



Pedalata ciclosofica n. 28: sabato 12 aprile 2014

Amare è come una droga: all'inizio viene la sensazione di euforia, di totale abbandono.

(...) Ma, a poco a poco, ti abitui a quella persona e cominci a dipendere da lei in ogni cosa.

A quel punto, come i drogati rubano e s'umiliano per ottenere ciò di cui hanno bisogno,

sei disposto a fare qualsiasi cosa per amore.

(Paulo Coelho)



Nel mondo delle dipendenze

Sostanze, come quelle stupefacenti o droghe legali, come alcool e tabacco. Ma non solo: si possono avere forme patologiche di dipendenza anche dalle slot machines, dal cibo, dal sesso, da una relazione affettiva, dal lavoro. O dalla connessione costante ad internet. Quali i confini tra uso e abuso, tra salute e malattia, tra indipendenza e dipendenza patologica?

Breve tragitto tra usi di moda e modi d'uso, alla ricerca di un equilibrio possibile fra bisogni e libertà di scelta. Ci guiderà **Roberto Dalla Chiara**, assistente sociale e docente di servizio sociale presso l'Università di Verona.

Partenza alle ore 9.00 da piazza Brà, davanti al Municipio.

Alle 9,45 circa arriveremo a Montorio, piazzale Buccari, dove ci fermeremo qualche minuto per un caffè.

Poi un bel percorso di campagna ci porterà a Lavagno, all'Oasi San Giacomo del Don Calabria. Pausa ciclosofica dalle 10,30 alle 12 circa.

Rientro in città previsto per le 13.00.

Percorso facile di 30 km complessivi.

E' richiesto a tutti un contributo di € 3, per assicurazione infortuni obbligatoria e spese organizzative.

Accompagnatori: Donatella Miotto e Gianni Marcolini



Le pedalate ciclosofiche

Forza, i nostri quadricipiti, con la primavera e l'allenamento, si stanno tonificando, e per la nostra mente sono pronte altre esercitazioni e potenti 'ricostituenti' (non ci dopiamo, però, no, e non vogliamo nemmeno 'dipendere' dalla nostra forma fisica! Siamo e restiamo pedalatori liberi e tranquilli...). Anche quest'anno ci siamo fatti guidare solo dal nostro essere curiosi ed eclettici, dalla voglia di allargare i nostri confini mentali, dalla bellezza di scoprire o ritrovare strade lontane dal traffico, verdi e silenziose. E dalla soddisfazione di sentire che le nostre gambe riescono a portarci lontano, senza motori e senza rumori che non siano quelli del nostro ciclosofare.

Abbiamo iniziato con un giro esplorativo in uno dei misteri che sta chiuso dentro ognuno di noi: la capacità di ricordare. Poi ci siamo avventurati in un viaggio nel tempo, per cercare di capire la complessità dei nostri sentimenti attraverso lo sguardo sapiente degli antichi. E un altro viaggio nel tempo, fra saggezza storica e attualità, è stato l'incontro dedicato all'informazione e alla democrazia.

Con questa 'ciclosofica' affrontiamo un tema quanto mai attuale: quello delle dipendenze. Abituati a considerarle, fino a qualche anno fa, patologie legate ad un mondo di emarginazione che non ci appartiene ed è lontano da noi (pensiamo alla tossicodipendenza diffusa negli anni '70 e '80 o all'alcolismo) abbiamo recentemente scoperto forme di dipendenza più sottili, diffuse ed insidiose, proprio perché riguardano da vicino la nostra 'normalità'. Anche stavolta guiderà il nostro tragitto l'esperienza diretta e lo sguardo attento di un operatore che conosce questo mondo da vicino.

Un percorso fra le nostre ombre e il sole di primavera, quindi: ma tenete sempre d'occhio le previsioni, il recapito della sede e la mailing list: in caso di tempo avverso potremmo decidere di rinviare la nostra uscita. A presto!

Ricordiamo l'obbligo di rispettare il codice della strada e le istruzioni dell'organizzazione.

Caschetto non obbligatorio ma consigliato.

La bicicletta deve essere in buona efficienza, gomme gonfie, cambio funzionante freni a posto e camera d'aria di scorta.

L'assicurazione infortuni, compresa nella quota, è obbligatoria.

Organizza: Donatella Miotto(339/2213864),

[Mail: miotto.donatella@gmail.com](mailto:miotto.donatella@gmail.com)

Le gite AdB si rivolgono a tutte le fasce di età, ma per problemi assicurativi e di responsabilità, i minorenni possono partecipare solo se accompagnati da un adulto.