



8 pagine di...
famiglia

Riparte da Donnas il Consiglio Direttivo Nazionale



- La 2giorni di Donnas
- Omeopatia in famiglia
- Ci vediamo a casa, il libro
- Volontariato familiare
- Echi dalle vacanze estive



La corda tesa

di Tamara Morsucci - Afi Verona

Si mette su famiglia al suono dei violini. La gioia, la festa, la musica, ti fanno vibrare come quelle corde di violino: un'armonia perfetta! Pensi che tutta la vita risuonerà di quelle onde, risenti quelle vibrazioni in tanti momenti, e sono davvero gioia pura. Ma nella quotidianità della vita familiare, casa, lavoro, figli, problemi, quella corda di violino si trasforma in una **lunga corda tesa su cui camminare in precario equilibrio...** siamo così presi dal non cadere che non ci accorgiamo che questo esercizio può diventare devastante, si perdono tutte le energie: chi cade difficilmente si rialza e la famiglia va a rotoli. Ma perché siamo costretti a questo? Siamo sicuri che l'unico modo di vivere per una famiglia sia essere dei bravi equilibristi? Non credo: tutti noi vorremmo

vivere con i nostri violini che risuonano, ma per far questo occorre che tutta la società, come un'orchestra, si accordi per bene per **far risuonare la musica della famiglia**. È così difficile pensare a servizi per la famiglia invece che per la persona?

Dopo aver cresciuto tre figli mi vengono in mente tante proposte che mi avrebbero reso la vita più facile e che potrebbero aiutare molti oggi. Comincio dall'alba: l'alba delle nostre case è da grandi equilibristi: colazioni, grembiuli, cartelle, mal di pancia, trasporti: tre figli tre luoghi tre orari, tre punti di raccolta per il trasporto comunale, arrivare al lavoro in tempo, stremata. Proviamo solo a pensare a un trasporto unico, stesso orario, stesso luogo di raccolta per tutta la scuola dell'obbligo, magari armonizzati



con gli orari di lavoro: quanti sorrisi in più, quanta musica in più risuonerebbe nelle nostre albe! Pensiamone tante di queste semplici soluzioni, facciamo delle proposte e smettiamola di brancolare su quella corda tesa, riprendiamoci i suoni dei nostri violini!

CAMBIO SEDE OPERATIVA

Dal **26 febbraio 2018** la nostra sede operativa si è spostata da Piazza Angelini 1 a **Via Milano 5** sempre in 37014 Castelnuovo del Garda (VR)



Dona il tuo 5% all'Afi

Contribuirai ad azioni di solidarietà familiare

Nella dichiarazione dei redditi, nel modello 730, indica il c.f.:

93044990237



Realizzazione **AFI Associazione delle Famiglie**, Via Milano, 5 37014 Castelnuovo del Garda VR f. 045 4850842 - www.afifamiglia.it - afi@afifamiglia.it Direttore Responsabile **Mario Cattaneo** Redazione **Daniele Udali, Cristina Bordignon, Stefania Ridolfi** Foto **Laura Canneti, Gianni Iacono, Franco Quintarelli, Chiara Nicco** Grafica e stampa **Zetadue srl**

Registrazione

Tribunale di Padova n. 1022 del 21/1/1991

INDICE

Editoriale	3
Vita associativa Il CDN a Donnas	4
La 2giorni di Donnas	5
Voglia di Afi	6
Medicina Omeopatia in famiglia	7
La coppia Ci vediamo a casa	8
Il libro che mancava	9
Politiche familiari Welfare aziendale	10
Scuola Genitori sui banchi	11
Afi locali Per la mia Afi mi piacerebbe che...	12
Passaggio di testimone per Afi Augusta	13
Ai blocchi di partenza	13
E se il SOLE oggi non c'è... DIPINGILO!	14
Festa dei nonni	16
#DonareMiDona	16
Il coperchio	17
Schermi di famiglia	18
Briciole di storia Augustana	20
Se vuoi essere felice... fai volontariato familiare!	21
Lignano estate 2018	22
La mia prima volta in Valle d'Aosta	23

di **Diego Bellardone**



Fatiche e soddisfazioni di un Presidente per caso

Questa mia riflessione autunnale ha come tema il mio ruolo di Presidente nazionale, in quanto mai avrei immaginato che la vita mi avrebbe condotto verso tali lidi.

Ebbene sì, mi sento un Presidente per caso, io, che quando ero piccolo, non davo direttive e ordini ai miei amici ed ora detto l'ordine del giorno per un direttivo, ma non uno qualunque, bensì quello nazionale.

Perché questa vita, sempre un po' burlona e talvolta anche maligna, mi ha offerto la presidenza? Paradosso, cattiveria, oppure soltanto l'opportunità di vedere trasformarsi un caso in una fortuna?

Brevemente vorrei illustrarvi come ho vissuto questi mesi nella veste di Presidente.

Innanzitutto ho ascoltato. Mi piace ascoltare ed in questo so di essere molto bravo. Ascoltare e soprattutto capire le problematiche delle varie realtà locali, per cercare soluzioni, permette la crescita dell'associazione tutta. Per questo motivo ho intrapreso un viaggio tra le Afi locali, che purtroppo dopo l'assemblea nazionale di Cesenatico si è un po' arenato, ma che prometto di terminare al fine di ascoltare tutti. È stata finora un'esperienza stupenda che mi ha fatto conoscere nuove realtà e incontrare nuovi e vecchi amici.

Poi ci sono situazioni a me meno congeniali, come il dover parlare in pubblico, i momenti istituzionali e prendere decisioni nell'immediato, che sono però alleviate dalla consapevolezza di non essere solo. Io mi sento soltanto la punta di un iceberg chiamato Direttivo Nazionale. Più che un iceberg, il nostro direttivo è una zattera a motore che si muove con fatica nelle acque torbide di uno dei paradossi italiani per eccellenza: perpetuare una politica anti-famiglia in un paese mammone dove la famiglia resiste e costituisce ancora un vero valore di sostegno e base di crescita. Questa nostra zattera ha capacità e potenzialità riconosciute in tutta Italia e quindi sono fiero di essere a capo di un gruppo così laborioso in idee e azioni, che permettono alla nostra piccolissima associazione di essere sempre protagonista nei momenti politicamente importanti a livello locale.

Un giorno, spero molto vicino, vedremo riconosciute anche a livello politico centrale le nostre proposte per una vera politica familiare e di riflesso noi tutti vedremo riconosciuti i nostri sforzi: allora sentirò ancora di più che è davvero valsa la pena di accettare e condividere questo ruolo.

Questa riflessione di metà mandato, dal tono un po' malinconico, mi è servita come testimonianza di questo mio momento di crescita. Da uomo prevalentemente di azione sto cambiando in uomo di pensiero; mi piace organizzare eventi, ma non mi sento ancora a mio agio nel gestire al meglio le "luci della ribalta". Ci sto lavorando e chissà... alla prossima assemblea potrei stupirvi!!!!

Un saluto valdostano.



Il CDN a Donnas

Due giorni di lavoro per chiarirsi e ripartire.

di *Maria Cristina Bordignon* - Consigliere nazionale

Il Consiglio Direttivo Nazionale di Afi, si ritrova mensilmente con riunioni via Skype, solitamente il primo lunedì di ogni mese. Quando però le questioni da affrontare hanno una certa rilevanza, ci incontriamo di persona presso la sede di qualche Afi in giro per l'Italia: Verona, Milano e questa volta in Valle d'Aosta presso la casa della coppia presidenziale Diego e Stefania che per noi hanno preparato camere, cene, pranzi, e camminare all'aperto.

Dovevamo discutere in particolare dello stato dell'arte del progetto nazionale **Rete dei Comuni amici della Famiglia**, promosso dalla nostra Confederazione nazionale in partnership con la Scuola di Economia Civile, alcuni comuni dell'area milanese brianzola e il Forum lombardo.

La novità di questi mesi è che in varie regioni italiane sta maturando una nuova sensibilità sul tema delle politiche familiari, vengono destinati fondi per l'attivazione di Reti e l'avvio di sperimentazioni con associazioni ed altri soggetti. Sono spesso i comuni a promuovere l'attivazione di Reti, di tavoli di confronto, di formazione sul tema, in quanto sono i primi che intercettano i bisogni delle persone e si attivano per le risposte. Capita allora che l'Afi venga interpellata, ne venga chiesto il parere o la consulenza ed anche che venga chiesto di dare la nostra adesione a qualche Rete in via di costituzione.

Per questo nei 2 giorni di Donnas abbiamo cercato di focalizzare meglio il valore del progetto promosso da Afi nazionale e definire delle regole per la partecipazione ad altre Reti.

Cosa prevede, in sintesi e in modo

semplice, il Progetto "RETE di COMUNI AMICI della FAMIGLIA":

- la promozione e l'ampliamento di reti di Comuni che favoriscano nella comunità lo scambio di idee e lo sviluppo di buone pratiche;
- la promozione di azioni di mutuo aiuto familiare, di percorsi di collaborazione, solidarietà e sostegno reciproco tra le famiglie in un rapporto di co-progettazione tra le famiglie stesse, le aziende e le istituzioni locali;
- la promozione di forme di collaborazione e cooperazione tra Enti Locali e tra soggetti pubblici e privati dei territori tese a sostenere e potenziare le attività dei Comuni a favore delle famiglie;
- la promozione del "Fattore Famiglia Comunale" (FFC).

Quanto sviluppato, all'interno delle Reti che si costituiscono, sarà monitorato dalla Scuola di Economia Civile allo scopo di valutare la coerenza con i valori del progetto e l'impatto sociale delle azioni, l'efficacia e l'efficienza delle stesse, in modo da validare, dal punto di vista scientifico, quanto le Reti sono riuscite a realizzare nei propri territori. Questo aspetto non è di secondaria importanza, perché durante e dopo "il fare" è sempre necessario verificare, riesaminare ogni singola fase di un progetto in modo da diminuire al minimo gli errori e il dispendio di risorse.

Obiettivo ambizioso di Afi è di originare un cambiamento culturale rendendo familiari termini come "politiche con la famiglia", "economia circolare", "Fattore Famiglia Comu-



nale", "GAF", "family pay"; di coinvolgere il maggior numero di Reti e poter diffondere le migliori buone prassi in base alla maturità delle singole amministrazioni e dei singoli territori.

Era inoltre necessario individuare una persona da candidare al Consiglio Direttivo del Forum nazionale delle Associazioni familiari, incarico sostenuto negli ultimi anni (in modo molto attivo) da Roberto Bolzonaro. Le caratteristiche richieste non erano di poco rilievo: competenza, conoscenza profonda di Afi e dei progetti portati avanti nel tempo (vedi FFC), capacità di interlocuzione politica, partecipazione agli incontri che si tengono a Roma una volta al mese e se richiesto per l'interlocuzione con il Governo. Sono state fatte delle proposte al femminile, ma alla fine dell'incontro non si è deciso un nome (*ndr: successivamente è maturata la disponibilità di Stefania Ridolfi, di Afi Verona*).

Dopo questa sessione di lavoro le idee sono più chiare e gli impegni continuano, nel ricordo dei momenti belli passati insieme. Ci sentiamo un passo dopo l'altro di dover scalare una montagna insieme: c'è chi ha il passo più spedito, chi non ha le scarpe adatte, chi procede con il fiatone... ognuno con le sue fatiche per poter ammirare alla fine del viaggio il panorama che la montagna ci dona.



La 2giorni di Donnas

L'invasione del Direttivo vista dalla padrona di casa.

di *Stefania Paoloni - Afi Donnas*

A colazione, una domenica mattina di giugno.

Lui: "Ho pensato di fare un direttivo qui da noi".

Lei: "Quando?"

Lui "Beh, in autunno"

Lei "Però ospitiamo noi?"

Lui "Pensavo di sì, spazio non manca".

È tutta una questione di spazio.

Più passano gli anni, più verifico che lo spazio mentale (interno) abbia bisogno di avere un corrispettivo spazio fisico (esterno): ciò permette una scomposizione per immagini di quello che sarà lo scenario futuro possibile, senza però impedire al caso di venire a metterci lo zampino.

Organizzare quindi il direttivo a casa nostra è stato un piacevole impegno dei nostri pensieri per qualche tempo: prima abbiamo fissato le linee generali e poi siamo entrati nel dettaglio procedendo per gradi dal grande titolo, al sottotitolo e ai singoli dettagli.

Insomma siamo passati dal definire la data dell'incontro all'acquisto del

salignun, dal numero dei letti necessari alla telefonata al rifugio per la polentata.

Siamo stati **bravi!**

Intendo dire che siamo stati **tutti bravi.**

Siamo riusciti a **fare insieme** e ognuno di noi ha offerto il proprio contributo per permettere la realizzazione della meta comune.

Ciò che non può essere previsto è il momento del "tutti insieme". Il prima e il dopo sono aspetti di tipo organizzativo di facile gestione. Io e il Presidente siamo relativamente organizzati e soprattutto abbiamo da sempre avuto gente per casa. Ma un trucco c'è, eccome se c'è. Dopo aver organizzato a tavolino, **bisogna saper lasciar andare le cose e accettare l'aiuto che viene offerto dagli altri.**

In tavernetta qualcuno ha apparecchiato, qualcun altro ha lavato i piatti e la colazione era quasi in autogestione.

Ma soprattutto devo attribuire al direttivo montano un valore aggiunto di non poco conto. Questa 2giorni mi ha fatto scoprire un mondo



a me sconosciuto, vale a dire le pulizie d'autunno: sopalco di Silvia, letto di Enrico, stanza della musica e la mia stanza da lavoro.

Mi sono divertita e mi sono sentita appagata perché ho percepito sintonia, come un'orchestra che sta suonando bene anche se non sono state fatte le prove generali.

Ma cosa sto dicendo? Le prove sono il nostro quotidiano vivere la famiglia. Alla fin della fiera non abbiamo fatto altro che essere noi stessi "come fossimo" a casa nostra.





di **Rossella Pandolfino**
Vice Presidente nazionale

Voglia di Afi

Come sentirsi a casa anche a 1000 km di distanza.

Appena tornati dall'Assemblea di Cesenatico del 25 aprile, grazie all'accoglienza ricevuta dalla sezione Afi Forlì-Cesena e all'aver trascorso bei momenti con altre famiglie *Afine*, non vedevamo l'ora di ripartire alla volta di qualche altra attività organizzata dall'Associazione delle Famiglie.

La prima occasione utile si è presentata a inizio settembre, quando, su proposta del nostro Presidente Diego Bellardone, sono stata invitata, insieme agli altri componenti del Consiglio Direttivo nazionale, a Donnas per un incontro - confronto su alcuni argomenti di fondamentale importanza per il ruolo che l'Afi ricopre in ambito nazionale. Magari superando i condizionamenti di rapporto dovuti all'uso della videoconferenza che, anche se davvero utile per abbattere le distanze chilometriche, a volte non permette di dialogare in modo completo.

Tutti i consiglieri, a proprie spese, hanno accolto l'invito di Diego e si sono dati appuntamento per una seduta del C.D. nazionale l'8 settembre in Valle d'Aosta.

Ero più che certa che mio marito Mimmo, "fresco" della nomina di Presidente di Afi Reggio Calabria, fosse favorevole al viaggio, ma l'entusiasmo di mio figlio Filippo (14 anni), invece, non era affatto scontato e vederlo così felice di partire assieme a noi per andare a trovare altre famiglie, a tanti chilometri di distanza, mi ha confermato come l'AFI riesca sempre a creare unione sia dentro che fuori la famiglia.

Il benvenuto del Presidente e degli Afini di Donnas è stato davvero molto caloroso. La maggior parte dei consiglieri con le proprie famiglie sono stati ospitati da soci Afi del luogo, presso le loro abitazioni. Noi siamo stati accolti dalla famiglia Brunod che abita proprio nel borgo medievale di Donnas. Stefano ed Elena ci hanno coccolati facendoci degustare diversi prodotti tipici (anche di produzione propria, come il miele di castagno ed il vino) e ci hanno colmato di attenzioni **facen-**

docci sentire a casa. Filippo ha ritrovato i suoi amici Christianne, Fabienne e Jean Luis, figli di Stefano ed Elena. Si erano incontrati in precedenza solo 2 volte ma, come spesso fanno i ragazzi, hanno subito ripreso a stare insieme con entusiasmo e complicità, come se si fossero lasciati la sera prima.

Visto che i chilometri da fare erano tanti abbiamo deciso di arrivare in Valle d'Aosta qualche giorno prima dell'appuntamento per avere la possibilità di visitare alcune mete turistiche. La sera del nostro arrivo, dopo una cena succulenta preparata dai Brunod, facendo un giro ad ovest del Borgo, a pochi metri dalla cappella di Sant'Orso dove la strada costeggia il corso della Dora, ci siamo trovati, con nostra grande meraviglia, sotto un arco romano, scavato e tagliato nella roccia, che risale al periodo fra il 31 e il 25 A.C.. Il lastricato romano che abbiamo percorso, reso ancora più suggestivo dall'illuminazione notturna, è lungo 221 metri. Percorrerlo, ci ha dato una sensazione indescrivibile, facendoci fare, per un momento, un **tuffo nel passato**. Anche il Borgo medievale ci ha riportato indietro nel tempo con le sue antiche date incise sugli architravi in pietra, i suoi affreschi stinti, come quello della Madonna con le mani giunte, gli antichi stemmi, e i suoi portoni in noce intagliato.

Il giorno dopo, mentre Filippo visita la Torre di Pramotton con Christianne, Fabienne e Jean Luis ed altri ragazzi del posto che facevano da guida, io e Mimmo siamo stati invitati per un picnic ad Aosta da Stefania e Diego (che ci ha raggiunti in pausa pranzo). Piazza Chanoux, con l'Hotel de Ville offre diversi edifici di pregio architettonico, ma la nostra attenzione è stata subito richiamata da una processione diretta verso la Cattedrale. Abbiamo infatti scoperto che il 7 settembre si celebra la festa di San Grato, patrono di Aosta e dell'intera diocesi della Valle d'Aosta e la processione, che porta per le vie del centro di Aosta le reliquie

del santo, custodite nella preziosa casa reliquiaria di epoca medievale, è il momento più solenne della festa. Che dire...ci siamo sentiti al posto giusto nel momento giusto!!!

Il giorno successivo, mentre io e Diego preparavamo i lavori del Consiglio, Mimmo e Filippo sono stati invitati dai soci di Afi Donnas a prendere parte ad un programma alternativo: la visita del forte di Bard, un complesso fortificato fatto riedificare nel XIX secolo da Casa Savoia sulla rocca che sovrasta il borgo di Bard. Dopo un lungo periodo di abbandono, il forte è stato totalmente restaurato con interventi ispirati al design e al recupero conservativo ed attualmente ospita esposizioni di arte antica, moderna, contemporanea e di fotografia.

I lavori del C.D. si sono svolti sabato a Casa Bellardone, generosamente messa a disposizione da Diego e Stefania. Essere tutti insieme e poterci confrontare di persona su vari temi cari alla nostra Confederazione, ci ha dato una grande motivazione a continuare con più slancio il percorso intrapreso e ha anche creato uno spirito di gruppo che si è definitivamente consolidato la sera a cena, quando nella tavernetta, tra un brindisi e l'altro, abbiamo potuto mettere alla prova le abilità di pizzaioli dei padroni di casa.

Per concludere il nostro soggiorno in bellezza, nella giornata di domenica i soci di Donnas ci hanno organizzato una suggestiva passeggiata in quota (circa 2.000 mt) accompagnandoci nel parco del Mont Avic, dove abbiamo potuto ammirare una splendida conca con un bel lago dall'acqua cristallina, il Lac Muffè e, soprattutto, un rifugio fantastico con gestori gentili, arredamento rustico e cucina casalinga con prodotti della valle: Polenta concia con salsiccia, dolci fatti in casa etc. .

È vero, essere nel C.D. nazionale è un impegno di non poco conto, ma quando si lavora così tutto diventa più semplice.... Presidente, dove ci riuniamo la prossima volta???

Omeopatia in famiglia

“L’ideale più alto di una guarigione è ristabilire la salute in maniera rapida, dolce e duratura” (S. Hahnemann).

di **Laura Sambo** - Afi Reggio Calabria
Specialista in Ginecologia e Ostetricia,
psicoterapeuta, omeopata

Cari amici,

sapete cosa è l’omeopatia? Va bene per tutta la famiglia? Che ne dice il nostro pediatra? Funziona anche per i nostri amici 4 zampe? E’ solo acqua fresca o funziona solo come effetto placebo?

Chissà quante altre domande vi hanno sfiorato la testa quando avete sentito parlare di cure omeopatiche, se ancora non avete avuto la possibilità di sperimentarle e giovarvene.

La Medicina è una sola, quella che guarisce o almeno cura le sofferenze del Paziente. **La Medicina omeopatica è una metodica clinico-terapeutica personalizzata**, “olistica”, nel senso che si prende cura della Persona nella sua totalità, vista nella sua famiglia e nel suo particolare ambiente di vita (si cura il Malato, non solo la malattia). Si fonda sulla Legge dei Simili: la stessa sostanza che data a una persona sana causa dei sintomi particolari, quella stessa sostanza assunta dal malato in dosi molto diluite o infinitesimali curerà gli stessi sintomi. Ho avuto la fortuna di poterla studiare in modo rigoroso in una Scuola aderente alla federazione internazionale di medici omeopati per 5 anni, tre di base (minimo per l’iscrizione al Registro dei medici omeopati presente negli Ordini dei Medici), più due di approfondimento, in convenzione e nella sede dell’Ordine dei Medici Chirurghi a Reggio Calabria.

Poiché è una medicina “dolce”, senza o quasi effetti collaterali, è adatta ed utile a tutti, bimbi e anziani compresi, fin dal concepimento e in gravidanza (io sono ginecologa e la posso usare con serenità per problemi fisici o psicologici delle pazienti gravide). Per il neonato che si nutre solo al seno materno basta dare i granu-

li alla madre e passeranno nel latte per curare il figlio.

In un convegno organizzato con Afi Reggio Calabria, ho potuto spiegare, con l’aiuto di un veterinario omeopata, che si possono curare, oltre agli animali di allevamento, anche cani, gatti, e pure altri pets (alcuni a casa tengono rettili (gulp !) serpenti, tartarughe, iguane... involontariamente li maltrattano e poi bisogna curarli!!).

La collega odontoiatra ha raccontato come applica l’omeopatia se durante le cure dentistiche non si vogliono assumere farmaci tradizionali, ma solo i granuli o le gocce omeopatiche (mia suocera per esempio ha dovuto togliere denti e non ha usato antibiotici o antinfiammatori per il dolore, ma solo la potente Arnica omeo). Infine la farmacista omeopata ha spiegato il procedimento rigoroso (diluizione e succussioni) a partire dalla “materia” prima (un vegetale, un animale, un minerale) perché un rimedio possa definirsi “medicinale omeopatico”. Se volete conoscere questa farmacista, la d.ssa Nella Romeo, gestisce la farmacia dell’Immacolata in via don Luigi Sturzo, n.3 a Verona, sarà lieta di darvi altre informazioni.

L’incontro è servito anche per mettere in risalto le bellezze della famiglia perché si sono trattati tanti temi del ciclo familiare (dalla difficoltà al concepimento, ai problemi sessuali e di relazione nella coppia, i disturbi della menopausa, ecc) che se alterati si possono risolvere con l’amore e anche con l’uso di medicine olistiche che,

come l’omeopatia, non danno mai effetti tossici, a differenza dei farmaci classici con cui può succedere (si dice: curi una cosa e ne sfasci un’altra).

Per ora vi saluto, rimango a vostra disposizione e per ogni chiarimento, vi consiglio il sito: www.fiamo.it (in cui troverete anche l’Agroomeopatia: i rimedi per curare le singole piante o i campi, che si stanno finalmente iniziando a diffondere e che potrebbero sostituire i pesticidi (vedi glifosfato), ma si sa le case farmaceutiche e quelle dei fitofarmaci sono molto potenti e non badano all’inquinamento o a riempire le povere bestie negli allevamenti di antibiotici ed ormoni. Potete cercare in internet la **Guida introduttiva alla Medicina omeopatica** che ho scritto con alcuni colleghi.

Consiglio: controllate presso l’Ordine dei Medici chirurghi della vostra provincia se chi si professa omeopata sia in effetti un medico chirurgo (solo il laureato in Medicina e Chirurgia può prescrivere farmaci omeopatici) e se il medico è iscritto nell’apposito registro. Diffidate di chi si professa omeopata senza aver approfondito questa metodica a sufficienza con teoria e pratica: forse non vi farà del male, ma vi farà perdere del tempo prezioso, dei soldi e la fiducia nell’omeopatia classica unicità, che si basa su leggi immutabili della natura, che non cambieranno mai.

OMEOPATIA e FAMIGLIA
La famiglia Rossi si cura con l'omeopatia

prevenzione e cura della nostra salute con la medicina omeopatica durante la gravidanza, nei neonati, bimbi, genitori, zanni e per i nostri amici animali!

a cura della Dott.ssa Laura Sambo
ginecologa - psicoterapeuta omeopata
cell. 320728176
e con le dottoresse:
Giulda Caserta, spec. in Chirurgia Generale
Carmen Morabito, Odontoiatra omeopata
Nella Romeo, Farmacista omeopata

Sabato 9 Aprile 2016
ore 17.00
presso
le Officine MIRAMARE
Via Fata Morgana, 1
Reggio Calabria

Afi Reggio Calabria
cell. 3797108507





Ci vediamo a casa

La quotidianità di una famiglia numerosa raccontata con spontaneità, disincanto, tenerezza e una buona dose di sano umorismo.

di *Giuseppe Genovesi - Afi Avola*

Raccontare la famiglia: è quello che stanno facendo i coniugi De Palo, in giro per l'Italia, con la presentazione del loro libro scritto a due voci, "Ci vediamo a casa".

Non poteva mancare che l'Afi-Avola li invitasse anche nella nostra città il 3 luglio 2018.

Oggi si parla spesso di famiglia per metterne in risalto i suoi insuccessi o per mettere in discussione il suo modello.

Invece, come sostengono i De Palo, la famiglia va raccontata nella sua **straordinaria quotidianità**, che non è affatto banale, ma intrigante, umoristica, ricca di tensione, struggente, triste, amara, accogliente, solidale. Insomma sono i suoi "meravigliosi disastri" a renderla avvincente, bella e sempre nuova.

Gigi De Palo, giornalista e formatore, che ricopre attualmente la carica di presidente del Forum nazionale delle Associazioni familiari, con la moglie Anna Chiara Gambini, ha compiuto una narrazione dell'esperienza vissuta insieme nella quale non si pongono come modello di famiglia, anzi, tante loro descrizioni sembra che raccontino la vita che trascorre in quasi tutte le nostre famiglie. Sembra proprio che loro "abbiano trovato le parole" per raccontare quello che accade anche tra le nostre mura domestiche...

Particolare fascino offrono le pagine in cui la coppia, a voci alterne, descrive le peculiarità che rendono unici i loro cinque figli. Vengono anche raccontate le **"complessità difficili da governare"**, a cominciare dal rapporto di coppia, dove emergono vistose e contrastanti diversità, che producono divergenze e inevitabili attriti. Pure queste sfumature fanno parte della ricchezza della vita familiare, rendendone più movimentata la conduzione.

E qui la coppia De Palo ammette apertamente che non sono momenti facili quelli, dove occorre un "aiuto superiore" perché certe ferite si rimarginino.

Dopo però "non c'è niente di più bello di guardare negli occhi i propri figli e dire senza paura: **Io e mamma litighiamo ogni giorno, ma staremo insieme per tutta la vita e anche**

oltre. Ci vuole più coraggio a rimanere insieme che a lasciarsi. Perché la fatica del sì è il premio più duraturo della vendetta. Io spero di non scordarlo mai." (cit. "Ci vediamo a casa").

Questo aspetto particolare della vita di coppia e quindi dell'atmosfera familiare non viene sottaciuto o liquidato frettolosamente in qualche rigo, ma affrontato ampiamente in uno dei capitoli, proprio per raccontare la famiglia vera e non quella della pubblicità, quella in cui bisogna fare i conti con l'affermazione del proprio io, la delusione delle aspettative riposte nell'altro, il rinfacciarsi le cose e il vedersi colpire le fragilità che, in momenti di rassicurante armonia, si sono svelate all'al-

tro. Descrivere anche queste incrinature rende più esaltante il loro superamento e più vera la storia.

Nella vita di una famiglia, si sa, oltre questi momenti bui e certe giornate grigie, ci sono anche "l'allegria di un'ammucchiata sul lettone la domenica mattina, la baraonda attorno alla tavola della colazione, il cuore che batte all'im-

pazzata in attesa del risultato di un altro test di gravidanza..."

Queste esperienze altalenanti sono la "normalità della famiglia", **il laboratorio di relazioni** che forgia individui sensibili, equilibrati, positivi, aperti agli altri.

"Ci vediamo a casa" è sia un romanzo divertentissimo, sia un toccante diario intimo. È il ritratto della vita di una famiglia, senza filtri rosa e senza la pretesa di fornire ricette, perché **ricette non ce ne sono...** Se non l'amore e la voglia di mettersi insieme ogni giorno".

Il libro è consigliato a chi ha già una famiglia, ma soprattutto a chi desidera costruirne una ma, per vari motivi, ne ha timore.

03.07.18
ore 19.00
AVOLA
GIARDINI DI PALAZZO DI CITTÀ
PRESENTAZIONE DEL LIBRO

Una conversazione con
Gianluigi De Palo e Anna Chiara Gambini
su **La Famiglia e altri meravigliosi disastri**

Una opportunità per confrontarci sulla straordinaria normalità della vita familiare

Tutti siamo invitati a partecipare perché tutti siamo di famiglia.

Sarà garantito il servizio Baby Sitter

Il libro che mancava

di *Monia Rizzo Ghedin - Afi Treviso*

Il primo libro sulla famiglia scritto a quattro mani: quelle di Anna Chiara Gambini e Gigi De Palo.

Una delle cose che più mi ha colpito della presentazione del libro è senz'altro la volontà degli autori di narrarsi come una famiglia normale, "qualunque" come dicono loro.

Leggendo il libro in effetti si ha l'impressione di sentire una storia come tante altre che si può facilmente ritrovare in giro, tra i vicini di casa, gli amici, i genitori dei compagni di classe di tuo figlio. Tra le righe del libro non vi è traccia di onnipotenza, di straordinarietà per pochi eletti che possano collocare di diritto i coniugi De Palo su livelli narrativi alti ed inafferrabili ai più. Ciò nonostante in cuor mio sento che proprio quella **normalità di famiglia**, che tante volte vivo anch'io a casa, ha il sapore, nonché il calore, delle occasioni speciali che ti fanno stare bene dentro e fuori. Quando si cerca chissà cosa, chissà dove, è proprio dalla semplicità delle cose ripetute ogni santo giorno, per anni, che arriva il meglio. Sono i piccoli gesti quotidiani che riescono a farti sentire a casa. Quella casa dove ogni sera non vedi l'ora di tornare anche se "appena inserisci la chiave nella toppa" e ci metti un piede dentro tutto e tutti ti assalgono e ti avvolgono in un grande e rumoroso abbraccio che ti toglie il fiato. Independentemente da quanti abitano quella casa, tutto è direttamente proporzionale all'intensità di ogni azione e di ogni narrazione. A volte ci sono persone di casa che fanno per due, se non per tre! E tutto si moltiplica, anche nei sentimenti e nelle emozioni.

Qualche anno fa, ad essere sincera, e come a me chissà a quanti altri, era venuta in mente l'idea di scrivere un libro a quattro mani con Alessandro, mio marito da oltre tredici anni. Pensavo ad un libro che ci raccontasse e che riuscisse a trasmettere tutto ciò che aveva fatto bene a noi, alla nostra coppia e al nostro modo di vivere la dimensione di famiglia. Giusto per il gusto di condividere con altri qualcosa di bello e che continuava a farci stare

bene insieme. D'altro canto un'impresa di quel tipo, pensavo, poteva diventare per noi un buon esercizio per raccontarci e conoscerci ancora di più, un'esperienza nuova e carina da aggiungere alla nostra storia. Quell'idea è sempre rimasta solo un'idea per tanti motivi, ma soprattutto perché mi ero convinta che per scrivere un libro, e soprattutto per far leggere ad altri un libro, bisognasse dire qualcosa di più, qualcosa di veramente eccezionale. Credevo che bisognasse ragionare attorno a chissà quale teoria della famiglia. Invece mi sono sbagliata e mi devo assolutamente ricredere. Dopo tanti anni di studi, di teoremi, filosofie e dati statistici sulla famiglia, è giusto che sia arrivato il momento di **raccontare la famiglia vissuta ogni giorno**, ogni momento della giornata con le sue meraviglie e le sue fragilità. Mostrando i suoi punti di forza, ma anche i suoi punti di debolezza che possono diventare una forza nuova.

Credo che Anna Chiara e Gigi, che ho visto per la prima volta in un auditorium a Treviso (Gigi in carne e ossa, Anna Chiara via Skype), abbiano saputo raccontare molto bene il loro quotidiano vissuto con i figli, ma anche da soli, partendo dalle radici più profonde della loro storia. Tra l'altro leggendo il libro ho scoperto con sorpresa che abbiamo sicuramente due cose in comune: la data del matrimonio (primo ottobre) e il nome del primogenito (Giovanni). Due belle coincidenze che ci accomunano, ma che non



sono le sole. In ogni pagina del libro si possono trovare tanti momenti della propria vita vissuta mettendo al centro la famiglia e tutto ciò che essa rappresenta. Si scopre, e se ne ha continuamente la certezza, che **tante sono le situazioni che accomunano le famiglie** e che le possono far sentire meno sole e isolate: ci sono i momenti vissuti nel periodo prematrimoniale, le motivazioni che ci hanno fatto decidere di mettere su famiglia; le dinamiche nella relazione di coppia e nel rapporto coi figli; la volontà di fondersi e la necessità di rimanere unici ed irripetibili; la consapevolezza di non essere più soli e la ricerca di qualche prezioso momento di silenzio.

Testimoniare in questo modo la famiglia può solo fare bene e celebra le sue tante meraviglie e grazie, per le quali, come dicono e ribadiscono più volte gli autori del libro, **ci dobbiamo sentire debitori**. Terminò riportando la dedica che Gigi ha scritto sulla nostra copia del libro: "Ad Alessandro, Monia e Giovanni, siamo tutti debitori, abbiamo la vita per ripagare il debito. Un abbraccio". Ovverossia abbiamo tutti la possibilità di ritornare quello che ci è stato dato e ringraziare.

Toccante è poi quanto scrivono i due sposi riguardo a Giulio Maria: "è solo un figlio con la sindrome di Down, è la ciliegina sulla torta per il nostro piccolo clan... è facile raccontare la bellezza della famiglia quando tutto va bene, un po' più difficile quando la vita ti scombina tutti i piani, quando ti immaginavi su due binari rettilinei che corrono un piano e invece ti ritrovi sulle montagne russe. Adesso viene il bello. Adesso scopriremo chi siamo veramente. È un pensiero dominante. La fantasia della vita che supera la nostra. È tutto stranissimo. Sappiamo che ci saranno anche tante difficoltà, ma siamo inebriati dalla realtà che stiamo vivendo. Ci sentiamo privilegiati, scelti, rincoglioniti di gioia".

di **Raffaele e Mirella Loiacono** – Afi Tigullio

Welfare aziendale

Quando la legge lo sostiene.

di Maria Cristina Bordignon - Afi Treviso

Negli ultimi anni si sente spesso parlare di "welfare aziendale", ma che cosa significa?

C'entra qualcosa con la "conciliazione tempi di vita-lavoro"?

Conviene, a una piccola-media impresa, attivare un sistema di iniziative in questo senso?

Se negli anni 2014-2015 si è accesa la spia sulla conciliazione, negli anni 2016-2017 si è notato un certo rilievo mediatico dato al mondo del welfare aziendale grazie ad alcuni cambiamenti in ambito legislativo che hanno fatto aprire gli occhi a molti imprenditori su questo vasto mondo. Cosa vuol dire, quindi, in sintesi "welfare aziendale"?

Con "welfare aziendale" viene in genere indicato tutto l'insieme di iniziative che un'azienda mette in atto con il fine principale di **mettere i dipendenti nelle condizioni di poter lavorare al massimo delle loro possibilità.**

Le iniziative di welfare aziendale sono a vantaggio del dipendente e della sua famiglia, ma gli ultimi studi e ricerche condotti sul benessere dei lavoratori hanno evidenziato che la soddisfazione sul lavoro influenza in maniera molto profonda la produttività e di conseguenza la possibilità che il dipendente crei relazioni fruttuose con clienti, fornitori e colleghi. L'azienda, a sua volta, sviluppa una serie di vantaggi che alla fine si ripercuotono a suo beneficio:

- riduzione dei costi di gestione
- miglioramento del benessere organizzativo
- maggiore potere di attrazione di talenti
- riduzione turnover
- miglioramento della reputazione aziendale

Ultima, ma non ultima, la possibilità di ottenere vantaggi fiscali: infatti la legislazione italiana negli ultimi due anni si è fortemente mossa in questo senso. La Legge di Stabilità 2016 ha fatto in modo che venisse modificato l'art. 51 del Testo Unico delle Imposte sui Redditi: ciò significa che la tassazione sui premi di produzione fino a 2.000 euro per i lavoratori con reddito inferiore a 50.000 euro è stata

limitata al 10%; essa si riduce a zero se il dipendente sceglie di convertire in welfare questo premio.

La Legge di Stabilità 2017 è andata ancora oltre, per arrivare al risultato per cui, grazie a benefit e a iniziative di welfare aziendale, i benefici sono riscontrabili sia da parte del lavoratore, che percepisce un maggiore guadagno grazie ai servizi offerti rispetto a ciò che potrebbe mettere in atto con i soldi percepiti in busta paga, sia da parte dell'azienda che riesce ad aumentare la qualità della vita dei dipendenti spendendo meno grazie ai vantaggi fiscali.

Fino a poco tempo fa, salvo alcune esperienze da parte di illuminati imprenditori, in Italia il welfare aziendale sembrava unicamente identificabile con un aumento in busta paga, mentre i "benefit" (come ad esempio piani di risparmio integrativo, palestra, aiuti alla conciliazione vita/lavoro) erano guardati come una prerogativa delle grandi multinazionali d'oltreoceano.

Ora, anche fra le piccole e medie imprese italiane, si sta diffondendo l'idea secondo cui sia più conveniente, aiutare la vita dei lavoratori in modo più concreto del semplice aumento, prendendo anche in considerazione il fatto che la soddisfazione sul lavoro dipende da molti e variegati fattori.

Alcuni **esempi di welfare aziendale** possono essere:

- i buoni pasto, per permettere ai propri dipendenti di avere una pausa pranzo di valore
- attenzione alla salute dei collaboratori attraverso buoni spendibili presso palestre, centri benessere e centri medici e diagnostici, estendibili ai familiari
- sostegno economico nell'utilizzo del trasporto pubblico, per migliorare il tragitto casa/lavoro dei pendolari
- gratificazione dei dipendenti mediante budget spendibili per l'acquisto di regali
- aiuto alla conciliazione vita/lavoro fornendo un servizio di mag-



giordomo aziendale che si occupa delle incombenze quotidiane dei lavoratori, aiutandoli a non disperdere il tempo da poter dedicare alla famiglia

- supporto nelle spese per servizi di cura per minori ed anziani
- attivazioni di asili aziendali per i propri dipendenti

La cooperativa presso cui lavoro è sempre stata molto attenta alle azioni di welfare aziendale e ai bisogni di conciliazione tempi di vita-lavoro, grazie anche a tutta una serie di iniziative che il mondo della cooperazione ha attivato ai vari livelli nazionali, regionali e provinciali. Le azioni scelte non sono mai state casuali o dettati da interessi aziendali, ma ben guidate da analisi sulle necessità dei propri soci e dipendenti.

A livello provinciale, abbiamo aderito a MOLTIPLICA, una rete di Concooperative che si rivolge a tutte le cooperative del padovano, di qualsiasi natura esse siano, che intendono realizzare interventi di welfare aziendale per favorire il benessere dei propri soci/dipendenti.

MOLTIPLICA mette a disposizione dei soci e dei dipendenti delle cooperative padovane che aderiscono a questo progetto, un catalogo condiviso di servizi e di prodotti in forma di: servizi di welfare (scontistica, accesso privilegiato a servizi di cura e assistenza per bambini, anziani, etc.).

Un esempio virtuoso di attività per "sostenere" la qualità della vita delle famiglie, un impegno nella ricerca di azioni significative sorrette da processi di analisi interne ed esterne. Ora gli orientamenti spingono il welfare verso azioni di reti territoriali, reti di comuni, dove l'azione della singola azienda può diventare generativa e sostenere progetti più ampi, ed è in questi luoghi che come associazioni familiari dobbiamo essere presenti per fare in modo che il benessere della famiglia sia riconosciuto come un valore prioritario.



Genitori sui banchi

Emergenza educativa ed impegno nella scuola.

di *Maria Cristina Bordignon - Afi Treviso*

Per l'anno 2018, l'Afi-Treviso si era data come obiettivo quello di sviluppare attività sul tema della "emergenza educativa": un bisogno comune, trasversale e generativo, sentito in tutti i contesti nei quali si incontrano le famiglie, in particolare il rapporto scuola famiglia.

Per questo in sintonia con le indicazioni del Forum nazionale delle famiglie è stato avviato il progetto IMMISCHIATI a SCUOLA. Un progetto che parte dalle famiglie più sensibili ed interessate, che vogliono essere protagoniste per guardare, mettersi in gioco e partecipare nelle scuole dei propri figli. E' una nuova sfida, quella di sensibilizzare e formare i genitori, in collaborazione con altre associazioni del territorio per convincere le famiglie nel dedicare parte del proprio tempo ed entrare negli organi democratici della scuola. Lo scopo è quello di collaborare insieme negli istituti scolastici a progetti educativi, culturali e formativi valorizzando il ruolo educativo dei genitori e insegnanti.

La prima tappa è stata la partecipazione ad un incontro tenutosi a Treviso per la spiegazione del Progetto Nazionale.

L'esperimento per l'anno scolastico 2017/2018 è stato avviato presso l'Istituto Comprensivo di San Martino di Lupari, in collaborazione con i comitati genitori delle varie scuole e il referente di zona per il Progetto

a Treviso. Durante il primo incontro, tenutosi a maggio, è stato utilizzato il format definito a livello nazionale, andando a motivare i genitori alla partecipazione agli organi sociali con la consapevolezza dei ruoli di ognuno. All'incontro hanno partecipato circa 120 persone. È stato costituito un gruppo per l'invio e la raccolta di informazioni.

Uno degli obiettivi era quello di informare e preparare le persone per l'elezione di rinnovo del Consiglio di Istituto. Il risultato è stato pienamente raggiunto e non si sono presentate difficoltà nella raccolta dei nominativi.

La rete è attualmente ancora presente e attraverso i social media le persone vengono informate sugli incontri del Consiglio.

Il progetto "Immischiati a scuola" è stato presentato anche ad un istituto secondario di secondo grado con l'obiettivo di formare, oltre i genitori, anche gli studenti che si candidano

per essere rappresentanti di classe. Il dirigente scolastico ha raccolto l'invito, ma non ha permesso che entrassero nella scuola persone che erano conosciute personalmente dal dirigente e/o dal corpo docente.

Il comitato dei genitori è riuscito comunque a trasmettere alla dirigenza l'importanza della formazione agli studenti, che è stata eseguita da un insegnante di diritto, e ai genitori che sono stati formati dallo stesso comitato della scuola.

Certo ci sarebbe piaciuto fare pubblicità al progetto "Immischiati", ed avere il simbolo dell'Afi sulle locandine degli incontri, ma non era questo l'obiettivo principale.

Vi lascio con una citazione di Goethe:

"Non è abbastanza fare dei passi che un giorno ci porteranno ad uno scopo, ogni passo deve essere lui stesso uno scopo, nello stesso tempo in cui ci porta avanti."

ImmischiatiAScuola è un progetto lanciato nel 2017 dal Forum delle Associazioni familiari per aiutare i genitori ad occuparsi dei propri figli, occupandosi della loro scuola.

Ha avuto adesioni ed esperienze in molte parti d'Italia, producendo un ricco materiale (fra cui il Vademecum per genitori consapevoli) reperibile al sito

www.forumfamiglie.org > Temi > Scuola



Per la mia Afi mi piacerebbe che...

Pensieri e parole all'inizio di un nuovo anno associativo.

di **Lucia Polese** - Presidente Afi Torre del Greco

Siamo ormai in cammino in un nuovo anno sociale. Mi piacerebbe che fosse un tempo pieno di attività e progetti, in linea con le esperienze passate, ma arricchito di percorsi alternativi e luoghi inesplorati. Penso che non dovremmo stancarci di scoprire, imparare, interrogarci e guardare al ruolo che la nostra associazione potrà avere, nel segno della continuità, ma anche del cambiamento.

In questa società, spesso orgogliosa dei propri vizi, dobbiamo continuare a sostenere ciò in cui crediamo. La nostra storia ci servirà da sgabello per continuare a parlare con pas-

sione della "bellezza" e del "valore" della famiglia. Bisognerà rafforzare i legami interpersonali e favorire l'armonia fra le persone. Un nostro obiettivo sarà di crescere numericamente, ma nel contempo di abbassare l'età media dei soci che comincia a farsi alta.

Alcune delle attività in cantiere sono spudoratamente ispirate ad iniziative già realizzate da altre Afi locali, come ad esempio il Cineforum per le famiglie. Grazie all'impegno del nostro cassiere Francesco, abbiamo iniziato una campagna di fidelizzazione con varie attività commerciali per ottenere sconti per i soci, ma

siamo ancora lontani dal realizzare un vero gruppo d'acquisto. Non faremo mancare, altresì, il contributo che costantemente, ormai da decenni, diamo sia alla formazione dei giovani sposi e delle famiglie, sostenendo i corsi prematrimoniali della nostra zona o organizzando momenti formativi anche in collaborazione con altre associazioni del territorio, con particolare riguardo alla giornata per la vita. Ciò su cui maggiormente dovremo lavorare, però, sarà di migliorare la nostra capacità di divulgare l'Afi pensiero, anche con un più intenso utilizzo dei social media.

Passaggio di testimone per Afi Augusta

Il nuovo Consiglio Direttivo di Afi Augusta: **Presidente Caterina Debora Iorio** (al centro nella foto), **Vice presidente Conce Florio**, **Consiglieri: Carmen Malerba, Giuliana Pini, Maurizio Blandino**.



Ebbene sì, è giunto il momento per la mia Afi di cambiare passo, e con molta gioia lascio il testimone alla giovinezza, che porta in sé i germi dell'incoscienza, ma anche della speranza di lasciare l'impronta di sé, del meglio di sé. La speranza di riuscire a trasmettere alle giovani generazioni l'importanza della famiglia e l'unicità di essa. La famiglia, il luogo dell'imprinting degli affetti, della socievolezza e della socialità, dei conflitti e del loro superamento attraverso la matura-

zione del pensiero; il luogo dell'educazione e del rispetto per saper vivere nella quotidianità, ma anche negli eventi straordinari; la naturalezza della relazione, quale

logica funzionale per esprimere il meglio di sé stessi. Riuscendo in questo, ogni piccolo uomo o donna diventa grande, perché la somma del meglio, è la capacità di vivere felicemente tutti insieme.

Oggi, che faccio un passo di lato, ho la consapevolezza che quanto ho appena rappresentato l'ho anche vissuto all'interno dell'associazione. L'associazione delle famiglie è stata per me luogo d'incontro, di condivisione della nostra quotidianità, dei nostri racconti sulle attività, tutti con lo stesso obiettivo: promuovere la famiglia per non

disperdere i doni che ognuno tiene in sé. Credo che la non famiglia sia un luogo in cui la salute mentale non ha posto e quindi espressione di infelicità. La nostra associazione mantiene a fatica la sua mission in un mondo dove sembra prevalere la negazione di essa, ma il cambio di guardia nell'Afi Augusta mi fa pensare che ancora possiamo lavorare affinché l'essenzialità della famiglia rimanga e se ne abbia consapevolezza in tutti i campi della vita.

Un abbraccio a tutti.

Conce Florio
past president
Afi Augusta





Ai blocchi di partenza

Nuovo Consiglio Direttivo e nuove idee sulla punta dello Stivale.

di *Mimmo Marciànò* - *Presidente Afi Reggio Calabria*

Dopo il rinnovo del Comitato Direttivo e l'elezione del nuovo presidente, l'Afi di Reggio Calabria riprende le sue attività con molto entusiasmo.

Il compito di guidare la sezione per il prossimo triennio è toccato a me, insieme ad **Annalisa Meliadò (Vice-Presidente)** e a **Demetrio Cannizzaro, Emy Princi e Rosalba Scambelluri** nella veste di Consiglieri.

La squadra si è subito rivelata ben assortita ed affiatata, a giudicare dall'accoglienza che ha ricevuto da parte di tutti i soci in occasione della Giornata della Famiglia del 7 ottobre 2018, durante la quale è stato presentato il programma delle attività per l'anno sociale 2018-2019.

Abbiamo cercato di inserire, accanto alle collaudate e tradizionali attività come le Giornate della Famiglia, il cineforum e le collaborazioni in progetti già avviati con le scuole e le istituzioni locali, delle iniziative nuove tra cui un interessante percorso formativo su "**La comunicazione efficace**" tenuto da una giovane psicologa nostra amica (lo consiglio alle altre Afi è davvero utile e per niente noioso, anzi a tratti divertente).

Non mancheranno nemmeno delle esperienze di volontariato e di inclusione sociale: abbiamo programmato infatti di invitare al nostro cineforum qualche famiglia che ci sarà segnalata dai servizi sociali del Comune.

Chi mi conosce sa, però, che da tempo cerco lo strumento giusto per avvicinare i più giovani all'Afi, evitando che si allontanino dalla vita associativa una volta divenuti più grandicelli (e credo che questo sia un fenomeno comune ad altre Afi locali).

Per questo abbiamo lanciato la nuova iniziativa **AFI YOUNG**, per cercare di

rendere i nostri ragazzi non più solo fruitori passivi di quanto accade in associazione, ma protagonisti di alcune attività che essi stessi proporranno al loro gruppo di giovani, o di progetti da realizzare tutti insieme (a questo proposito abbiamo subito attivato il gruppo Whatsapp AfiYoung).

I ragazzi avranno quindi la possibilità di inserire delle proiezioni di film che sceglieranno loro, potranno suggerire delle Giornate della Famiglia da realizzare in luoghi che suscitano la loro curiosità o interesse, ecc. Ma l'idea principale è quella di fare leva sui loro hobby e sulle loro passioni.

L'idea sembra essere piaciuta ai nostri ragazzi. Infatti, non appena ho spiegato loro l'iniziativa, sono arrivate subito le prime proposte; dal torneo di calcetto (che ha subito coinvolto molti), alla interessante proposta di un ragazzo che ha la passione della falegnameria e che si è reso disponibile ad accogliere gli altri nel suo laboratorio per una dimostrazione pratica. E che dire dei due soci "junior" che hanno la passione per la vela e che potrebbero organizzare un breve corso, con usci-

ta in mare tutti insieme in primavera? Visto l'entusiasmo dei ragazzi, come Direttivo non vediamo l'ora di vederne ed accompagnarne gli sviluppi. Vi faremo sapere.

Un'altra iniziativa, che partirà presto, si chiamerà **portafamiglia in Afi** perché avvertiamo la necessità di avvicinare molte più famiglie all'associazione. Per questo ogni famiglia si impegnerà a far conoscere la nostra realtà ad una famiglia nuova loro vicina, invitandola a partecipare alle nostre iniziative. E poiché abbiamo colto, durante la scorsa Assemblea Nazionale, che questo è un problema che tocca diverse Afi locali, lanciamo un'idea alla Confederazione Nazionale: di premiare la sezione locale più attiva nel coinvolgimento di nuove famiglie, magari dedicandole l'intera foto di copertina del nostro giornale. Sarebbe davvero una bella sfida!!!

Concludo augurando a tutti un buon fine d'anno e un altrettanto buon inizio 2019.





E se il SOLE oggi non c'è... DIPINGILO!"

Ovvero "Buona quotidianità a tutti".

di *Stefania Paoloni - Afi Donnas*

Giovedì sera, biblioteca di Donnas, 19 aprile 2018. Giornata di sole alle spalle con un caldo estivo che gioca d'anticipo. Pubblico numeroso, curioso e attento.

E alle 20.45 si parte. Manuela regala a tutti i presenti in sala spunti attivi di riflessione da portarsi a casa con annessa cartolina su cui sono presenti nove disegni-simboli.

la nei bicchieri, il cui numero è stato scelto nuovamente soltanto da noi. Il trucco sta nel riuscire a ripartire in modo conveniente la nostra fonte vitale, sapendo anche ricorrere alla rinuncia.

(L'importante è gestire l'energia per prevenire possibili crolli dati dal "devo fare troppe cose", l'energia è limitata in quanto siamo esseri umani e non possiamo fare tutto: possiamo lasciare così vuoti alcuni bicchieri in alcuni momenti per dedicarci alle priorità e tornare a mettere acqua in questi più avanti).

2. Il calendario

Per cosa voglio dire grazie oggi?

Tutti i giorni abbiamo qualcosa per cui ringraziare. Il calendario ci aiuta a ricordarci di vivere qui e ora, in quanto se ieri è storia, domani è un mistero, l'oggi va vissuto. Infatti prendere possesso del momento (del qui e ora) è una difficoltà diffusa, che talvolta si trasforma in un'incapacità di vivere l'oggi, proprio perché

si è sempre in attesa che il momento giusto arrivi e non ci rendiamo conto che il momento giusto è proprio oggi.

3. Il gelato

Che cosa posso scegliere di diverso oggi?

I gusti del gelato rappresentano la gioia della possibilità: ci sono persone che hanno bisogno di cambiare ed altre che amano la routine, perché dà sicurezza. Concediamoci però ogni tanto un nuovo gusto!

(Immaginiamo di avere ciascun giorno infinite possibilità di scelta e così ricordiamo che possiamo decidere cosa fare o cosa provare a modificare quando la situazione presente non ci piace).

4. Il timone

Cosa posso fare io per modificare la situazione che non mi piace?

Essere al timone significa che decido io. Sono io che decido se un imprevisto è a mio favore o mi è contrario. Sono io che decido che so-stare, perché voglio vivere appieno il presente. Essere vivi significa poter sbagliare e concedersi degli errori significa che abbiamo agito e ci abbiamo provato. Soltanto sostando nell'errore, possiamo vedere davanti a noi e imparare.

Il timone comporta la responsabilità personale della scelta, tuttavia ci permette di non subire soltanto gli eventi, ma di prenderne parte e scegliere come viverli: se perdo il treno posso subire la situazione e arrabbiarmi nelle ore successive rovinando la serenità della mia giornata oppure posso chiedermi "adesso che è successo questo, cosa posso fare?". A questo punto posso scegliere di andare in libreria a comprare un libro e iniziare a leggerlo, posso mangiarmi un buon gelato, fare una chiamata ad un amico che da tempo rimando... così trasformiamo l'imprevisto-intoppo in imprevisto-opportunità.



1. La caraffa e i bicchieri

Quali sono le mie priorità in questo momento?

Tutti noi abbiamo a disposizione una caraffa d'acqua con dei bicchieri. Essa è il simbolo del tempo e dell'energia della nostra vita di adesso e noi, soltanto noi, siamo padroni di gestire la nostra acqua e di versar-



5. L'arcobaleno

Posso trovare qualche minuto al giorno per uscire all'aria aperta?

È sufficiente uscire ogni giorno per apprezzare i colori e le varie sfumature della natura e per vedere che l'arte è ovunque. È necessario però diventare dei buoni osservatori e decidere di so-stare e uscire dai nostri pensieri per osservare ciò che ci circonda con curiosità.

6. La matriosca

Quanto peso voglio offrire al problema all'interno della mia giornata?

A seconda dell'importanza di quello che stiamo vivendo all'interno della nostra giornata usiamo la matriosca grande, quella media, quella piccola o quella minuscola. Tutto è correlato alle domande: quanto peso voglio dare a questo fatto? Posso fare qualcosa adesso per risolverlo? Se adesso non posso risolvere il problema, devo fare lo sforzo di metterlo nella matriosca piccola e decidere quindi di mettere nella matriosca grande un'altra mia esigenza personale: per esempio decidere che è ora di andare a dormire, senza portarmi nel letto un gigante a forma di matriosca, ma soltanto me stessa così da non rovinarmi la serata e il sonno. Il problema che metto nella matriosca

piccola potrà poi essere osservato il giorno seguente quando, in un tempo in cui potremo agire per risolverlo, gli offriremo nuovamente lo spazio della matriosca grande.

7. Lo zaino

I libri che porto nello zaino hanno tutti il mio

nome in copertina?

Nello zaino di mia proprietà ci sono tanti libri e lo zaino rappresenta la fatica che ognuno di noi fa tutti i giorni. La domanda però che mi devo porre è: "Ma quali libri hanno il mio nome?". Se nel mio zaino ci sono dei libri con i nomi di altri, vuol dire che mi sto portando addosso un carico che non mi appartiene e che sto scegliendo al posto dell'altro. Sovente facciamo l'errore di sostituirci, pensando di fare il bene altrui, ma in realtà ci rompiamo la schiena e non permettiamo che l'altro faccia la sua fatica e scopra la fiducia in sé stesso data dal riuscire a trovare le sue soluzioni.

8. Il cancelletto

Quanto spazio e tempo concedo a me stesso?

Esso serve per porre un confine tra me e l'altro, è il mio garante di libertà, altrimenti il mio spazio viene invaso e mi sento usata. Dobbiamo avere il coraggio di saper dire dei no quando abbiamo bisogno del nostro spazio. In questo caso se esplicito il mio bisogno, l'altro mi ascolta ed è bello essere ascoltati e capiti. Il cancelletto non serve per mettere uno spazio di distanza, ma piuttosto uno spazio di protezione per poi poter offrire il nostro aiuto come dono

senza sentirci sfruttati e vittime del dare senza ricevere.

9. La lampadina

Se fuori è tutto grigio posso creare qualcosa che dia luce alla nostra giornata?

La lampadina è l'intuizione di cui ci si deve fidare, è il voler credere che le cose possano cambiare; è decidere quello che si vuole diventare in quanto nella ricetta della vita non vi sono ingredienti segreti: si tratta soltanto di credere, anzi crederci.

Per concludere voglio riportare alcune frasi, che proprio perché così evidenti e scontate, se ci trasformiamo nel buon osservatore possiamo apprezzarne il valore profondo.

Amati! Sei la persona con cui passerai tutta la Vita!

Quando pensi di avere tutte le risposte la vita ti cambia tutte le domande.

Se il piano A non funziona, beh ci sono 25 altre lettere dell'alfabeto.

PS: Il giorno dopo la sottoscritta si trova in aula, vuole somministrare un test di ascolto, ma, come sovente accade, il lettore CD non funziona. Beh, ne ho provati due e al terzo apparecchio ho risolto: insomma sono arrivata al piano C, quasi senza rimanere arrabbiata tutta la mattina. Che sensazione di pace!

Quindi grazie Manu.

Stefania



Due notizie riguardanti il relatore

Manuela Lanterna - Counselor Sistemico-relazionale

Cos'è il counseling?

Pur essendo ancora poco conosciuto nel nostro Paese, il Counseling è riconosciuto a tutti gli effetti, con la legge 04/2013, come professione di aiuto.

In base alla richiesta ricevuta, il Counselor sostiene la persona nella ricerca e nella valorizzazione di quelle che sono le sue risorse e consapevolezze personali al fine di gestire crisi e cambiamenti, prendere decisioni, migliorare relazioni, elaborare traumi e lutti, ritrovare l'equilibrio e il benessere personali.

Nel counseling non si parla di giusto o sbagliato, di scelta corretta o inappropriata. L'obiettivo non è infatti valutare la storia ascoltata per suggerire alla persona la direzione da seguire quanto, piuttosto, quello di leggere insieme a lei le informazioni emerse per aiutarla a trovare risposte che soddisfino le sue necessità personali.

Festa dei nonni

Testimoni di un tempo...
con altri tempi.

di Nella Caruso - Presidente Afi Avola



Da 8 anni a questa parte la Festa dei nonni è diventata un appuntamento fisso al Parco delle Rimembranze, ma mai forse come quest'anno è stata così sentita, così partecipata, così ricca di attrazioni da trasportarci per qualche ora nel mondo e nell'atmosfera che vivevano i nostri nonni.

I lavori delle scuole hanno fatto da cornice a tutto questo: cartelloni, disegni, lavoretti, temi e riflessioni lette dai bambini hanno completato uno spazio surreale che ci ha portati un po' indietro nel tempo. Un nonnino ci ha fatto vedere come si lavoravano le mandorle un tempo, mentre un'associazione ci ha mostrato i vari giochi della tradizione e di strada con cui i nostri nonni giocavano trascorrendo i loro pomeriggi: non con telefonini e videogiochi, ma bussando alla porta dei loro amici per giocare "a trinca", ai "quattro cantoni", ai "barattoli", "alle 5 pietre", alla "cavalletta", ai "cerchi" e così via... Giochi che i nostri bambini non conoscono, ma che hanno sperimentato volentieri giocando insieme ai loro

nonni, che non vedevano l'ora di rituffarsi un attimo nel loro passato e farlo conoscere ai nipoti.

I clown di corsia nel frattempo riempivano il Parco di bolle giganti rendendo il tutto ancora più magico. Non poteva mancare ovviamente l'angolo dei dolci della nonna: buonissimi manicaretti preparati dalle nostre nonnine che hanno fatto leccare i baffi a grandi e piccini. Un nonnino raccontava storie in vestaglia, con la sua poltrona e i mibiletti antichi se ne stava in un angolo per raccontare fantastiche storie ai bambini che si avvicinavano ad ascoltarlo.



Tutte le Associazioni in rete e anche fuori dalla rete hanno dato il loro contributo perché come l'Afi credono nell'importanza e nella valorizzazione della famiglia e dei nonni, perché momenti come questi possano rimanere nella memoria di tutti noi. Inoltre non è mancato il momento della riflessione sui numeri che questi nonni rappresentano per il welfare, e

poi a livello sociale, affettivo economico ed assistenziale. Potremmo veramente chiederci, in questo momento storico, "come faremmo senza i nostri cari nonni?" A loro tutta la nostra gratitudine e il nostro affetto!

#DonareMiDona

L'AFI Donnas al DonoDay

Al progetto DonoDay, organizzato dal CSV (Comitato di servizio per il Volontario), hanno aderito una decina di Comuni della Valle d'Aosta tra cui Donnas.

Domenica 7 ottobre 2018, durante la festa dell'Uva, hanno partecipato al progetto alcune associazioni locali e naturalmente non poteva mancare il Club del Libro insieme alla nostra Afi!

Il tema del DonoDay, quest'anno era "il dono crea integrazione".

E' stata una bella occasione per le persone che erano presenti alla festa per ringraziare e ricordarsi di tutti i volontari che donano un po' del loro tempo al fine di rendersi utili alla comunità, ma anche per le associazioni del paese per conoscersi meglio.

Il nostro Club del Libro in questa giornata ha donato un po' del suo tempo per esporre libri usati che erano stati donati alla biblioteca e che i presenti hanno potuto acquistare ad offerta libera. Il ricavato verrà utilizzato dall'Afi per comprare nuovi libri per la nostra biblioteca.



Vicino a noi c'era il tavolo dell'Afi che mostrava le Riviste pubblicate negli anni passati, le pubblicazioni di altre Afi locali e le attività da noi svolte negli anni passati. Inoltre i nostri vicini hanno spaziato con i "ritratti di famiglia" come potete vedere dalla foto!

La sagra dell'Uva era anche la prima uscita dei coscritti, i ragazzi futuri maggiorenni, che hanno intrattenuto i passanti con alcuni giochi. Quest'anno abbiamo potuto sfidarli al tiro alla fune 18enni contro associazioni e naturalmente...abbiamo vinto noi!!!

2 giovanissime amiche anonime



Il coperchio

Quante parole magiche possono scaturire da un incontro...

di **Laura Canneti** - Presidente Afi Donnas

Ora mi piacerebbe potervi dire che l'idea di scrivere questo articolo mi sia venuta mentre stavo conversando di welfare, politiche familiari e Fattore Famiglia; ma tutto è nato da un coperchio. Un coperchio per pentola che sembra permetta di cuocere un bel po' di bistecche impanate, mettendole tutte insieme a friggere nell'olio diminuendo così di molto i tempi di preparazione del piatto. Quindi per dirla con gergo Afino, l'idea di scrivere questa articolo mi è venuta in mente mentre stavo conversando di *azioni a sostegno della conciliazione dei tempi Famiglia-Lavoro!!*

E' agosto e gli amici di Afi Verona hanno organizzato le vacanze estive in montagna in Valle d'Aosta, a Extrepierez! È un ritorno memorabile, tanto atteso da tutti, anche da noi soci di Afi Donnas. Mi ero immaginata di riuscire ad organizzare insieme alle altre famiglie valdostane vari momenti da passare con gli amici di Verona. Ne abbiamo parlato già a marzo durante la nostra assemblea soci, ma poi si sa... ognuno di noi viene fagocitato dal tran tran quotidiano e così ci ritroviamo ad agosto quasi impreparati! Riusciamo ad organizzarci per cenare tutti insieme un martedì sera e vi dico la verità, dopo una giornata di dieci ore lavorative e la pioggia che scende a catinelle... sogno di più il divano di casa che salire su per la Valle di Brusson! Ma so già che non mi pentirò e tornerò piena di nuovo entusiasmo!

Arriviamo "all'albergo" che ospita i nostri vacanzieri e subito ci accolgono in tanti, visi più o meno cono-

sciuti, ma che sanno di famiglia perché sono illuminati da quei sorrisi che ti fanno sentire atteso e finalmente arrivato. **Accoglienza.** Aperitivo di benvenuto e poi un'ottima cena con pasta al ragù preparata dai mitici cuochi di Afi Verona e servita da alcune famiglie ospiti, che ogni giorno a turno si mettono al servizio degli altri nell'espletare i servizi. E poi condivisione dei piatti portati dalla famiglie valdostane. **Condivisone.** Ecco un'altra delle parole chiave quando delle famiglie Afi si incontrano.

Sulla parete vi è appesa una striscia di carta gialla con la scritta in stampatello "Famiglia luogo di..." e accanto altre due strisce con parole (che a dire il vero adesso non ricordo!) che evidentemente i vacanzieri stanno scoprendo giorno dopo giorno. Mentre ceno mi trovo ad ascoltare la storia della mia vicina di tavolo che, tra un sorriso e una lacrima che luccica negli occhi, mi parla di fatiche e piccole gioie di tutti i giorni. E mi accorgo di quanta ricchezza vi sia nell'**ascolto**, quello vero. Ed ecco che arriviamo al famoso coperchio. Qualcuno mi chiede chi di noi abbia preparato le ottime scaloppine in carpione ed io, per prima, mi sorprendo che siano opera di Elisa. Non perché non abbia la fama di ottima cuoca (se potrà un giorno vi racconterò della sua mitica torta con la fragola al centro, ma quella è un'altra storia!!), ma perché la preparazione del piatto non è proprio veloce e sapevo che Elisa era in ansia al

mattino non avendo molto tempo a disposizione per preparare qualche manicaretto per la cena. Ed ecco che Elisa e sua sorella Chiara iniziano a decantare le eccezionali qualità del coperchio risparmia tempo! Un estasiato gruppo di donne di famiglia ascolta rapito e cerca di prendere appunti. Nel frattempo io penso al tempo, alle mamme e alle nonne equilibriste. Il **tempo**, quel tempo di cura della famiglia, prezioso che ognuna di noi, oberate da impegni di ogni genere, cerca di preservare alla costante ricerca dell'equilibrio tra vita lavorativa e carichi familiari. E penso a quanto siano preziosi questi momenti di **convivialità**, luogo di scambio di "piccole" buone prassi, quelle piccole buone prassi che sono alla base delle grandi idee che diventano poi buone politiche familiari di cui l'Afi da anni si fa sostenitrice. Ed è proprio il sapere di cosa stiamo parlando, perché abbiamo le mani in pasta, che ci rende credibili quando parliamo di massimi sistemi. E' quel saper declinare "Famiglia luogo di....", abbellendo la parete ogni giorno con una parola chiave in più, la nostra ricchezza. Nel frattempo il tempo dello **stare insieme** è volato ed è il momento dei saluti. Dopo calorosi abbracci e promesse di rivederci presto, ci mettiamo sulla strada del ritorno con il cuore felice e sicuri che la "Famiglia sia sempre luogo di..." **crescita!!** Anche a partire dalla semplice storia di un coperchio magico....





SCHERMI DI FAMIGLIA

Perché la vita è come un film.

di *Laura Canneti* - Presidente Afi Donnas

Navigando in internet, un giorno mi sono imbattuta nella rubrica "SCHERMI DI FAMIGLIA. Perché la vita è come un film" a cura del medico psicoterapeuta Alberto Pellai per Family Health Magazine.

«Il cinema racconta storie di persone differenti da noi, eppure simili a noi per situazioni incontrate, sfide educative ed evolutive da affrontare» spiega Pellai «Il cinema ci permette di guardarci nella storia di qualcuno che sta vivendo sullo schermo qualcosa di molto simile a ciò che stiamo vivendo anche noi. Il cinema ci regala la possibilità di IMMEDESIMARCI in un'altra persona, di vederci nei gesti, nelle emozioni e nei pensieri di un altro, così poi da ripensare e rivedere i nostri stessi gesti, emozioni e pensieri».

Mi è tornato alla mente il **primo cineforum promosso da Afi Donnas**. Era il 19 ottobre 2012 quando, in collaborazione con il Comune all'interno della rassegna di eventi regionali "Una luce in Comune per la famiglia", proponemmo il film "La première Étoile" di Lucien Jean Baptiste (2009). Al film, proiettato nel salone della biblioteca comunale alla presenza di un gran numero di famiglie, facemmo seguire un confronto guidato sul tema dell'importanza di costruire una "banca dei momenti felici" dalla quale "prelevare" nei momenti difficili della propria vita. Negli anni a seguire molti altri film sono stati proiettati, con altrettanti momenti di confronto e discussione di gruppo. Questa estate vedendo che anche altre Afi locali organizzano i cineforum, ho ripensato a quanto ci siamo detti durante l'ultima assemblea di Cesenatico circa l'im-

portanza di imparare a condividere la ricchezza di materiale che produciamo. E allora ecco qui che desidero condividere con voi due "Schermi di famiglia" di quest'anno.

WONDER

di *Stephen Chbosky*

Wonder, in italiano MERAVIGLIA, è l'adattamento cinematografico dell'omonimo libro per ragazzi scritto da Raquel Jaramillo con lo pseudonimo di R. Palacio (2012). Il libro nasce da un episodio reale. Un giorno mentre era in gelateria con i suoi figli, la Jaramillo ha notato una bambina con una deformità facciale (Sindrome di Treacher Collins), la cui vista ha molto spaventato suo figlio di tre anni, costringendola a fuggire a gambe levate per vergogna. **Q u e l l a sera, penten-**

dosi della sua reazione per non essere riuscita a gestire la situazione davanti ai suoi figli, la scrittrice si è messa all'opera e in quattro e quatt'otto ha inventato il personaggio di August Pullman.

Auggie Pullman ha dieci anni, gioca alla playstation e adora Halloween, perché è l'unico giorno dell'anno in cui grazie ad una maschera, in pubblico, si sente normale e uguale a tutti gli altri bambini. "Ecco cosa penso: l'unico motivo per cui non sono normale è perché nessuno mi vede così". Il tema principale del film è lo SGUARDO su di sé e sugli

altri. La particolarità della pellicola è di raccontare temi quali la paura di non essere accettati, l'amicizia, la crescita personale e il bullismo senza soffermarsi unicamente sul personaggio di Auggie, ma allargando lo sguardo alle persone che gli stanno intorno e alle dinamiche che li coinvolgono. Ed ecco che vediamo Auggie che fa il suo ingresso nella scuola media come un astronauta deciso a piantare la sua bandierina in un



mondo distante e inesplorato. Mentre la famiglia, i nuovi compagni di classe e tutti intorno a lui si sforzano di accettarlo, lo straordinario viaggio di Auggie li unirà tutti, dimostrando che non puoi omologarti quando sei nato per distinguerti! Vi è poi lo sguardo della sorella Via, "Auggie è il Sole. Io, mamma e papà siamo i pianeti che ruotano intorno al Sole", la quale permette di affrontare il tema delicato dei siblings, i fratelli di persone con disabilità. Via si sente un satellite e ci presenta il tema della solitudine: è stato difficile per lei, e lo è ancora, mettersi sempre da parte davanti all'importanza data dai genitori ad Auggie. Ma forse la vera solitudine è la condizione che vive la migliore amica di Via, Miranda, che sta subendo la sofferta separazione dei genitori, troppo presi dalle proprie vicissitudini personali per riuscire a riconoscere le necessità della figlia. Ci sono poi i genitori di Auggie. La mamma Isabel, che dopo aver rinunciato a studi e ambizioni per occuparsi a tempo pieno del figlio, ora deve reinventarsi e sbloccare la propria vita, costretta ad una pausa forzata. Ed il papà Nate, che con umorismo e profondo affetto, cerca di sdrammatizzare ed invita alla gentilezza. Vi è il preside della scuola media, il preside che tutti vorrebbero avere, il signor Tushman. Il colloquio del preside con Julian, il bullo della scuola, e i suoi genitori è doloroso. "Signorino Albans, Auggie non può cambiare il suo aspetto. Forse noi... possiamo cambiare il nostro sguardo!". E così scopriamo che Julian ha una famiglia chiusa e giudicante alle spalle e che il suo vuoto è ben maggiore di quello di Auggie.

Nella frase che campeggia sulla locandina ufficiale **"Se non ti piace quello che vedi, cambia il tuo modo di guardare"** si condensa il messaggio di tutto il film. Una frase davvero coraggiosa in un mondo che troppo spesso ci dice "Se non ti piace quello che vedi, cambialo oppure eliminalo!".

FERDINAND

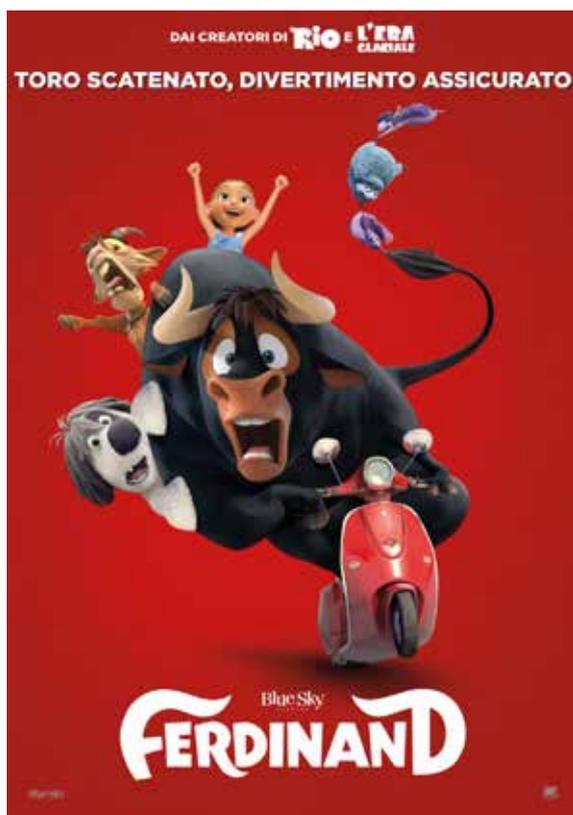
di Carlos Saldanha

Correva l'anno 1936. Mentre il mondo si preparava al peggio e in Spagna iniziava la guerra civile, Munro Leaf pensò di scrivere la storia di un toro che non voleva combattere. Essendo la storia di un toro, venne

ambientata in Spagna, il paese della corrida e, in quello stesso anno, della salita al potere di Franco, dell'organizzazione di un regime totalitario e dell'esaltazione della guerra. Per il suo messaggio ritenuto pacifista, il libro fu bandito in Spagna e bruciato in segno di propaganda nella Germania nazista.

Nel 1938 la Disney vinse un Oscar per il soggetto grazie ad un cortometraggio sul Toro Ferdinando. Ferdinand è un film d'animazione del 2017 diretto da Carlos Saldanha ispirato al corto disneyano che ci parla di un toro dall'animo sensibile, che ama i fiori e si rifiuta di combattere all'interno delle corride. Ferdinand permette di affrontare molteplici temi (stereotipi di genere, seguire le proprie inclinazioni personali indipendentemente da cosa pensano gli altri, tema animalista legato alle barbarie delle corride e il mattatoio come incubo per i bovini, la morte di un padre), ma su tutti emerge il tema pacifista.

La scena di Ferdinand che, davanti al matador armato pronto a trafiggerlo, si siede e lo guarda dritto negli occhi con fermezza mi ha fatto pensare alla regola del SERMIG: **"La bontà è disarmante"**! Conoscete il SERMIG di Torino?? "Il SERMIG - Servizio Missionario Giovani - è una realtà nata nel 1964 da un'intuizione di Ernesto Olivero e da un sogno condiviso con molti: sconfiggere la fame con opere di giustizia e sviluppo, vivere la solidarietà verso i più poveri e dare un'attenzione speciale ai giovani cercando insieme a loro le vie della pace" (www.sermig.org). Dal 1983, sede dell'associazione è l'ex arsenale militare di Tori-



no, un'antica fabbrica di armi dei Savoia, che fu riutilizzata durante la Prima Guerra Mondiale per la produzione di armi. Grazie al lavoro gratuito di migliaia di volontari, a donazioni e contributi per lo più privati, l'arsenale è stato trasformato in una casa di accoglienza che offre rifugio per la notte, pasti, cure sanitarie e non

solo ai più bisognosi. Ma torniamo alla regola del SERMIG...la BONTÀ nel linguaggio corrente sa di vecchio, è uguale a buonismo e non è considerata un valore. I buoni non sanno fare nulla di importante, sono perdenti o peggio ancora ipocriti o, come Ferdinand, dei codardi.

La regola del SERMIG prese forma un giorno in cui i fondatori volevano reagire contro una persona che li aveva calunniati e un amico disse loro "Voi non potete farlo! Voi siete buoni!". Nella sua risposta c'era la filosofia della trasformazione di un arsenale di guerra in un arsenale di pace: disarmare con la bontà!! Visitare l'arsenale di Torino dovrebbe essere un'esperienza da fare almeno una volta nella vita, indipendentemente dall'essere o meno credenti, per ritrovare l'entusiasmo e fare il pieno di speranza!! Troppo spesso parliamo di situazioni tristi, di personaggi provocatori, di mancanza di fondi e di giovani generazioni povere di valori. Respiriamo il negativo tutti i giorni e ci lamentiamo in continuazione per ciò che non funziona, dobbiamo iniziare a cambiare l'aria e preparare un futuro in cui "i buoni" si riconoscono, si uniscono e fanno l'impossibile per fare il bene comune!!!



Briciole di storia Augustana

Attraverso l'evento "I mestieri dei nostri padri... E poi tornavano a casa".

di *Concetta Florio - Afi Augusta*

Promosso da Afi Augusta con la Società Augustana di Storia Patria e l'Associazione Filantropica Umberto I di Augusta, si è tenuto il 5 Ottobre 2018, nei locali di quest'ultima, l'evento "I mestieri dei nostri padri... e poi tornavano a casa", un omaggio ai nonni e dunque alle nostre radici.

Dopo i saluti, quale presidente dell'Afi Augusta, ho introdotto la serata, ma soprattutto ho invitato il numeroso pubblico a vivere l'evento non con nostalgia dei tempi andati, ma come nutrimento del cuore e della mente per trasmettere nuova linfa alle future generazioni.

Ha suscitato particolare interesse la proiezione di un video con immagini d'epoca relative alla città, i suoi angoli più suggestivi e i momenti della quotidianità con uomini e donne impegnati in quelle attività lavorative che hanno caratterizzato secoli di storia.

E proprio le attività e i mestieri degli abitanti di Augusta sono stati al centro della relazione di Giuseppe Carrabino, presidente della Società di Storia Patria, che ha presentato una dettagliata descrizione dei mestieri praticati dalla popolazione con riferimenti ai vari periodi storici. "Una popolazione costituita da pescatori, agricoltori, salinari, lavoratori delle fornaci (carcare), ma anche muratori, ferrai, cui si aggiungono nel proseguo del tempo orefici, scultori, incisori, gente di penna e soprattutto una classe nobiliare che va affermandosi a partire dalla seconda metà del XVI secolo con diverse

famiglie blasonate che non solo si trasferiscono in Augusta, ma avviano una significativa azione edilizia con la costruzione di case palazzate dove si fa largo uso di pietra arenaria locale, con elementi architettonici e decorativi che arricchiscono portali e finestre" (da G. Carrabino).

Particolarmente interessante la descrizione del vissuto degli abitanti, ma anche le difficoltà dei contadini che "partivano il lunedì mattina in direzione delle campagne per rientrare il sabato a casa; o l'attività delle donne con la necessità di andare a prelevare l'acqua nelle fontanelle (cillitte) ubicate nei punti nevralgici della città; e l'importanza della prima stanza della casa che era l'atrio, ampio, per vivere i momenti gioiosi dei battesimi, delle feste di fidanzamento, dei momenti tristi della vita come la veglia funebre prima del funerale".

Il racconto è terminato con l'evoluzione registrata nel corso del '900: dapprima con la Marina Militare che si stabilisce in città con la conseguente influenza nella vita locale di tanti nuclei immigra-

ti dal nord; una influenza che si incrementa con l'industrializzazione a partire dal '49 e che segnerà un rapido modificarsi di abitudini radicate nel tempo. La famiglia da patriarcale comincia ad assumere la fisionomia di nucleare, con nuove esigenze abitative, mobilio, suppellettili e soprattutto con il ricorso sempre in aumento di elettrodomestici: frigoriferi, lavatrici, televisori, fornelli, frullatori.... praticamente il secolo breve segna anche il nuovo corso della città e della vita dei suoi abitanti.

I presenti hanno partecipato con interventi di approfondimento e hanno reso la serata viva e interessante, a rammentarci l'importanza di custodire l'identità quale elemento caratterizzante della comunità e quale volano per andare nel mondo e nel futuro senza titubanza, ma aperti al nuovo che la vita ci presenta.





di Anna Gazzetta - Afi Monselice

Se vuoi essere felice... fai volontariato familiare!

Afi-Monselice: 22 anni di solidarietà e volontariato familiare.

Famiglie accanto ad altre famiglie, per offrire aiuto o dare servizi, famiglie solidali perché è nel loro DNA. Qualcuno dirà: MAGARI! Qualcun altro rincerà: "una volta ci si aiutava tra vicini di casa, adesso non c'è più tempo, si lavora tutti ...come si fa?" Si fa nella nostra Associazione e da tanti anni. Beh adesso non esageriamo! Non è che tutti i soci dell'Afi-Monselice sono votati a fare volontariato familiare! La maggior parte sostiene, condivide, apprezza.

Altri si impegnano seriamente. Un papà dedica due ore alla settimana, prima di andare al lavoro serale, all'aiuto compiti nel **Progetto Pinocchio**, attivo a San Pietro Viminario fin dal 2003, così come una mamma, che partecipa con la sua bambina allo stesso progetto. Ma anche un'impiegata in pensione, una ragazza appena laureata, ecc. I bimbi che hanno bisogno di sostegno scolastico sono segnalati dalla scuola; molti sono stranieri, ma ci sono anche diversi bambini italiani. Il progetto è realizzato in stretto contatto con gli insegnanti. Pinocchio accoglie anche le famiglie dei bimbi, cerchiamo di conoscerci e di condividere i percorsi educativi dei figli. Non mancano gli **incontri serali per i genitori** sul Cyberbullismo, la sessualità, le regole, il ruolo del padre. Nei prossimi giorni tratteremo il tema "lo stress in famiglia" con esperti sempre validi e coinvolgenti. Altre famiglie dell'Afi svolgono la

funzione di "**tutor**" verso altre famiglie; un aiuto discreto, che va dalla lettura di un responso medico, all'accesso alla pagella dei figli sul registro elettronico, all'accompagnamento in ospedale o in comune per le pratiche relative all'alloggio popolare. Alcune famiglie dedicano parte del loro tempo all'accudimento di bambini per poche ore al giorno, magari per consentire al genitore privo di rete parentale di andare a lavorare. Da alcuni anni inoltre, per aiutare le famiglie a conciliare la vita lavorativa con quella familiare, l'Afi-Monselice gestisce un **Centro Estivo Ricreativo** nel periodo post vacanze fino all'inizio della scuola. Il servizio è molto apprezzato perché viene incontro ai bisogni delle famiglie. Il centro estivo viene gestito da volontari in collaborazione con alcuni educatori.

Perché fare volontariato familiare? La famiglia che offre aiuto è calda, accogliente, parla lo stesso linguaggio delle altre famiglie a cui si rivolge. Riesce a entrare in empatia, riesce a coinvolgere le famiglie in feste, manifestazioni, cene, vacanze dell'Afi. La solidarietà familiare getta ponti tra le famiglie, crea "reti". Che

dire delle "smacchinate" di vestiti usati che molte famiglie ci portano, sapendo che troveranno un bimbo, una bimba, una mamma o un papà che potranno indossarli ancora? E grembiuli, quaderni, denaro per aiutare chi sta peggio di noi? **Siamo un punto di riferimento per i Servizi Sociali del territorio, ma anche delle singole famiglie che ci stiano per quello che facciamo.** Dal nostro osservatorio possiamo



vedere un mondo bello, un mondo di positività che non emerge dai giornali o dai mass media che dipingono la famiglia liquida, allargata, ristretta, evanescente, confusa ...e infelice!

Perciò avanti tutta! C'è posto anche per te! *Se vuoi essere felice... fai volontariato familiare!*



Lignano estate 2018

In famiglia è meglio... provare per credere!

di Romano Bordignon - Afi Treviso

Quando chiedi ai tuoi figli se preferiscono le vacanze con gli amici o con la famiglia la risposta più scontata è: amici! Non sempre però è così. Se le vacanze con gli amici offrono una più ampia prospettiva di divertimento, quelle con la propria famiglia non sono poi del tutto da scartare. Con i propri amici c'è sicuramente più libertà e, dati i comuni interessi, più divertimento, ma se uniamo le vacanze famiglia con quelle con gli amici il risultato è un naturale rafforzamento dei legami familiari e delle dinamiche interpersonali.

E' bello allora sentirsi dire dai figli "andiamo anche quest'anno al mare con l'Afi? Vero?"... oppure "Organizzate anche quest'anno per il mare?" Citazione adulta!

Ebbene sì. Le vacanze di gruppo sono una "opportunità" vincente.

Ma qual è la ricetta per una **VACANZA FANTASTICA**? Beh gli ingredienti che non possono mancare sono:

- Un luogo a misura di famiglia, bambini e ragazzi
- Un bel gruppo di famiglie
- Un periodo da passare assieme
- Tanti bambini e adolescenti
- Tanta voglia di mare, di stare insieme, di mettersi in gioco
- Un obiettivo comune: coinvolgere tutti, grandi e piccini, nuovi o vecchi partecipanti
- Un gruppo aperto a tutti
- Una vacanza da vivere con "leggerezza"

Questi sono gli ingredienti vincenti della proposta che l'Afi da una quindicina di anni propone ai pro-

pri associati.

Non è una vacanza, è una super vacanza! Ma non come tutte le altre, non è un "villaggio" super lussuoso, non è un grad'hotel, non è un turismo d'élite, è una vacanza a misura di famiglia dove la differenza la fa il gruppo, mettendo al centro non solo il divertimento di tutti i bambini, dei ragazzi, ma anche degli adulti.

Il periodo di vacanza è sempre contraddistinto da un buon numero di attività che rendono le giornate sempre attive: lo sport e i giochi sono davvero protagonisti. Per le donne che amano camminare in lungomare invece non manca il "gruppo donne" che con la propria "cassa caffè" ogni mattino affronta con coraggio e costanza il lungo cammino sul bagnasciuga con destinazione bar.

Come l'aurora e il tramonto, le giornate si susseguono in spiaggia, con i pranzi in costume a mezzogiorno, gli aperitivi, i tornei, i canti, i giochi in acqua, i tornei di palla avvelenata, pallavolo, racchettoni, schiaccia5, bocce... tutti assieme. Senza parlare delle interminabili partite a carte, i giochi con i secchielli e la sabbia per i più piccoli e... la cena di gran galà!! Con gioia tutti i bambini giocano assieme ai grandi con grandi soddisfazioni da entrambe le parti.

Fin qui direte tutto normale... ed in effetti è nella normalità delle cose che ci divertiamo. Stando **"semplicemente" assieme**, passando il tempo raccontandoci le nostre storie che a volte parlano anche delle difficoltà della vita di ognuno, raccogliendo nei reciproci cuori le gioie e

i dolori che il vivere ci pone davanti. Stando attenti agli umori del gruppo e dei singoli, tentando di aiutare chi è in situazioni di difficoltà si riesce a trascorrere un periodo più sereno che mai!

C'è chi legge, chi dorme, chi gioca, chi si annoia, chi canta, chi balla, chi ha 20 bambini nel proprio ombrellone e chi è da solo. Ma tutti parte di un gruppo UNICO.

Non possiamo dire che sia un luogo "idilliaco" o "paradisiaco" e che tutto sia perfetto. A volte accorgersi delle necessità di tutti i partecipanti è difficile, ma con la buona volontà e un po' di attenzione cerchiamo di fare in modo che tutti siano protagonisti e che ognuno possa esprimere la propria originalità.

I giorni passano in fretta e purtroppo la fine arriva senza che ce ne si accorga e quegli abbracci, baci, sorrisi, strette di mano prima di tornare ognuno alle proprie case lasciano nei cuori una sensazione bellissima: sicurezza di un "accompagnamento" nella vita che va al di là della "vacanza" passata assieme. Ognuno porta a casa ricordi, confidenze, amicizie, che ci hanno resi consapevoli dell'importanza di essere "famiglia in famiglia". Sappiamo di poter contare su qualcuno che in caso di necessità sarà a nostro fianco, sia per ridere che per piangere e questo ci dà sicurezza.

Ringraziamo l'Afi per questa opportunità, che è senz'altro da valorizzare ed ampliare perché "IN FAMIGLIA E' MEGLIO"... provare per credere!



La mia prima volta in Valle d'Aosta

Per scoprire che le famiglie Afi sono... un po' come quelle montagne.

di *Maria Rosa Brian - Afi Treviso*

Valle d'Aosta: questo nome è stato come un mantra che mi ha accompagnato durante le vacanze con le famiglie Afi degli ultimi anni a Forni e a Monclassico. È stata la parola che chiudeva o apriva un sacco di discorsi e aneddoti riferiti alle vacanze degli anni precedenti il 2012; è stato il sostantivo che faceva illuminare e inumidire gli occhi di tanti "veterani delle vacanze in montagna".

Per me, mio marito Antonio e qualche altro amico, quest'estate è stata la prima volta in Valle d'Aosta. Ora, trovare il bandolo della matassa, dipanare il filo di emozioni, sentimenti, ricordi e riavvolgerlo in maniera ordinata non è semplice: la paura è quella di banalizzare o sminuire ciò che ho e abbiamo vissuto. Ci provo.

Amo la montagna e soprattutto amo camminare in montagna. La montagna mi spinge a misurarmi con me stessa, mi spinge a superare i miei limiti e le mie paure. La montagna è spunto per riflessioni, paragoni e similitudini. È mia maestra di vita e da brava maestra non ti regala niente: i meriti te li devi conquistare. La montagna mi parla con i suoi silenzi, mi emoziona fino alle lacrime con i suoi spazi smisurati e mi rimanda a un Altro con la sua Bellezza infinita.

Ecco, la Valle d'Aosta è stata il contenitore di tutto questo, concentrandolo in una sola settimana.



Gli aggettivi che più mi aiutano a descrivere l'ambiente che mi ha circondato in queste vacanze sono: maestoso, solido, possente. Queste caratteristiche si susseguivano nella linea nei monti: maestosi e imponenti; ma non solo, era la caratteristica delle case con i tetti in pietra: solide e massicce; ed era la prerogativa di innumerevoli bastioni, mura e castelli: possenti e robusti.

Gli aggettivi, invece, che più mi aiutano a descrivere le famiglie Afi sono: maestoso, solido, possente. Sì, gli stessi del paesaggio valdostano.

Le famiglie Afi assomigliano ai caratteristici edifici rurali della Val d'Ayas o "rascard". Queste antiche costruzioni, che si possono ammirare anche a Extrepiéraz, il paese dove abbiamo soggiornato, erano usate un tempo come abitazioni e per la conservazione dei cereali. Furono pensate in modo da evitare la formazione di umidità e l'attacco dei roditori: poggiano, infatti, su colonne a for-

ma di fungo con il gambo in legno e il cappello in pietra in modo da isolarle dal pian terreno adibito a stalla. Come i rascard, anche una famiglia e ogni singola persona ha bisogno di solide colonne su cui poggiare. Queste colonne sono i valori su cui basarci: amore, cura, amicizia, condivisione, aiuto, impegno e in questa vacanza - come nelle precedenti - questi "appoggi" non sono mancati. Le grandi pietre che proteggono la costruzione famiglia sono la bellezza, la positività, la speranza, l'ottimismo, l'energia. Sono queste "pietre" che non permettono alla negatività e al pessimismo di intaccare i sogni e le speranze che ci consentono di salvaguardare e mantenere in salute la nostra "casa interiore".

La natura, gli animali, il paesaggio sono libri aperti che si raccontano: sta a noi fermarci per sfogliarli. Una vacanza in montagna con le famiglie Afi è il più bel libro che si possa leggere.





PIANI DI LUZZA - LIGNANO SABBIAADORO



Afi

Associazione delle famiglie
Confederazione Italiana

Perché Afi.

Perché è necessario entrare in rete

Il ruolo della nostra Associazione può essere decisivo per vincere le sfide che attendono le nostre famiglie. Dobbiamo prendere sempre più coscienza che l'individualismo ci indebolisce e c'è l'inderogabile necessità di crescere in convinzione, in numero, in legami fra di noi e con le altre associazioni per poter affermare i nostri valori, i valori della famiglia. Costruire la rete tra famiglie e tra associazioni e gruppi di famiglie è lo strumento principale e fondamentale per **apportare capitale sociale alle società e alla famiglia.**

Se vuoi:

- adoperarti affinché le leggi dello Stato sostengano e difendano positivamente i diritti e i doveri della famiglia;
- crescere nella coscienza di essere protagonista della "politica familiare";
- assumerti la responsabilità di trasformare la società.

Se vuoi:

- far parte di una rete associativa nazionale che:
- valorizza e promuove la famiglia;
- non è comandata da nessuno se non dalla propria coscienza e dai valori in cui crede.

Puoi farlo:

- come socio di una Afi locale;
- come associazione locale dell'Afi (Afi locale);
- come associazione affiliata.



Afi-Associazione delle Famiglie
Confederazione Italiana ONLUS

Sede legale: Piazza San Zeno 2, 37123 Verona

Sede operativa: Via Milano 5, 37014 Castelnuovo del Garda (VR)

Fax: 045 4850842 - afi@afifamiglia.it - www.afifamiglia.it

Codice Fiscale: 93044990237

L'Afi aderisce a

