



ACAT val d'Enza

Associazione dei Club Alcolologici Territoriali

(Metodo Vladimir Hudolin)

ALCOL... NO GRAZIE!

CAMMINARE INSIEME VERSO LA SOBRIETA'

I problemi legati all'alcol.

I problemi legati all'alcol non derivano da una malattia, ma dalla scelta di uno stile di vita, che può essere cambiato. Questi problemi sono causa di gravi sofferenze e disagi.

- A livello fisico, per la tossicità che l'alcol comporta: intossicazioni acute, malattie, deterioramento.
- A livello relazionale, per le ripercussioni nel rapporto con gli altri e nella famiglia: mancanza di dialogo, litigiosità, disinteresse, violenza, separazioni.
- A livello sociale, per i danni nella sfera lavorativa e negli altri settori della vita comunitaria: incidenti stradali e sul lavoro, difficoltà economiche, violenze.

I problemi connessi all'alcol si sviluppano spesso in modo graduale, senza che la persona e la famiglia ne siano pienamente consapevoli. La persona perde il controllo del proprio bere e non riesce a interrompere l'assunzione di bevande alcoliche, nonostante i disturbi fisici e gli "incidenti".

I Club Alcolologici Territoriali.

I Club Alcolologici Territoriali (CAT) offrono un metodo e consentono una forte esperienza di crescita e di miglioramento dello stile di vita personale, familiare e comunitario. Sono costituiti da famiglie che s'incontrano una volta alla settimana, per iniziare e poi consolidare il cambiamento del proprio stile di vita e interrompere così comportamenti a rischio. Non sono associazioni chiuse, non sono isole, bensì porte aperte per tutti coloro che hanno questo problema.

Il Club ha un approccio "ecologico" e sociale rivolto alle famiglie.

I problemi legati all'alcol riguardano tutta la famiglia: infatti, il Club produce il massimo dei risultati quando è tutta la famiglia a frequentarlo, quando tutta la famiglia decide di mettersi in discussione e non solo una parte dei suoi membri.

Se la persona che frequenta il Club per vari motivi è solo, viene stimolata a ricucire rapporti o a creare nuove relazioni per uscire dall'isolamento e dalla solitudine.

Alla base dei Club, ci sono sempre la solidarietà e l'amicizia tra i suoi membri. Nell'incontro settimanale i partecipanti parlano, ascoltano, si mettono in discussione, si confrontano e si scambiano le proprie esperienze. Il Club è allora un punto di partenza, un riferimento costante per un cambiamento reale che deve avvenire nella vita di tutti i giorni, nella propria casa, sul posto di lavoro, nella propria comunità. Le famiglie del Club attraverso la testimonianza del loro cambiamento, contribuiscono a promuovere la salute nella propria comunità locale. Nel Club c'è la presenza di una persona formata, il servitore insegnante, che conosce i problemi alcol correlati e favorisce la comunicazione e l'interazione fra tutti i presenti. Nel Club si creano i presupposti per *il cambiamento di stile di vita*.

DOVE SONO I CLUB E QUANDO SI INCONTRANO?

- **Cavriago, lunedì** (dalle 21,00 alle 22,30) **Sergio 3383063625**
- **Campegine, martedì** (dalle 21,00 alle 22,30) **Bruno 3397941056**
- **Ciano d'Enza, martedì** (dalle 21,00 alle 22,30) **Giuliano 3355344024**
- **Montecchio, mercoledì** (dalle 21,00 alle 22,30) **Adriano 3402291056**
- **Sant'Ilario d'Enza, giovedì** (dalle 21,00 alle 22,30) **Ivano 3491261428**