



**acat**



**La parola  
"alcol" deriva  
dall'arabo AL-  
KOHOL che si-  
gnifica essenza:  
furono infatti  
gli alchimisti  
arabi, inventori  
del processo di  
distillazione a  
diffondere i su-  
per alcolici nel  
700 D.C.**

# Insieme senz'alcol

**MESE DI APRILE 2008  
ATTIVITÀ PROPOSTE DAL TAVOLO  
"PROMOZIONE BENESSERE GIOVANI,  
PREVENZIONE CONSUMO/ABUSO SOSTANZE E  
REINSERIMENTO"  
PIANI DI ZONA DISTRETTO DI FIDENZA:  
SER.T. FIDENZA; CASA DI LODESANA;  
ACAT; A.A., AL-ANON, ALATEN; IL DELFINO**

## Il perché degli eventi

La tradizione popolare che si esprime attraverso proverbi, canzoni e credenze ha nel tempo consolidato anche abitudini legate al nostro modo di vedere e consumare bevande alcoliche.

Molte di queste convenzioni e convinzioni sono state confutate dalla scienza che ha scoperto i lati nocivi dell'alcol e dell'abitudine al bere.

Vorremmo parlarne con le persone del nostro distretto ripercorrendo piacevolmente insieme vecchie tradizioni e nuove abitudini, ma fornendo anche qualche dato scientifico sull'alcol e sui suoi pericoli.

Il Tavolo Dipendenze ha pensato quindi a due eventi da offrire a cittadini e cittadine, giovani e operatori per stare insieme e confrontarci

## I cantori di Santa Margherita

Presentano

**"IL VINO FA SANGUE"  
MUSICA E PAROLE  
SUI LUOGHI  
COMUNI DEL BERE**

**Venerdì 18 aprile**

**Ore 21**

Oratorio S. Michele  
Fidenza

"La porti un litro"

"Se ti viene il mal di testa"

"L'uva fogarina"

**Testimonianza**

"Alma Llanera"

"Rosina s'innamora"

**Blob**

"Donna padana"

"Gli Scariolanti"

"Ninna Nanna"

**Testimonianza**

"Barista"

"Viva l'amor"

Chiusura serata da parte delle  
autorità

**Conduce**

**Sebastiano Pezzani**

## SEMINARIO

**"ALCOL: DALLA  
STRADA ALLA  
SOBRIETÀ"**

*FORMAZIONE  
DEDICATA AGLI  
OPERATORI  
SOCIO SANITARI  
DEL DISTRETTO*

*Sala Convegni  
Comune di Fontanellato  
23 aprile 2008  
Ore 9.00-14.00*

### Relatori:

Paola Abbati  
Giuseppe Capella  
Simonetta Gariboldi  
Cristiana di Gennaro  
Anna Negri  
Gianni Rastelli  
Gian Luigi Verderi

### Discussant:

Lorenzo De Donno  
Direttore Ser.t Fidenza

## Non tutti sanno che...

La legge vieta di somministrare alcolici ai minori di 16 anni: è un modo per ricordarci che un organismo ancora in formazione, come quello dei bambini e degli adolescenti, è particolarmente esposto ai danni

- I cosiddetti soft drinks o alcolpops (apprezzati dai più giovani) contengono comunque

alcol e abitano l'organismo a tollerare gradazioni alcoliche maggiori (e la tolleranza è uno dei fattori che portano a consumi maggiori e quindi a maggiori danni per la salute)

- Le donne sono biologicamente più vulnerabili ai danni prodotti dall'alcol
- La birra "analcolica" in

realtà contiene alcol, ma in percentuale inferiore a quella prevista dalla legge per definire una bevanda "alcolica".

- In Italia il primo bicchiere viene in media consumato a 11-12 anni, l'età più bassa in tutta Europa



**EUFORIA 0,5-1%** Mi-  
nore concentrazione  
Movimenti più incerti  
Maggior tempo di reazio-  
ne  
Instabilità emotiva



**EBBREZZA 1;5% :**  
Rossore  
Aumenta la frequenza del  
respiro e dei palpiti  
Loquacità  
Confusione



## GLI EFFETTI DELL'ALCOL

### UBRIACHEZZA 2%

Incoerenza  
Mancanza di autocritica  
Incoordinazione motoria  
Insensibilità al dolore

### UBRIACHEZZA GRA- VE 3%

Visione doppia  
Rallentamento grave dei  
riflessi  
Grave incoordinazione  
motoria

Confusione mentale

### COMA 4%

Perdita duratura della  
coscienza  
Assenza di sensibilità e  
di riflessi

### PERICOLO DI MORTE 5%

## "ACQUA" NICCOLO' FABI (2000)

Acqua bevo acqua e la mando  
giù  
acqua bevo acqua e la mando giù  
mentre mangio come sempre a  
pagamento  
bevo la mia acqua e la mando  
giù  
mi pulisce quando mi sento  
sporco dentro  
lava anche i miei dubbi e li por-  
ta via  
ho sete e questa compagnia non  
mi disseta più

bevo la mia acqua e la mando  
giù  
Vino bevo vino e lo mando giù  
vino bevo vino e lo mando giù  
così dimentico mi dimentico ti  
dimentico  
bevo questo vino e lo mando giù  
sento più calore e cambia anche  
il mio umore i dolori nuotano così  
bene e non affogano  
ma sono di colore rosso e mi  
piacciono di più  
bevo questo vino e lo mando giù  
Veleno bevo il veleno e lo mando

giù  
veleno bevo il veleno e lo mando  
giù  
la negazione di me che non posso  
più accettare  
bevo il mio veleno e la mando giù  
in questo bicchiere che porto  
alle mie labbra  
un gesto d'amore il sapore del  
mare  
perché di guardarvi in faccia non  
ne posso più  
bevo il mio veleno e lo mando giù



### TEST CAGE PER L'AUTODIAGNOSI (rispondi a te stesso sinceramente con serenità)

**C**  **Cut down** (diminuire): avete  
pensato recentemente alla necessi-  
tà di diminuire il vostro bere?

SI  No

**A**  **Annoyed** (infastidito): vi  
siete sentiti infastiditi dalle osser-  
vazioni che vi sono state fatte nel  
vostro ambiente di vita riguardo  
al bere e dai consigli di diminuire  
o di smettere di bere?

SI  No

**G**  **Guilty** (colpevole): vi sentite in colpa  
per quanto riguarda il vostro bere?

SI  No

**E**  **Eye opener** (sveglia): avete bevuto  
bevande alcoliche di mattino presto per  
farvi coraggio e iniziare il lavoroquotidia-  
no?

SI  No

In base alle esperienze fatte, se una  
persona di mezza età risponde af-  
fermativamente ad almeno due di  
queste domande, significa che si  
tratta di un bevitore problematico o  
di un alcolista; nel caso di giovani è  
sufficiente una sola risposta positi-  
va.

# Luoghi comuni sull'alcol

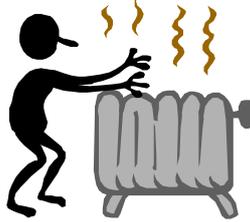
**L'alcol aumenta la forza**



No!!!

**Agli atleti è proibito bere!!!**

**L'alcol riscalda**



No!!!

**Bere al freddo fa rischiare l'assideramento!!!**

**L'alcol stimola e dà sicurezza**



No!!!

**Deprime il sistema nervoso e veniva usato come anestetico!!!**

**L'alcol fa bene quando s'accusa un malore...**



No!!!

**È un vasodilatatore e può causare collassi!!!**

**L'alcol fa scorie**



No!!!

**Ha effetti disastrosi sull'apparato digerente!!!**

**L'alcol aumenta la virilità**



No!!!

**Si sa che il desiderio cala e le prestazioni pure!!!**

## C. Dunne "L'amore o quasi"

“Puoi restare qui fin dopo Natale, ma entro Capodanno dovrai andartene. Se non vuoi un lavoro vero e proprio, ci sono tanti lavoretti saltuari, e se ti puoi permettere di bere fino allo stordimento tutte le sere che Dio manda, puoi anche permetterti di vivere altrove. Vuoi saper perché?” Lui era rimasto in piedi, impassibile, fissandola. “Non solo fai del male a te stesso, ma fai anche del male a tuo fratello e a tua sorella, e a me hai spezzato il cuore. Hai il problema dell'alcol, Damien. Fatti aiutare ad uscirne, e poi ne riparlamo. Fino ad allora, non voglio che metti sottosopra tutta la famiglia.” (...)

Io non ho nessun problema, sei tu quella che ha un problema. Ho ventitre anni, cazzo, ho diritto di uscire a divertirmi con gli amici sotto Natale. Solo perché tu non hai una vita tua.” (...)

Ed ecco che se ne era andato, lasciandosi dietro la porta spalancata e l'ingresso sferzato dal vento e dai scrosci di pioggia. (...) è uscito senza cappotto aveva pensato. Si prenderà un accidente. Poi era tornata in cucina, aveva appoggiato la testa sul tavolo ed era scoppiata a piangere.



2 bicchieri possono bastare per superare il limite di 0,5 di alcolemia e incorrere nelle sanzioni previste dal Codice della Strada (multa di 258 euro minimo, e 10 punti in meno sulla patente)



Proverbi  
 Latte e vino, veleno fino  
 Chi va via perde il posto all'osteria  
 Non si può avere la botte piena e la moglie ubriaca.  
 Non si può bere e fischiare.  
 Vino è il bastone dei vecchi.  
 Vino fa buon sangue.  
 Vino dentro, senno fuori.  
 Vino e sdegno fan palese ogni disegno.  
 Vino fa ballare i vecchi.



## La rete dei servizi

**SERVIZI PER PROBLEMI ALCOL CORRELATI**

**Ser.t. Parma**  
 Servizio Alcologia  
 Via Spalato n°3  
 Tel. 0521 313236

**Ser.T. Fidenza**  
 Via Berenini n° 153  
 tel. e fax 0524-515651  
 email  
 ldedonno@ausl.pr.it

**SERT via Benefattori, 12**  
**BORGO VAL DI TARO**  
 tel. 0525-970330

**SER.T.viale Solferino, 52**  
**FORNOVO TARO**  
 tel. 0525-970330



**Centro L'Orizzonte**  
 CT Albatros  
 Vicofertile

**Gruppi di AMA per Problemi Alcol Correlati**

**Alcolisti Anonimi**  
 Al.non—Alatin  
 Via San Francesco d'Assisi n° 7  
 Parrocchia di San Francesco Fidenza  
 Gruppi Familiari Al.non  
 Via Lisoni, 5  
 Tel.0521641944  
 Fornoovo Taro

**A.C.A.T.**

**Fidenza via Carducci 41**  
 tel. 0524-526227

**BORGO VAL DI TARO**  
 A.C.A.T. Il volo  
 c/o Fondazione MANARA  
 P.zza Cavour, 1  
 cell. 3475607447

