10 e 12 di Faedis facendo una serata di Club allargato: è stato anche un momento conviviale e scambio di auguri e occasione per ritrovare molte persone che da un po' non si incontravano.

Voglio ricordare che i Club 10 e 223 sono frutto della moltiplicazione del Club n. 12.

Colgo l'occasione per fare i più sentiti auguri a tutti le Famiglie dell'A.C.A.T. Udinese.



## NUOVE GENERAZIONI

La passione ha un grande vantaggio, enorme, non ti fa sentire la fatica. Ma se ai giovani di oggi vengono tarpate le ali da una società ipercompetitiva, dove la forza intellettuale è a senso unico, dove il profitto e l'accumulo di beni da parte di un ristretto numero di individui monopolizza l'intera umanità, allora si ha l'impressione che, appunto i giovani non abbiano come unico scopo della loro esistenza il profitto, il denaro, che è diventato generatore simbolico di tutti i valori nella nostra cultura. E abbiano cominciato a pensare alla qualità della loro esistenza.

Se negli Anni 60-70 il desiderio di una società più giusta aveva spinto migliaia di studenti a uscire dalle aule universitarie e a scendere in piazza in segno di protesta, ora i ragazzi sognano una vita migliore prima di tutto per loro stessi: non si tratta più solo di avere un impiego sicuro, ma di avere tempo per se.

Si tratta di un cambiamento epocale, giovani e meno giovani vogliono rimettere al centro la loro esistenza.

Oggi noi viviamo non più nel tempo, ma nella velocizzazione del tempo, dove la tecnica ha messo in circolazione solo i valori dell'efficienza e della produttività e il mercato la segue rigorosamente, ignorando completamente la qualità della vita, creando stress: in un contesto di questo genere uno non si sente neanche più un uomo o donna!

E poi, in questa nostra "società ipertecnologica", ci sono gli "algoritmi" che governano l'organizzazione di imprese, comunità e chi più ne ha più ne metta... Ma che cos'è un algoritmo? Un algoritmo, dopo aver raccolto i miei micro-comportamenti, microbisogni, microdesideri fa di me un profilo.

Ma quel profilo non sono io, dice solamente a cosa servo io! E i giovani si rifiutano a questa concezione: perché devo essere qualificato solo dal punto di vista del servizio e mai individuato come persona?

Oggi tutte le imprese tentano di incoraggiare i giovani nell'invogliarli nell'interessamento delle "risorse umane". A parte il termine "risorse umane", pare che anche gli uomini siano ridotti a materia. Ma come si possono incoraggiare e "appassionare" i giovani se il concetto è quello di visualizzarli unicamente non per quello che sono ma per quello che servono?

*Valdi Enzo Brunasso*

## PREMESSA A FESTA INSIEME

### 26 GIUGNO 2022, PASSONS

Benvenuti e grazie, è bello potervi vedere dopo due anni. L'ultima volta eravamo qui per gli auguri di Natale e poi tutti a casa.

Durante questo periodo alcune famiglie hanno abbandonato, alcuni si sono ammalati e ancora stanno lottando, altri se ne sono andati per sempre. Ufficialmente nel 1981 a Castellerio (era un seminario) nasceva L'A.C.A.T. Udinese: ci è voluto un po' perché fosse inserita nel registro delle Associazioni ma intanto lavoravamo, aprivamo CLUB, era una novità, non più rinchiusi in manicomio ma inseriti nei C.A.T.: gran bel salto di qualità.

Abbiamo sempre lottato perché tutte le Famiglie con problemi alcolcorrelati avessero una Opportunità: tra alti e bassi, grandi speranze, cocenti delusioni, dopo 41 anni siamo

ancora qui, pronti a rimboccarci le maniche e a ripartire con le Famiglie di prima e nuovi arrivi, con tutte le collaborazioni possibili per non diventare marginali o invisibili.

Grazie del supporto, della fiducia e della comprensione che ci avete donato in questi due mandati già perché nel 2023 ci sarà un nuovo Direttivo che, voglio credere, continuerà a lavorare per tutti i Club del territorio assieme e coinvolgendo tutte le realtà!

Grazie da parte mia e di tutto il direttivo (P.S. un grazie di cuore a chi mi ha sopportato in sede e all'uomo che ha organizzato i viaggi per i congressi).

Dopo le formalità ringraziamo gli Alpini, per la professionalità e ospitalità che ci hanno riservato, tutte le Famiglie che hanno deciso di condividere queste ore in compagnia, che ci



hanno fatto e portato i dolci, chi ha contribuito alla lotteria e a Valentini, che in rappresentanza del Comune di Udine, ha deciso di essere qui con noi per capire il nostro mondo e conoscerci meglio.

Ottimo il menù, fantastica la compagnia e, a sorpresa, abbiamo consegnato due Diplomi di Astinenza tra i complimenti dei presenti, parole venute dal cuore dai componenti dei C.A.T. e da un Servitore. Ebbene sì, con la vicinanza della famiglia e delle famiglie del C.A.T. la signora Gianina ha festeggiato con noi i suoi 40 anni di astinenza e Stefano i suoi primi 15.

Tra battute, risate, discorsi seri abbiamo trascorso una domenica in questa Grande Famiglia allargata che è il mondo dei C.A.T.

Belle parole dette da Valentini che non conoscendo e non facendo parte del nostro mondo si è complimentato con tutti e si è detto disponibile a supportarci in tutto quello che vogliamo fare.

Grazie a tutti e arriverci a dicembre per gli auguri di Natale e i saluti del direttivo.

*Aida Pasut*

## FESTA INSIEME

Il 26 giugno 2022 ci siamo ritrovati a "Festa insieme" e finalmente abbiamo potuto rincontrarci. Bella occasione, in allegria abbiamo trascorso alcune ore insieme in modo veramente piacevolmente.

Il pranzo ottimo e il nostro ringraziamento va a chi lo ha preparato con tanta cura e servito con tanto impegno, grazie davvero a tutti.

C'è stato il momento della lotteria che ha fornito i premi un po' a tutti, io e Marisa siamo state anche fortunate perché una componente della comitiva – o meglio addirittura la signora che ha ricevuto il diploma per i 40 anni di astinenza – mi ha re-

galato un biglietto vincente (il regalo era una pentola a pressione) così io devo ringraziare tanto anche lei, grazie veramente.

Anche Rosina, che tutti eravamo contenti di avere fra di noi, ha avuto in dono un bel paio di orecchini.

La cosa che ci ha emozionati però è stato la consegna ad ognuno di noi una piccola pergamena con delle bellissime parole che penso vengono da Aida che dice grazie a tutti. Veramente saremmo noi che dovremmo ringraziare lei, Giuliano e Valdi per tutto il lavoro che hanno fatto e continuano a fare per tutti noi dei Club.

Grazie ragazzi per tutto con affetto.

*Marisa e Angela*



FestaInsieme e Acat Udinese: pranzo nella sede sociale del Gruppo Alpini di Passons per un ritorno alla normalità. "Dopo due anni finalmente insieme – scrive Marco Valentini, presidente della commissione politiche sociali e cittadinanza del Comune di Udine – per ricominciare o, meglio, continuare, un percorso importante di sostegno ed aiuto".



## I CAT E LA TEORIA SULL'ALCOL DI HUDOLIN

### Il dott. Hudolin ed il suo metodo di trattamento degli alcolisti

Vladimir Hudolin è nato a Ogulin in Croazia (2 maggio 1922 - 26 dicembre 1996). Psichiatra di fama mondiale, per circa trenta anni Direttore della Clinica di Psichiatria, Neurologia, Alcologia ed altre Dipendenze presso l'Università di Zagabria, per lungo tempo consulente dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, dedicò gran parte della sua attività allo studio dei problemi legati all'uso d'alcol e d'altre droghe fin dall'inizio degli anni '50.

Partendo dall'esperienza della cura psichiatrica tradizionale dell'alcolismo e degli altri problemi alcol-correlati, il dottor Vladimir Hudolin introdusse sin dagli anni '50 i principi della terapia familiare sistemica e, successivamente, la filosofia e le metodologie della comunità terapeutica così come elaborata in Gran Bretagna dallo psichiatra Maxwell Jones. In questo modo, Hudolin favorì progressivamente un processo di deistituzionalizzazione della cura dei problemi alcol-correlati arrivando, l'1 aprile del 1964, ad istituire dei gruppi terapeutici per gli alcolisti e le loro famiglie collocati non all'interno dell'ospedale psichiatrico ma nel territorio di provenienza dei pazienti stessi. Tali gruppi, denominati Club degli Alcolisti in Trattamento (CAT), hanno avuto da subito l'obiettivo di favorire un coinvolgimento delle comunità locali nei processi di prevenzione e trattamento dei problemi alcolcorrelati.

L'aspetto rivoluzionario dell'approccio del Prof. Hudolin derivò dal fatto che non si occupava solo dell'alcolismo di poche persone ma del bere di tutti. Attraverso le settimane di for-

mazione, il Prof. Hudolin non solo forniva la metodologia di trattamento degli alcolisti e delle loro famiglie, ma soprattutto metteva in discussione la nostra "cultura del bere", proponendo il suo modello che negli anni era andato definendosi come "l'approccio ecologico-sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi".

Questo modello interpreta l'alcolismo e gli altri problemi alcolcorrelati né come un "vizio" né come una malattia, ma come un comportamento, uno stile di vita determinato da molteplici fattori sia interni che esterni alla persona, tra i quali particolare importanza riveste la famiglia e la cultura generale della comunità dove le persone vivono e lavorano. L'accento veniva così spostato dall'alcolismo al bere. Secondo l'approccio ecologico-sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi di H., l'alcolismo non è una malattia, tantomeno un vizio. Per la prima volta, la dipendenza da alcol viene concettualizzata come uno "stile di vita", nato e maturato all'interno del proprio sistema socioculturale (famiglia, comunità, società, cultura). Il focus di intervento, nel trattamento, diviene dunque la comunità nella quale l'uomo cresce, vive, lavora: non un approccio individuale ma **sistemico**; non finalizzato all'astensione dal bere, ma rivolto al cambiamento culturale, sociale e sociosanitario della comunità stessa, a partire dalla sua cellu-



la più piccola: la famiglia. Il concetto di Club aperto ai cambiamenti, ha consentito un costante adeguamento del metodo stesso alle esigenze delle famiglie e ha portato ad importanti cambiamenti metodologici, a partire dal 1964, quando il primo Club fu aperto a Zagabria. Per esempio, quello che inizialmente era chiamato "terapeuta" divenne successivamente "operatore" e più recentemente "Servitore-Insegnante" ed il cambiamento non è stato solo terminologico ma anche sostanziale. Il primo Club secondo l'approccio ecologico-sociale del prof. Hudolin fu aperto in Italia nel 1979. Da allora, i Club nel nostro paese si sono moltiplicati, arrivando al numero di circa 2.400, che hanno avuto in trattamento circa 20.000 famiglie.

Alla morte del fondatore, V. Hudolin, infatti, la sua opera ha trovato continuità e prosecuzione nelle varie realtà regionali italiane ed internazionali, dove singoli Club o associazioni dei C.A.T. lavorano costantemente per la crescita dei programmi alcolologici territoriali: corsi di formazione e di sensibilizzazione o di aggiornamento, congressi, convegni ed interClub regionali e nazionali, sono solo alcuni esempi delle vivaci iniziative in essere. In altre realtà regionali, pur mantenendo l'acronimo C.A.T., si è scelto di adottare una nuova terminologia ("Club alcolici territoriali"), mantenendo sostanzialmente la metodologia hudoliniana. Nonostante le difficoltà organizzative, recentemente sono stati fatti numerosi tentativi per diffondere all'estero questo metodo, ed al momento vi sono Club Alcolisti in Trattamento, oltre che in Croazia, anche in Svizzera, Spagna, Slovenia, Albania, Romania, Russia, Brasile.

## IL QUADRO TEORICO E L'APPLICAZIONE PRATICA DEL SISTEMA ECOLOGICO SOCIALE HUDOLIN

Lo sviluppo dei Club è condizionato dalla necessità di trovare un modo più efficace di trattare le famiglie nel cui ambito insorgono problemi alcol correlati e complessi.

L'approccio ecologico-sociale è molto dinamico e cambia sotto l'influenza di un gran numero di fattori esterni, come i dati ottenuti in base a ricerche scientifiche, la legislazione sanitaria, le condizioni politiche e sociali e le esperienze pratiche.

Anche se necessario, il coordinamento del lavoro dei Club degli alcolisti in trattamento riscontra numerose e varie difficoltà. I CAT sono concepiti come comunità multifamiliari composte da un massimo di dodici famiglie, in continuo cambiamento dello stile di vita, di crescita e di maturazione. Basti ricordare che il CAT viene sottoposto a una moltiplicazione dopo l'entrata della tredicesima famiglia.

La crescita e maturazione dell'alcolista e della sua famiglia cominciano nel Club, ma si realizzano a casa e nell'ambito della comunità locale.

I Club degli alcolisti in trattamento sono comunità che riuniscono persone e famiglie differenti per sesso, età, educazione, professione, comportamento verso gli alcolici e stile di vita. È comune a tutti i membri del Club solamente il problema alcol correlato. I Club propongono comunità multifamiliari come quelle che esistono nella vita reale. Il CAT lavora in base a un concetto che vede i problemi alcolcorrelati come stili di vita disfunzionali, difficoltà causate da relazioni difficili e da interazioni di sistemi ecologici nella famiglia, nella comunità e nel gruppo di lavoro. Ne segue che l'intero sistema, nel cui ambito rientra l'alcolista, deve far parte del trattamento, non perché costituito da malati alienati, ma come parte della comunità a pieno diritto.

Secondo la teoria ecologico-sociale, il consumo degli alcolici è un tipo di comportamento, non una malattia mentale né somatica. È più facile, sia per gli operatori professionali preparati in modo tradizionale che per le famiglie, accettare il concetto dell'alcolismo come malattia, dato che un tale atteggiamento li libera da ogni responsabilità e riduce al minimo la loro partecipazione attiva al trattamento. Per questa ragione, il termine "terapeuta", che all'inizio veniva dato al Servitore-Insegnante nel Club, è stato sostituito prima dal termine "operatore" e poi da "Servitore-Insegnante". Se non c'è malattia, non si può parlare di cura o di terapeuta.

I Club sono organizzati a scopo di demedicalizzare e depsiichiatizzare il trattamento e di assicurare una libera crescita e maturazione di tutti i membri. Bisogna trovare rimedio anche alla resistenza che si riscontra nell'accettare un Servitore-Insegnante non professionista. Un operatore volontario e non professionista non diventa, né può diventare, terapeuta durante il Corso di sensibilizzazione di una settimana, che è il tempo necessario alla formazione per svolgere il ruolo di Servitore-Insegnante nel Club. Molti dei Servitori-insegnati sono psicologi, medici o psichiatri, ma la maggioranza sono utenti del Club che hanno raggiunto l'astinenza e si sono formati sul metodo e messi a servizio degli altri. L'alcolismo, nel senso classico della parola, non si può curare. Il Servitore-Insegnante, come catalizzatore, può aiutare e facilitare il processo di cambiamento nel comportamento della famiglia, ma non può curare l'alcolista. Qualora nell'alcolista si riscontrino problemi medici, inclusi i problemi di competenza dello psichiatra, o problemi alcol correlati o eventuali manifestazioni collaterali, la



famiglia deve consultare il medico che di conseguenza deciderà il metodo di cura ed eventuale necessità di inserimento in un CAT.

Sono gratuiti, poiché gestiti in regime di volontariato, e sono aperti a chiunque desideri cambiare il proprio rapporto con l'alcol. Vi sono regole di partecipazione da rispettare, perché un C.A.T. è anche impegnativo ed educativo. Vengono affrontate, ovvia-



mente, anche una serie di problematiche: dalla difficoltà di reperire sedi gratuite alle nuove sfide rappresentate dalla sempre più pregnante multidimensionalità dei disagi alcolcorrelati (associati a sostanze, al gioco d'azzardo, a patologie psichiatriche, ecc.) puntualmente affrontati nei vari corsi di formazione e di aggiornamento.

Questo scritto vuol essere una fotografia dei Club degli Alcolisti in Trattamento. Per la vita e la crescita di queste piccole ed importantissime cellule di salute sono necessari la corretta informazione e la conoscenza, la strutturazione di solide reti con i Servizi e le Istituzioni (nel rispetto delle reciproche autonomie), la partecipazione attiva – e fiera – alla vita delle comunità. Già da tempo, secondo l'approccio ecologico-sociale il Club accetta anche famiglie con problemi complessi, multidimensionali, ma un

tale trattamento richiede la formazione e l'aggiornamento sia dei Servitori-Insegnanti, professionali e non, sia delle famiglie. Questa è una delle condizioni preliminari per poter includere nel Club anche problemi complessi, specialmente in famiglie nelle quali il problema alcol correlato è accompagnato da un disturbo mentale, dal consumo di altre sostanze psicoattive

(droghe), dal comportamento aggressivo o a rischio, oppure da una grave, cronica malattia somatica.

Dal punto di vista ecologico-sociale, i problemi alcol correlati sono un tipo di comportamento, uno stile di vita dell'individuo e della famiglia. Una volta che il comportamento inizia a cambiare, si deve proseguire con la crescita e la maturazione.

L'alcolista non è in grado di riassumere mai più il controllo sul consumo degli alcolici e passare all'utopistico bere moderato, bisogna che sia astinente per evitare il rischio di ricaduta. Nel Club, egli inizia la crescita e la maturazione, che poi continua nella comunità locale nel cui ambito diventa partecipe di attività socioculturali e collabora al fine di tutelare e migliorare in generale la salute e perseguire la sobrietà anche dei costumi e delle abitudini.

In questo modo, l'alcolista riprende la sua posizione nella società, dopo essersi responsabilizzato per anni per l'utilizzo della sostanza. Lavorando nel Club, l'alcolista risponde all'obbligo fondamentale della vita sociale: partecipa alla protezione e alla promozione della salute.

Il lavoro nel Club si basa sul desiderio di assicurare nella comunità attività e interazioni armoniose che garantiscano la coesistenza di tutti i membri. Nel Club si deve evitare la tendenza a introdurre un comportamento uniforme, cercando invece di assicurare la libertà di scelta del comportamento. Come parte della comunità locale, il Club serve a catalizzare, a iniziare e a facilitare il cambiamento nel comportamento delle famiglie che ne fanno parte. Il vero cambiamento del comportamento deve avvenire nella comunità locale; quello che si ottiene nel Club non basta.

Nel Club si può manifestare la paura di confrontarsi con la vita reale e la paura del giudizio circa il cambiamento del proprio comportamento in rapporto alla vita nella comunità: per questo vengono organizzate attività di integrazione e sensibilizzazione ai problemi alcol correlati. Il Servitore-

Insegnante è indispensabile quale catalizzatore del cambiamento. Se viene considerato come terapeuta e assume tale atteggiamento, egli può portare alla medicalizzazione del Club. Il Club non potrà essere efficace senza il Servitore-Insegnante, ma se inizia la medicalizzazione del Club, egli rappresenta un elemento di disturbo e infine danneggia la comunicazione e l'interazione tra i membri. Una delle condizioni preliminari di un Servitore-Insegnante è che lavori nel Club regolarmente.

Per questa ragione si rendono necessarie le riunioni a scadenza mensile alle quali partecipano i Servitori-Insegnanti nei CAT di una specifica zona. Queste riunioni possano considerarsi una sorta di auto-supervisione o supervisione reciproca. Vi si possono trovare le risposte a molte domande. L'attività del Club è indirizzata alle famiglie e alla comunità locale in cui vivono e lavorano. Il Club raggiunge i suoi obiettivi in collaborazione con istituzioni private e pubbliche ed organizzazioni che si interessano ai problemi alcol correlati e complessi, e ai vari distretti di alcologia e comunità terapeutiche, che inviano la famiglia al Club più vicino a casa con il fine di facilitare il mantenimento dell'astinenza. Talvolta le famiglie si rivolgono ai servizi di riferimento (i SerT o SerD) e da qui, auspicabilmente, verranno inviate, dopo la disintossicazione, al C.A.T. più vicino. O, viceversa, si rivolgono autonomamente al Club.

Quale che sia l'approccio, il cammino di rinascita rappresentato dalla frequenza al Club colma un vuoto sociosanitario importante: quello della riabilitazione, che nel caso dell'alcol, si prevede particolarmente a lungo termine. L'astinenza non è sobrietà – diceva Hudolin – ed essendo l'alcolismo, per l'appunto, non una malattia ma un comportamento, un'abitudine, radicata nel sistema sociale e sostenuta da una cultura fortemente alcologica, un reale cambiamento della persona, della famiglia e della comunità non possono immaginarsi se non come un processo a lungo termine.

## Ricordando un amico



Oggi voglio ricordare **LUCIO TEDESCHI** da molti anni componente di Club e in seguito Servitore. Da quel lontano giorno in cui è iniziato il suo percorso per cambiare Stile di Vita è sempre stato attivo e disponibile verso i componenti del Club di appartenenza e come Servitore si faceva in quattro per tenere i contatti con tutti. Se c'era una difficoltà lui partiva senza guardare giorno, ora, o altro. Lui era quello che con Pio organizzava il gemellaggio e partecipava all'interClub del Quarnaro. Ha sempre tenuto i contatti con i Clubs della Slovenia e almeno una o due volte all'anno si incontravano. Da settembre un'altra figura storica se n'è andata, lasciando ancora una volta un grande vuoto, difficile se non impossibile da colmare.

Ciao Lucio, là dove sei troverai molti dei tuoi Amici di sempre e chissà se anche lassù continuerete a fare Club parlando di sobrietà e cambiamento. Ciao, un giorno ci rincontreremo; per ora posso solo ricordarti assieme agli Amici del Club.

MANDI.

## FRANCESCO TAMBURLINI



*Settembre è il mese in cui la natura comincia a cambiare colore, cadono le foglie portate altrove dal vento e come loro te ne sei andato anche tu.*

*Avevi tempo, voglia di fare, di metterti in gioco, di dare una mano a chi era in difficoltà. Eri una persona una persona preparata e sensibile con molta voglia di fare e una grande umanità. Sei entrato in punta di piedi ma da subito ti sei fatto ben volere. I tuoi interventi erano mirati e mai banali, portavi le persone*

*ad aprirsi, sfogarsi, non hai mai dato soluzioni ma i tuoi modesti pareri colpivano immancabilmente. Da quando sei andato a visitare altri Club hai portato la tua umanità, i tuoi interventi mirati perché volevi che tutti avessero la possibilità di sentirsi importanti e gratificati. Per me e il Club 24 sei stato un amico sincero, una risorsa, una presenza costante e costruttiva. È stato un piacere ed un onore averti incontrato e collaborato con te. Sapevamo che sarebbe stata lunga ma eravamo pronti ad aspettarti, avevamo progetti per migliorare sia l'A.C.A.T. che i Club: pazienza, portare pazienza e aspettare che tu tornassi e invece... Qualcun altro ha deciso diversamente strappandoti alla tua famiglia, ai tuoi affetti e a noi. Spero che dove sei adesso tu sia in pace e sereno, in quanto a noi ancora facciamo fatica ad accettare che non ti vedremo più, perché sei ancora nei nostri cuori e nelle nostre menti.*

*Mandi Francesco.*

## CLUB È FAMIGLIA, SINGOLO, PERSONA

Spesso chi è solo nel Club incontra affetto, solidarietà, comprensione e allora ti accorgi che non sei solo.

Persona, già perché ognuno di Noi è Unico e vieni accolto con la tua unicità, si percorre assieme una strada irta ma che dà soddisfazione. Tutti assieme è bello camminare, Famiglia intera, non solo come nucleo composto da individui, ma come nido dove trovi amore, comprensione, supporto dove ci si dà una mano senza pretendere il mondo ma con la promessa di tentare. Ecco, abbiamo sperimentato la forza dell'Amore, dell'Esserci senza imporre tempi brevi: quando un Familiare ti accompagna sorregge, ti stimola, ti appoggia, il percorso diventa condivisione, perché non sei Tu o Io ma siamo Noi come coppia, come Famiglia. Ebbene io ho avuto l'Amore di incontrare una piccola Donna, una grande Moglie e Madre, ma soprattutto una Grande Guerriera pronta a lottare per la sua Famiglia e per il bene di tutti.

Ci ha insegnato che la vita ti piega, ti tira colpi tremendi, ma se ci credi la vita non ti può spezzare.

Grazie per questi 20 anni che ci hai dedicato, grazie per i tuoi insegnamenti e la tua pazienza, grazie per l'amore verso la tua famiglia e per il Club, una famiglia con dei problemi molto allargata, ma va bene anche così.

Come un guerriero Njngia hai lasciato il segno, e malgrado la vita abbia detto STOP, sappiamo che ci sarai ad incoraggiarci a far sì che nessuno molli.

Ciao **PICCOLA GRANDE DONNA**, Ciao Guerriera.



## Numeri e indirizzi UTILI

### ACAT "Udinese" - aps

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](mailto: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](mailto: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](mailto:diego.pituello@asufc.sanita.fvg.it)  
[elisa.cantarutti@asufc.sanita.fvg.it](mailto: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](mailto: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



# 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 dalle 20.00 alle 22.00	Asilo	N.3
CAT n° 002	Io per gli altri	Via Joppi n° 68	Udine	Lunedì dalle 18.30 alle 20.00	Biblioteca	N.4
CAT n° 003	Io sono	Via Enrico Fermi n.92	Feletto Umberto	Giovedì dalle 20.00 alle 22.00	Uffici comunali	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 dalle 19.00 alle 20.30	Distretto sanitario	N.1
CAT n° 012	Uniti per la salute	Piazza Mons. Pelizzo	Faedis	Martedì dalle 19.00 alle 20.30	Biblioteca	N.1
CAT n° 014	La gnove Viarte	Piazzale Chiavris	Udine	Mercoledì dalle 19.00 alle 21.00	Parrocchia San Marco	N.3
CAT n° 015	La Fenice	Via Santo Stefano n.5	Udine	Giovedì dalle 20.00 alle 22.00	Circoscrizione	N.4
CAT n° 018	Rinnovarsi insieme	Via Derna	Udine	Lunedì dalle 18.30 alle 20.00	Parrocchia San Domenico	N.4
CAT n° 022	Arcobaleno	Via Mons. B. Alessio	Nimis	Lunedì dalle 20.00 alle 22.00	Oratorio parrocchiale	N.1
CAT n° 024	Luisa	Via Chinotto n° 1	Udine	Lunedì dalle 17.30 alle 19.30	Circoscrizione	N.3
CAT n° 027	La nuova Felicità	Piazzale Chiavris	Udine	Mercoledì dalle 18.00 alle 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	Continuain varin Fortune	Via G. Bonanni	Pasian di Prato	Lunedì dalle 18.00 alle 20.00	Ex Ambulatorio	N.4
CAT n° 043	Rinascita	Vicolo Coperative	Remanzacco	Martedì dalle 18.00 alle 19.30	Ex scuole elementari	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 dalle 18.00 alle 20.00	Palazzo delle associazioni	N.3
CAT n° 061	Il nido	Via Alessandro Volta	Reana del Roiale	Giovedì dalle 20.00 alle 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 dalle 18.30 alle 21.00	Distretto sanitario	N.1
CAT n° 095	Grande avvenire	Piazza San Valentino 12	Camino al Tagliamento	Lunedì dalle 20.30 alle 22.00	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 dalle 20.30 alle 22.00	Centro Civico	N.2
CAT n° 136-280	Nuovi orizzonti (insieme al Cat 280)	Via Roma	Basiliano	Martedì dalle 20.30 alle 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 dalle 18.00 alle 20.00	Circoscrizione	N.3
CAT n° 161	Vita salvata	Piazza della Chiesa	Villaorba di Basiliano	Lunedì dalle 20.30 alle 20.00	p/o Villa Zamparo	N.2
CAT n° 170	Viars un respir gioios	Via XXV Maggio	Flumignano	Lunedì alle 19.30	Centro sociale	N.2
CAT n° 180	Fuarce e orgoglio	Via Marconi, 9	Cassacco	Lunedì dalle 20.00 alle 22.00	p/o Protezione civile	N.1
CAT n° 190	Ricomincio una nuova vita	Via Pre Zaneto	Percoto	Lunedì dalle 19.00 alle 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 dalle 19.00 alle 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 dalle 18.30 alle 20.00	Sala Consiliare	N.1
CAT n° 209	La Quercia	Via Roma	Pavia di Udine	Lunedì dalle 19.00 alle 20.30	p/o Vecch. Scuole Elementari	N.3
CAT n° 216	Tresesin	Via Ognisanti n°25	Tricesimo	Lunedì dalle 20.00 alle 22.00	Ooratorio "Monsignor Battisti"	N.1
CAT n° 223	Edi Petrichiutto	Via Ristori, 14	Attimis	Giovedì dalle 18.30 alle 20.00	Presso ex asilo	N.1
CAT n° 225	Scelta di vita	Piazza della Chiesa	Villaorba di Basiliano	Giovedì dalle 20.30 alle 22.00		N.2
CAT n° 239	Verso la vita	Via Derna	Udine	Lunedì dalle 18.00 alle 20.00	Parrocchia S. Domenico	N.4
CAT n° 280-136	Apriamo un'altra porta (insieme al Cat 136)	Via Roma	Basiliano	Martedì dalle 20.30 alle 20.00	p/o Villa Zamparo	N.2
CAT n° 319-208	Aiutiamo a vivere	Piazza Ciccuttini	Povoletto	Giovedì dalle 18.30 alle 20.00	Sala Consiliare	N.1
CAT n° 339	Primavera	Via Derna	Udine	Martedì dalle 18.30 alle 20.00	Parrocchia San Domenico	N.4
CAT n° 372	La Rondine	Via Alessandro Volta, 1	Reana del Roiale	Martedì dalle 18.00 alle 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					