

il Cittadino

Droga, una vita che non è vera vita

WALTER

Abbiamo deciso che questo mese l'argomento principale da trattare sul nostro giornale è la droga. Quello che sto per scrivere è ciò che subisce una persona dedita alle sostanze stupefacenti senza rendersene conto, perché in completa balia della droga.

I danni maggiori che le sostanze stupefacenti causano riguardano la psiche, perché, alla fine, la droga ti porta ad avere crisi fortemente depressive. Chi si droga sicuramente non se ne rende conto, ma vive una vita che in realtà non sta vivendo: senza scopi, senza obiettivi e senza punti di riferimento.

In modo particolare si offuscano e si perdono i valori della vita, dell'amore, della sessualità, della solidarietà e della trascendenza.

Questo - ve lo posso garantire - è ciò che effettivamente accade a chi fa uso di cocaina, perché è quello che ho sofferto io sulla mia pelle. Parlo quindi con cognizione di causa. Non sono certo lo psicologo di turno od altro: sono soltanto uno che ci è cascato, come gran parte della gente.

Molti si avvicinano alla cocaina come fosse uno "status symbol", per conoscere ragazze e per le più disparate situazioni che, all'inizio, sono volute, fortemente desiderate e cercate.



La droga si presenta come una chiave a portata di mano per entrare in un modo virtuale immaginario di piacere e potere. Nella domanda di droga il tossicodipendente cerca nuove sensazioni che apportino esperienze inedite, fisiche e mentali di piacere, ma nel farlo infrange totalmente l'armonia umana.

Le donne, poi, ho notato che sono più coinvolte e sono consumatrici accanite, al contrario degli uomini. Forse perché - all'inizio - alle donne principalmente la si offre. Poi anche loro entrano nel circuito vizioso della cocaina e non possono più farne a meno. Gran parte dei consumatori pensa che non si possa rinunciarvi, ma non è così. Ve lo posso garantire perché, in mancanza della cocaina, non ho fatto ricorso a farmaci e non mi mancava affatto la droga. Ovviamente non ho dormito, pensavo a tante cose, ai miei familiari, a quello che stavano provando loro in quel momento ed a tante altre cose. Certamente, però, non sentivo la mancanza della cocaina. Quindi si tratta solo di una questione psicologica. Bisogna soltanto farne a meno per un certo periodo, più o meno lungo, a seconda del coinvolgimento personale con "la brutta bestia".

UOMINI liberi

Anno 5 - Numero 1 - Gennaio 2008

Mensile di attualità,
informazione e cultura
della casa circondariale di Lodi

DIVIETO di StupeFarsi

Torna il Natale e si ripropone la dinamica del dono, occasione di gioia se libero e spontaneo, incubo a tempo se obbligato e interessato. A Natale la spinta consumistica del mercato incoraggia il rito del dono, nel quale convivono l'aspirazione al disinteressato ma anche la volontà più o meno conscia di creare obblighi e legami. Chi fa un regalo prima o poi ne riceverà un altro. Di conseguenza ciò che viene donato, in un modo o nell'altro ritorna sempre, ma più tardi e di solito in una forma diversa da quella originaria. La logica che presiede al dono in cambio di un altro dono, infatti, è che c'è sempre qualcuno in debito con un altro, perché il dono fatto non è mai esattamente quello ricevuto. Insomma, non si crea mai una equivalenza tra i regali, il che rende la logica del dono diversa da quella del mercato, quella costruita sulle equivalenze del valore. I doni implicano l'obbligo della

METTERSI IN GIOCO PER GLI ALTRI È UNA RICCHEZZA PER IL CUORE E UNA LEZIONE DI AMORE DISINTERESSATO

Quel dono che non si misura in euro

Fare volontariato significa "regalare" se stessi al prossimo

restituzione, creando così legami tra gli individui e diventando nella moderna società un rito sociale, una forza simbolica della conferma, basando lo spirito donativo esclusivamente sull'interesse proprio e sulla razionalità strumentale. E allora in un mondo per il quale i valori si misurano sempre in euro, proviamo a pensare a qualcosa di diverso dal donare precalcolato e liberarlo dal prezzo che deve avere come oggetto di scambio. Rivolgiamoci a tutte quelle persone che sanno apprezzare il dono come bene non fungibile e sanno

riconoscere il suo valore immateriale e inestimabile, aprendo ogni relazione sia essa di lavoro, di politica ad una dimensione più umana senza finzioni e senza inganni, trovando nella solidarietà la chiave di volta, il senso più profondo del nostro stare al mondo. Come afferma il professore Stefano Zamagni, presidente dell'agenzia per le Onlus, quello che più incarna e testimonia con i fatti il valore del "dono" è l'azione del volontariato che svolge una funzione profetica e porta con sé una benedizione nascosta. Il contributo che il volontariato

può dare alla società di oggi è quello di passare dal dono come atto privato compiuto a favore di parenti o amici, al dono come atto pubblico che interviene sulle relazioni ad ampio raggio. Il volontariato autentico deve trovare spazio di espressione ovunque, in qualunque ambito dell'agire umano. Il volontariato non ha bisogno di spazi dedicati per esprimersi. Si vedono infatti tanti volontari operare sia in istituzioni pubbliche sia in strutture private. Un altro volto del vero volontariato è la reciprocità. È sempre il professor Zamagni che affer-

ma che il dono come reciprocità non è una virtù che l'uomo porta con sé dalla nascita, ma deve educarsi ad esso e normalmente lo fa attraverso l'azione volontaria. Il volontariato è l'unica scuola dove si impara la pratica del dono come reciprocità, che è cosa diversa dalla gratuità. È solo con la reciprocità che si attua il riconoscimento reciproco come fenomeno con cui un soggetto viene accolto e fatto esistere nel mondo di altri. L'azione volontaria è quella che pratica la difficile arte di trattare con rispetto il bisogno percepito dall'altro ed

è basata sulla circostanza che la reciprocità è la vera forza dirompente che riesce a far stare insieme in modo armonico e a coniugare l'aiuto all'altro con il riconoscimento delle sue capacità personali. Concludiamo con Raoul Follereau che esortando i giovani nel lontano 1967 diceva: «Vi sono nel cuore di ogni uomo dei tesori di amore: tocca a voi farli venire in superficie e che la più grande disgrazia che possa accadervi è di non essere utili a nessuno e che la vostra vita non serva a nulla». Tutti insieme cerchiamo di fare il possibile per dare una mano al prossimo, poiché donare è una ricchezza per il cuore e perché il mondo è bello se siamo in tanti a donare. La cosa più bella che potremo imparare, è amare e lasciarsi amare e anche se siamo troppo "piccoli" per affrontare grandi imprese, ricordiamoci che a piccoli passi si scalano anche le montagne.

G.S.

UOMINI liberi

Mensile di attualità,

informazione e cultura

della Casa Circondariale di Lodi

Anno 5 - Numero 1 - Gennaio 2008

LA POSIZIONE DELLA CHIESA NEI CONFRONTI DEI "MERCANTI DI MORTE" EMERSE CHIARAMENTE DALLE PAROLE DI GIOVANNI PAOLO II

La droga è un "killer della coscienza"

La battaglia si può vincere proponendo nuovi stili di vita virtuosi

Con questo articolo vorrei provare a spiegare la posizione della Chiesa nei confronti della droga, prendendo spunto dal Congresso Internazionale sulla droga, di S. Em. Cardinale Angelo Sodano. Il fenomeno della droga, mentre è espressione di una criminalità che si impone al mercato e alla società con prepotenza inaudita, lucrando immensi quanto disonesti guadagni, è insieme sintomo di un grande malessere che tocca la cultura e l'etica specialmente delle società economicamente più evolute. Esso investe aspetti cruciali dell'esistenza, ponendo interrogativi ineludibili sul senso della vita, sull'etica personale e comunitaria, sulle ragioni profonde della civile convivenza. Il ventaglio degli argomenti affrontati nel programma del Convegno, è giustamente molto ampio. Il Santo Padre dedica alla drammaticità del fenomeno una acuta attenzione. Alcuni anni prima Giovanni Paolo II diceva: «Oggi il flagello della droga imperversa in forme crudeli e in dimensioni impressionanti, superiori a molte previsioni. Tragici episodi denotano che la sconvolgente epidemia conosce le più ampie ramificazioni, alimentata da un turpe mercato che scavalca confini di continenti». Ma al di là delle dimensioni quantitative del fenomeno, la voce del Magistero si è preoccupata in questi anni di mettere in guardia soprattutto dagli effetti devastanti che la droga produce non solo sulla salute, ma anche sulla coscienza, come anche sulla cultura e sulla mentalità collettiva. Esso in realtà è insieme frutto e causa di una grande degenerazione etica e di una crescente disgregazione sociale, che corrodono il tessuto stesso della moralità, dei rapporti interpersonali, della convivenza civile.

Giovanni Paolo II ha definito trafficanti di droghe "mercanti di morte". Se non è sempre una morte fisica è però sempre una morte morale, una morte della libertà e della dignità della persona. La droga tende a "schiavizzare" la persona. «I narcotrafficanti riducono le proprie vittime alla distruzione stessa della personalità», precisava il Papa nella sua visita pastorale in Colombia del 1986. Al di là di tutti i condizionamenti di un mercato irresponsabile e a tutte le profferte di una criminalità ben organizzata, è sempre il singolo, con la sua libertà e la sua responsabilità, che varca la soglia pericolosa delle droghe, finendo spesso in una via senza ritorno. L'estensione del fenomeno droga fa pensare ad un malessere profondo, che tocca le coscienze, ma insieme l'ethos collettivo, la cultura, le relazioni sociali. Il Papa invita a guardare in questa direzione. Alla radice della tossicodipendenza, egli osserva, «c'è di solito un vuoto esistenziale, dovuto all'assenza di valori e ad una mancanza di fiducia in se stessi, negli altri e nella vita in generale. La droga è vuoto interiore che cerca evasione e sfocia nel buio dello spirito prima ancora che nella distruzione fisica». In questo contesto "malato" che investe i singoli e la società, coloro che si drogano, sono secondo le espressioni del Santo Padre, «come persone in "viaggio" che vanno alla ricerca di qualcosa in cui credere per vivere, incappano, invece, nei mercanti di morte, che le assalgono con la lusinga di illusorie libertà e di false prospettive di felicità».

«I narcotrafficanti riducono le proprie vittime alla distruzione stessa della personalità»



Oltre a incidere pesantemente sulla salute la tossicodipendenza comporta un allentamento delle coscienze personali

Non basta la "proibizione", che è necessaria. «Questo male - ha detto il Papa - chiede di essere vinto con un nuovo impegno di responsabilità all'interno delle strutture di vita civile e, in particolare, mediante la proposta di modelli di vita alternativi». È la strategia delle prevenzioni, per la quale - sottolinea Giovanni Paolo II - è necessario il concorso «di tutta la società: genitori, scuola, ambiente sociale, strumenti della comunicazione sociale, organismi internazionali; occorre l'impegno a formare una società nuova, a misurare dell'uomo; l'educazione ad essere uomini». Si tratta di mettere in atto un impegno corale per proporre, ad ogni livello della convivenza, valori autentici e, in particolare, i valori spirituali. C'è un ruolo che investe in modo specifico la Chiesa; essa si sente chiamata in causa non soltanto come annunciatrice del Vangelo, ma anche come «esperta in umanità». A coloro che vivono il dramma della tossicodipendenza essa reca il lieto annuncio dell'amore di Dio, che non desidera la morte, bensì la conversione e la vita. La Chiesa si pone poi accanto a loro per intraprendere un itinerario di liberazione che li porti alla scoperta o riscoperta della propria dignità di uomini e di figli di Dio.

Vorrei concludere citando quanto il Papa disse davanti all'estendersi di questo triste fenomeno nel discorso alla conclusione della VI Conferenza Internazionale su Droga e Alcol: «Davvero, in queste situazioni, potrebbero sembrar forti le ragioni che inducono ad abbandonare ogni speranza. Pur consapevoli di ciò, voi ed io tuttavia vogliamo testimoniare che le ragioni per continuare a sperare ci sono e sono molto più forti di quelle in contrario». Un discorso che ci apre il cuore alla fiducia e ci invita a lavorare con rinnovato slancio a servizio di quanti il vortice della droga rischia di inghiottire nei suoi gorgi mortali. **ady**

LA TESTIMONIANZA

Dentro il tunnel si finisce col restare sempre più soli

«Ecco perché sono stato lontano dall'usare droghe! In realtà le motivazioni sono poche, ma essenziali. Mi rivolgo ai più giovani cioè ai miei coetanei. Voglio consigliare di non fare uso di alcun tipo di droghe per svolgere una vita normale. Innanzitutto, la droga danneggia il fisico in maniera devastante, comporta la perdita dei denti e provoca dolori fisici. L'uso di droghe può portare anche ad essere rifiutato dalle ragazze e per i ventenni, come noi, inizia ad essere un problema serio. Si finisce per associarsi con i propri simili, cioè donne che a loro volta ne fanno uso, ma anche ammesso che si trovi una ragazza, non si ha spesso alcuno stimolo sessuale o ammesso che se ne abbia si è impotenti. Questo può comportare anche crisi nei rapporti di coppia. Ma la mancanza di rapporti sessuali non è l'unica conseguenza negativa che la droga può avere sulle relazioni o nelle famiglie. La droga è un vizio costoso. Nel tempo il desiderio aumenta ed è difficile controllarsi. Può così portare a dilapidare uno stipendio medio in un paio di giorni. L'uso abituale può inoltre portare alla completa trasformazione dell'individuo, lo porta ad essere falso e poco affidabile. Così facendo, è facile che chi fa uso di droghe arrivi a perdere la fiducia della moglie, dei figli e degli amici e, a lungo andare, faccia sempre più fatica a trovare aiuto. Sarà sempre più irricognoscibile per le persone che gli sono vicine, anche se in passato sono stati amici d'infanzia. Quando questo accade, la persona potrebbe ritrovarsi a guardarsi allo specchio e non riconoscersi più, a guardarsi attorno e a non vedere nessuno, né per aiuto né per conforto. Così si troverà con una calza bucata in testa e si metterà alla ricerca di una fonte di guadagno! A quel punto perderà il dono più bello della vita, la libertà. Spero di avere dato dei buoni consigli per tenervi lontani dall'adrogia. (Tony M.)

La sofferenza e il pregiudizio della diversità

TONY M.



L'uso di droga produce emarginazione

«Sono salito sulla cattedra per ricordare a me stesso che dobbiamo guardare le cose sempre da angolazioni diverse».

Robin Williams in L'attimo fuggente di Peter Weir

Il pregiudizio, inteso come giudizio superficiale non avvalorato da fatti, ma da opinioni è il motore che a volte muove un po' le azioni e i comportamenti di tutti noi, condizionando le nostre relazioni sociali e ostacolando a volte le opportunità di contatto, incontro, esplorazione, scoperta che sono i fondamenti dei rapporti con l'altro da se.

Il pregiudizio può essere definito un giudizio anticipato senza approfondimento, un'opinione preconcetta, capace di far assumere atteggiamenti ingiusti, specialmente nell'ambito dei rapporti sociali.

Il pregiudizio estremizza, generalizza, rifiuta l'analisi. Esso dà un senso immediato di sicurezza perché rende più semplici realtà complesse e poco conosciute.

Tutti, indipendentemente dal livello di cultura e dalle capacità intellettuali, possiamo usare il pregiudizio come una scorciatoia di pensiero, sia se riflettiamo su noi stessi sia sugli altri.

Quando c'è una sofferenza mentale il pregiudizio si accentua. La sofferenza mentale è infatti una realtà scomoda, su cui si cerca di tacere sia con gli altri sia con se stessi. Così ai tanti problemi della sofferenza si aggiunge anche quello del silenzio, uno schermo pesante ed opaco che allontana chi soffre dagli altri e da se stessi.

Per chi non si droga, colui che si droga è un diverso e come tale viene generalmente destituito di umanità.

È diverso chi non riesce a rientrare nella norma perché è incapace di comportarsi e di vivere come gli altri o perché crede in altri valori e in altri modelli di vita.

La "diversità" è spesso vista in chiave negativa, come "minaccia" della propria identità e per questo la presenza del "diverso" frequentemente genera sentimenti di paura, ansia e sospetto.

La diversità non dovrebbe più essere un elemento da tollerare ma un bene da tutelare.

Le differenze tra persone, le peculiarità di ognuno sono la ricchezza stessa di ogni situazione sociale, ed è proprio la diversità che ci rende tutti così meravigliosamente unici. Come accade per i tossicodipendenti non vi sono motivi sanitari o legali che giustificano la sua esclusione dai normali ambiti della vita sociale. Spesso proprio l'emarginazione ritarda ed ostacola il processo di recupero.

I Sert pur facendosi carico complessivamente delle problematiche del tossicodipendente, non possono da soli riuscire ad operare il pieno reinserimento dell'utente nella società. Affinché il tossicodipendente possa recuperare la sua identità di persona partecipe della vita è necessaria l'accettazione e la solidarietà della comunità locale.

RICERCA E ANALISI, IMPEGNO NORMATIVO E COOPERAZIONE SONO LE PRIME FINALITÀ DELL'UNODC

In tre "pilastri" l'azione dell'Onu

L'Ufficio delle Nazioni Unite contro la droga e il crimine (Unodc) è l'agenzia leader nel contrasto alla droga, al crimine internazionale e al terrorismo, operativo dal 1971. L'Ufficio conta circa 500 funzionari distribuiti tra Vienna, sede centrale, e gli uffici sul campo. L'Unodc ha come obiettivo quello di rafforzare l'azione internazionale contro la produzione, il traffico e le attività criminali connesse alla droga. Conduce un ampio ventaglio d'attività: dai progetti di sviluppo alternativo, al monitoraggio di coltivazioni illecite, dai programmi contro il riciclaggio di denaro sporco alle misure di prevenzione, recupero e reinserimento sociale delle vittime della droga. L'Unodc opera per rafforzare le misure di prevenzione del crimine, fornendo assistenza nel campo della riforma della giustizia penale. Nel 2002 l'assemblea generale dell'Onu ha approvato un ampliamento del mandato del Dipartimento per la Prevenzione del Terrorismo.

Il lavoro dell'Unodc si fonda su tre pilastri:
1) Ricerca e analisi: per migliorare la conoscenza e la comprensione dei fenomeni droga e crimine e stimolare, sulla base dei dati acquisiti, l'adozione di idonee decisioni politiche e operative.
2) Lavoro normativo per assistere gli stati nella ratifica e ap-

plicazione dei trattati internazionali e nello sviluppo delle normative nazionali su droga, crimine e terrorismo. A tal fine, l'Ufficio mette a disposizione servizi sostanziali e di segretariato a beneficio di entità governative e di autorità competenti per la ratifica ed esecuzione dei trattati.

3) Progetti di cooperazione tecnica sul campo per accrescere le capacità dei paesi membri nel contrasto a droga, crimine e terrorismo.

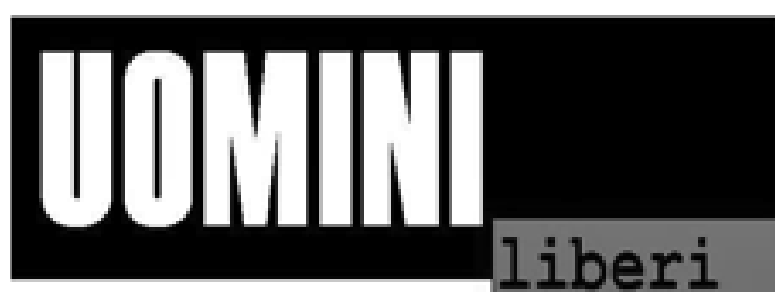
L'Unodc dipende da contributi volontari erogati principalmente dai governi. Nel 2005, con circa 13 milioni di dollari, l'Italia si è attestata al terzo posto nella graduatoria dei donatori, alle spalle degli Stati Uniti d'America e della Commissione Europea. Per molti anni l'Italia è stata il principale finanziatore del programma anti-droga dell'Unodc. Il contributo al programma anti-crimine ha registrato un'impennata negli anni più recenti. Il contributo italiano è altresì determinante per finanziare le attività di sostegno dell'applicazione delle convenzioni anti-criminalità organizzata e anti-corruzione, il programma globale per la lotta al terrorismo, il programma per la lotta alla tratta di esseri umani, e le riforme dei sistemi di giustizia penale e penitenziaria.

Pasquale

Riferimento Bibliografico: www.onuitalia.it/unodc.php



Il Palazzo di Vetro sede delle Nazioni Unite a New York



Esistono vari tipi di droga e il mercato ne continua a sfornare di nuove, ma in questo momento vorrei parlare di quelle più conosciute che sono Lsd, il cui principio attivo è l'acido lisergico dietilaminico, ecstasy o, sempre parlando di principio attivo, meta anfetamina, cocaina, eroina e la più comune cannabis. Quello sulla droga non è mai un discorso facile da affrontare soprattutto in un Paese come l'Italia dove tutto anche se oramai diffusissimo è un tabù; ma questo non è luogo e sede per parlare di tabù, quindi alziamo il tendone del circo e guardiamo in faccia la realtà, quindi spieghiamo per l'ennesima volta gli effetti di queste droghe. Partirei dalla più diffusa, la *marijuana*, da cui si estrae poi la sua resina che viene chiamata haschisc o fumo. Io la definirei la classica "droga da compagnia"; una pianta in origine, di cui si fumano i fiori essiccati o dalla quale si estrae la sua resina essiccata dalle foglie. Viene fumata col tabacco e provoca un effetto di leggerezza ed euforia che fa ridere per le più semplici banalità.



La cocaina è forse la droga più diffusa: inizialmente i suoi effetti si possono mascherare, ma le conseguenze sono deleterie

Poi c'è l'*ecstasy*, quasi per eccellenza la droga di chi il sabato sera vuole andarsene a ballare dimenticando tutto e tutti. Questa ha infatti un effetto quasi simile alla cocaina: ti senti leggero privo, di ogni preoccupazione ed innamorato del mondo. Con essa si entra di fatto in un mondo che non ha niente di reale e non ci si rende conto che, finita la serata, non rimarrà altro in mano che un pugno di mosche ed un "down" da portarsi appresso fino al sabato successivo quando dopo una settimana di lavoro si sarà costretti a concedersi un'altra dose.

Un'altra droga usata da chi va in discoteca è l'*Lsd* o *acido lisergico dietilaminico*, una droga sintetizzata negli anni Settanta e molto usata allora dai "figli dei fiori" che viene venduta sotto forma di cartoncini grossi quanto una cartolina e con diversi disegni. L'effetto di questa droga è molto forte: è infatti un allucinogeno che ti porta vedere cose che non esistono e a perdere la cognizione del tempo.

Parliamo ora di un'altra droga molto diffusa oggi: la *cocaina*. Credo sinceramente che sia dopo l'eroina la droga più forte del mondo, che molti assumono con disennata leggerezza. Essa infatti viene usata da chiunque, dal manager all'atleta fino ad arrivare al ragazzino non ancora maggiorenne, passa vicino a noi mentre camminiamo per la strada e nemmeno lo notiamo. I suoi effetti sono devastanti: le prime volte in cui viene utilizzata ti fa stare bene, ti senti

brillante, ti tiene sveglio, ti dà energia e toglie l'appetito, ti facilita i rapporti interpersonali. Ma è solo un'illusione: i suoi effetti collaterali sono molto pesanti, producendo in molti soggetti di manie di persecuzione, psicosi, allucinazioni. Sono molto frequenti anche le depressioni. Il giorno dopo si avverte fortemente la voglia di consumarne ancora ed è molto facile cadere in una dipendenza senza accorgersi di esserci cascati. Infatti non ti senti subito male fisicamente e quindi puoi stare anche qualche giorno senza usarla, ma appena puoi corri a ricomprarla. Basta infatti un posto una situazione o un profumo e scatta una molla al tuo interno chiamata in gergo medico "effetto Wagner" che ti riporta ad utilizzarla.

Poi c'è la peggiore di tutte che fortunatamente non conosco di persona ed è l'*eroina*. La peggiore delle droghe provoca subito dipendenza e toglie la libertà alle persone perché una volta usata non torni più indietro. La dipendenza infatti è praticamente immediata e chi la usa deve continuare ad utilizzarla per poter fare le più semplici cose, anche solo camminare per strada. Per questo c'è gente che arriva ad alzare le mani sui propri familiari per avere i soldi per potersi drogare.

IL SERVIZIO PUBBLICO

Terapia sanitaria e aiuto psicologico: è la risposta del Sert alle dipendenze

Il Sert, o servizio tossicodipendenze, è un servizio dell'Azienda sanitaria locale che garantisce al cittadino interventi medici e psicosociali per tutte le persone che sono coinvolte in problemi legati alla dipendenza dalle sostanze. Al suo interno lavorano medici, infermieri, psicologi, assistenti sociali ed educatori che promuovono ed offrono interventi terapeutici sostitutivi sanitari, psicologici e per la riduzione dei danni. Il servizio sostiene chi vi si rivolge e le famiglie (per chi eventualmente ne parlasse con esse); ogni cura al suo interno è coperta da segreto professionale, da anonimato. Le persone arrivano lì per la maggior parte finiti, "io credo", dopo aver toccato il fondo e il 90 per cento di queste persone non hanno più una dignità. Ma rivolgendosi al servizio, penso che siano in grado di riconoscere il problema e di capire che ormai è arrivato il tempo di rimettersi in sesto e guarire. Il Sert penso che aiuti il soggetto in difficoltà ad apprendere a riflettere su se stesso, a distinguere tra benessere e felicità, a riscoprire il valore della vita, ad affrontare la vita e le sue difficoltà. Insomma lo aiuta: a coltivare atteggiamenti responsabili di fronte alla vita; a saper progredire per tappe; a saper esercitare correttamente la volontà, la libertà e la responsabilità. Ma parliamo degli aspetti positivi del sistema e spieghiamo come vi si accede. Non servono prescrizioni mediche per andarci. Infatti gli utenti possono rivolgersi direttamente al servizio oppure su invito dei servizi socio-sanitari dei medici di base e degli ospedali. (Pasquale)

OGNI DIPENDENZA GENERA CONSEGUENZE GRAVI PER LA SALUTE DEL FISICO E DELLA MENTE SINO ALLE ESTREME CONSEGUENZE

Dal fumo al buco, viaggio nell'orrore

Nessuna droga è innocua e ne spuntano sempre di nuove

RISPOSTE

Gruppi di auto aiuto: una strada possibile per uscire dal tunnel

I gruppi di auto-aiuto sono dei piccoli gruppi di persone che condividono gli stessi problemi di vita. Si costituiscono volontariamente, per cercare di soddisfare un bisogno o superare un problema. Non si utilizzano operatori professionali, poiché l'autonomia è fondamentale in un gruppo di supporto. Si può formare un gruppo di auto-aiuto per un supporto emotivo, per un sostegno informativo, per un aiuto materiale e per un'azione politico-sociale a difesa dei propri diritti. Ci sono diversi gruppi di auto-aiuto: quelli formati da persone che condividono un handicap o una malattia cronica, quelli costituiti da persone che vogliono cambiare un'abitudine, un comportamento o, infine, persone che devono affrontare una situazione o un cambiamento che influisce radicalmente sulle loro vite e sulle loro identità. Nei gruppi le persone escono dal ruolo passivo e diventano protagonisti, spesso dopo aver affrontato situazioni di grave disagio a cui il "sistema" non ha dato risposte adeguate. Nei gruppi c'è la parità tra i membri che rende tutti ugualmente responsabili dei risultati raggiunti e dei servizi forniti. Il clima è spontaneo e informale e il fatto di dare aiuto, oltre che riceverlo, aiuta a liberarsi dal senso di impotenza e di sfiducia che spesso si prova in queste situazioni. Per formare un gruppo di auto-aiuto è bene disporre le sedie in cerchio, in modo da guardarsi tutti negli occhi, presentarsi con il nome di battesimo e darsi del tu. Poi inizierà a parlare l'organizzatore del gruppo, chiarendo tutti i punti necessari per un buon risultato. Tutto ciò che verrà detto rimarrà nel gruppo. Chi non se la sente di parlare, non è obbligato a farlo e nessuno verrà criticato per quello che fa o ha fatto. Può succedere che alla fine di un incontro ci si senta giù di corda o magari si siano ascoltate storie più serie delle proprie ma non scoraggiatevi!

Riferimento bibliografico: www.lupus-italy.org/icaro/autoaiuto.html



Un alcolista crolla dopo una abbondante bevuta: il fenomeno dell'abuso di alcol si sta diffondendo tra i giovani

IL 20 PER CENTO DEI RAGAZZI TRA GLI 11 E I 15 ANNI SI CONCEDE ALMENO UN BICCHIERE

È allarme rosso sul fronte alcol: sempre più giovani ne abusano

Per quanto riguarda il vino, assunto prevalentemente durante i pasti, si ha un "moderato" consumo in Italia. La diffusione dell'uso di alcol negli ultimi dieci anni è rimasta abbastanza stabile, ma con incrementi significativi tra i giovani e le donne. Preoccupante è invece la maggiore diffusione in Italia tra i ragazzi di età compresa tra gli 11 ed i 15 anni. Infatti, una percentuale del 20% dichiara di aver consumato durante l'anno bevande alcoliche. In più, cresce il consumo di alcol fuori dai pasti per gli adolescenti e aumenta maggiormente per le ragazze, anche se rimane più diffuso tra i maschi. Crescono tra i giovani anche gli episodi di ubriacature ("binge drinking"). Con l'espressione "binge drinking" si fa riferimento all'abitudine di consumare eccessive quantità (convenzionalmente 6 o più bicchieri di bevande alcoliche) in una sola occasione, come ad esempio durante una stessa serata o una festa. In Italia quasi il 70% delle persone che hanno un'età di 11 anni e più (sono circa 36 milioni) ha dichiarato di aver consumato bevande alcoliche

almeno una volta negli ultimi 12 mesi. Il consumo di alcol riguarda soprattutto gli adulti, in particolare quelli tra i 25 ed i 65 anni. Tra le donne quelle che hanno un titolo di studio superiore bevono di più. Le bevande alcoliche più diffuse in Italia sono: il vino, seguito dalla birra e da altri tipi di alcolici. Tra i minori di 11-17 anni la birra è la più diffusa. Le persone che consumano alcol tutti i giorni in Italia sono quasi un terzo della popolazione dagli 11 anni in su, con marcate differenze tra uomini e donne, quest'ultime in una percentuale minore. I consumatori quotidiani scelgono prevalentemente il vino. Gli episodi di ubriacatura sono concentrati in singole occasioni. L'uso di alcol in età precoce rappresenta un vero rischio per la salute. Negli ultimi anni si stanno inoltre diffondendo in Italia, in particolare tra i giovani, modelli di consumo di alcolici tipici dei Paesi del Nord Europa. Le persone esposte ad un rischio maggiore sono i minorenni, in quanto spesso non sono ancora in grado di metabolizzare adeguatamente l'alcol. Uno degli obiettivi

dell'Oms, l'Organizzazione Mondiale della Sanità, per il 2010 è infatti di ridurre a zero la quota di ragazzi fino ai 15 anni che consumano alcol. Un altro degli obiettivi di salute pubblica da raggiungere è la riduzione della percentuale di consumatori di bevande alcoliche fuori pasto, perché la quota che riguarda questi consumatori è aumentata negli ultimi anni. Il problema interessa in modo specifico i giovani e, in particolare, gli adolescenti. L'età prevista dalla legge per somministrare alcolici è di 16 anni. Nonostante questo, la quota di minori (11-15 anni) che consuma alcolici è molto elevata. L'abitudine al consumo da parte dei genitori sembra influenzare il comportamento dei figli. Speriamo che l'Oms, attraverso tutta una serie di iniziative concrete e di sensibilizzazione al problema, possa nei prossimi anni riuscire ad ottenere risultati positivi, soprattutto a vantaggio degli adolescenti, eliminando, o quantomeno limitando, la portata di questo pericoloso fenomeno.

Ady Riferimento bibliografico: Sanità "Istituto Nazionale di Statistica"

Il gioco diventa malattia in una spirale senza fine

Molti pensano che esista soltanto la dipendenza dalle droghe, ma si sbagliano di grosso, in quanto ne esistono altre legate all'alcol, al gioco d'azzardo ed al fumo. Per il fumo è stata fatta una campagna che ha dato risultati più che soddisfacenti. Quindi se si facessero delle campagne anche per le altre dipendenze, potremmo cominciare a combattere queste dipendenze nel vero senso della parola. Per quanto riguarda il gioco, si va da quello sociale a quello d'azzardo che può sottrarre tempo e denaro agli affetti più cari, ai familiari ed agli amici in primo luogo. Gli operatori specializzati nel recupero di questa dipendenza dicono che non bisogna mai

cercare di rifarsi dei soldi persi giocando, perché in quel caso si entra in una spirale senza fine. Per prima cosa occorre fermarsi per un determinato periodo e riflettere su quel Mister Hyde che è il gioco. Non bisogna essere bugiardi con se stessi e principalmente con chi ti sta vicino. Ultimamente sono sorte delle comunità di recupero anche per quanto concerne il gioco d'azzardo. Una tra queste è la "Ortos". Però, secondo me, andrebbe fatta una campagna di sensibilizzazione contro il gioco e non solo pubblicizzare in ogni momento i giochi di Monopoli. Per non parlare del gioco del lotto, utilissimo specie in alcuni periodi di magra per le casse dell'erario. Walter

UOMINI liberi

Mensile di attualità,

informazione e cultura

della Casa Circondariale di Lodi

Anno 5 - Numero 1 - Gennaio 2008

LA POSIZIONE DELLA CHIESA NEI CONFRONTI DEI "MERCANTI DI MORTE" EMERSE CHIARAMENTE DALLE PAROLE DI GIOVANNI PAOLO II

La droga è un "killer della coscienza"

La battaglia si può vincere proponendo nuovi stili di vita virtuosi

Con questo articolo vorrei provare a spiegare la posizione della Chiesa nei confronti della droga, prendendo spunto dal Congresso Internazionale sulla droga, di S. Em. Cardinale Angelo Sodano. Il fenomeno della droga, mentre è espressione di una criminalità che si impone al mercato e alla società con prepotenza inaudita, lucrando immensi quanto disonesti guadagni, è insieme sintomo di un grande malessere che tocca la cultura e l'etica specialmente delle società economicamente più evolute. Esso investe aspetti cruciali dell'esistenza, ponendo interrogativi ineludibili sul senso della vita, sull'etica personale e comunitaria, sulle ragioni profonde della civile convivenza. Il ventaglio degli argomenti affrontati nel programma del Convegno, è giustamente molto ampio. Il Santo Padre dedica alla drammaticità del fenomeno una acuta attenzione. Alcuni anni prima Giovanni Paolo II diceva: «Oggi il flagello della droga imperversa in forme crudeli e in dimensioni impressionanti, superiori a molte previsioni. Tragici episodi denotano che la sconvolgente epidemia conosce le più ampie ramificazioni, alimentata da un turpe mercato che scavalca confini di continenti». Ma al di là delle dimensioni quantitative del fenomeno, la voce del Magistero si è preoccupata in questi anni di mettere in guardia soprattutto dagli effetti devastanti che la droga produce non solo sulla salute, ma anche sulla coscienza, come anche sulla cultura e sulla mentalità collettiva. Esso in realtà è insieme frutto e causa di una grande degenerazione etica e di una crescente disgregazione sociale, che corrodono il tessuto stesso della moralità, dei rapporti interpersonali, della convivenza civile.

Giovanni Paolo II ha definito trafficanti di droghe "mercanti di morte". Se non è sempre una morte fisica è però sempre una morte morale, una morte della libertà e della dignità della persona. La droga tende a "schiavizzare" la persona. «I narcotrafficanti riducono le proprie vittime alla distruzione stessa della personalità», precisava il Papa nella sua visita pastorale in Colombia del 1986. Al di là di tutti i condizionamenti di un mercato irresponsabile e a tutte le profferte di una criminalità ben organizzata, è sempre il singolo, con la sua libertà e la sua responsabilità, che varca la soglia pericolosa delle droghe, finendo spesso in una via senza ritorno. L'estensione del fenomeno droga fa pensare ad un malessere profondo, che tocca le coscienze, ma insieme l'ethos collettivo, la cultura, le relazioni sociali. Il Papa invita a guardare in questa direzione. Alla radice della tossicodipendenza, egli osserva, «c'è di solito un vuoto esistenziale, dovuto all'assenza di valori e ad una mancanza di fiducia in se stessi, negli altri e nella vita in generale. La droga è vuoto interiore che cerca evasione e sfocia nel buio dello spirito prima ancora che nella distruzione fisica». In questo contesto "malato" che investe i singoli e la società, coloro che si drogano, sono secondo le espressioni del Santo Padre, «come persone in "viaggio" che vanno alla ricerca di qualcosa in cui credere per vivere, incappano, invece, nei mercanti di morte, che le assalgono con la lusinga di illusorie libertà e di false prospettive di felicità».

«I narcotrafficanti riducono le proprie vittime alla distruzione stessa della personalità»



Oltre a incidere pesantemente sulla salute la tossicodipendenza comporta un allentamento delle coscienze personali

Non basta la "proibizione", che è necessaria. «Questo male - ha detto il Papa - chiede di essere vinto con un nuovo impegno di responsabilità all'interno delle strutture di vita civile e, in particolare, mediante la proposta di modelli di vita alternativi». È la strategia delle prevenzioni, per la quale - sottolinea Giovanni Paolo II - è necessario il concorso «di tutta la società: genitori, scuola, ambiente sociale, strumenti della comunicazione sociale, organismi internazionali; occorre l'impegno a formare una società nuova, a misurare dell'uomo; l'educazione ad essere uomini». Si tratta di mettere in atto un impegno corale per proporre, ad ogni livello della convivenza, valori autentici e, in particolare, i valori spirituali. C'è un ruolo che investe in modo specifico la Chiesa; essa si sente chiamata in causa non soltanto come annunciatrice del Vangelo, ma anche come «esperta in umanità». A coloro che vivono il dramma della tossicodipendenza essa reca il lieto annuncio dell'amore di Dio, che non desidera la morte, bensì la conversione e la vita. La Chiesa si pone poi accanto a loro per intraprendere un itinerario di liberazione che li porti alla scoperta o riscoperta della propria dignità di uomini e di figli di Dio.

Vorrei concludere citando quanto il Papa disse davanti all'estendersi di questo triste fenomeno nel discorso alla conclusione della VI Conferenza Internazionale su Droga e Alcol: «Davvero, in queste situazioni, potrebbero sembrar forti le ragioni che inducono ad abbandonare ogni speranza. Pur consapevoli di ciò, voi ed io tuttavia vogliamo testimoniare che le ragioni per continuare a sperare ci sono e sono molto più forti di quelle in contrario». Un discorso che ci apre il cuore alla fiducia e ci invita a lavorare con rinnovato slancio a servizio di quanti il vortice della droga rischia di inghiottire nei suoi gorgi mortali. **ady**

LA TESTIMONIANZA

Dentro il tunnel si finisce col restare sempre più soli

«Ecco perché sono stato lontano dall'usare droghe! In realtà le motivazioni sono poche, ma essenziali. Mi rivolgo ai più giovani cioè ai miei coetanei. Voglio consigliare di non fare uso di alcun tipo di droghe per svolgere una vita normale. Innanzitutto, la droga danneggia il fisico in maniera devastante, comporta la perdita dei denti e provoca dolori fisici. L'uso di droghe può portare anche ad essere rifiutato dalle ragazze e per i ventenni, come noi, inizia ad essere un problema serio. Si finisce per associarsi con i propri simili, cioè donne che a loro volta ne fanno uso, ma anche ammesso che si trovi una ragazza, non si ha spesso alcuno stimolo sessuale o ammesso che se ne abbia si è impotenti. Questo può comportare anche crisi nei rapporti di coppia. Ma la mancanza di rapporti sessuali non è l'unica conseguenza negativa che la droga può avere sulle relazioni o nelle famiglie. La droga è un vizio costoso. Nel tempo il desiderio aumenta ed è difficile controllarsi. Può così portare a dilapidare uno stipendio medio in un paio di giorni. L'uso abituale può inoltre portare alla completa trasformazione dell'individuo, lo porta ad essere falso e poco affidabile. Così facendo, è facile che chi fa uso di droghe arrivi a perdere la fiducia della moglie, dei figli e degli amici e, a lungo andare, faccia sempre più fatica a trovare aiuto. Sarà sempre più irricognoscibile per le persone che gli sono vicine, anche se in passato sono stati amici d'infanzia. Quando questo accade, la persona potrebbe ritrovarsi a guardarsi allo specchio e non riconoscersi più, a guardarsi attorno e a non vedere nessuno, né per aiuto né per conforto. Così si troverà con una calza bucata in testa e si metterà alla ricerca di una fonte di guadagno! A quel punto perderà il dono più bello della vita, la libertà. Spero di avere dato dei buoni consigli per tenervi lontani dall'adrogia. (Tony M.)

La sofferenza e il pregiudizio della diversità

TONY M.



L'uso di droga produce emarginazione

«Sono salito sulla cattedra per ricordare a me stesso che dobbiamo guardare le cose sempre da angolazioni diverse».

Robin Williams in L'attimo fuggente di Peter Weir

Il pregiudizio, inteso come giudizio superficiale non avvalorato da fatti, ma da opinioni è il motore che a volte muove un po' le azioni e i comportamenti di tutti noi, condizionando le nostre relazioni sociali e ostacolando a volte le opportunità di contatto, incontro, esplorazione, scoperta che sono i fondamenti dei rapporti con l'altro da sé.

Il pregiudizio può essere definito un giudizio anticipato senza approfondimento, un'opinione preconcetta, capace di far assumere atteggiamenti ingiusti, specialmente nell'ambito dei rapporti sociali.

Il pregiudizio estremizza, generalizza, rifiuta l'analisi. Esso dà un senso immediato di sicurezza perché rende più semplici realtà complesse e poco conosciute.

Tutti, indipendentemente dal livello di cultura e dalle capacità intellettuali, possiamo usare il pregiudizio come una scorciatoia di pensiero, sia se riflettiamo su noi stessi sia sugli altri.

Quando c'è una sofferenza mentale il pregiudizio si accentua. La sofferenza mentale è infatti una realtà scomoda, su cui si cerca di tacere sia con gli altri sia con sé stessi. Così ai tanti problemi della sofferenza si aggiunge anche quello del silenzio, uno schermo pesante ed opaco che allontana chi soffre dagli altri e da se stessi.

Per chi non si droga, colui che si droga è un diverso e come tale viene generalmente destituito di umanità.

È diverso chi non riesce a rientrare nella norma perché è incapace di comportarsi e di vivere come gli altri o perché crede in altri valori e in altri modelli di vita.

La "diversità" è spesso vista in chiave negativa, come "minaccia" della propria identità e per questo la presenza del "diverso" frequentemente genera sentimenti di paura, ansia e sospetto.

La diversità non dovrebbe più essere un elemento da tollerare ma un bene da tutelare.

Le differenze tra persone, le peculiarità di ognuno sono la ricchezza stessa di ogni situazione sociale, ed è proprio la diversità che ci rende tutti così meravigliosamente unici. Come accade per i tossicodipendenti non vi sono motivi sanitari o legali che giustificano la sua esclusione dai normali ambiti della vita sociale. Spesso proprio l'emarginazione ritarda ed ostacola il processo di recupero.

I Sert pur facendosi carico complessivamente delle problematiche del tossicodipendente, non possono da soli riuscire ad operare il pieno reinserimento dell'utente nella società. Affinché il tossicodipendente possa recuperare la sua identità di persona partecipe della vita è necessaria l'accettazione e la solidarietà della comunità locale.

RICERCA E ANALISI, IMPEGNO NORMATIVO E COOPERAZIONE SONO LE PRIME FINALITÀ DELL'UNODC

In tre "pilastri" l'azione dell'Onu

L'Ufficio delle Nazioni Unite contro la droga e il crimine (Unodc) è l'agenzia leader nel contrasto alla droga, al crimine internazionale e al terrorismo, operativo dal 1971. L'Ufficio conta circa 500 funzionari distribuiti tra Vienna, sede centrale, e gli uffici sul campo. L'Unodc ha come obiettivo quello di rafforzare l'azione internazionale contro la produzione, il traffico e le attività criminali connesse alla droga. Conduce un ampio ventaglio d'attività: dai progetti di sviluppo alternativo, al monitoraggio di coltivazioni illecite, dai programmi contro il riciclaggio di denaro sporco alle misure di prevenzione, recupero e reinserimento sociale delle vittime della droga. L'Unodc opera per rafforzare le misure di prevenzione del crimine, fornendo assistenza nel campo della riforma della giustizia penale. Nel 2002 l'assemblea generale dell'Onu ha approvato un ampliamento del mandato del Dipartimento per la Prevenzione del Terrorismo.

Il lavoro dell'Unodc si fonda su tre pilastri:

- 1) Ricerca e analisi: per migliorare la conoscenza e la comprensione dei fenomeni droga e crimine e stimolare, sulla base dei dati acquisiti, l'adozione di idonee decisioni politiche e operative.
- 2) Lavoro normativo per assistere gli stati nella ratifica e ap-

plicazione dei trattati internazionali e nello sviluppo delle normative nazionali su droga, crimine e terrorismo. A tal fine, l'Ufficio mette a disposizione servizi sostanziali e di segretariato a beneficio di entità governative e di autorità competenti per la ratifica ed esecuzione dei trattati.

3) Progetti di cooperazione tecnica sul campo per accrescere le capacità dei paesi membri nel contrasto a droga, crimine e terrorismo.

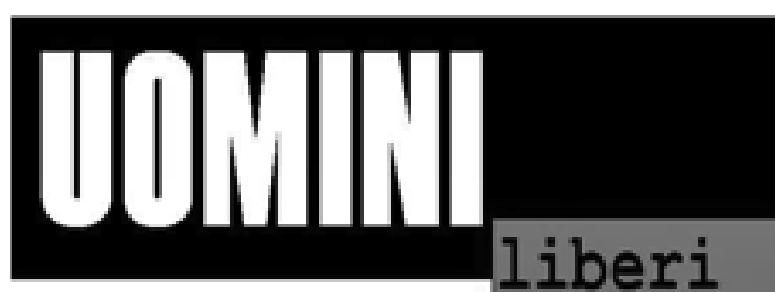
L'Unodc dipende da contributi volontari erogati principalmente dai governi. Nel 2005, con circa 13 milioni di dollari, l'Italia si è attestata al terzo posto nella graduatoria dei donatori, alle spalle degli Stati Uniti d'America e della Commissione Europea. Per molti anni l'Italia è stata il principale finanziatore del programma anti-droga dell'Unodc. Il contributo al programma anti-crimine ha registrato un'impennata negli anni più recenti. Il contributo italiano è altresì determinante per finanziare le attività di sostegno dell'applicazione delle convenzioni anti-criminalità organizzata e anti-corruzione, il programma globale per la lotta al terrorismo, il programma per la lotta alla tratta di esseri umani, e le riforme dei sistemi di giustizia penale e penitenziaria.

Pasquale

Riferimento Bibliografico: www.onuitalia.it/unodc.php



Il Palazzo di Vetro sede delle Nazioni Unite a New York



Esistono vari tipi di droga e il mercato ne continua a sfornare di nuove, ma in questo momento vorrei parlare di quelle più conosciute che sono Lsd, il cui principio attivo è l'acido lisergico dietilaminico, ecstasy o, sempre parlando di principio attivo, meta anfetamina, cocaina, eroina e la più comune cannabis. Quello sulla droga non è mai un discorso facile da affrontare soprattutto in un Paese come l'Italia dove tutto anche se oramai diffusissimo è un tabù; ma questo non è luogo e sede per parlare di tabù, quindi alziamo il tendone del circo e guardiamo in faccia la realtà, quindi spieghiamo per l'ennesima volta gli effetti di queste droghe. Partirei dalla più diffusa, la *marijuana*, da cui si estrae poi la sua resina che viene chiamata haschisc o fumo. Io la definirei la classica "droga da compagnia"; una pianta in origine, di cui si fumano i fiori essiccati o dalla quale si estrae la sua resina essiccata dalle foglie. Viene fumata col tabacco e provoca un effetto di leggerezza ed euforia che fa ridere per le più semplici banalità.



La cocaina è forse la droga più diffusa: inizialmente i suoi effetti si possono mascherare, ma le conseguenze sono deleterie

Poi c'è l'*ecstasy*, quasi per eccellenza la droga di chi il sabato sera vuole andarsene a ballare dimenticando tutto e tutti. Questa ha infatti un effetto quasi simile alla cocaina: ti senti leggero privo, di ogni preoccupazione ed innamorato del mondo. Con essa si entra di fatto in un mondo che non ha niente di reale e non ci si rende conto che, finita la serata, non rimarrà altro in mano che un pugno di mosche ed un "down" da portarsi appresso fino al sabato successivo quando dopo una settimana di lavoro si sarà costretti a concedersi un'altra dose.

Un'altra droga usata da chi va in discoteca è l'*Lsd* o *acido lisergico dietilaminico*, una droga sintetizzata negli anni Settanta e molto usata allora dai "figli dei fiori" che viene venduta sotto forma di cartoncini grossi quanto una cartolina e con diversi disegni. L'effetto di questa droga è molto forte: è infatti un allucinogeno che ti porta vedere cose che non esistono e a perdere la cognizione del tempo.

Parliamo ora di un'altra droga molto diffusa oggi: la *cocaina*. Credo sinceramente che sia dopo l'eroina la droga più forte del mondo, che molti assumono con disennata leggerezza. Essa infatti viene usata da chiunque, dal manager all'atleta fino ad arrivare al ragazzino non ancora maggiorenne, passa vicino a noi mentre camminiamo per la strada e nemmeno lo notiamo. I suoi effetti sono devastanti: le prime volte in cui viene utilizzata ti fa stare bene, ti senti

brillante, ti tiene sveglio, ti dà energia e toglie l'appetito, ti facilita i rapporti interpersonali. Ma è solo un'illusione: i suoi effetti collaterali sono molto pesanti, producendo in molti soggetti di manie di persecuzione, psicosi, allucinazioni. Sono molto frequenti anche le depressioni. Il giorno dopo si avverte fortemente la voglia di consumarne ancora ed è molto facile cadere in una dipendenza senza accorgersi di esserci cascati. Infatti non ti senti subito male fisicamente e quindi puoi stare anche qualche giorno senza usarla, ma appena puoi corri a ricomprarla. Basta infatti un posto una situazione o un profumo e scatta una molla al tuo interno chiamata in gergo medico "effetto Wagner" che ti riporta ad utilizzarla.

Poi c'è la peggiore di tutte che fortunatamente non conosco di persona ed è l'*eroina*. La peggiore delle droghe provoca subito dipendenza e toglie la libertà alle persone perché una volta usata non torni più indietro. La dipendenza infatti è praticamente immediata e chi la usa deve continuare ad utilizzarla per poter fare le più semplici cose, anche solo camminare per strada. Per questo c'è gente che arriva ad alzare le mani sui propri familiari per avere i soldi per potersi drogare.

IL SERVIZIO PUBBLICO

Terapia sanitaria e aiuto psicologico: è la risposta del Sert alle dipendenze

Il Sert, o servizio tossicodipendenze, è un servizio dell'Azienda sanitaria locale che garantisce al cittadino interventi medici e psicosociali per tutte le persone che sono coinvolte in problemi legati alla dipendenza dalle sostanze. Al suo interno lavorano medici, infermieri, psicologi, assistenti sociali ed educatori che promuovono ed offrono interventi terapeutici sostitutivi sanitari, psicologici e per la riduzione dei danni. Il servizio sostiene chi vi si rivolge e le famiglie (per chi eventualmente ne parlasse con esse); ogni cura al suo interno è coperta da segreto professionale, da anonimato. Le persone arrivano lì per la maggior parte finiti, "io credo", dopo aver toccato il fondo e il 90 per cento di queste persone non hanno più una dignità. Ma rivolgendosi al servizio, penso che siano in grado di riconoscere il problema e di capire che ormai è arrivato il tempo di rimettersi in sesto e guarire. Il Sert penso che aiuti il soggetto in difficoltà ad apprendere a riflettere su se stesso, a distinguere tra benessere e felicità, a riscoprire il valore della vita, ad affrontare la vita e le sue difficoltà. Insomma lo aiuta: a coltivare atteggiamenti responsabili di fronte alla vita; a saper progredire per tappe; a saper esercitare correttamente la volontà, la libertà e la responsabilità. Ma parliamo degli aspetti positivi del sistema e spieghiamo come vi si accede. Non servono prescrizioni mediche per andarci. Infatti gli utenti possono rivolgersi direttamente al servizio oppure su invito dei servizi socio-sanitari dei medici di base e degli ospedali. (Pasquale)

OGNI DIPENDENZA GENERA CONSEGUENZE GRAVI PER LA SALUTE DEL FISICO E DELLA MENTE SINO ALLE ESTREME CONSEGUENZE

Dal fumo al buco, viaggio nell'orrore

Nessuna droga è innocua e ne spuntano sempre di nuove

RISPOSTE

Gruppi di auto aiuto: una strada possibile per uscire dal tunnel

I gruppi di auto-aiuto sono dei piccoli gruppi di persone che condividono gli stessi problemi di vita. Si costituiscono volontariamente, per cercare di soddisfare un bisogno o superare un problema. Non si utilizzano operatori professionali, poiché l'autonomia è fondamentale in un gruppo di supporto. Si può formare un gruppo di auto-aiuto per un supporto emotivo, per un sostegno informativo, per un aiuto materiale e per un'azione politico-sociale a difesa dei propri diritti. Ci sono diversi gruppi di auto-aiuto: quelli formati da persone che condividono un handicap o una malattia cronica, quelli costituiti da persone che vogliono cambiare un'abitudine, un comportamento o, infine, persone che devono affrontare una situazione o un cambiamento che influisce radicalmente sulle loro vite e sulle loro identità. Nei gruppi le persone escono dal ruolo passivo e diventano protagonisti, spesso dopo aver affrontato situazioni di grave disagio a cui il "sistema" non ha dato risposte adeguate. Nei gruppi c'è la parità tra i membri che rende tutti ugualmente responsabili dei risultati raggiunti e dei servizi forniti. Il clima è spontaneo e informale e il fatto di dare aiuto, oltre che riceverlo, aiuta a liberarsi dal senso di impotenza e di sfiducia che spesso si prova in queste situazioni. Per formare un gruppo di auto-aiuto è bene disporre le sedie in cerchio, in modo da guardarsi tutti negli occhi, presentarsi con il nome di battesimo e darsi del tu. Poi inizierà a parlare l'organizzatore del gruppo, chiarendo tutti i punti necessari per un buon risultato. Tutto ciò che verrà detto rimarrà nel gruppo. Chi non se la sente di parlare, non è obbligato a farlo e nessuno verrà criticato per quello che fa o ha fatto. Può succedere che alla fine di un incontro ci si senta giù di corda o magari si siano ascoltate storie più serie delle proprie ma non scoraggiatevi!

Riferimento bibliografico: www.lupus-italy.org/icaro/autoaiuto.html



Un alcolista crolla dopo una abbondante bevuta: il fenomeno dell'abuso di alcol si sta diffondendo tra i giovani

IL 20 PER CENTO DEI RAGAZZI TRA GLI 11 E I 15 ANNI SI CONCEDE ALMENO UN BICCHIERE

È allarme rosso sul fronte alcol: sempre più giovani ne abusano

Per quanto riguarda il vino, assunto prevalentemente durante i pasti, si ha un "moderato" consumo in Italia. La diffusione dell'uso di alcol negli ultimi dieci anni è rimasta abbastanza stabile, ma con incrementi significativi tra i giovani e le donne. Preoccupante è invece la maggiore diffusione in Italia tra i ragazzi di età compresa tra gli 11 ed i 15 anni. Infatti, una percentuale del 20% dichiara di aver consumato durante l'anno bevande alcoliche. In più, cresce il consumo di alcol fuori dai pasti per gli adolescenti e aumenta maggiormente per le ragazze, anche se rimane più diffuso tra i maschi. Crescono tra i giovani anche gli episodi di ubriacature ("binge drinking"). Con l'espressione "binge drinking" si fa riferimento all'abitudine di consumare eccessive quantità (convenzionalmente 6 o più bicchieri di bevande alcoliche) in una sola occasione, come ad esempio durante una stessa serata o una festa. In Italia quasi il 70% delle persone che hanno un'età di 11 anni e più (sono circa 36 milioni) ha dichiarato di aver consumato bevande alcoliche

almeno una volta negli ultimi 12 mesi. Il consumo di alcol riguarda soprattutto gli adulti, in particolare quelli tra i 25 ed i 65 anni. Tra le donne quelle che hanno un titolo di studio superiore bevono di più. Le bevande alcoliche più diffuse in Italia sono: il vino, seguito dalla birra e da altri tipi di alcolici. Tra i minori di 11-17 anni la birra è la più diffusa. Le persone che consumano alcol tutti i giorni in Italia sono quasi un terzo della popolazione dagli 11 anni in su, con marcate differenze tra uomini e donne, quest'ultime in una percentuale minore. I consumatori quotidiani scelgono prevalentemente il vino. Gli episodi di ubriacatura sono concentrati in singole occasioni. L'uso di alcol in età precoce rappresenta un vero rischio per la salute. Negli ultimi anni si stanno inoltre diffondendo in Italia, in particolare tra i giovani, modelli di consumo di alcolici tipici dei Paesi del Nord Europa. Le persone esposte ad un rischio maggiore sono i minorenni, in quanto spesso non sono ancora in grado di metabolizzare adeguatamente l'alcol. Uno degli obiettivi

dell'Oms, l'Organizzazione Mondiale della Sanità, per il 2010 è infatti di ridurre a zero la quota di ragazzi fino ai 15 anni che consumano alcol. Un altro degli obiettivi di salute pubblica da raggiungere è la riduzione della percentuale di consumatori di bevande alcoliche fuori pasto, perché la quota che riguarda questi consumatori è aumentata negli ultimi anni. Il problema interessa in modo specifico i giovani e, in particolare, gli adolescenti. L'età prevista dalla legge per somministrare alcolici è di 16 anni. Nonostante questo, la quota di minori (11-15 anni) che consuma alcolici è molto elevata. L'abitudine al consumo da parte dei genitori sembra influenzare il comportamento dei figli. Speriamo che l'Oms, attraverso tutta una serie di iniziative concrete e di sensibilizzazione al problema, possa nei prossimi anni riuscire ad ottenere risultati positivi, soprattutto a vantaggio degli adolescenti, eliminando, o quantomeno limitando, la portata di questo pericoloso fenomeno.

Ady Riferimento bibliografico: Sanità "Istituto Nazionale di Statistica"

Il gioco diventa malattia in una spirale senza fine

Molti pensano che esista soltanto la dipendenza dalle droghe, ma si sbagliano di grosso, in quanto ne esistono altre legate all'alcol, al gioco d'azzardo ed al fumo. Per il fumo è stata fatta una campagna che ha dato risultati più che soddisfacenti. Quindi se si facessero delle campagne anche per le altre dipendenze, potremmo cominciare a combattere queste dipendenze nel vero senso della parola. Per quanto riguarda il gioco, si va da quello sociale a quello d'azzardo che può sottrarre tempo e denaro agli affetti più cari, ai familiari ed agli amici in primo luogo. Gli operatori specializzati nel recupero di questa dipendenza dicono che non bisogna mai

cercare di rifarsi dei soldi persi giocando, perché in quel caso si entra in una spirale senza fine. Per prima cosa occorre fermarsi per un determinato periodo e riflettere su quel Mister Hyde che è il gioco. Non bisogna essere bugiardi con se stessi e principalmente con chi ti sta vicino. Ultimamente sono sorte delle comunità di recupero anche per quanto concerne il gioco d'azzardo. Una tra queste è la "Ortos". Però, secondo me, andrebbe fatta una campagna di sensibilizzazione contro il gioco e non solo pubblicizzare in ogni momento i giochi di Monopoli. Per non parlare del gioco del lotto, utilissimo specie in alcuni periodi di magra per le casse dell'erario.

Walter

UOMINI liberi

Mensile di attualità,

informazione e cultura

della Casa Circondariale di Lodi

Anno 5 - Numero 1 - Gennaio 2008

SALUTE

Non è finita la lunga battaglia contro l'Aids

Dal 1982, il mondo è spaventato per una nuova malattia, la sindrome da immunodeficienza acquisita o Aids, provocata da un virus denominato Hiv. Questo virus va ad attaccare le naturali difese del nostro organismo rendendolo sempre più vulnerabile agli agenti infettivi. L'epidemia dalla sua scoperta ha ucciso quasi un milione di persone ogni anno. La maggior parte di persone infette vive in Africa. Nei primi anni le persone più colpite erano i tossicodipendenti esposti alla trasmissione del contagio tramite scambio di siringhe e rapporti sessuali non protetti. Attualmente nel mondo sviluppata la malattia è più o meno controllata, ma nei Paesi più interni dell'Africa ancora non sono riusciti a controllarne il propagarsi, dovuto anche alle scarse condizioni igienico-sanitarie e alla mancanza dei fondi per inviare loro le medicine adatte almeno a ridurre gli effetti devastanti sul corpo. Nei Paesi sottosviluppati i volontari che partono dai Paesi ricchi combattono ogni giorno questa forma lenta di morire. Nel 1986 a Torino è sorta la prima casa di accoglienza per ospitare persone sieropositive multiproblematiche. Tale esperienza si è evoluta nel tempo e nel 1990 sono state aperte altre due case di accoglienza: una rivolta ad accogliere alcuni bambini abbandonati in ospedale infettati dal virus Hiv; l'altra ad accogliere persone adulte colpite dalla stessa malattia. Nel 1996 è stata attivata, nella cintura di Torino, una ulteriore casa-alloggio per meglio fronteggiare i bisogni di accoglienza che emergevano. Dal 1999 è attivo il "Progetto Sant'Anna" che coinvolge, in un lavoro di rete, il Gruppo Abele, l'Ospedale Sant'Anna e l'Ospedale Infantile Regina Margherita; nell'ambito di un intervento multidisciplinare, si offre assistenza domiciliare a donne gravide sieropositive e alle coppie madre-bambino che vivono particolari condizioni di disagio. Il decorso dell'infezione e della malattia è cambiato con l'utilizzo delle nuove terapie e l'inizio precoce del trattamento, che favorisce l'evolversi molto più lento della malattia. Anche se sul piano clinico le condizioni e le cure sono migliorate c'è ancora una battaglia lunga per arrivare alle medicine che curano definitivamente questo male universale. Anche se in tutte le università del pianeta si cercano nuove strade e nuove strategie per combattere l'Aids e trovare l'antidoto a questa nuova forma di malattia.

Ady
Riferimento bibliografico:
www.gruppoabele.org



Quando le porte del carcere si aprono al termine della pena, molti ex detenuti si ritrovano soli e finiscono con il cadere nella "tela" dei vecchi amici di un tempo

LE CONCLUSIONI DEL CONVEGNO NAZIONALE DEGLI ENTI DI VOLONTARIATO PENITENZIARIO

Fuori dal carcere "senza rete": che risposte dalla società civile?

Dal 29 novembre al 1° dicembre si è svolto a Roma il 40° convegno nazionale del coordinamento enti e associazioni di volontariato penitenziario Seac al quale hanno partecipato anche i volontari di Lodi. La sessione conclusiva si è tenuta presso il carcere romano di Regina Coeli.

■ DOPO LA DETENZIONE
I detenuti che mettono piede fuori dal carcere si dividono in due categorie: quelli che hanno delle risorse (famiglia, lavoro, casa) e quelli invece che, uscendo, hanno solo i quattro stracci che hanno in mano e il cielo per tetto. Lasciamo ad altri i grandi discorsi sul reinserimento, i grandi progetti per "il dopo carcere" che spesso sono grandi solo sulla carta. Noi vogliamo dare un nostro piccolissimo contributo, facendo con voi un viaggio dietro un detenuto che esce e non ha nessuno che lo aspetta e nessun riferimento in termini di alloggio e del necessario per vivere. Questo detenuto esce con il suo "fagottino" tra le mani. È libero. Ha pagato il suo debito con la società. Come non pensarci felice quando vola via perché gli viene aperta la porta del carcere? Eppure le cose non sono così semplici. Proviamo a spiegarle. Egli ancor prima di ragionare e disquisire sul suo futuro deve far fronte alle esigenze più immediate, ai bisogni primari. Deve mangiare, deve dormire. Sul territorio la società non offre soluzioni dignitose. Vi è l'impegno delle tante espressioni di volontariato (mense, dormitori). Ma nelle grandi città le richieste da fronteggiare sono tante.

Il lavoro al detenuto, poi, sembra essere la barzelletta del villaggio. Sappiamo tutti come stanno le cose. È difficile trovarlo per chi è un cittadino "senza ombra e senza macchia", figuriamoci per chi è stato in carcere. Ovviamente qui parliamo di ex detenuti che vorrebbero tagliare con il loro passato e che trovano le porte chiuse.

■ IL RISCHIO DI RICADUTA
Noi siamo i meno qualificati per dire le cose. Come società, abbiamo formulazioni legislative che in teoria fanno pensare ad una attenzione che va verso un recupero effettivo della persona, ma nella

pratica si riscontrano vuoti paurosi a livello di cultura e di prassi, che negano quello che le leggi traducono in parole. Allora l'unico rifugio pronto ad accogliere l'ex anche in termini di amicizia - chiamiamola così - sono gli appartenenti alla sua categoria. Spesso si tratta di persone che commettono gli stessi reati e che spingono il nuovo arrivato verso il carcere dopo averlo ubriacato di facili promesse. Gli inviti a rifugiarsi velocemente, a riscattarsi, a rifugiarsi nella tana dei suoi compagni di sventura sembrano l'unica alternativa. Chi può offrirgli un lavoro legale? Chi può ospitarlo in una casa? Chi gli darà da mangiare

e un quotidiano dignitoso? Questo detenuto, a cui è stata restituita la libertà, è il candidato prossimo venturo a commettere un altro crimine, ad essere inseguito dalle forze dell'ordine, a subire l'ennesimo processo magari con prove, spesso messe su alla buona ("Tanto ha precedenti") ed essere condannato. Un onere che grava, non solo in termini di reato, ma anche di costo - e considerevole - sulla società. Le domande che dobbiamo porci sono molto concrete, terra terra, che partono dal basso. Che risposta dà la società alla miriade di detenuti che si lasciano dietro le porte del carcere? Siamo sicuri che la repressione è l'unico modo per risolvere il problema? Siamo certi che la società può darsi protetta mettendo sotto chiave i suoi problemi?

RIFLESSIONI

Non c'è mai il "pro" senza il "contro": il nostro è un mondo fatto da "opposti"

"La nostra ricchezza collettiva è data dalla nostra diversità".
Alber Jachard

■ Senza gli opposti, il mondo non esisterebbe, la vita non esisterebbe. Voi penserete: "Ma cosa dice costui?". Pensate invece a come è nato il pianeta Terra. Con gli opposti: il negativo con il positivo si contrastano per creare un vortice magnetico, magnetismo che attrae e che compattia i materiali, magnetismo che genera elettroni, neuroni, monocellule ecc.... È così che il mondo si è creato e, a sua volta, ha originato forme di vita sino ad arrivare all'uomo. Un procedimento molto complicato e secolare. Perciò gli opposti non moriranno mai, a meno dell'annullamento del pianeta Terra. In questo procedimento sono nate la vita e la morte, il bene e il male, l'amore e l'odio, la pace e la guerra, il ricco e il povero, il bello e il brutto, il giorno e la notte, l'uomo e la donna, la gioia e la tristezza, l'ignoranza e l'intelligenza, ecc.... Per questo in ogni cosa non ci può mai essere il "pro" senza il "contro" od il positivo senza il negativo. (Bozza G. 65)

■ LE VIE DEL RECUPERO
Le persone che finiscono in carcere potrebbero essere considerate risorse umane da canalizzare, formare, istruire e preparare per un ruolo dentro la società. Molti hanno comportamenti intramurari esemplari. Hanno esperienze di lavoro. Quasi tutti ne sanno fare almeno uno. Percepiscono lo stipendio, risparmiano, lo inviano ai propri familiari. Perché non replicare anche in società tale grado di successo? Magari gradatamente, senza una immissione immediata ma mediata da un tassello, da un cuscinetto tra il carcere e la società, una sorta di palestra, di "prova di trasmissione" prima del reinserimento finale. Noi, da dentro, lo riteniamo possibile.

Mario Uggè
Assistente volontario

FAVOLE NOTTURNE

Facciamo che tu eri... un mare da sognare

Una musica leggera, un letto caldo e accogliente, un'atmosfera semplice, ma rilassante.... Gli occhi mi diventano pesanti e pian piano si chiudono. Mi catapulto in un sogno e in questa strana situazione irreale facciamo che tu eri... il mare. Il mare, il mio miglior amico, quello che Luca Carboni canta e che io continuo a ricordare. Quello che non mi abbandona mai! Infatti sono io che a volte lo trascuro per un po', ma quando posso vado sempre a trovarlo. Quando mi vede non si tira mai indietro, magari se sparisco per tanto tempo è un po' arrabbiato, è normale, ma poi si calma e ritorniamo più amici di prima! È l'unico in grado di illuminare il mio volto con un sorriso anche quando penso di non riuscirci, soprattutto nei momenti difficili e tristi; momenti in cui mi sento sola e indifesa, nonostante l'età faccia pensare che non abbia bisogno di aiuto e di una spalla su cui piangere o semplicemente da cui avere un sostegno, qualcuno che sottovoce mi dica: "Walter, continua così!". È proprio il mare che vedo quando sei davanti a me. Si sa infatti che l'acqua riflette le immagini, come i tuoi occhi riflettono i miei e quello che provano, si sa che l'acqua è limpida e cristallina come tu sei con me, si sa che il rumore del mare rimane incastrato in una conchiglia, come il tuo nome nei miei pensieri, si sa che il mare è calmo, ma attenzione! Può arrabbiarsi e diventare pericoloso. Anche tu sei calma. Ma ti fai valere, rispettare. Facciamo che tu eri il mare... Aspetta, lo stai diventando!... No, troppo tardi! Il tuo respiro mi sveglia, apro gli occhi, varco la soglia della realtà e ti vedo. Sei accanto a me come ti ho sognato, ma allora è vero: alcuni sogni si avverano! E non lo racconta solo la mia favola, è scritto anche nelle pagine di un libro... Allora forse è meglio dire: facciamo che tu eri... la realtà!

Walter

Poesia a Nikita, una medicina per l'anima

■ Mi sei stata vicina tutto questo tempo, hai ascoltato la mia voce, ornare il mio spirito, hai ritemperato l'anima mia, rendere tutto me stesso capace di grandi cose, un giorno quando sarò libero debbo realmente a te tutto ciò.

Walter

LE GENTI AFROAMERICANE HANNO SAPITO ESPRIMERE EMOZIONI E SPERANZE NEI LORO CANTI A SFONDO RELIGIOSO

Nel gospel l'anima del popolo nero

La musica gospel è la musica religiosa afro-americana che si è sviluppata dopo gli anni Trenta. La bella storia della musica gospel inizia tanto tempo fa, quando gli africani sono arrivati nelle Americhe come schiavi per lavorare nelle piantagioni. La schiavitù era un problema importante che coinvolgeva anche le chiese. Così gli schiavi avevano la possibilità di incontrarsi per le loro funzioni religiose. I canti religiosi degli schiavi erano collegati alla loro difficile vita ed erano ispirati alla Bibbia ed al Vangelo. Più tardi, nel 1865, la schiavitù viene abolita e così viene offerta la possibilità di studiare nelle università anche i canti religiosi dei gospel. Negli anni Venti, il rinascimento nero fu un movimento artistico

che riguardava la poesia e la musica. Gli africani d'America capirono che le loro radici erano profonde ed ancorate alla loro terra di origine. Fu messo in evidenza anche il significato storico di queste canzoni. Il primo che compose canti gospel è stato Thomas A. Dorsey. Alcune chiese battiste, metodiste e pentecostali hanno favorito lo sviluppo della musica gospel. C'era una gran sete, tra gli afro-americani, della loro musica che potesse esprimere i loro sentimenti più intimi su Dio. Il loro coinvolgimento emotivo, che faceva parte di questa espressione, era un linguaggio a loro familiare e nasceva spontaneamente. Il predicatore e la congregazione partecipavano tutti a quei momenti creativi.

Lo stile musicale di Dorsey mescolava canti di lode, di gioia e fervore emotivo con lo stile popolare dell'epoca. Ha scritto centinaia di canzoni gospel, tra cui ricordiamo: "Precious Lord, take my hand", "When I've done the best I can". A Chicago, durante gli anni Trenta molte chiese permettevano ai cori ed ai gruppi gospel di organizzarsi. Negli anni Quaranta furono organizzati gruppi e quadretti gospel che cominciarono a viaggiare ad est e ad ovest per far fronte alle richieste di questa nuova musica religiosa. Questi anni hanno rappresentato un'epoca spettacolare per la musica gospel, con un grande richiamo al pubblico. Nel giugno del 1966, un festival di cori gospel si è tenuto al Madison Square Garden di New York, in

quella che fu considerata un'occasione storica della musica gospel. L'evento segnò il debutto di Edwin Hawkins e il suo Northern California State Youth Choir: il coro, composto da cinquanta voci, si esibì per la prima volta sulla costa est, sulle ali del loro hit gospel internazionale "On Happy Day" di Joe Bostic che ottenne un formidabile successo. Pur avendo subito per secoli molte sofferenze e discriminazioni, il popolo afro-americano non si è mai arreso. Anzi, ha saputo esprimere dolore, emozioni e speranze tramite la musica gospel. Tutto questo gli ha permesso di esprimere quello che aveva nel cuore e dentro di sé. Una voce forte, sicura e decisa che tutto il mondo ha potuto sentire ed ascoltare.



Ady
Il London Community Gospel Choir esibitosi in piazza a Lodi per Capodanno