

a cura delle Famiglie e dei Servitori/Insegnanti dell'A.R.C.A.T. Lombardia

HO SOGNATO ...

Ho sognato un'Associazione (zonale, provinciale, regionale, nazionale, mondiale) e un Club Alcologico Territoriale dove prima di essere servitore/insegnante, persona con problemi alcolcorrelati e complessi, familiare, sei donna e uomo; donne e uomini che vivono nel nostro tempo, soffrono nella nostra storia, vanno avanti e sperano nonostante le proprie storie.

Ho sognato che i servitori/insegnanti e i familiari si sentivano meno responsabili per le persone con problemi alcolcorrelati e complessi, ho sognato che le persone con problemi alcolcorrelati e complessi non dipendevano sempre dai servitori/insegnanti e dai familiari.

Ho sognato delle donne e degli uomini che volevano camminare assieme, alcuni zoppicavano altri offrivano il loro appoggio; alcuni correvano e gli altri chiedevano di aspettare, e molti andavano ad un passo normale e apprezzavano le cose che vedevano intorno.

Ho sognato che apprezzavano di essere donne e uomini non più soli, ho apprezzato che ci si ascoltava; ho sognato che persone con problemi alcolcorrelati e complessi, servitori/insegnanti e familiari non erano più solo membri di un'Associazione o di un Club Alcologico Territoriale, ma erano persone che stavano vicine, qualcuno soffriva qualcuno le confortava.

C'era un servitore/insegnante che era caduto e un persona con problemi alcolcorrelati e complessi col familiare gli offriva la mano, c'era una persona con problemi alcolcorrelati e complessi che piangeva e tutti piangevano con lui, c'era
un gruppo nel quale non riconoscevo il ruolo, ma erano donne e uomini che ridevano, camminavano, trovavano ostacoli, ma, alla fine, riuscivano a fermarsi per un
momento e si godevano il sole della loro primavera.

Ho sognato che tutti noi prima dell'interesse personale pensavamo all'interesse comune come Vladimir Hudolin insegnava: pace, benessere e salute per tutte le comunità.

ETTORE ABENI - S.I. CAT Curno 1
Adattamento di frasi dal libro
"Dottore, non sono di psichiatria"
scritto in prima persona da utenti
di disagi psichici riconosciuti come Facilitatori Soci.



DOPO CASTEL GANDOLFO: NOI, I GIOVANI E LE ALTRE QUESTIONI SCOMODE. Aniello Baselice, Presidente AICAT

L'intenso, appassionato e partecipato Congresso dei Club Alcologici Territoriali da cui siamo appena reduci ci lascia in eredità alcuni temi e questioni forti su cui fare qualcosa di nuovo.

I Giovani.

Dopo Pisa ed Assisi i giovani son parte viva e pulsante dei nostri Congressi non solo come agenti di provocazione e di animazione ma anche come persone partecipi a pieno titolo nei momenti di confronto nostri Congressi. Ma nei nostri Club e nelle nostre associazioni i giovani sono davvero risorsa attiva o sono figuranti ed elementi decorativi? Hanno diritto di cittadinanza o sono corpi estranei perché il Club è cosa da adulti?

L'Educazione Ecologica Continua.

É il terreno su cui deve investire con impegno il mondo dei Club perché il suo presente il suo futuro non siano grigi.

Accrescere competenze nella capacità di promuovere e vivere solidarietà e saper fare insieme dentro e fuori dei Club (soprattutto nella comunità grazie allo strumento associativo) sul piano della tutela della salute e dei diritti che su cui essa si fonda; sapere cooperare perché il capitale spirituale e sociale, maturato grazie al Club, possa servire davvero a politiche sociali rispettose della libertà e della giustizia sociale... Ma davvero può bastare solo il buon cuore e sopperire con esso ad un serio, grave e crescente dilagare della non conoscenza o addirittura dell'analfabetismo sui fondamenti dell'Approccio Ecologico Sociale?



Il Saper Fare Insieme.

É una scommessa su cui come AICAT e Forum dell'Educazione Ecologica Continua abbiamo puntato dopo Pisa, nella consapevolezza della unicità e l'originalità del Metodo Hudolin data da quel formidabile mix in cui professionisti e famiglie sanno scambiarsi saperi e conoscenze diverse ma complementari su un piano di pari dianità nel Club.

Tale scelta oggi deve fare i conti con due grossi problemi:

- un preoccupante dogmatismo che rischia di alimentare integralismo e rigidezza circa le opportunità di crescita per le famiglie. É possibile oggi ancora sostenere nel momento in cui parliamo di capitale sociale che una famiglia di Club non debba occuparsi di promozione della salute nella sua comunità dal momento che la tu-tela di questa è parte della sua crescita e la cittadinanza attiva è un obiettivo sostenuto dai programmi di oggi?
- una altrettanto preoccupante tendenza alla demagogia secondo cui tutti possono far tutto e noi sappiamo far tutto solo perché membri di Club?

Certamente a tutti è possibile fare tutto come diritto fondamentale. Ma il diritto diventa dimensione concreta se: i membri di Club partecipano alle Scuole Alcologiche Territoriali (quanti le frequentano in Italia?); se fanno gli aggiornamenti e i monotematici (di questi oggi se ne fanno in numero inferiore alla dita di entrambi le mani...); se si fanno le settimane di sensibilizzazione (a malapena trenta all'anno in tutto lo stivale...); se i Servitori/Insegnanti fanno le autosupervisioni e si aggiornano; se i presidenti di ACAT e ARCAT si aggiornano partecipando ai momenti di formazione sulla legislazione sociale e confrontandosi con altre esperienze ed altri saperi presenti nella comunità.

LA CREDIBILITÀ SOCIALE E SCIENTIFICA.

Agire per il cambiamento della cultura sanitarie generale è possibile nella misura in cui CI SIAMO, PARTECIPIAMO, CI CONFRONTIAMO E RENDICONTIAMO (DIAMO CONTO, DIMOSTRIAMO) il lavoro svolto.

Non basta sventolare le linee guida dell'OMS o i sacri testi di Hudolin per dimostrare che siamo capaci di farla, la rivoluzione.

La testimonianza del cambiamento passa per la migliore qualità di vita delle nostre famiglie ma anche per la nostra capacità di sottoporre a verifica e valutazione il miracolo di umanità che accade nei nostri Club.

É la sfida forse più scomoda che dobbiamo saper accettare per non chiuderci in un circuito di autoreferenzialità che rappresenterebbe l'anticamera del nostro dissolvimento.

I Club debbono sparire il giorno in cui i problemi alcolcorrelati non ci saranno più. Ma questo tempo è ancora molto lontano.

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

Cremona, 14 – 19 ottobre 2013

CONCLUSIONI

Nella settimana dal 14 al 19 ottobre 2013 si è svolto presso il Seminario Vescovile di Cremona il Corso di Sensibilizzazione all'Approccio Ecologico-Sociale ai Problemi Alcol-correlati e Complessi (metodologia Hudolin).

Il Corso è stato organizzato dall'A.P.C.A.T. Cremona in collaborazione con:

- A.C.A.T. zonali della Provincia di Cremona;
- A.S.L. Provincia di Cremona.
- Alternanza Scuola-lavoro Istituto Einaudi

E con il patrocinio:

- A.I.C.A.T. Associazione Italiana dei Club Alcologici Territoriali (metodo Hudolin);
- A.R.C.A.T. Lombardia Associazione Regionale dei Club Alcologici Territoriali (metodo Hudolin);
- Scuola Europea di Alcologia e Psichiatria Ecologica di Trieste;
- Provincia di Cremona;
- Comune di Cremona;
- C.I.S.Vol. di Cremona.

Al corso hanno partecipato 60 corsisti provenienti dalle Province di Cremona, Brescia, Reggio Emilia, Milano, Sondrio, Bergamo, Palermo, Belluno, Piacenza, Parma.



Si ringraziano le famiglie ed i S.I. dei Club Alcologici Territoriali delle A.C.A.T. zonali di Cremona che hanno accolto l'invito ospitando nelle riunioni settimanali dei C.A.T. i partecipanti al corso.

Per l'ospitalità impeccabile, e per la disponibilità alla gestione della sede del corso presso il Seminario Vescovile si ringrazia il Rettore Don Enrico e tutti i suoi collaboratori. Si ringraziano il Direttore del Corso Giorgio Reali, il Co-direttore Osvaldo Barcella, i Conduttori: Giancarlo Pisciarelli, Alessandro La Rosa, Saulo Steffani, il Co-conduttore Luciano Fardani e Attilio Farina per il lavoro di segreteria. Inoltre un ringraziamento anche al dott. Attilio Calza per l'intervento in plenaria.

Un ringraziamento particolare all'Assessore ai Servizi Sociali del Comune di Cremona prof. Luigi Amore, alla dott.ssa Anna Camisani responsabile del SERT di Cremona per i graditi interventi, al Dirigente Scolastico dell'Istituto Einaudi e alla prof.ssa Elisabetta Bertoletti che hanno permesso a due classi quarte dell'Istituto Einaudi di sperimentarsi nel corso, con l'auspicio che nel prossimo futuro questo evento si ripeta e venga esteso anche ad altre realtà scolastiche.

Il nostro pensiero va anche alla famiglia Hudolin, che ricordiamo sempre con profondo affetto e gratitudine perché senza il suo impegno di tutta una vita non sarebbe stato possibile realizzare questo corso, così come i programmi in tutta Italia e nel mondo.

Un grazie infine ai 60 corsisti, i quali hanno reso possibile il successo di questo corso, sotto il profilo dei risultati sia professionali che umani.

Il clima di ampia discussione e di confronto trovando poi un percorso empatico che si è creato, i contenuti trasmessi nelle lezioni, nelle tavole rotonde, nelle comunità, nei gruppi con il conduttore ed autogestiti, hanno stimolato le seguenti considerazioni ed obiettivi:

- La salute come stato di benessere "fisico, psichico e sociale", che si crea operando scelte consapevoli e personali sulla base dei dettami dell'O.M.S.. si tutela prendendosi cura di sé stessi e degli altri sapendo decidere e controllare i propri comportamenti.
- Ogni consumo di bevande alcoliche comporta un rischio per la salute, che aumenta al crescere della quantità.
- Il consumo di bevande alcoliche ed i problemi alcolcorrelati non coinvolgono solo il consumatore ma tutta la sua rete relazionale.
- Si è avvertita la necessità di una corretta informazione e sensibilizzazione riguardo ai problemi alcolcorrelati in relazione ad un uso scorretto del mezzo
 mediatico, che promuove stili di vita che non favoriscono la promozione e protezione della salute peggiorando la qualità della vita.
- Il Club è una comunità multifamiliare, è una "porta sempre aperta" sempre in grado di accogliere e ascoltare senza pregiudizi e giudizi, operando nella piena autonomia, nel rispetto delle differenze sociali e culturali.
- Lo scopo del Club è il cambiamento dello stile di vita, smettere di bere è solo il primo passo. Il cambiamento deve essere sempre personale, libero, rispettoso dei propri tempi. Non può essere imposto agli altri, ma può derivare dal confronto con le esperienze altrui, rendere visibile ciò che è invisibile.

- Una famiglia che entra al Club Alcologico Territoriale (metodo Hudolin), è opportuno che frequenti la Scuola di Primo Modulo, per comprendere e favorire il percorso che sta intraprendendo.
- Nella visita ai Club è apparsa chiara la solidarietà e il sostegno specialmente nei momenti più difficili delle famiglie; le relazioni e gli scambi tra i membri sono stimoli concreti verso il cambiamento.
- Per aprire un nuovo Club sono sufficienti 2 famiglie e un Servitore/Insegnante che abbia frequentato il corso di sensibilizzazione.
- Al Club partecipa qualsiasi modello di famiglia ed è importante la presenza dei figli.
- Nel Club non ci sono regole se non quelle per una buona convivenza: sincerità, puntualità, riservatezza, giorno e ora fissi.
- Chiunque può essere Servitore/Insegnante nel Club, non viene chiesta una professionalità specifica ma una motivazione che favorisca la crescita e la maturazione del Club in un clima empatico e in un processo di cambiamento che riguarda anche lui.
- L'unico primo colloquio è quello del Servitore/Insegnante che accoglie e introduce la famiglia nel Club.
- Non ci può essere Servitore che non sia Insegnante.
- Ci impegniamo a favorire la crescita dei Club nelle nostre Comunità locali.

Il confronto fra le diverse esperienze ci ha permesso di iniziare un percorso di crescita dialettica e personale, che ci rende protagonisti di un possibile cambiamento della cultura generale.

Si è inoltre evidenziato l'importanza del cambiamento della terminologia, in particolare il cambiamento della parola "alcolista" con persona e famiglia con problemi alcolcorrelati e "alcolismo" con problemi alcolcorrelati, "trattamento" con cambiamento quindi "Club degli Alcolisti in Trattamento" con Club Alcologico Territoriale per indicare il luogo del cambiamento.

È emerso che il corso come sensibilizzazione serve non solo a chi ha una professione attuale o futura in campo sociale o medico ma a tutti i partecipanti.

Si è espressa una esigenza condivisa che ci possano essere momenti e luoghi anche dentro al corso in cui il confronto intergenerazionale siano crescite nel pieno rispetto delle diversità ed un arricchimento dove ognuno trovi le proprie responsabilità.

Come arricchimento del corso nella mattinata di venerdì le dott.sse Barbara Corini e Martina Rossetti della Azienda Sociale Cremonese hanno illustrato lo strumento del S.I.L. (servizio inserimento lavorativo) come progetto di realizzazione di interventi personalizzati a favore di persone segnalate dai servizi specialistici o sociali del territorio dell'ambito distrettuale di Cremona.

Questo servizio di 2° livello, si propone di favorire, attraverso percorsi appropriati, l'inserimento di persone con disabilità complesse o con un alto grado di svantaggio e fragilità. Premessa questa per una formalizzazione di collaborazione con l'A.P.C.A.T. di Cremona rispetto a persone inserite nei Club Alcologici Territoriali; Nella Tavola rotonda del venerdì mattina coordinata dal Direttore del corso Giorgio Reali, erano presenti: dott. Sorini per il servizio di alcologia, Osvaldo Barcella per i Programmi Alcologici Bergamaschi, Giancarlo Pisciarelli per i Programmi Alcologici Cremonesi, le dott.sse Barbara Corini e Martina Rossetti per l'Azienda Sociale Cremonese e Francesco Dragoni per il Cuore di Crema si è sviluppato un proficuo confronto sulla situazione attuale degli interventi sui problemi alcolcorrelati nei nostri Territori e come migliorare e potenziare la rete di collaborazione fra pubblico e privato.

È emersa la necessità che si riattivi il gruppo provinciale delle linee guida condivise di indirizzo rivolte al consumo delle bevande alcoliche, promozione della salute e trattamenti arricchendo il gruppo invitando le istituzioni (Comune, Provincia e Azienda Sociale) affinché le entità del Territorio Provinciale possano dare una risposta migliore, integrata e politica alla promozione della salute riguardo al consumo delle bevande alcoliche ed ai problemi alcolcorrelati.

Si auspica un maggior controllo e sensibilizzazione da parte delle Istituzioni preposte affinché vi sia un maggior rispetto delle leggi vigenti riguardanti la somministrazione e la vendita di bevande alcoliche per i minori.

Tutti i corsisti che hanno dato la loro disponibilità ad attivarsi nei programmi territoriali si impegnano a partecipare alla riunione mensile dei Servitori/Insegnanti del proprio territorio.

È indetta una riunione di tutti i corsisti alle ore 14.00 di sabato 23 novembre 2013 presso la sede del C.I.S.Vol Cremona in via San Bernardo 2 - 26100 Cremona.

In detta riunione verrà distribuito il CD contenente le lezioni sviluppate durante il corso.

Per una maggiore diffusione, le presenti conclusioni sono inviate all'A.I.C.A.T., all'A.R.C.A.T. Lombardia, all'A.S.L. Provincia di Cremona, al Comune di Cremona, alla Provincia di Cremona, al C.I.S.Vol. di Cremona ed alle riviste "CAT & Dintorni" e "Camminando Insieme".

I corsisti Cremona, 19 ottobre 2013



UN UOMO GIRA TUTTO IL MONDO IN CERCA DI QUELLO CHE GLI OCCORRE, POI TORNA A CASA E LO TROVA. (George Moore)

Quando Nello Baselice mi comunica che al Congresso il progetto "Curno si mette in gioco" è tra i premiati con il "Riconoscimento delle buone pratiche del lavoro associativo" sono sorpreso ma anche orgoglioso.

Sono indeciso se recarmi al Congresso; c'è la soddisfazione di vedere che il progetto, richiesto dalla comunità e con esso realizzato, venga visto come esempio di un percorso comunitario condiviso, ma non voglio andarci da solo e allora chiedo a mia moglie Ornella se può e se vuole venire.

Il viaggio al Congresso è il premio per i nostri primi 18 anni di amore e vogliamo condividere questa felicità con mio fratello Giancarlo e sua moglie Silvia.

Si parte e con noi verrà anche il nostro maltesino Billi.

Mentre ci avviciniamo al Congresso penso al mio cammino cominciato 24 anni fa.

La felicità non è avere quello che si desidera, ma desiderare quello che si ha. (Oscar Wilde): Sono un uomo fortunato perché sono sobrio, ho una moglie che adoro e tante famiglie che mi vogliono bene.

Sono felice perché ricordo da dove sono partito: dal mio problema con l'alcol. In questi 24 anni di sobrietà ho imparato ad apprezzare quello che ho e a non rimpiangere quello che non possiedo.

L'uomo non può essere partecipe della felicità o dell'infelicità altrui fin tanto che non si sente egli stesso soddisfatto. (Immanuel Kant): Ho una serenità combattuta tra il voler fare e il voler fermarmi. Non voglio cambiare il nostro mondo associativo ma vorrei tanto riassaporare la semplicità dei primi anni di frequenza al club.

Erano i tempi del fare, ed era facile coinvolgere tante famiglie e condividere con loro i sogni.

C'erano pochi mezzi, tanti problemi, ma tante persone che si volevano bene, si cercavano, camminavano vicine e si aspettavano.

L'obiettivo di quelle famiglie era quello di portare l'esempio del cambiamento nelle nostre comunità.

Da quando è scomparso il professor Hudolin la ribalta è occupata e difesa da falsi profeti, che storpiano la base dei suoi insegnamenti e a volte penso li adattino per narcisismo o tornaconto.

Persone che non ricordano da dove sono partite e ora sono docenti che propongono una vita infarcita di parole grasse e grosse, con spiegazioni filosofiche incomprensibili agli umili, ai semplici, a chi busserà alla porta del club.

Se un uomo non è disposto a lottare per le sue idee, o le sue idee non valgono nulla, o non vale nulla lui. (Ezra Pound): Da tempo mi domando se la mia posizione all'interno di questo nostro mondo associativo è ancora possibile.

Forse dovrei andare per la mia strada, se penso che la strada intrapresa dal mondo dei CAT non è più la mia strada, forse dovrei fermarmi.

Il domani è attesa, ieri è un ricordo, oggi è il dono. (Maharaji): Ultimamente nel mondo associativo mi sento come Don Chisciotte e Sancho Panza contro i mulini a vento e vi assicuro che le palate dei mulini a vento lasciano i segni... e credo che tanti miei sogni dovranno restare sogni.

Fra sei mesi saranno 25 anni che non bevo, sono meno quelli di sobrietà, perché devo fare ancora dei cambiamenti nel mio modo di vivere, forse li farò, forse non ne sarò capace.

Sarò sempre grato ai club per avermi ridato la mia dignità e la voglia di vivere in un mondo dove la pace, l'amore, la condivisione e la solidarietà non siano solo belle parole, ma siano valori alla portata di tutti, non solo ai membri dei club.

Nel 2014 c'è il trentennale dell'apertura del primo CAT in Lombardia: penso che non ci sia niente da festeggiare ma tanto da ricostruire.

ETTORE ABENI - S.I. CAT Curno 1





LA SOLUZIONE di Alessandro Sbarbada

Una birretta ogni tanto, raramente un superalcolico, ma vino sì, quello sì.

Ogni occasione andava bene: lo spumante per celebrare la ricorrenza, per festeggiare la bella notizia, la bottiglia di quello buono da stappare ogni qualvolta arrivava un amico, il bicchiere al bar in compagnia, o a casa in solitudine, quando la malinconia prendeva il sopravvento.

Giovanni non era quasi mai ubriaco: sapeva bere, lui.

Giovanni non era quasi mai sobrio.

Era marito: la moglie Luciana un po' rompeva, come da contratto matrimoniale una buona moglie solitamente fa, e lo amava ancora.

Con il passare degli anni lo vedeva sempre più estraniarsi, e non riusciva a comprendere il motivo di questo comportamento.

A lei ormai toccava prendersi interamente carico della gestione di casa e famiglia. Un po' rompeva, sì, e ne aveva tutte le ragioni.

Era padre: il figlio era un bambino piuttosto particolare, cui era legato da un amore infinito, reciproco.

Federico era timido e taciturno, difficile strappargli un pensiero dalla mente, una parola dalla bocca.

Un cervello formidabile, per i suoi 8 anni: mai visto uno così, a sentire le maestre. Sensibile sì, Federico era un bimbo molto sensibile.

Passava il tempo libero a studiare la realtà che lo circondava, mai un pomeriggio in cortile o sul campetto con un amico: sempre da solo, o meglio, con i suoi libri e il suo computer

Nella famiglia il vino era una presenza costante, importante, decisiva. Ma discreta. Mai una volta, fino a quella sera, l'alterazione alcolica aveva portato Giovanni ad alzare le mani sul bambino che aveva generato o sulla donna che aveva sposato; nervosismo sì, parecchio, ma una via d'uscita c'era sempre, si chiamasse letto, si

chiamasse bar.

Quella sera, quella maledetta sera, a Giovanni lo sfogo verbale al nervosismo non fu più sufficiente.

Seguirono giorni di aria pesante, pesantissima.

Poi, un pomeriggio, vide il biglietto sul tavolo.



Una scritta: PAPA'.

Lo aprì con le mani che gli tremavano, e lesse quelle poche parole.

Papà: bere non è la soluzione.

Metti un po' di zucchero e spremi una fetta di limone in un bicchiere d'acqua.

Mescola.

Ora puoi bere la soluzione.

Quella giusta.

Ti amo.

Federico.

Le lacrime sgorgarono tra i singhiozzi.

Sono passati anni da quel pomeriggio.

Da allora acqua, zucchero e limone sono presenza costante, importante, decisiva: per celebrare la ricorrenza, la buona notizia, l'arrivo di un amico, la ritrovata serenità di una famiglia.

HO SEMPRE PENSATO

di non avere alcun problema con l'alcol, che il mio bere era normale perché vedevo molta gente intorno a me fare lo stesso, ma alla fine ho dovuto ricredermi.



All'inizio bevevo solo il fine settimana, quando uscivo con gli amici, era un collante, un modo per stare insieme dimenticando ogni problema, ogni paranoia.

Con il tempo però il mio rapporto con l'alcol è cambiato, è diventato il mio miglior amico, se così si può dire, non riuscivo più a uscire senza di lui, perché da sola sentivo di non avere la forza e la spigliatezza necessarie per stare in certe situazioni.

Ma è diventato soprattutto il mio peggior nemico perché non ne potevo più fare a meno, ma quando bevevo diventavo un'altra persona, non ero più me stessa e ho combinato tanti guai che da sobria non avrei mai fatto, ho creato molti problemi a me e soprattutto a coloro che mi stavano accanto e mi vedevano sempre più lontana, scontrosa, irascibile.

La mia vita così era diventata un calvario, non riuscivo più a uscire di casa senza bere perché ero spaventata, perché non ero più in grado di avere rapporti normali con le persone senza essere ubriaca, non ero in grado di creare legami solidi al di fuori dell'alcol. Inoltre la sostanza annebbiava le mie idee, mi impediva di prendere decisioni razionali e soprattutto di vivere appieno la mia vita.

Per fortuna ho trovato persone in grado di aiutarmi quando ho iniziato a frequentare il Club.

Cambiare il mio stile di vita si è rilevato molto difficoltoso e ho appena iniziato, il mio cammino è ancora molto lungo e faticoso, ma ora so che è quello giusto.

Frequentando il Club ho riacquistato fiducia in me stessa e nelle mie capacità, ho capito di avere la forza necessaria per cambiare il mio stile di vita.

Al Club ho conosciuto persone fantastiche che ora sono diventate la mia nuova famiglia con cui potermi confidare e a cui poter chiedere aiuto senza avere il timore di essere giudicata.

Se il clima del Club si diffondesse anche nella nostra società sono sicura che sarebbe molto più semplice risolvere i problemi di ognuno perché il modo migliore è dialogare, confrontarsi e aiutarsi a vicenda.

Perché nessun uomo è un'isola, tutti abbiamo bisogno di una mano amica a cui aggrapparci nel momento del bisogno.

GIULIA ACAT Perugia-Trasimeno

QUALCUNO DI ILLUSTRE L'ALTRO GIORNO MI HA RIMPROVERATO PER LA MIA VOGLIA DI FARE.

Beh!!! non me ne frega niente se il club si chiama Alcologico Territoriale o degli Alcolisti in Trattamento!!!

Per me è il club, quel luogo dove si parla di tutto ci si confronta sulle esperienza e si trae benefici da esse; quel luogo dove ci si sente meno soli nella condivisione delle nostre complicate esperienze quotidiane, il luogo dove si può parlare di dipendenze, famiglie disagiate, complessità legate al mondo degli abusi, ma è anche quel luogo magico dove si stringono amicizie vere bagnate da sincera solidarietà e totalmente prive da insensati giudizi di circostanza...



Questo è il club, per me!!!

Questo è il club che cerco con ostinata perseveranza di comunicare e non mi importa assolutamente di come si chiama o come si "dovrebbe " chiamare, io faccio club non faccio politica!!! Il club è una parte importante della mia vita e una parte che voglio difendere, sempre, perché mi ha dato e mi sta dando tanto, proprio tanto e sia da membro che da servitore/insegnante da anni lavoro per costruire reti sociali, collaborazioni stabili e amicizie sincere e solidali, e questo mi è stato insegnato proprio da coloro che oggi danno apparentemente più importanza ad un nome che a tutto questo...

Non importa come si chiamerà il Club di Tavarnelle-Barberino, aprirà e cercheremo di farlo funzionare nel migliore dei modi, proprio come gli altri, proprio come ci è stato insegnato, il Club è fondamentalmente "UNA FAMIGLIA DI FAMI-GLIE"!!!

Io la penso così!!!

Molte persone vivono appiccicando addosso a gli altri etichette eterne, senza pensare alle conseguenze, senza farsi nessuno scrupolo a creare situazioni diffamatorio solo e soltanto per soddisfare il suo innato bisogno di sentirsi qualcuno screditando quelle persone che magari possono aver sbagliato, creando problemi o facendo del male, per queste persone è normale guardare gli altri con diffidenza.

Beh! va bene che siamo e viviamo in un paese allo sbando, ma ci tengo ad informare le vostre esimie ed illustri personalità che esiste una cosa nel mondo che si chiama "Cambiamento" e vi informo anche che tutti possono e possiamo cambiare, ma sono sicuro che per voi è diverso!!!

Voi siete abituati a vivere secondo canoni standardizzati e imposti da una società falsa, ipocrita e perversa dove il protagonismo regna sovrano e l'indifferenza è la regina!!!

Per voi non esistono solidarietà, comprensione, amicizia, ne tanto meno lealtà e perdono...

Beh... che dire, qualcuno una volta mi disse: "Non c'è persona migliore di chi è stato un peggiore!!!".

Conosco molti "peggiori" e non vi nego che non è facile dare loro una mano ma quando uno di loro mi dice grazie oppure mi abbraccia... molte volte non vi nego che sono proprio orgoglioso di dire loro: "Grazie di che? Ero anch'io così!!! Comunque grazie a voi tutti ...".

EMANUELE CHECCUCCI S.I. CAT "Girasole" Poggibonsi (SI)



SONO ANNI CHE ATTENDEVO QUESTO MOMENTO.

Mi ero ripromessa che appena mio figlio mi avesse chiesto aiuto per il suo problema e avesse iniziato un percorso di cambiamento al Club, avrei fatto la mia testimonianza per incoraggiare i familiari che sono perplessi a frequentare un Club da soli, a perseverare, a insistere e prima o poi i risultati arrivano! Ho conosciuto 7 anni fa la nostra associazione quando cercavo disperatamente via Internet uno spiraglio di luce, un qualcosa, qualcuno per potermi sfogare, per poter parlare liberamente della mia sofferenza di figlia prima e di madre poi per le conseguenze di questa maledetta sostanza che è l'alcol che assumeva mio padre e poi mio figlio.

Ed ho trovato un contatto che mi ha portato, per mia fortuna, a conoscere questo meraviglioso mondo dei Club.

Fin da bambina ho ben conosciuto gli effetti che l'alcol procurava a mio padre danneggiando in parte il suo fisico ma per questo lui pensava bene di andare ogni anno per un periodo di 15/20 giorni a fare la cura delle acque a Boario Terme e si disintossicava per un periodo e il suo fegato si salvava sempre per poi ricominciare puntualmente a bere. ma ben più grave il segno che ha lasciato in me per i suoi comportamenti dettati da una mente malata, non lucida che lo portava ogni giorno, ogni sera a provocare un litigio con mia mamma e volavano piatti e molto spesso minacce con coltello e minacce di morte sia a lei che a me.

Per non parlare delle offese verbali pesanti nei nostri confronti... io ero sempre di mezzo anche in tenera età, degli incidenti stradali mancati per un soffio... insomma una serie di eventi che ormai tutti conosciamo con le testimonianze delle famiglie.

Ma allora non esisteva la nostra associazione, non esisteva internet, ero proprio sola!

Mi si ripresenta lo stesso problema anni dopo con mio figlio.

La differenza che mio figlio è uscito di casa a poco più di vent'anni e da vicino ho subìto qualche anno... gli anni della sua adolescenza... le prime birre, i primi sballi, le discoteche e mi sono resa conto solo ora che sono membro di Club e ho ascoltato scuole, aggiornamenti ecc... quanto io sia stata responsabile del suo bere.

Stanca di vederlo bere birre e birre che lo gonfiavano, gli proposi di bere un "buon bicchiere di vino" che a tavola fa bene (così dicevano i medici!!!) e così provò e guarda caso lo gustò e non lo lasciò più e aumenta aumenta per poi passare a birra, vino, aperitivi, superalcolici e via via...

Non è che uscendo di casa la mia preoccupazione cessò ma soffrivo a distanza!

Danni ne ha fatti parecchi! Solo il suo fisico regge grazie anche alla sua giovane età!

Ebbene a 38 anni si ritrova senza lavoro, senza auto e senza casa (sfrattato in quanto non pagava l'affitto).

Se in questo periodo non avessi avuto l'esperienza del Club alle spalle, gli amici e le conoscenze che mi sono creata in questi anni... non so come avrei retto, come avrei reagito!

E invece la mia costanza, il mio credere fermamente alle "medicine del Club", il mio star bene che ho acquisito con la frequenza, hanno fatto sì che evidentemente mi sono conquistata la fiducia di mio figlio che finalmente ha ceduto e ha riconosciuto che gli amici veri non sono quelli del bere ma sono ben altri, che i valori della famiglia sono troppo importanti per perderli in "un bicchiere".

Ora ha più senso andare al Club con mio figlio... mi mancava un pezzo della famiglia, ora aspetto anche la sorella che, avendo il nostro esempio chissà mai che si decida a unirsi a noi!

Mi ha colpito molto la copertina del nostro "CAT & Dintorni" con la storia della tartaruga: "...non cercare mai di convincere qualcuno, scaldagli il cuore con un po' di tenerezza e lui potrà uscire dalla sua corazza".

Forse sono queste parole che mi hanno fatto cambiare strategia ed ora sono qui in attesa dell'anno prossimo quando *spero* e *mi auguro* di poter finalmente essere anch'io protagonista sul palco del diploma di 1º anno di sobrietà!

IVANA - CAT Colturano

ACQUA

Sino ad ora ho sempre creduto, come la maggior parte di noi, a certi schemi o tradizioni popolari che hanno influenzato il nostro modo di vivere e condizionato il nostro comportamento. Una che a mio avviso risulta essere fondamentale, è quella che



asserisce: "Il vino o comunque altre sostanze tipo grappa e via dicendo fanno parte della nostra cultura".

Niente di più falso e deviante.

Raccontando la mia storia, cercherò di dimostrare che non sono il vino o altre cose ad essere la nostra base di cultura, ma l'**acqua**, non intesa come elemento fondamentale del nostro corpo, ma come liquido essenziale nello sviluppo del nostro carattere e della nostra crescita...

...Correva l'anno 1957, ed una fatal sera, mamma Maria iniziò a preoccuparsi del fatto che papà Primo stesse facendosi l'ennesimo bidè, ma appurato che non fosse un problema fisico, ed avendo compreso la situazione, si rilassò, ed insieme passarono una bella e dolce serata.

Fu così che venne creato il sottoscritto: BEPPE.

Come si può intendere facilmente il solo rumore e la sola presenza dell'**acqua**, hanno contribuito alla mia esistenza su questa terra.

Dopo nove mesi, anzi otto, cosa ti va a succedere?: si rompono le *acque*, ed io vengo al mondo.

Non passa nemmeno tanto tempo che i miei genitori decidono di battezzarmi, e guarda caso mi viene versata sulla testa dell'**acqua**, sarà stata benedetta ma pur sempre **acqua** era.

Poi continuo a crescere bello, forte, sano, intell... (basta così), e mamma e papà decidono di mandarmi all'asilo.

Quali sono i giochi più belli e divertenti?: quelli con l'acqua, impastare la sabbia, spruzzare gli amichetti, bagnarsi tutto ecc. ecc.

Cresco ancora qualche anno e mi trovo a frequentare le elementari, e quando i miei genitori vanno dai maestri per informarsi sul mio andamento scolastico e sulle capacità intellettive del loro pargoletto, si sentono continuamente rispondere: "A volte pare tanto sveglio, ma poi si perde in un bicchier d'acqua".

Nemmeno me ne accorgo ed è già il tempo di andare alle scuole medie, e come penso sia successo a tutti gli altri, iniziano i primi stimoli dovuti allo svilup-

po fisico.



Non sto a spiegare tutto, ma in quel periodo mi ritrovo a passare delle mezze giornate in bagno a consultare, in modo impegnato, il catalogo della "Vestro", e più precisamente a studiare a fondo (mi si consenta il termine), le pagine riguardanti le ultime novità dell'abbigliamento intimo femminile.

Ma purtroppo molti dei miei sforzi e delle mie fantasie venivano vanificati dal passaggio di mia mamma in corridoio, che puntualmente, dopo aver bussato, mi ripeteva instancabilmente: "Beppe, ricordati di tirare l'acqua".

Crollava tutto, non so se per la mamma o per l'acqua.

Poi tutto d'un colpo mi si aprono le porte delle scuole superiori.

Sono ancora oggi fermamente convinto che il consiglio di mio fratello Pietro riguardo il frequentare il "Vittorio Emanuele", fosse esclusivamente legato al fatto che in quella scuola esisteva la miglior rappresentanza dell'altro sesso che potesse esserci in circolazione.

Sta di fatto che in quel frangente ci provai con tutte, compagne, bidelle, professoresse, madri degli alunni, ma purtroppo riuscii solo a fare tanti buchi nell'acqua.

Ma la vita prosegue con una miriadi di esperienze, fra le quali la più significativa: "Metto su famiglia!".

Con la mia dolce compagna di avventure, tanto amata Gemma, parto ed inizio questa grande impresa.

"Pronti-Via": la casa, quattro figli, la macchina, gli asili, le rette scolastiche, le bollette, la cucina nuova (bellissima), e ultima, ma non meno importante, l'inesorabile telefonata del Direttore della Banca: "Signor Beppe Roncalli, lei si trova con l'acqua alla gola".

Fortunatamente la moglie è sempre disponibile a capirti e a tirarti su di morale, infatti ti ricorda che tu "Non sei mai stato capace di tirare l'acqua al tuo mulino".

Ma nonostante tutto si prosegue, e si cerca di "viverla" questa vita, e l'acqua che è sempre stata la nostra compagna di vita ancora ci accompagnerà in altre nuove avventure, ci farà passare sicuramente altri momenti indimenticabili, cose che potremo raccontare con allegria a tutte quelle persone che condividono i nostri momenti e i nostri sentimenti.

Ma c'è un pensiero, un immagine, un momento, con cui spesso fantastico: mi immagino la scena di Beppe, Gemma, i nostri figli, nipoti, pronipoti, i miei fratelli Franco e Piero con le loro famiglie, la zia Emilia (POLA) con lo zio Sandro e tutti gli altri parenti, gli amici del Gruppo, e aggiungiamo pure tutti quelli che vogliamo, quando, tra 20, 50, 100, o chissà fra quanti anni, ci faremo tutti una bella gita, e tutti insieme appoggiati ad un parapetto di chissà quale fiume, ci guarderemo negli occhi e con tanto amore e tanta serenità ci diremo: "Certo che, pensandoci bene, ce ne è passata di "acqua" sotto i ponti!".

BEPPE 8 MARZO - CAT Villa d'Almè 1

BUON POMERIGGIO E BUONA FESTA DELLE FAMIGLIE A TUTTI

Il tema che è stato scelto quest'anno per la festa delle famiglie è: "FREQUEN-TAZIONE AL CLUB = BENESSERE PER LE FAMIGLIE".

Tre mesi fa, come oggi, mi trovavo a Sondrio per il Corso di Sensibilizzazione con uno scopo ben preciso: diventare Servitore/Insegnante.

Oggi sono qui per festeggiare il primo anno di Sobrietà.

Sono felice del cammino fatto.

Sono felice, soprattutto, perché con me oggi è presente tutta la mia famiglia. In testa un solo obbiettivo: riprendermi la mia vita, qui ed ora.

Frequentare il Club è stata la scelta più saggia.

Come ha detto Paola, una ragazza all'incontro di Stezzano: "Mi si è aperto un mondo nuovo".

Questo mondo nuovo si arricchisce con la presenza di tutte le famiglie al Club. Per questo, è molto importante una frequenza assidua perché solo così si trova la forza per continuare nel cammino di sobrietà.

Il Club non è solo comunicazione ma anche formazione e l'ho capito frequentandolo (da settembre 2012 non sono mai mancata una volta) che:

- per sapere bisogna conoscere,
- per conoscere bisogna imparare,
- per imparare bisogna ascoltare,
- per ascoltare bisogna partecipare,
- per partecipare bisogna mettersi in gioco.

Le famiglie nell'incontro settimanale si mettono in gioco perché hanno veramente capito che frequentare il Club è una vera garanzia, porta benessere per continuare a camminare in uno stile di vita che si rinnova ogni giorno.



Chi si ferma è perduto, noi non vogliamo più perderci, ma costruire un futuro insieme e sconfiggere un nemico così subdolo che provoca solo sofferenza e disperazione.

La frequenza continua e ribadisco continua al Club, ci dà forza, è linfa vitale che ci sostiene, ci carica e ci fa star bene con noi stessi. Ringrazio il prof. Hudolin per la sua geniale intuizione di fondare i Club. Ringrazio la mia famiglia, il NOA per il sostegno e tutti gli amici dei CAT di Como che mi rendono ogni giorno più coraggiosa e più vera.

FRANCA SCHENA - CAT "Arcobaleno" Como

CIAO SONO MARIA

è da pochissimo tempo che sono entrata a far parte del club, dopo tanto girovagare, sempre in cerca di una mia identità.

Tramite un'amica, ho conosciuto Cecilia, abbiamo fatto due chiacchiere ed eccomi qua, a far parte del club.

Sono certa che questo mio percorso porterà buoni frutti.

Personalmente non ho problemi di alcol, droga, ecc., ma anch'io ho avuto un padre che beveva, e quando tornava a casa ubriaco erano botte a mia madre. Se chiudo gli occhi, rivedo esattamente le scene di violenza, ero piccolissima, e mio padre si calmava solo quando mia madre mi prendeva in braccio e mi dava il seno da succhiare.

Ero la più piccola di 9 fratelli, da un lato ho ricevuto molto amore, ma dall'altro lato assistevo passivamente, terrorizzata e piena di paura, a furibonde liti. Fino all'età di 11 anni sono cresciuta in questo contesto, poi mio padre ebbe un incidente stradale e rimase infermo per ben 11 anni, ed io, a 12 anni, ho iniziato a lavorare.

Oggi sono convinta che far parte di questo club, sia una grande risorsa, perché mi dà la possibilità di relazionarmi con gli altri e sciogliere tutti quei "nodi" che mi porto dentro da tantissimi anni: conflitti, incomprensioni.

Devo confessare che ho perdonato mio padre, perché anche lui vittima del suo vissuto e delle sue paure, quindi riconoscendo gli eventi, posso ora ascoltare, comprendere, condividere, non giudicare: tutto in armonia con gli amici del club.

Un augurio di buon viaggio, a tutte le persone che accolgono, con amore, se stesse.

MARIA CAT 721 "Il Faro" San Giovanni Lupatoto (VR)

"LA FORZA E LA DIFFICOLTÀ DEL CAMBIAMENTO"

Eccolo! Lo sentite? Io lo sento. É arrivato un cambiamento. Ma siamo noi, non è la vita a cambiare. Come in un albero... Le foglie cambiano con le intemperie e le stagioni, ma le radici sono infisse lì! Nel terreno fertile e vitale.

"Cambiamento". Questa è la parola chiave che, a mio parere, più definisce questo corso e la sua utilità.

Cambiamento che comincia a partire dalla nostra vita per poi trasmettersi nella famiglia, nei Club, nelle istituzioni.

Ecco perché ora la mia visione di Club e di vita è cambiata (a proposito di cambiamento): ora lo vedo come un albero.

Riuscite ad immaginare alberi le cui foglie e i cui rami siano sempre gli stessi? un albero che non germoglia, non dà frutti, non genera suoi simili? che triste e sterile visione sarebbe... io per contro ora vedo il club come un grande albero le cui foglie possono cambiare colore, possono cadere, ma poi rinascere (la famosa ricaduta).



Un albero i cui rami germogliano dando vita a nuove diramazioni (nuovi Club). I rami potranno anche seccarsi, ma questo fa parte della vita, in ogni sua forma.

Ogni servitore/insegnante è un nuovo germoglio che può generare altre foglie e guardarle crescere; questo dovrebbe essere il suo primo compito, senza pregiudizi, sen-

za patemi d'animo e senza preoccuparsi quale sarà il colore delle foglie.

L'importante è comunque che l'albero mantenga il suo contatto con il terreno fertile e vitale: le istituzioni, il mondo esterno, la vita di tutti i giorni. Da ciò non potrà che trarne giovamento e i suoi rami cresceranno forti e rigogliosi.

Mi si consenta un'ultima osservazione sul ruolo del servitore/insegnante: questi prima che essere tale per il Club, deve esserlo per se stesso. Un abbraccio forte.

CRISTIANO, corsista Carpi

COSA CI FACCIO IO QUI??

La cosa bella dei viaggi è che non sai dove ti porteranno e le persona che incontrerai sono sempre una sorpresa...

Molti tra amici e colleghi si sono stupiti della mia scelta di aprire un nuovo capitolo, soprattutto nella prima settimana di luglio!! "cosa ci vai a fare Tu lì?"

Sono partita con la voglia di respirare e comprendere un mondo sconosciuto: servitore/insegnante, club... chi saranno queste persone? cosa faranno mai tutte le settimane...

É stato interessante vedere come contenuti, concetti, teorie e metodi della psicologia trovano respiro e semplicità nel quotidiano di famiglie a cui non interessa molto il costrutto alla base, ma il valore che può avere quando si fa realtà nell'incontro con l'altro.

Ancora meglio è stato constatare con ancora più convinzione quanto la relazione, l'amore ed il sostegno siano l'unica vera cura al malessere del quotidiano, che si chiami depressione, dipendenza, ansia o in mille altri modi poco importa.

Scegliere di fare un pezzo della propria strada insieme agli altri, condividere paure e delusioni, ma anche gioie e conquiste, è la cosa che ci fa alzare la mattina anche quando va tutto storto, che ci fa sentire meno "mostri" e ci fa capire che non siamo soli nelle nostre piccole-grandi battaglie perché abbiamo un amico/a che è li non "per" ma "con" noi.

Troppo spesso non riusciamo a valorizzare il bello che ci circonda... troppo spesso pensiamo che non è compito nostro fare qualcosa per rendere migliore il mondo... troppo... troppo... così la responsabilità di tutti diventa quella di nessuno e si finisce per restare ancorati ai problemi, senza mai buttare l'occhio verso chi, come noi, non aspetta che un'occasione, perché è quella in fondo che può fare la differenza.

Avere l'occasione di ricredersi e ripensarsi e costruire un futuro che non sia solo sperato ma che diventi anche a piccoli passi pensabile...

Ecco perché sono qui... perché, prima ancora che come professionista, come donna di questa comunità ho deciso di non chiudere gli occhi e ho deciso di mettermi in gioco con anche le mie debolezze e fragilità per crescere-insieme si arriva molto più lontano!

Di questa settimana mi porto via tutti i sorrisi, le lacrime, i sospiri, i ricordi dolorosi che ancora bussano e fanno male, le risate, i dubbi e le riflessioni...

Conservo un ricordo speciale per molte delle persone conosciute: quanta forza, quanta dolcezza, quanta umiltà, quanta pace...

Per me non è ancora il momento di fare il servitore/insegnante, per ora preferisco restare dove sono e fare quello che faccio ma con una risposta in più...

Una rete che funziona e che si allarga è capace di abbracciare sempre più bisogni e sempre più persone e da oggi, credo, ci saranno ben 23 nodi in più. Grazie, un caro abbraccio

ROSSELLA, corsista Carpi

"ALCOL, MI RI-GUARDA? Sguardo disincantato sulla prevenzione dalle dipendenze: "Come, quando, dove e perché si beve"

A Ponte S. Pietro venerdì 20 e 27 settembre l'ACAT Isola Bergamasca ha organizzato una Scuola di 3° modulo, relatore Emanuele Sorini.

Il volantino è davvero accattivante, così, sempre in difficoltà come siamo noi dell'ACAT Pavia nell'organizzazione di serate rivolte alla popolazione, decidiamo per una trasferta almeno per la prima serata, andremo io e Fausto.

La sala della biblioteca è una meraviglia, e gli opuscoli a disposizione nell'ingresso sui rischi del bere sono avvincenti, arrivano una quarantina di persone, il relatore sarà Agostino Goisis perché Emanuele Sorini non è stato bene.

Nell'attesa di iniziare vengono proiettati due brevi filmati a proposito degli effetti dell'assunzione di bevande alcoliche sulla guida e delle false credenze sui metodi che abbasserebbero l'alcolemia per sfuggire ai controlli dell'alcol test sulla strada (credenze... incredibili!!! esempio mandar giù di botto 2 uova crude, ma anche con questo metodo quasi eroico l'alcolemia non scende...).

Scambiamo due parole con i vicini e ci spiegano che i presenti sono in grande maggio-



ranza famiglie dei Club, solo 5 persone, tra le quali il sindaco e la dott.ssa Ferruzzi, medico, non fanno parte delle diverse ACAT.

Agostino, dopo i saluti di lolanda Fusi dell'ACAT, piuttosto che soffermarsi sui come, quando, dove e perché si beve, coinvolge i presenti in positivo sui temi soprattutto dell'approccio famigliare ai problemi alcolcorrelati e del cambiamento in prima persona, a partire dal proprio cuore, per rendere più amorevoli e profonde le proprie relazioni interpersonali a partire da chi ci sta vicino.

Per questo è importante vedere sempre le fami-

glie come una risorsa, al di là dei problemi che portano, e dare spazio alle emozioni e ai sentimenti, riconoscerli ed esprimerli.

La discussione che ne segue dà l'opportunità di approfondire e chiarire il ruolo della "famiglia sostitutiva", poi emerge, portato da una signora, uno dei blocchi che spesso ci frenano nello slancio dei rapporti umani: l'impossibilità di dire ad una figlia "ti voglio bene" pur amandola moltissimo.

L'incontro si conclude con un filmato emozionante che illustra alcune delle "abilità di vita" che promuovono la salute della comunità, prima di passare ad un ottimo rinfresco con torte fatte in casa.

Questa prima serata ha mostrato la difficoltà di far partecipare la comunità ai momenti di incontro che vengono proposti dall'ACAT, insieme all'impegno dei membri di continuare e di utilizzare al meglio una preziosa opportunità di aggiornamento e scambio, prendendo atto che la realtà è come è e non come noi vorremmo che fosse.

Il tema di questa seconda sera è la multidimensionalità della sofferenza, tema molto attuale nel nostro mondo associativo e nella comunità.

Conoscendo questa comunità sono deluso dall'assenza delle associazioni del territorio, penso che qualche canale amicale e/o istituzionale non abbia funzionato!!!

Agostino si avvale della presenza/assenza di "Michele" una persona che avendo problemi sanitari molto gravi, avendone trovato, negli organi istituzionali le risposte e le certezze, si trova davanti ad uno specchio e si vede solo: lui e i suoi problemi.

"Michele" come tutti noi vive tra la gente e parlandone viene a sapere dell'esistenza dei CAT e invitato a farne parte, anche solo per trovare un luogo dove sfogarsi e accoglienza nella sua solitudine.

Accetta e si sente accolto e compreso.

Certamente il CAT non lo guarisce ma gli da la forza di continuare la sua difficile vita.

Con questo esempio Agostino sostiene che è un **dovere dei club** accogliere le sofferenze della comunità nel caso in essa non ci siano supporti adatti ad accogliere certe problematiche socio-sanitarie.

Hudolin tanti anni fa diceva che il club poteva rendersi protagonista della protezione e della promozione della salute partendo dall'accogliere e imparare ad affrontare il problema alcol e le sue molteplici sfaccettature.

Alcuni tra i presenti restano basiti da questa affermazione: "...come un club alcologico territoriale potrebbe e dovrebbe accogliere dei malati mentali?".

Durante la serata Agostino chiede agli esterni, sindaco compreso, notizie sul loro bere e ne riceve risposte evasive ma molto sul difensivo.

Una donna dice che più avanti proverà per 6 settimane a non bere ma che ora non è il momento perché ci sono dei problemi!!!

Alcuni membri dei club a portano la loro esperienza e Beppe (che bella persona) con cruda lucidità parla di sé stesso come di un resuscitato.

Beppe, toccato il fondo ha dovuto fare il trapianto di fegato e appena dimesso dall'ospedale si era ritrovato davanti ad un bicchiere di vino e davanti ad una decisione bere o non bere.

Con orgoglio afferma che 9 anni fa quel bicchiere di vino lo ha pagato ma non consumato.

La serata procede con celerità, i sobri restano convinti della loro scelta, i bevitori meno sicuri della loro.

È stata una bella serata e torno a casa con la certezza che noi del club non salveremo il mondo, ma con la nostra buona volontà e la semplicità potremo sicuramente migliorarlo.

L'amico Agostino ha saputo condurre una SAT di 3° modulo che forse è meglio definire come SAT di 2° modulo.

AUGUSTA BIANCHI - S.I. CAT 2 Pavia "Melograno" ETTORE ABENI - S.I. CAT Curno 1

QUALCHE MESE FA QUESTO CLUB NON AVEVA QUESTO NOME

Il nostro servitore insegnante Leonardo ci ha proposto di sostituire il Club 3 Malpensata con un altro nome e sempre con il suo aiuto siamo arrivati al nome IRIDE.

Dunque io il club lo sto frequentando da oltre 2 anni e sono contento perché una volta alla settimana ci vediamo, parliamo, discutiamo.

Ci si aiuta a vicenda e si scherza anche perché conoscendoci abbiamo avuto altri incontri al di fuori del Club (uscire a gustare un gelato, a provare certi sapori o prelibatezze nei ristoranti, pizzerie, ecc.), sempre felici di trascorrere qualche ora insieme, anche perché io durante la settimana non parlo con nessuno.

Ecco il motivo per cui io non vedo I'ora che arrivi il lunedì sera.

Sicuramente in ogni club c'è il servitore/insegnante che di consigli o spiegazioni non è mai domo, ecco perché siamo fortunati ad averne uno che per me e per gli altri è molto stimato e sicuro di sé. Ciao.

MAURIZIO CAT Bergamo 3 IRIDE

SONO NOVE MESI CHE FREQUENTO IL CAT

L'incontro settimanale ci aiuta ad affrontare la settimana con positività. Il primo periodo per un alcolista è il più difficile, poi si crea un "feeling" con gli altri soci e si discute dei vari problemi personali e a quelli legati al nostro problema.

Il sostegno medico è importante ma molto lo sono anche i CAT dove trovi persone con il tuo stesso problema, che ti aiutano a superare i momenti di crisi e ti incoraggiano nel cammino intrapreso.



Partecipando alle feste dei CAT vedo molte persone che sono riuscite a superare il problema alcol e le loro testimonianze per me sono preziose.

FRANCA CAT Bergamo 3 IRIDE

ARCAT LOMBARDIA

Associazione Regionale Club Alcologici Territoriali (metodo Hudolin) Via Borgo Palazzo, 130 - 24125 Bergamo -Tel. 035.231323

ARCAT LOMBARDIA

Presidente: CISCO RODA 030.9382532-339.4602401

ciscoroda@gmail.com

http://www.arcatlombardia.it/ Referente: CAMILLO PERICO 035.614175-333.3998155 info@arcatlombardia.it

ACAT BERGAMO

Via Borgo Palazzo, 130 - 24125 Bergamo Tel. 035.231323-336.8710667

acatbg@libero.it

Presidente: Umberto Micheletti

Tel. 342.0548010

CAT Bergamo S.I. Ruth Cuevas Tel. 339.4139012

CAT Bergamo 3 "Iride" S.I. Leonardo Brambilla Tel 327 7772709

CAT Bergamo 5 "Redona" S.I. Tiziana Ciarlante Donati Tel. 035.345393

CAT Bergamo 6 "Loreto" S.I. Umberto Micheletti Tel 342 0548010

CAT Bergamo 7 "S. Caterina" S.I. Claudio Calì

Tel. 328.2070936

CAT Bergamo 9 "Malpensata"

S.I. Ennio Citerio Tel. 347.7178005

CAT Torre Boldone S.I. Paolo Carrara Tel. 347.4471790

CAT Seriate

S.I. Armando Andreoni Tel. 346.2899691

ACAT CURNO & DALMINE

Via Tre Venezie, 23 24044 Guzzanica di Dalmine (BG) dalmazio.bettoni@alice.it Presidente: Dalmazio Bettoni Tel. 339.1349691

CAT Curno 1 S.I. Ettore Abeni Tel. 347.9230730

CAT Mozzo S.I. Antonio Facheris Tel. 035 612929-338 8924598

CAT Treviolo 1 S.I. Giansanto Bronco Tel. 035.200996

C.AT. Lallio S.I. Mario Corti Tel. 035.565194

CAT Stezzano S.I. Dalmazio Bettoni Tel. 339.1349691

CAT Dalmine 1 S.I. Osvaldo Barcella Tel. 035.563705-338.3705510

CAT Dalmine 2 S.I. Chiara Colleoni Tel. 339.7435841

CAT Dalmine 3 S.I. Angela Lodetti Tel. 035.563705 CAT Osio Sotto 1 S.I. Dino Pala Tel. 338.7983908

CAT Osio Sotto 3 S.I. Roberto Marotto Tel. 348.7112753

CAT Osio Sopra S.I. Claudio Del Prato Tel. 331.4249955

CAT Levate S.I. Giuseppe Esposito Tel. 338.5708997

CAT Azzano San Paolo S.I. Claudio Facheris Tel. 348.0939763

CAT Zanica S.I. Gabriella Bonalumi Tel. 035.672432

CAT Grassobbio S.I. Giuseppe Bonomi Tel. 035.526085

ACAT ISOLA BERGAMASCA

Via G. Bravi, 16 24030 Terno d'Isola (BG) acatisolabergamasca@libero.it nicola.votino@libero.it Presidente: Massimo Scanzi Tel. 340.9510841

CAT Terno d'Isola 1 S.I. Gianni Donadello Tel. 035.463998-334.3589987

CAT Terno d'Isola 2 S.I. Iolanda Fusi Tel. 349.1641703

CAT Ponte San Pietro 1 S.I. Iolanda Fusi Tel. 349.1641703 CAT Ponte San Pietro 2 S.I. Enrica Colleoni Tel. 035.612132-347.5002861

CAT Mapello Valtrighe S.I. Raimondo Arnoldi Tel. 035.333096-335.1681985

CAT Calusco d'Adda S.I. Camillo Perico Tel. 035.614175-333.3998155

CAT Capriate San Gervasio S.I. Mario Vavassori Tel. 02.909.63669-339.8224274

ACAT PARCO DEI COLLI

Municipio Via Locatelli - 24018 Villa d'Almè (BG) acat.parcodeicolli@libero.it donigirasole@libero.it Presidente: Roberto Fumagalli Tel. 340.2716420

CAT Valle Imagna 1 Capizzone S.I. Agostino Goisis Tel. 328.7569139

CAT Valle Imagna 2 Almenno S. Bartolomeo S.I. Ezio Cannone Tel. 035.6314226-349.4400236

CAT Valle Imagna 3 Almenno S. Bartolomeo S.I. Bianca Invernizzi Tel. O35.540561

CAT Villa d'Almè 1 S.I. Donatella Consonni Tel. 328.4891060

CAT Villa d'Almè 2 S.I. Elisabetta Stucchi Tel. 349.8549450

CAT Paladina S.I. Franco Bonalumi Tel. 035.573015

26

CAT Sorisole/Petosino/Azzonica

S.I. Norma Milesi Tel. 339.3220833

CAT Ponteranica S.I. Oscar Carminati Tel. 342.1898760

ACAT VALLE BREMBANA

Piazza Belotti, 2 - 24019 Zogno (BG) opec.fuma@alice.it Presidente: Luigi Fumagalli Tel. 349.0831345-339.7759914

CAT Valle Brembana 1 Zogno S.I. Francesca Gamba Tel 320 5749206

CAT Valle Brembana 3 Piazza Brembana S.I. Isidoro Marconi Tel. 0345.68089

ACAT MEDIA VALLE SERIANA

Via Birolini, 2/F - 24021 Albino (BG) acatmediavalleseriana@gmail.com Presidente: Maurizio Bertocchi Tel. 334.9808448

CAT 2 "Sentiero" Cazzano S.Andrea S.I. Giovanni Perletti Tel. 338.9385289

CAT 3 "Il Cammino" Vertova S.I. Maurizio Bertocchi Tel. 334.9808448

CAT 4 Cene S.I. Aldo Suardi Tel. 035.814153

CAT 5 "Arcobaleno" Vall'Alta di Albino S.I. Davide Peraro Tel. 377.1273058

CAT 7 Albino S.I. Eugenio Carrara Tel. 035.767738 CAT 8 "Alba Nuova" Albino S.I. Fra Maurizio Fiorini Tel. 035.244901

CAT 9 "Ottimisti" Albino S.I. Giuseppina Persico Tel. 035.753032

CAT 10 "Aurora" Pradalunga S.I. Fabio Angioletti Tel. 334.1350409

ACAT VALLESERIANA SUPERIORE E VALLE DI SCALVE

Via Leonardo da Vinci, 3 24020 Castione della Presolana (BG) waltermensi@alice.it Presidente: Walter Mensi Tel. 347.9386338

CAT "Nuovi Orizzonti" Clusone S.I. Antonella Angelini Tel. 340.7014052

CAT "Nuovo Percorso" Fiorine di Clusone S.I. Zaveria Beccarelli Tel. 0346 20192-333 7519188

CAT "Vittoria" Villa d'Ogna S.I. Eleonora Paccani Tel. 347.2973746

CAT "Vita Nuova" Ponte Nossa S.I. Silvio Mignocchi Tel. 334.9142638

CAT "Amici che si Incontrano" Schilpario S.I. Barbara Bonaldi Tel. 0346.55058-328.3245572

CAT "Sorriso" Clusone S.I. Walter Mensi Tel. 347.9386338

CAT "Camminando Insieme" Rovetta S.I. Bruno Brasi Tel. 349.3512898-366.2666175

ACAT VALCAVALLINA E CALEPIO

Parrocchia - 24060 Chiuduno (BG) paolabeccarelli@gmail.com Presidente: Massimo Benagli

Tel. 320.1525284

CAT Chiuduno 1

S.I. Letizia Tomba-Luigi Zanbelli Tel. 035.838944-035-952101

CAT Chiuduno 2 S.I. Bepi Gaspari Tel. 035.838449-339.5046795

CAT Albano S. Alessandro 1 S.I. Stefano Marchesi Tel. 035,687180

CAT Carobbio degli Angeli S.I. Bepi Gaspari Tel. 035.838449-339.5046795

CAT Bolgare S.I. Emilio Forlani Tel. 035.831800-334.9975587

CAT Telgate S.I. Mario Signorelli Tel. 035.4427166-340.5916144

CAT Trescore Balneario S.I. Alessandro Scagliarini Tel. 035.683036-334.3913267

CAT Casazza S.I. Bepi Gaspari Tel. 035.838449-339.5046795

ACAT ALTO SEBINO

Domus Civica - 24062 Costa Volpino (BG) bloren.g@alice.it Presidente: Giacomo Lorenzetti

Tel. 335.6995822

CAT Breno "Un raggio di sole" S.I. Franco Gelmini Tel. 347.5096228 CAT Costa Volpino "Arcobaleno" S.I. Giacomo Lorenzetti Tel. 335.6995822

CAT Pisogne "Una porta sempre aperta" S.I. Maria Grazia Cretti Tel. 328.9681379

CAT Montecchio di Darfo "Una rosa nel deserto" S.I. Renè Belotti Tel. 0364.86031

CAT Lovere "L'aurora" S.I. Mirella Silini Tel. 338.5312417

CAT Cedegolo "L'ancora" S.I. Milva Guzza Tel. 346.0707634

ACAT BRESCIA

Via S.Faustino, 58 25122 Brescia info@acatbrescia.it Presidente: Paolo Ottelli Tel. 030.3756270-331.7905510

CAT Alba S.I. Gigliola Corsini Tel. 030.2681850-333.1179732

CAT Amicizia 2 S.I. Ferruccio Zenere Tel. 329.7459765

CAT Armonia S.I. Carlo Riva Tel. 333.3599623

CAT Aurora S.I. Alice Veronesi Tel. 030.224450

CAT Cometa S.I. Simone Tonsi Tel. 338.2715940

28

CAT Il germoglio S.I. Paolo Ottelli Tel. 339.6395665

C.A.T Nuova vita S.I. Carmela Casale Tel. 030.2160403

CAT Speranza S.I. Eleonora Cominelli Tel 030 224450

ACAT LUMEZZANE

Via G. Marconi 33/A - 25065 Lumezzane (BS) gamberasilvano@alice.it

Presidente: Silvano Gambera

Tel. 349.3776218

CAT Lumezzane 1 S.I. Franco Milanesi Tel. 348.5665608

CAT Lumezzane 2 S.I. Anna Zanetti Tel. 320.0434324

ACAT GAMBARA

Palazzo Lorenzetti - 25020 Gambara (BS)

ciscoroda@gmail.com

Presidente: Rosalinda Marcolini

Tel. 338.9356712

CAT "Regosini" Gambara

S.I. Loris Zorzetti Tel. 320.6825822

CAT "Aurora" Fiesse S.I. Rosalinda Marcolini Tel. 338.9356712

CAT "Mughetti" Remedello

S.I. Mario Cigala Tel. 030.9567636

CAT "Albachiara" Gottolengo

S.I. Francesco Roda Tel. 339.4602401

ACAT GARDESANA

Piazza Martiri della Libertà, 1 25017 Lonato del Garda (BS) nadia.dalboni@alice.it Presidente: Nadia Dalboni Tel. 349.7720041

CAT "Azzurro" Prevalle S.I. Elvira Averoldi Tel. 030.603689

CAT "Carlo Marini" Gardone Riviera S.I. Pamela Gozza Tel 347 5254465

CAT "Ermes" Rivoltella del Garda S.I. Angela Cavagnini Tel. 030.9110225

CAT "Il Girasole" Salò S.I. Luisa Butturini Tel. 339.6951714

CAT "Il Girasole 2" Salò S.I. Nadia Dalboni Tel. 349.7720041

CAT "Insieme è meglio" Lonato S.I. Milla Dallariva Tel. 030.9131176-380.7866472

CAT "Obiettivo Sobrietà" Lonato S.I. Fabrizio Agogeri Tel. 333.8592717

CAT "L'alba" Bedizzole S.I. Sergio Sacchi Tel. 030.9131176-339.3333119

CAT "Il Sentiero" Moniga del Garda S.I. Nadia Dalboni Tel. 349.7720041

CAT "Rinascita" Gargnano S.I. Marisa Garosi Tel. 0365.22379

ACAT MANERBIO

Via Palestro, 57 - 25025 Manerbio (BS)

ciscoroda@gmail.com Presidente: Paolo Tosini Tel. 339.4602401 (Cisco)

CAT 3 Manerbio S.I. Francesco Roda Tel. 339.4602401

CAT 4 Manerbio S.I. Francesco Roda Tel. 339.4602401

CAT Verolavecchia S.I. G.Battista Mantovani Tel. 335.6188031

ACAT VALLESABBIA

Via Ragazzo, 21 - 25077 Roè Volciano (BS) acatvallesabbia.info@yahoo.it susiomariangela@yahoo.it Presidente: Mariangela Susio Tel 349.7421258

CAT "La Vetta" Roè Volciano S.I. Mariangela Susio Tel. 349.7421258

CAT "Piccoli Passi" Gavardo S.I. Francesco Cirimbelli Tel. 328.3188516

CAT "Orizzonte" Vestone S.I. Mariangela Susio Tel. 349.7421258

ACAT "IL CERCHIO"

Via Roma, 14 25070 Provaglio Val Sabbia (BS) mannipandolfo@libero.it Ref.: Maria Daniela Pandolfo Tel. 0365.824770-333.4974441

CAT "Aurora" Preseglie S.I. Beniamino Righetti Tel. 320.0633245 CAT "La Quercia" Vestone S.I. Maria Daniela Pandolfo Tel. 0365.824770- 333.4974441

CAT "Speranza" Barghe S.I. Franco Manni Tel. 0365.824770- 328.3813198

ACAT VOBARNO E HINTERLAND

Via Donatori di Sangue, 12 25079 Vobarno (BS) Presidente: Angelo Pisoni Tel. 0365.372516-333.4699508

CAT "Arcobaleno" Vobarno S.I. Federica Federici Tel. 327.5483947

CAT "La Goccia" Vobarno S.I. Marilve Caccin Tel. 347.0161094

CAT "La Farfalla" Villanova sul Clisi S.I. Antonella Bonizzoli Tel. 347.9954014

ACAT COMO

Piazzale Gerbetto, 7 - 22100 Como gevolvi@alice.it Presidente: Giuseppe Evolvi Tel. 347 63010 88

CAT Como "Arcobaleno" S.I. Vinicio Arba Tel. 334.3392632-348.2874215

CAT Como "La lanterna" S.I. Franca Schena Tel. 340.0056632

CAT Lomazzo "La fenice" S.I. Alessio Mancuso Tel. 333.6525067

CAT Fino Mornasco "La strada giusta" S.I. Giovanna Farace Tel. 347.4588747

30

APCAT CREMONA

Via dell'Annona, 1/3 - 26100 Cremona apcatcremona@gmail.com
Presidente: Pierangelo Filippini

Tel. 347.4193640

ACAT CREMONA EST

Via S. Felice, 12/f - 26100 Cremona Presidente: Rosangela Calenzani

Tel. 329.3114497

CAT Cremona 1 "Primavera"

S.I. Liana Rossi Tel. 0372.38498

CAT Cremona 2 S.I. Rosaester Lazzari

Tel. 0372.412081

CAT Cremona 3 "Araba fenice"

S.I. Stefania Vicentini Tel. 340.6002585

CAT Cremona 12 "La rosa blu" S.I. Alessandro La Rosa

CAT Cremona 26 S.I. Mario Balestreri

Tel. 0372.422397

Tel. 0372.433262 CAT Cremona 38

S.I. Rosangela Calenzani Tel. 329 3114497

CAT Cremona 39 S.I. Mirca Rigoni Tel. 0372.39680

ACAT CREMONA SUD/EST

Via degli Argini, 12 - 26100 Cremona Presidente: Saulo Steffani

Tel. 0372.456521

CAT Cremona 15 "Aurora" S.I. Saulo Steffani Tel. 0372.456521 CAT Cremona 32 "Mai più soli" S.I. Vilma Carini Tel. 0372.710955

ACAT CR OVEST/NORD/OVEST

Via Ticino, 16 - 26028 Casanova del M. (CR)

Presidente: Massimiliano Bozzini

Tel. 366.9340337

CAT Cremona 8 S.I. Augusto Roda Tel. 0372.93370

CAT Cremona 9 "Il grillo parlante" S.I. Melissa Barbieri Tel 339 3913493

CAT Cremona 27 "Il nuovo mondo" S.I. Giorgio Reali Tel. 0372.710955

CAT Cremona 30 S.I. Cristina Bassini Tel. 329.7367664

CAT Cremona 33 S.I. Natalina Fenocchio Tel. 348.3020327

CAT Cremona 41 "Il sole nascente" S.I. Giancarlo Pisciarelli Tel. 0372.29340-338.5661874

CAT Cremona 42 "Il sorriso della speranza" S.I. Massimiliano Bozzini Tel. 366 9340337

ACAT SORESINA

c/o Consultorio Familiare Via Monti, 12 - 26015 Soresina (CR) faridalucinano@libero.it Presidente: Luciano Fardani Tel. 339.3727613

CAT Cremona 10 Soresina S.I. Monica Barbieri Tel. 338.4607179 CAT Cremona 13 Pizzighettone

S.I. Luisa Superti Tel. 0372.743243

CAT Cremona 25 Soresina S.I. Alberto Samarini Tel 339 3211572

CAT Cremona 28 Casalbuttano S.I. Attilio Farina Tel 338 1147385

CAT Cremona 40 Pizzighettone S.I. Luisa Parati Tel. 0372.31000

CAT Cremona Madignano S.I. Nicoletta Alari Tel. 347.4746514

ACAT SOSPIRO

Piazza Europa - 26048 Sospiro (CR) bb230678@libero.it Presidente: Barbara Bottoli Tel. 348.5483025

CAT Cremona 6 S.I. Angelo Vagnotti Tel. 0372.65797

CAT Cremona 17 S.I. Enrico Cremona Tel. 0372 818443-339.6341223

CAT Cremona 29 "Compagnia amici ritrovati" S.I. Barbara Bottoli

Tel. 348.5483025

CAT Cremona 31 S.I. Emanuele Sorini Tel. 0372.497566

ACAT LECCO E VALLE SAN MARTINO

Via Nino Castelli, 2 - 23900 Lecco piera.megan@hotmail.it Presidente: Piera Proserpio

Tel. 338.3469709

CAT Lecco "San Giovanni" S.I. Giuseppina D'Agnese Tel. 0341.499367

CAT Calolziocorte S.I. Nadia Guarnaroli Tel. 333.2320274 (Patrizia)

CAT Molteno S.I. Luigi Marino Tel. 346.2364003

CAT Introbio Valsassina Referente: Gino Beri Tel. 333.3604845

CAT Oggiono "Carlo Cardini" S.I. Carlo Brigatti Tel. 347,6844728

ACAT MERATE

Corso Milano, 15 20837 Veduggio (MB) Presidente: Franco Morando Tel. 338.1101616-039.510522

CAT Paderno d'Adda "Il ponte" S.I. Mario De Luca Tel. 389.1614111

CAT Casatenovo S.I. Luigia Proserpio Tel. 339.2689582

ACAT BASSO LODIGIANO

Via Cavour, 16 - 26845 Codogno (LO) acat.bassolodigiano@libero.it Presidente: Andrea Tramontano Tel. 339.2979553

CAT Codogno "Arcobaleno" S.I. Franco Tramontano Tel. 339.2979553

CAT Codogno "Il Girasole" S.I. Manuela Maraschi Tel. 339.2979553 CAT Codogno "Il Faro" S.I. Serena Caccialanza Tel. 339.2979553

CAT Lodi
"Il Fiore della Rinascita"
S.I. Antonia Galbignani
Tel. 339.2979553

CAT Lodi "Il Sorriso" S.I. Vittorina Contardi Tel. 339.2979553

APCAT MANTOVA

Via Roma 11 - 46037 Roncoferraro (MN) apcat.mantova@gmail.com Presidente: Bruna Adami Tel. 0376.329771-340.2163831

CAT Asola 1 S.I. Mario Capra Tel. 0376.719456

CAT Asola 3 S.I. Mariarosa Amidani Tel. 0376.74729

CAT Castiglione delle Stiviere "Finalmente liberi" S.I. Angelo Pelò Tel. 0376.947243

CAT Castiglione delle Stiviere "Sincerità" S.I. Marisa Artioli Tel. 0376.631205

CAT Gazoldo degli Ippoliti S.I. Dircea Benedetti Tel. 349.6792461

CAT Ponti sul Mincio "Mincio" S.I. Renato Dal Prà Tel. 0376.88081

CAT Roncoferraro "Hudolin" S.I. Giampiero Xausa Tel. 349.4489880 CAT San Giorgio "Gabbiano azzurro" S.I. Fernanda Zacchè Tel. 0376.340196

CAT San Silvestro "Cristiana" S.I. Laura Regini Tel. 339.2625489

CAT San Silvestro "Cristiana 2" S.I. Tania Siliprandi Tel. 329.3967794

CAT Suzzara "Magnolia fiorita" S.I. Roberto Basso Tel. 333.3152097

CAT Viadana "Solidarietà/Speranza" S.I. Regina Rizzi Tel. 0375.86139

CAT Monzambano "Anemone" S.I. Maria Luisa Bertagnoli Tel. 0376.809188

CAT Malavicina di Roverbella S.I. Giorgia Tellaroli Tel. 348.7888483

CAT Mantova "Amicizia" S.I. Paola Bresciani Tel. 0376.321187

CAT Mantova "Barca dei girasoli" S.I. Roberto Francesconi Tel. 335.6829587

CAT Mantova "Rivivere" S.I. Gianni Lonardi Tel. 340.8105357

CAT Mantova "Una rosa nel deserto" S.I. Bruna Adami Tel. 0376.329771

CAT Mantova "Vivere sano" S.I. Marisa Spagnolo Tel. 0376.48253 CAT Marmirolo "Girasole" S.I. Maurizio Sansoni Tel. 348.4425213

ACAT "HUDOLIN" MILANO

Via Costalovara, 1 20162 Milano acat_milano@yahoo.it zambonmario@hotmail.it Presidente: Mario Cocozza Tel 02 2871773

CAT Milano 1 S.I. Mariangela Terzi Tel. 339.2115053

CAT Milano 2 S.I. Abdu Bayebane Tel. 366.4911002

CAT Milano 3 S.I. Maria Tamagni Tel. 338.9517667

CAT Colturano 1 S.I. Mario Zambon Tel. 338.8342538

CAT Colturano 2 S.I. Ivana Rosa Tel. 3806565470

CAT LEGNANO

S.I. Blina Abraham blina.abraham@aslmi1.mi.it Tel. 329.3076757

ACAT CARATE BRIANZA

Cascina Variana 18 20844 Triuggio (MB) lizzi63@alice.it Presidente: Annalisa Colombo Tel. 0362.970159-333.1721180

CAT Carate 1 S.I. Giulio Bonfanti Tel. 0362.991069 CAT Carate 2 S.I. Giulio Bonfanti Tel. 0362,991069

CAT Valle Guidino S.I. Rosella Valli Tel. 0362.967089

CAT Seveso 1 S.I. Giovanna Grassi Tel. 0362.501079

CAT Seveso 2 S.I. Carla Montrasio Tel. 039.362068

CAT Seveso 3 S.I. Sandra Bertoli Tel. 349.4100459

CAT Verano Brianza S.I. Graziella Ghezzi Tel 0362 990687

ACAT PAVIA

Via dei Liguri, 34 27100 Pavia associazioneacatpavia@gmail.com Presidente: Coda Marco Bruno Tel. 327.3824958

CAT 1 Pavia "Ricominciamo" S.I. Antonella Ghiazzi Tel. 338.9596533

CAT 2 Pavia "Melograno" Torre d'Isola frazione Massaua S.I. Augusta Bianchi Tel. 348.2866660

CAT 3 Pavia "Delle Rose" S.I. Speroni Angelo Tel. 333.4553321

CAT 6 Pavia "Cometa" S.I. Giulia Riccardi Tel. 0382.23489-347.2918523 CAT 7 Pavia "Mimosa" S.I. Gloria Pizzaballa Tel. 347.3050654

CAT 9 Cava Manara "Nuova Vita" S.I. Emanuela Dellabianca Tel. 338 2369581

CAT 10 Mirabello "Fiordaliso" S.I. Angela Porcelli Tel. 0382.432349

ACAT OLTREPO PAVESE

Via Marconi, 17 - 27049 Stradella (PV) Presidente: Maurizio Fonso Tel 329 5867709

CAT Broni "Nuovi Orizzonti" S.I. Elisabetta Mauri Tel. 0385.56067

CAT Voghera S.I. Mauro Cecchetto Tel. 335.6706392

ACAT ALTO PAVESE

Via S. Pertini - 20082 Noviglio (MI) associazioneacatpavia@gmail.com Presidente: Angela Telli Tel. 338.8782077

CAT Landriano S.I. Maria Maverna Tel. 0382.615420

CAT Casorate Primo S.I. Fotini Gheorghitsi Tel 347 4405984

CAT Pieve Emanuele S.I. Cristina Ruzzenenti Tel. 348.2333676

ACAT VIGEVANO

Viale F. Sforza, 5- 27029 Vigevano (PV) Presidente: Massimo Maraventano Tel. 339.6736808 CAT Vigevano 2 S.I. Massimo Maraventano Tel. 339.6736808

CAT Vigevano 5 S.I. Renzo Guglielmini Tel. 347.4228259

CAT Vigevano 6 S.I. Carlo Rolandi Tel. 333.7333745

CAT Garlasco S.I. Renzo Guglielmini Tel. 347.4228259

CAT Mede S.I. Chiara Monti Tel. 0384.823400

ACAT SONDRIO

Frazione Mossini, 153/A
23100 Sondrio
carlo.delmarco@gmail.com
Presidente: Carlo Del Marco
Tel. 340.2967460

CAT Primavera Tirano S.I. Simona Fattorini Tel. 340.3401599

CAT Amici Miei Sondrio S.I. Valeria Sainaghi Tel. 338.1797061

CAT Il Gabbiano Sondrio S.I. Liliana Brunello Tel. 328.6659132

CAT La Betulla Sondrio S.I. Mirella De Bernardi Tel. 333.4189034

CAT Delebio S.I. Angelo Tedioli Tel. 339.4593870 CAT S. Martino Gordona S.I. Domenico Chirico Tel. 335.8025567

ACAT VARESE "Valle Olona"

Via Rosmini, 8 - 21054 Fagnano Olona (VA) acatvalleolona@gmail.com Presidente: Luciana Morosi

Tel. 0331.793219

CAT Bergoro 2 S.I. Oreste Gnocchi Tel. 0331.793219

CAT Cassano Magnago S.I. Luciana Morosi Tel. 0331.793219

CAT Marnate "Arcobaleno" S.I. Oreste Gnocchi Tel. 0331.793219

CAT Tradate 2 S.I. Ezio Baroffio Tel. 0332.400643

ACAT ALTO VARESOTTO

Via B. Luini, 16 - 21016 Luino (VA) dennivolpin@teletu.it Presidente: Denni Volpin

Tel. 349.6643878

CAT "Cielo sereno" Luino S.I. Furio Ferri Tel. 0332.533727

CAT Luino Centro S.I. Elisabetta Zanini Tel. 349.4714566

CAT Lavena Ponte Tresa "La Fenice" S.I. Tiziana Bertolazzi Tel. 0332.715194

CAT "Nuovi orizzonti" Cocquio Trevisago S.I. Denni Volpin Tel. 349.6643878 CAT "Camminando" Cittiglio S.I. Jessica Baccarin Tel. 346.0197504

CAT Rancio Valcuvia"Il cambiamento" S.I. Giuseppe Prato Tel. 349.3765937

CAT "Passo dopo passo" Cuveglio S.I. Francesca Gargaglione Tel. 347.3091962

INDIRIZZI AGGIORNATI AL 25 NOVEMBRE 2013 37 ACAT 214 CAT

CAT & Dintorni

http://www.facebook.com/groups/ettore.ab

eni/

Referente: ETTORE ABENI 035.19901007-347.9230730 ettore.abeni@fastwebnet.it

