



Attività PRIMAVERA 2015

AMA 
Auto Mutuo Aiuto

Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus

AMA

auto mutuo aiuto

L'auto mutuo aiuto del CeS di Reggio Emilia è l'offerta per tutti coloro che hanno un problema di dipendenza e/o di relazione con un familiare, un amico o altre persone care.

Rappresenta un sistema semplice ma efficace per affrontare numerosi dei problemi esistenziali dell'uomo.

La forza dell'auto mutuo aiuto, sta nel confronto e nel sostegno reciproco tra persone che, insieme, vivendo esperienze simili, possono sviluppare relazioni di fiducia capaci di farle sentire meno sole; questi scambi, tenendo al centro l'uomo, danno la capacità di trasformare i propri problemi in risorse e intraprendere nuovi stili di vita.

Relazioni difficili con i figli, in famiglia, dipendenza da Internet, gioco d'azzardo, cannabis, alcol, cocaina, eroina, sono problemi che affrontiamo da oltre trent'anni e la partecipazione ai nostri incontri promuove cambiamenti che possono offrire stili di vita più efficaci e consapevoli. Le esperienze e le testimonianze positive di tante persone, che hanno camminato con noi, ci incoraggia e ci sostiene a occuparci dell'Uomo.

Dal 1982, data di nascita del nostro Centro, tutti i mercoledì sera s'incontrano mediamente, per le attività d'auto mutuo aiuto, oltre settanta persone raggruppate in piccoli gruppi di 8-12 individui

coadiuvati da facilitatori della relazione, esperti e motivati; inoltre, sempre tutti i mercoledì dalle 20,30 festivi compresi, è aperto alla cittadinanza un incontro d'informazione e consulenza denominato "primo incontro" condotto dal nostro presidente don Giuseppe Dossetti. Partendo quindi dalla nostra storia, e con il contributo del Consultorio Diocesano, la Cooperativa di Prevenzione Sociale, AA Alcolisti Anonimi, Al-Anon familiari di alcolisti e ACAT Associazione Club Alcologici Territoriali, abbiamo ampliato le nostre proposte con il desiderio di stimolare una crescita personale che migliori il rapporto con noi stessi e con gli altri.

Eliseo Bertani

*"Lentamente muore
chi diventa schiavo dell'abitudine,
ripetendo ogni giorno
gli stessi percorsi..."*
Pablo Neruda



A.C.A.T.
associazione dei club
alcologici territoriali



perdersi nella rete

Serata d'approfondimento sul tema dell'uso del Web da parte dei giovani.

In collaborazione con CPS Cooperativa di Prevenzione Sociale.

In Emilia Romagna il 20% degli adolescenti passa dalle due alle cinque ore al giorno sulla Rete, le dipendenze da Internet sono in aumento e stili di vita online e offline fanno prepotentemente parte della cultura giovanile e non solo.

L'uso degli smartphone, dei tablet e dei pc ha portato a definire le attuali generazioni di giovani con alcuni slogan: "Generazione seduta, gli sdraiati o vamping".

Il fenomeno "vamping", parola che non ha nulla a che fare con la saga paranormale di Twilight, significa invece "tirare fino a tarda notte come i vampiri". Per fare che? Cose che ovviamente i ragazzi non possono fare durante il giorno. Soprattutto stare sui social media e navigare su Internet. Instagram è piena di foto con l'hashtag #vamping".

Mercoledì 04.02.2015

dalle ore 20,30 alle 22,30 - Presso "Casa Aperta"

Centro di Solidarietà di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia.

Relatori:

- **Mario Cipressi** dirigente del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia e responsabile del sito www.drogaonline.it
- **Mauro Incerti e Tommaso Bertolini** operatori del CPS Cooperativa di Prevenzione Sociale.

Serata gratuita aperta a tutta la cittadinanza.

essere genitori nella crisi di coppia

In collaborazione con il consultorio Diocesano di Reggio Emilia e Guastalla. La giornata si rivolge a genitori che stanno passando momenti difficili, con il rischio che tensioni e contrasti possano ripercuotersi sulla serenità dei figli e sulla loro crescita.

Che fare? Come comportarsi? Come riuscire a non compromettere lo stesso rapporto genitori-figli, sempre e comunque molto delicato e complesso? Proveremo insieme al consultorio Diocesano, con l'aiuto di un esperto e nel confronto e nel sostegno reciproco a trovare delle risposte a tali domande. Affiancati da facilitatori AMA CeIS (auto mutuo aiuto del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia), i partecipanti saranno sostenuti nel fare chiarezza sulle priorità da seguire nel ruolo di padre o madre, a riconoscere e gestire i propri sentimenti e conflitti, limitando gli effetti negativi nel rapporto con i figli, imparando a mediare e rispettare il ruolo educativo del coniuge.

Domenica 08.02.2015

dalle ore 11,00 alle 17,00 - Presso "Casa Aperta"

Centro di Solidarietà di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia.

11,00	Apertura lavori e introduzione Eliseo Bertani
11,30	Relazione plenaria di Francesco Zappettini
13,00	Pranzo
14,30	Lavori di gruppo
16,00	Dibattito plenario
17,00	Chiusura lavori

Relatori:

- **Francesco Zappettini** psicologo e psicoterapeuta responsabile Consultorio Familiare Affidarsinsieme.
- **Eliseo Bertani** educatore professionale e counselor responsabile Area AMA CeIS auto mutuo aiuto del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Facilitatori della relazione** AMA CeIS auto mutuo aiuto del centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus

Costo dell'iniziativa: 20€ a persona, 35€ a coppia, pranzo compreso
Iscrizione obbligatoria presso i facilitatori dell'auto mutuo aiuto o allo 0522.293036 nelle persone di Orietta Panciroli ed Eliseo Bertani.

la relazione tra divieti e permessi

L'efficacia dell'azione educativa passa attraverso la relazione come pure il rapporto tra amici e coniugi. Ognuno di noi è costantemente e quotidianamente impegnato in rapporti interpersonali con altre persone e la qualità di tali scambi non è sempre scontata.

Le differenze caratteriali e gli stili comunicativi di ciascun individuo, insieme alla propria storia personale, possono rendere la relazione più o meno produttiva.

E inoltre, comunichiamo di più con le parole o con il corpo?

Approfondiremo tali argomenti attraverso due momenti, uno seminariale teorico e uno esperienziale.

Domenica 15.03.2015

dalle ore 11,00 alle 17,00 - Presso "Casa Aperta"

Centro di Solidarietà di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia.

- 11,00 Apertura lavori e introduzione Eliseo Bertani
- 11,30 Relazione plenaria di Roberto Casotti
- 13,00 Pranzo
- 14,30 Lavori di gruppo
- 16,00 Dibattito plenario
- 17,00 Chiusura lavori Eliseo Bertani

Relatori:

- **Roberto Casotti** sociologo e counselor professionista.
- **Eliseo Bertani** educatore professionale e counselor responsabile area AMA CeIS auto mutuo aiuto del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Facilitatori della relazione** AMA CeIS auto mutuo aiuto del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.

Costo dell'iniziativa: 20€ a persona tutto compreso, 35€ a coppia.

Iscrizione obbligatoria presso i facilitatori dell'auto mutuo aiuto o allo 0522.293036 nelle persone di Orietta Panciroli ed Eliseo Bertani.

genitorialità, essere madri e padri oggi

La domanda è: cosa vuol dire oggi essere madre e cosa vuol dire essere padre oggi?

Come si esprime la differenza di genere nella genitorialità di oggi?

Nella giornata cercheremo d'approfondire tali temi sia con l'aiuto di alcuni esperti sia attraverso il lavoro di gruppo.

Domenica 12.04.2015

dalle ore 11,00 alle 17,00 - Presso "Casa Aperta"

Centro di Solidarietà di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia.

- 11,00 Apertura lavori e introduzione Eliseo Bertani
- 11,30 Relazione plenaria di Maria Pia De Stefani
- 13,00 Pranzo
- 14,30 Lavori di gruppo
- 16,00 Dibattito plenario
- 17,00 Chiusura lavori

Relatori:

- **Maria Pia De Stefani** pedagoga, psicologa e psicoterapeuta.
- **Eliseo Bertani** educatore professionale e counselor responsabile area AMA CeIS auto mutuo aiuto del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Facilitatori della relazione** AMA CeIS auto mutuo aiuto del centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.

Costo dell'iniziativa: 20€ a persona tutto compreso, 35€ a coppia.

Iscrizione obbligatoria presso i facilitatori dell'auto mutuo aiuto o allo 0522.293036 nelle persone di Orietta Panciroli ed Eliseo Bertani.

alcol e guida

Aprile mese della prevenzione delle problematiche alcol correlate

In collaborazione con Polizia Municipale di Reggio Emilia, Alcolisti Anonimi, Al-Anon familiari di alcolisti e ACAT Associazione Club Alcologici Territoriali.

Quasi la metà dei ragazzi (il 43,8%) e circa un terzo delle ragazze (35,3%) dichiara di consumare bevande alcoliche nel corso dell'anno.

Ma il 14,4% dei maschi e il 5,6% delle femmine ammettono di aver consumato oltre 6 unità alcoliche in una singola occasione (binge drinking). Analizzando le abitudini dei ragazzi si rileva quindi che circa 1.400.000 giovani maschi e 950.000 femmine sono da considerarsi potenzialmente esposti, nel caso in cui si mettessero alla guida, non soltanto a un rischio legato alla salute per se stessi e verso terzi, ma anche di incorrere nelle nuove sanzioni amministrative introdotte dal codice della strada. Ricordiamo infine che gli incidenti stradali, purtroppo, sono la prima causa di morte nei giovani.

Nella serata sarà proiettato un breve video sul tema "Alcol e guida".

Mercoledì 15.04.2015

dalle ore 20,30 alle 22,30 - Presso "Casa Aperta"

Centro di Solidarietà di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia.

Relatori:

- **Antonio Lanzoni** psicologo e psicoterapeuta, vice presidente e direttore dei programmi del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **dott. Antonio Russo** Comandante della Polizia Municipale
- **AA** Alcolisti Anonimi
- **Al-Anon** familiari di alcolisti
- **ACAT** Associazione Club Alcologici Territoriali

Serata gratuita aperta a tutta la cittadinanza.

la gestione del conflitto

In collaborazione con l'area counseling e psicoterapia del CeIS

Cosa intendiamo per gestione dei conflitti? Quando pensiamo al conflitto, cosa ci viene in mente? Tensione, disaccordo, fraintendimento, rabbia, ansia, crisi, rottura?

In realtà, il contrasto derivante dai conflitti può trasformarsi in opportunità di crescita e di arricchimento, in cooperazione.

Come si può giungere a questa nuova visione del conflitto?

Nella nostra società è prevalente l'orientamento per cui, alla presenza di conflitti di valori o idee, necessariamente uno debba perdere e l'altro vincere.

Attraverso un approccio di counseling di gruppo i partecipanti potranno:

- Individuare il conflitto nei suoi contenuti e nei suoi modi d'espressione
- Provare un ascolto attivo non giudicante
- Sperimentare una considerazione positiva e accogliente dell'altro.

Domenica 17.05.2015

dalle ore 11,00 alle 16,30 - Presso "Casa Aperta"

Centro di Solidarietà di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia.

Responsabili Workshop:

- **Monica Veroni** educatrice professionale e counselor professionista, responsabile progetto No Cocaine del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Eliseo Bertani** educatore professionale e counselor responsabile area AMA CeIS auto mutuo aiuto del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.

Costo dell'iniziativa: 30€ a persona pranzo compreso.

Iscrizione obbligatoria presso i facilitatori dell'auto mutuo aiuto o allo 0522.293036 nelle persone di Orietta Panciroli ed Eliseo Bertani.

Iniziativa a numero chiuso.

calendario cronologico

Mercoledì 04.02.2015 dalle ore 20,30 alle 22,30

SEMINARIO

perdersi nella rete

Domenica 08.02.2015 dalle ore 11,00 alle 17,00

APPROFONDIMENTO

essere genitori nella crisi di coppia

Domenica 15.03.2015 dalle ore 11,00 alle 17,00

APPROFONDIMENTO

la relazione tra divieti e permessi

Domenica 12.04.2015 dalle ore 11,00 alle 17,00

APPROFONDIMENTO

genitorialità, essere madri e padri oggi

Mercoledì 15.04.2015 dalle ore 20,30 alle 22,30

SEMINARIO

alcol e guida

Domenica 17.05.2015 dalle ore 11,00 alle 16,30

WORKSHOP

la gestione del conflitto

Tutti gli incontri avranno luogo presso "Casa Aperta"
Centro di Solidarietà di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia.

relatori e associazioni

- **Antonio Lanzoni** psicologo e psicoterapeuta, vice presidente e direttore dei programmi del CeIS Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Antonio Russo** comandante polizia municipale Reggio Emilia
- **Eliseo Bertani** educatore professionale e counselor professionista responsabile AMA CeIS Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Francesco Zappettini** psicologo e psicoterapeuta responsabile del consultorio familiare diocesano "Affidarsinsieme".
- **Maria Pia De Stefani** pedagoga, psicologa e psicoterapeuta.
- **Mario Cipressi** dirigente del Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus e responsabile del sito www.drogaonline.it
- **Mauro Incerti** operatore CPS Cooperativa Prevenzione Sociale.
- **Monica Veroni** educatrice professionale e counselor professionista responsabile del progetto "No cocaine" del CeIS Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Roberto Casotti** sociologo, counselor professionista operatore del CeIS Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus.
- **Tommaso Bertolini** operatore CPS Cooperativa Prevenzione Sociale
- **AA** Alcolisti Anonimi
- **Al-Anon** familiari di alcolisti
- **ACAT** Associazione Club Alcolici Territoriali
- **CPS** Cooperativa di Prevenzione Sociale.
- **Consultorio diocesano** "Affidarsinsieme".
- **Polizia Municipale**
- **Orietta Panciroli**, segreteria organizzativa
- **Angela, Claudia, Claudia, Claudio, Elena, Evita, Gianna, Giovanna, Loretta, Lucia, Lucia, Maria Grazia, Maria, Massimo, Patrizia, Sabrina, Silvia, Sonia, Umberto, Valeria, Viller e Vincenzo** Facilitatori della Relazione.



CelS
Centro di Solidarietà di Reggio Emilia Onlus
via U. Codro 1/a - Reggio Emilia
0522.451800
www.solidarieta.re.it
automutuoaiuto@solidarieta.re.it