

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 Alda, Barbara Cleri
Grafica e stampa: Tipografia Tomadini - Udine



DELL'ACAT

Numero 2 - Dicembre 2024 - Aut. Trib. Udine n° 19 del 10.10.2008 - ISSN 2611-8122

Pubbli. 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



Sauris di Sopra

Editoriale

Buon giorno a tutti, eccoci arrivati a dicembre. Un altro anno è passato e voglio ringraziare tutte le famiglie e le persone che vivono il mondo dei C.A.T.

Non è facile accontentare tutti, ma con tanto impegno e buona volontà, spero di riuscirci grazie anche al vostro supporto ed a chi mi dà una mano in

segreteria.

Grazie a chi si è impegnato per organizzare la S.A.T. di 3° modulo in quel di Pavia, a chi ha organizzato le serate a Nimis, a Udine, a chi ha organizzato gli Interclub. Incontri molto toccanti e partecipati; esperienze che arricchiscono chi le ascolta e chi le espone.

Abbiamo salutato il dott. Goss, che dopo molti anni ha lasciato il Club per dedicarsi ad altro; è stato un piacere condividere un lungo percorso con lui.

Purtroppo anche in questo perio-

do ci ha lasciato un altro componente di Club, memoria storica del Club di Cassacco.

Arrivati a Dicembre, ultimi appuntamenti per quest'anno:

- pranzo per Auguri il 22 dicembre;
- calendario riunioni per il 2025;
- continuare a collaborare con il Dipartimento delle Dipendenze;
- partecipare al Congresso di Assisi.

A questo proposito vorrei ringraziare di cuore Valdi per l'impegno che mette nell'organizzazione, facendo in modo che, oltre alla partecipazione al Congresso, ci siano anche momenti di svago. Unico Operatore Turistico: A.C.A.T.

Quando si dice il migliore, io penso a lui, niente viene lasciato al caso, ma tutto organizzato nei minimi dettagli.

Grazie a Giuliano, che ancora oggi mi è vicino, aiutando

domi ogni qual volta io sia in difficoltà.

Grazie ai Club perché, se noi ci siamo, lo dobbiamo a Loro che svolgono un capillare lavoro sul territorio.

Grazie a tutte le Amministrazioni Comunali che ci supportano (cosa per niente scontata).

I più sinceri Auguri di un **SERENO NATALE** a Voi e a Tutti i vostri Cari; nonché un **BUON ANNO NUOVO** ricco di serenità, salute e di tutto ciò che può renderVi felici.

Auguri anche a **TUTTI NOI e BUON LAVORO: BUON 2025 !**

Aida Pasut



IN RICORDO DI GIANNINA POLONIA

"Ella fu, siccome immobile": parafrasando il Manzoni, annuncio con questo mio contributo la dipartita di mia madre, Giannina, residente a Buttrio e orgogliosamente alcolista in trattamento con 42 anni di astinenza. Sono certa che la sua storia ricalchi quella di tante persone che hanno contribuito negli anni a portare avanti quell'esempio di condivisione nella difficoltà che ha contraddistinto il metodo ideato dal prof. Vladimir Hudolin tanti anni or sono. Mia madre, che si è sempre esposta senza timore in difesa della realtà del Club, che tante volte la sera vedevo uscire su preghiera del benemerito dott. Francesco Grosso di Buttrio per aiutare le persone affette da quella stessa dipendenza da alcol che l'aveva devastata da giovanissima, che ancora fino a qualche mese

fa faceva sentire forte la sua voce in difesa di quanto è stato (Castellerio, l'astinenza, il Club come realtà funzionante a pieno regime), si è spenta il 12 agosto 2024. Mia madre, lo dico con orgoglio, è stata una persona grande: mai avuto una ricaduta, è riuscita a uscire dalla dipendenza con la sua forza di volontà (non poteva neanche assumere l'Antabuse per intero, a causa di problemi alla tiroide: ne prendeva un piccolo frammento per solidarietà!) e ha fatto in modo che la sua esperienza diventasse la forza ispiratrice di tanti. Ricordo quando mi raccontava delle persone che aveva incontrato negli anni e che ancora la salutavano con affetto, di tutte quelle persone che aveva confortato e poi aiutato a riemergere con forza dall'abisso della dipendenza. Ricordava ancora gli In-

terclub di una volta, dove giungevano corriere intere provenienti dal territorio, come quello grande a Grado negli anni '80, quando il prof. Hudolin fermò l'intera seduta per ascoltare la storia di un uomo ricaduto. È il Club, la condivisione, che deve far sì che questi episodi possano divenire sempre più rari: questa era l'idea di mia madre, da sempre convinta che l'astinenza avesse più valore di una privacy scomoda e stringente che nel tempo ha minato la realtà dell'alcolismo in trattamento. Mia madre era una GUERRIERA, forte e determinata. Voglio ricordarla con le parole scritte e pronunciate da lei 8 anni fa, durante un incontro in difesa dei Club: per far sì che non solo a me, ma anche a tante persone sia vittoriose che ancora in difficoltà, possa rimanere l'esempio di una donna orgogliosa del proprio percorso e pronta

ad aiutare il prossimo.

Buona sera a tutti, sono Giannina con 34 anni di astinenza.

Sì, 34 anni: tanto tempo è passato da quel 23 giugno 1982. Quando tutta timorosa, accompagnata da mio marito, ho varcato la porta di Castellerio.

Purtroppo, l'abuso di alcol mi aveva veramente minato il fisico, le mie gambe mi reggevano a fatica.

Ricordo ancora il mio incontro con il grande dott. Lezzi. Prima mi diede una bella lavata di capo (chi lo ha conosciuto sa di cosa parlo); poi aiutandomi a rimettermi a letto mi disse: "Dai, se seguirai bene la terapia, e guarda che non è facile nelle condizioni in cui sei ridotta, assieme riusciremo a cavarne qualcosa di buono, abbiamo anche il pieno sostegno di tuo marito".

E difatti grazie alla disponibilità di mio marito e al sostegno dei membri del Club 55, non senza difficoltà, ma con lo stimolo che ce la potevo fare, ho intrapreso questa mia nuova vita.

Ho visto persone ringiovanire, famiglie che si ritrovavano grazie al lavoro continuo del Club.

Personalmente ho fatto tante battaglie per portare aiuto a chi era in difficoltà.

Tante visite domiciliari a portare la mia esperienza a familiari che avevano difficoltà a capire questa nostra terapia.

Difatti oggi sono qui a spezzare una lancia a favore dei Club.

In primis ai Dottori di base (al diavolo la privacy) dico: se uno viene da voi e ha dei problemi di alcol, mica gli dite che ha male di stomaco. Torniamo a parlare come mangiamo e diciamo: "Tu hai problemi di abuso di alcol e io posso suggerirti di recarti al Club e capire come hanno fatto quelle persone a uscirne".

Capisco il senso di vergogna ma credetemi, ne vale la pena, andare lì confrontarsi cercando di uscire dal problema. Io, personalmente, la vergogna la provavo prima o, meglio, non sapevo a chi chiedere aiuto.

Ma ora c'è una possibilità (al bando la privacy): dobbiamo cercare di fare sentire le nostre esperienze e dire a chi è in difficoltà (usando le parole del dott. Lezzi) "assieme ce la possiamo fare".

Per questo, ci vuole più sensibilizzazione anche verso i Club.

Perché, credetemi, nel ricordare che a Buttrio eravamo in 25/30 membri + i familiari alle sedute e ora nel ritrovarci in 4/5 persone mi viene da pensare: "o il

problema è risolto, oppure qualcosa si è perso per strada".

È bellissimo poter dire, senza paura: io Polonia Giannina membro del Club 55 di Buttrio ho 34 anni di astinenza: qualcosa, Castellerio prima e il Club poi, mi devono aver dato per essere arrivata qui! E non ci sono solo io a Buttrio. Ci sono parecchie persone che come me hanno intrapreso questo nuovo "stile di vita" (come diceva il prof. Hudolin).

Perciò non lasciamo cadere tutto: a me e molti altri, la terapia e i Club ci hanno aiutati a rivivere. Vediamo di fare qualcosa, perché tutto questo non diventi solo un ricordo.

Un'amareggiata Alcolista in trattamento con 34 anni di astinenza

Desidero ringraziare tanto i membri dell'ormai formalmente estinto Club di Buttrio quanto l'intero Club di Mediis/Enemonzo che mia madre ha frequentato negli ultimi mesi di vita per la loro vicinanza nel sempre vivo ricordo di quella grande Donna che ho potuto avere l'orgoglio di chiamare mamma.

La commossa figlia Nadia



Giannina (in abito azzurro) riceve il diploma del primo anno di astinenza a Buttrio il 16 luglio 1983



Giannina riceve il 35° diploma di astinenza a Udine nel dicembre 2017; sul retro della fotografia scrive "Traguardo importantissimo"

IN RICORDO DI GIANCARLO



A fine agosto di questo anno ci ha lasciato, aveva appena compiuto 85 anni, ma a dispetto dell'età è sempre stato protagonista attivo nella vita, sia privata che pubblica.

Il club 180 di Cassacco, a maggio, ha avuto il piacere di consegnargli il diploma dei trent'anni di astinenza e sobrietà ... non era incline a questi riconoscimenti ma, Nella, che era presente alla consegna dell'attestato, ci testimonia la sorpresa e la gioia di quel momento che palesava l'affetto e la riconoscenza di tutte le persone che lo hanno conosciuto e apprezzato in tutti questi anni di frequenza al club. Giancarlo Granziol è stato tra i fondatori, assieme ad Ivana Giordano del club 180 di Cassacco, ne ha tenuto la presidenza e ha testimoniato, con la sua vita, i principi del metodo Hudolin.

Li ha vissuti con rigore, cercando di farli conoscere a chi gli stava accanto rendendosi testimone ed esempio per tutti.

La frase che spesso usava per spronare al cambiamento e alla consapevolezza era: "O vuoi ben a Giancarlo, iò!", e, calata ad ogni singola persona, la usiamo tutt'ora perché ci sembra un bel primo passo verso l'autostima.

Grazie. Un abbraccio dal club 180.

Chi è per me Giancarlo ?

È quella persona che tanti anni fa in un periodo buio, ma davvero buio della mia vita, a causa degli effetti dell'alcol su mio marito, si è rivelata subito un punto fermo su cui contare e poter fare affidamento.

Mi ha aiutata, sostenuta, capita, se avevo bisogno lui c'era.

Per me è stata una persona importante ... grazie Giancarlo.

Nella

INFORMATIVA SULL'ALCOOL

Nelle serate del 12 e 13 giugno 2024, il nostro club "LA QUERCIA" di Lauzacco, ha organizzato 2 serate informative dal titolo "STAR BENE IN FAMIGLIA (SENZA ALCOOL)" alle quali sono state invitate alcune associazioni dei comuni limitrofi con i relativi rappresentanti comunali.

Dalle due serate abbiamo notato un significativo interessamento da parte di tutti ed in particolare di un sindaco della nostra zona il quale ci ha fatto i complimenti e ci ha pregato di informarlo su prossime iniziative su questo tema.

I relatori sono stati il dott. Massimo Buratti, educatore al Civiform di Cividale, che ha trattato il tema "Alcool ... perché" ed il sig. Giovanni Marin, del gruppo di formazione dell'ARCAT FVG, sul tema "L'approccio familiare sistemico".

Al termine di ogni argomento trattato è seguito un interessante e costruttivo dibattito a cui molti presenti hanno voluto partecipare.

A questo punto, il nostro club "La Quercia" visto il gradimento

dei presenti sul tema proposto è intenzionato a riproporlo appena possibile.

Ringraziando il dott. Buratti, il sig. Marin, tutti i presenti per la loro partecipazione, nonché la signora Silvana per la preparazione dell'otti-

mo rinfresco che ne è seguito, portiamo i più cordiali saluti ed un arrivederci a presto.

*Il club "LA QUERCIA" Lauzacco
C.F.*



Serata bella e soddisfacente, presenti oltre ad autorità anche due medici e una farmacista che hanno gradito molto.

26 MAGGIO 2024 - GARA DI PESCA A SCOPO BENEFICO

Siamo solo 4 componenti in questo club, ma nonostante ciò, con la voglia di essere presenti sul territorio per aiutare chi ha bisogno, ci rimbocchiamo le maniche e ci diamo da fare.

Come scritto sopra, il 26 maggio abbiamo organizzato, con l'aiuto dell'ASD l'ARAGOSTA di Percoto, coadiuvata dal nostro presidente Gerotto Carlo, una gara di pesca sportiva allo scopo di aiutare le persone o sodalizi che ne hanno bisogno e che lavorano sul nostro territorio a favore dei bisognosi.

Questo anno l'utile della gara, è stato devoluto, come consigliatoci dal comune, alla "A.P.S. MU.NU.S." di Percoto.

Abbiamo avuto una buona parteci-

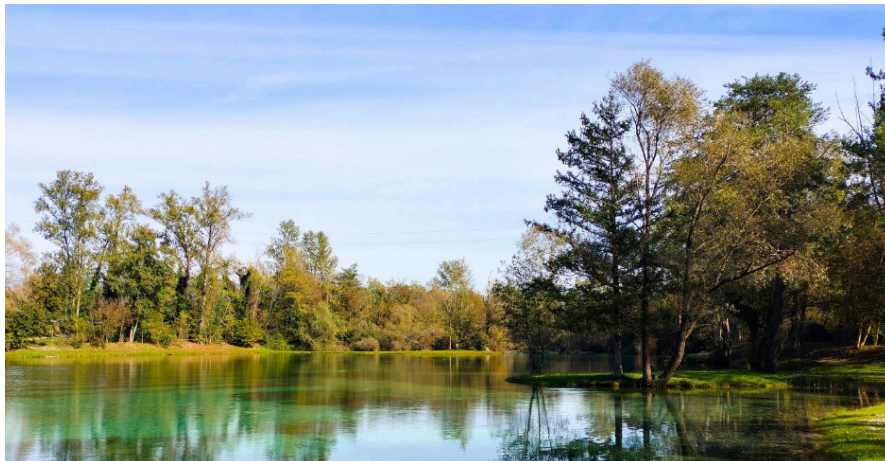
pazione di pescatori (n. 40) e speriamo che la prossima edizione tale numero aumenti, aumentando così l'utile che andremo a devolvere.

Ricordiamo che per questa gara non è necessario avere la licenza di pesca.

Per questo buon risultato ottenuto ringraziamo di tutto cuore l'ARAGOSTA, i suoi iscritti ed i club che vi hanno partecipato.

Ci farebbe molto piacere se altri club volessero partecipare a questa iniziativa (è sufficiente mettersi in contatto con noi attraverso l'ACAT Udinese).

Tanti saluti a tutti ed arrivederci, più numerosi, al prossimo anno.



L'ALCOL NON È LA RISPOSTA...



Anche questa sera siamo in pochi alla serata. Peccato perché era interessante, faceva capire e riflettere su quanto il nostro comportamento influisca sul nostro fisico, la salute, le nostre relazioni. Ci giochiamo il futuro inconsapevoli o forse nascondendoci. Si parla dei giovani (anche questa sera assenti) ma se i primi a non crederci e darci una possibilità siamo noi adulti, come possiamo pretendere che i ragazzi di oggi facciano tutto da soli? Così abbiamo deciso di ripetere l'incontro in primavera sperando in un coinvolgimento maggiore della zona e non solo. Senza abusi di sostanze si vive meglio e più a lungo.

Numeri e indirizzi UTILI

ACAT "Udinese" Onlus

tel. 0432 25284

cell. 333 9029545

Orari di segreteria:

lunedì, martedì, giovedì

dalle 16.00 alle 18.00

venerdì su appuntamento

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

Civiale, 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: alcolologia.civiale@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

CORSO DI FORMAZIONE CONTINUA PREMARIACCO - 16/17 NOVEMBRE

Mi sono iscritto al corso di formazione continua a Premariacco per un ricordo. È il posto dove ho fatto il corso di sensibilizzazione ormai nel 2010, quattordici anni fa. Di quel corso non c'era nessuno, ma in compenso ho trovato altre vecchie conoscenze, come persone che avevano fatto il corso di sensibilizzazione a Udine, dove ero il segretario, oppure Remy che non ve-

devo da un sacco di tempo. Ed inoltre Tasin, Lorena, Marin, i formatori.

Poi, le nuove conoscenze: oltre ad un confronto costruttivo, interessante ed un sicuro arricchimento, c'è sempre la possibilità di conoscere gente nuova, così da ampliare le nostre vedute e sentire anche come vanno le altre A.C.A.T e Club.

Penso che il confronto, e le relazio-

ni, siano sempre un arricchimento per noi quindi perché non farli, inoltre è previsto dall'associazione di partecipare ad un corso ogni anno.

Gli argomenti trattati erano interessanti: "Formazione continua come nutrimento e sostegno dei club"; "I club nel sistema per la protezione e promozione della salute nella comunità."

È un peccato per chi non partecipa ai corsi: perde una bella occasione per conoscere persone nuove e confrontarsi su temi interessanti.

Giuliano



CORSO DI FORMAZIONE CONTINUA DI FIUMICELLO VILLA VICENTINA



Il corso è stato bello e costruttivo fatto con persone conosciute e non. La partecipazione dell'A.C.A.T. Udinese era con 9 servitori su 38. Argomenti interessanti con discussioni sentite e costruttive.



ARCAT Friuli Venezia Giulia

ACAT Cividalese

in collaborazione con la Scuola nazionale
di perfezionamento in alcologia

**"Le attuali risorse e criticità
nel rapporto tra Club e rete
territoriale"**

Corso di formazione continua
dei servitori-insegnanti
nel sistema ecologico-sociale
(metodo Hudolin)



**"Una maggior attenzione merita
anche una maggior cooperazione tra
il sistema ecologico sociale per il
controllo dei problemi alcolcorrelati
e le organizzazioni e le istituzioni
pubbliche e private, cercando gli
spunti che uniscono e non quelli che
dividono"**

(Disagi alcolcorrelati: vecchi problemi
umani. V. Hudolin)

**"È vero che nessuno può cambiare un
altro. Ma è altrettanto vero che
nessuno può cambiare senza l'altro."**

(Franco Basaglia)

IL CLUB COME SPAZIO E TEMPO PER MISURARSI ED INCONTRARSI

Buonasera sono Visintini Omar e vi racconto la mia storia in poche parole. Io ho cominciato ad incontrarmi con il Club 190 di Percoto 12 anni fa circa per un ritiro di patente in stato di ebbrezza; quindi mi hanno inviato prima al Sert e poi al Club. Ho iniziato a frequentarlo con mio padre però all'inizio mi ci è voluto del tempo per accettare la frequenza settimanale del gruppo per parlare delle mie problematiche con l'alcool. Non riuscivo a focalizzare il problema ed ho avuto ancora problemi con la patente ma il Gruppo cercava sempre di spronarmi e di aiutarmi per il mio bene ma purtroppo non volevo capire il male che mi stavo facendo, facevo

anche fatica a parlare con i miei figli e con tutti i miei familiari. Così abbiamo deciso che dovevo frequentare anche la Comunità del Dipartimento 2 volte a settimana e mi è servito molto. Ora sono astinente da 4 anni e 250 giorni e sono fiero di me e dei risultati raggiunti anche se avrei voluto capire meglio prima le cose ma ora mi sono inserito bene e mi incontro con loro il lunedì sera molto volentieri. Purtroppo dopo tanti sacrifici inaspettatamente dopo tanti sforzi per vecchie pendenze mi hanno revocato la patente e devo rifarla nuovamente dunque ora mi devo rimboccare le maniche e superare anche questa prova che non è per niente facile. Io

ora sono astinente e sto decisamente meglio assieme a quelli che mi sono vicino e, se l'avessi capito prima, forse alcune cose le avrei evitate ma comunque il Gruppo mi dà la forza di portare avanti la mia scelta e ringrazio tutti di avermi supportato e stasera anche ascoltato.

Un caro saluto.

*Visintini Omar
Club n.190 Percoto*

TESTIMONIANZE

Il Club è stato la pietra angolare su cui costruire qualcosa di solido e duraturo poiché più lo frequentavo e più sentivo di essere sulla strada giusta per dare una svolta importante alla mia vita spericolata. Ho iniziato 17 anni e mezzo fa in quel di Sammardenchia di Pozzuolo accompagnato da mia sorella, c'erano 5-6 famiglie e la Servitrice Aida. Mi sentivo fiero per il primo mese di astensione alcolica ma anche frastornato dalla tanta carne messa al fuoco nel reparto di alcologia di San Daniele con gli altri alcolisti, i colloqui individuali con il Dr. Dario e la Dott.ssa Riva e le accese Comunità multifamiliari del Dr. Sforzina. Ero nel mio Club il più giovane sia di età che di astinenza cosa che mi motivava ancor di più perché davanti avevo persone con degli anni senz'alcool e visto che ce l'avevano fatta loro l'avrei potuto fare anch'io.... Nella mia famiglia il clima non era dei migliori, poco dialogo e tanti contrasti ma per fortuna il papà mi aiutava economicamente e poi pian piano hanno cominciato a chiamarmi per dei lavoretti di

giardinaggio e altro Ed ogni venerdì al Club a fortificare l'astinenza. Ho comunque continuato a frequentare i bar, giocare a carte, vedere sport e quant'altro solo che le bevande erano diverse, quali caffè e altre bibite analcoliche, spronato dal confronto settimanale al Club e quotidiano con lo specchio a cui non raccontavo bugie e mi davo degli obiettivi da raggiungere ed il primo era, ed è, di non bere alcolici.

Non ho comunque mai avuto voglia di bere e quando qualcuno insisteva, e talvolta provocava, cambiavo aria. All'interno del Club dopo la morte di Gianni (ciao Filo) a cui sarò sempre grato per l'esempio e le cose che mi ha insegnato, sono passato da Segretario a Presidente e non vedevo l'ora di partecipare assieme al compaesano Dario agli incontri dell'Associazione. Purtroppo in tre anni per vari motivi siamo rimasti solo io e Aida e ho iniziato a frequentare altri Clubs del circondario specie a Talmassons e Flumignano in cui rafforzavo sempre più il mio cambiamento nell'ascolto,



nella condivisione a testimonianza del passato e del momento. Nel frattempo ho trovato lavoro part-time nelle ecopiazzole e quand'ero libero dal lavoro accompagnavo persone del mio Comune in strutture sanitarie con l'Associazione "no alla Solitudine". Per un anno circa ho condiviso con il Sig. Disnan l'esperienza del mercoledì mattina all'interno delle Carceri di Udine con la prima ora assieme agli operatori del Dipartimento e la seconda solo noi e le testimonianze dei detenuti con il sottofondo dei chiavistelli che aprivano e chiudevano gli accessi.

Dopo il Corso di Sensibilizzazione al Bertoni nel 2012 abbiamo riaperto il Club a Sammardenchia con tre famiglie e Servitore Andrea di Mortegliano. L'anno seguente al Congresso Nazionale di Assisi ho preso spunto dal Titolo basato sulle relazioni ed i legami e conoscendo meglio Barbara, quattro anni dopo ci siamo sposati, nel giorno più bello della mia vita. Assieme frequentiamo

il Club di Percoto e continuo a frequentarlo per poter accogliere chi è in cerca di aiuto, ma visto che non arrivano, in collaborazione con il Dipartimento e con i Donatori di Sangue, c'è un progetto di prevenzione e sensibilizzazione con testimonianze all'interno delle Scuole Medie per poter informare e mettere in pratica tutti gli insegnamenti di chi ci guarda da lassù e ci accompagna nel nostro cammino di Club.

Concludo ribadendo che in tutto il nostro percorso, la frequenza settimanale al Club è fondamentale e diventa un appuntamento fisso e naturale del nostro vivere e sarò sempre grato all'ACAT per tutte le opportunità di incontro che mi ha dato quali Interclub, Corsi di formazione, Congressi quali quello di Assisi ed altro e soprattutto di crescita e ci tengo a proseguire perché le motivazioni e la scuola di vita non hanno fine. Grazie a tutti e tanti Auguri di Buone Feste.

*Stefano Fontanini
Club n.190 Percoto*

LA MIA APPARTENENZA AL CAT 24 "LUISA"

Mi chiamo Claudio e frequento da oltre 22 anni il CAT24 Luisa di Udine. Infatti è da quel lontano 8 di aprile dell'anno 2002 che ho iniziato la mia terapia astinenziale e riabilitativa nei confronti del consumo di alcool.

Accogliendo l'invito della mia poliedrica servitrice-insegnante nonché attuale presidente dell'associazione ACAT "udinese" Sig.ra Aida Pasut, mi sono cimentato nello scrivere queste righe per illustrare con una sintetica narrazione la mia costante e partecipata frequenza al CAT di riferimento, che ha sicuramente contribuito nel tempo a determinare in me un diverso benessere psico-fisico che comportamentale.

Tuttavia devo aggiungere che in questo frangente, sono stato supportato anche dalla solidarietà familia-

re espressa concretamente dalla mia splendida sposa Paola e da mio figlio Samuele. Dopo un inizio alquanto ostico, ho continuato nel percorso intrapreso senza tentennamenti, confrontandomi all'interno del CAT, con i soggetti che vi partecipavano e con i quali si dividevano le stesse tematiche, che ponevano allo scrivente serie riflessioni, sul cambiamento radicale del mio stile di vita, sia nei rapporti interpersonali che nella famiglia.

L'abituale frequentazione al club, ha generato in me una forte autostima e nel contempo restituito anche una dignità che si era appannata. Aderendo poi, anche alle varie attività proposte dall'associazione, quali seminari di studio incentrati sulla spiritualità antropologica o alle scuole alcoliche territoriali nonché ai vari



corsi di sensibilizzazione all'approccio alcolologico sociale, hanno formato nel sottoscritto una volontà ferrea ed un atteggiamento granitico intrapreso. Ciò ha consentito all'estensore della presente di cooperare con l'associazione quale revisore dei conti per diversi anni.

Attualmente frequento settimanalmente il CAT di appartenenza partecipando all'attività del medesimo.

Noto peraltro una forte partecipazione a queste riunioni da parte di tante persone di diversa estrazione sociale, ciò fa riflettere su quante problematiche causi l'uso incontrollato e smodato di bevande alcoliche, sulle persone e sulle loro vicende esistenziali. In merito, ricordo con affetto la lunga teoria umana, che si è dipanata negli anni all'interno del CAT, dove ogni componente cercava amicizia e solidarietà per affrontare con proficuità gli spinosi dilemmi posti e causati dall'assunzione sregolata di bevande a forte contenuto di alcool. Rammento quindi con gioia i parecchi che sono riusciti nell'intento, ma non dimentico comunque anche coloro che si sono approcciati ma non hanno condiviso né il metodo né il percorso proposto.

Per quanto mi riguarda, tutti sono stati oggetto di attenzione, rispetto e comprensione. Dedicare il nostro tempo per favorire gli incontri con chi soffre la complessità dei problemi alcool-correlati oserei dire è la missione che si pone l'associazione di cui faccio parte, perché dagli insegnamenti impartiti dal prof. Hudolin, si può guarire dall'alcolismo.

Concludo nell'auspicare che i nostri CAT, per procedere nell'opera sociale intrapresa, vengano aiutati ed agevolati dagli attori istituzionali, sia politici che sanitari visto la rapida trasformazione della società in atto che esige sempre più risposte celeri e disponibilità di tempo e professionalità per affrontare con profitto le tante difficoltà alcol-correlate e complesse che si stanno verificando oramai in forma massiccia nei vari strati della nostra attuale società.

Claudio

39° ANNIVERSARIO 1985 - 27 OTTOBRE - 2024

Caro Mario,

siamo stasera ad aggiungere un nuovo Traguardo alla Tua Vita e vogliamo Ringraziarti con tutto il Cuore per la Tua Forza, la Tua Naturalità e soprattutto la Tua Tenacia. Ogni volta è un Gradino superato con Volontà a testimoniare a Tutti che nella Vita le Cose Vere sono queste, i Traguardi Importanti sono quelli da condividere prima di Tutto con la Famiglia ma anche con gli Amici di Cammino come siamo noi qui stasera.

Questi tuoi 39 Anni sono la Testimonianza che la forza e la costanza costruiscono grandi cose e grandi risultati nella Vita. La tua presenza settimanale nel Club è come una goccia che ha creato un Grande Mare di Serenità, Condivisione, Gioia di Vivere che sono gli elementi fondamentali da portare prima nella propria Vita e nella propria Famiglia ma di conseguenza da portare nella Vita di tutti i giorni per costruire qualcosa di Unico e il tuo Esempio continua ad essere per tutti noi un'ancora di salvezza e un Pilastro a cui aggrapparci nei momenti



di difficoltà che nel nostro e in generale in Tutto il Mondo associativo stiamo vivendo. Cos'altro possiamo dirti stasera, Grazie di Esserci e di Continuare ad esserci perché ci permetti di Vivere l'importanza del Noi e non quella egoistica dell'Io.

Un caloroso Augurio a Te e alla Tua Famiglia che ci accoglie ogni Anno e Auguriamo Tanta Salute, Serenità e ancora Tanti Giorni Felici come oggi.

Gli Amici

Il Club n.190 Percoto



INTERCLUB CASA DELL'IMMACOLATA - UDINE - 6 dicembre 2024

VERSO ASSISI. . .

Buongiorno,
siamo un'Associazione di volontariato di Udine che si occupa di problematiche alcolcorrelate, ci rivolgiamo a Voi per organizzare, seppure con largo anticipo, il noleggio di bus con conducente. Prevediamo 20/25 partecipanti, conseguentemente la capienza del mezzo dovrà essere connotata a tale numero di persone.

Il programma:

1° giorno

giovedì 15 maggio 2025

- ore 05.15 partenza da Udine - via Renati - per Caprarola (VT) - con due soste di 20 minuti lungo il tragitto
- ore 12.30 pranzo a Magliano Sabina, per proseguire per Caprarola. Seguirà visita al Palazzo Farnese e alla cittadina
- ore 17.30 partenza per Assisi con arrivo previsto ore 19,00. Pernottamento e cena in Cittadella

2° giorno

venerdì 16 maggio 2025

Inizio Congresso, con colazione, pranzo e cena in Cittadella

3° giorno

sabato 17 maggio 2025

Continua il Congresso. Colazione, pranzo in Cittadella. Subito dopo pranzo, partenza per Sansepolcro, per visita al Museo e alla cittadina.



Serata di auguri tra i club 223 Edy Petrichiutto di **ATTIMIS** e i club 10 e 12 di **FAEDIS** con la presenza del sindaco di Attimis Maurizio Malduca e il vice sindaco di Faedis Luciano Palmieri. Anche questo è un modo per raggiungere la comunità facendo club insieme.

- ore 18.00 ca. partenza da Sansepolcro per Assisi. Cena.

4° giorno

domenica 18 maggio 2025

In mattinata termina il Congresso. Pranzo.

- ore 14.30 partenza da Assisi per Udine con arrivo a Udine - via Renati - previsto verso le ore 21.00-21.15.

In attesa di Vs. gentile riscontro inviamo cordiali saluti

Il referente ACAT Udinese

Valdi Enzo Brunasso.

Il club n°22 "ARCOBALENO" di Nimis

ORGANIZZANO : 4 SERATE DI APPROFONDIMENTO SUI TEMI
 08 NOVEMBRE : SOLITUDINE RELATRICE "MARIALUISA PONTELLI"
 15 NOVEMBRE : CAMBIAMENTO POSITIVO RELATRICE "ALBERTO PERESSINI"
 22 NOVEMBRE : BENESSERE PERSONALE RELATRICE "CHIARA TOFFOLETTI"
 29 NOVEMBRE SIMPOSIO CONCLUSIVO, MOMENTO COVIVIALE

INIZIO ORE 18,00
SALONE 1° PIANO EX SCUOLA ELEMENTARE
VIALE MATTEOTTI NIMIS

diz.com.gruppo.com 0432/94003 - Alessandro Enrie

Il mese di novembre la zona 1 ha organizzato tre serate in quel di **NIMIS**. Coordinate dal club arcobaleno di Nimis con Enrico e Iva, non abbiamo avuto molta partecipazione, ma come si dice in questi casi, pochi ma buoni. Tre serate molto intense: si è parlato di solitudine, del campionato e del benessere personale. Credo che si dovrebbe fare qualche riflessione sull'organizzare questo tipo di serate: la poca partecipazione fa pensare.

Valter



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