



A.L.A.R.O.

A.L.A.R.O. TOSCANA

PROGETTO

Vivere!

integrazione con le DBN e la prano-pratica nella riabilitazione dalle tossicodipendenze

in collaborazione con il

Centro di Solidarietà di Prato,
Ass. ONLUS ed Ente ausiliario (AUSL 4 Prato) della Regione Toscana

Rapporto Finale

2007-2008

INDICE

Nota per i Lettori.....pag.3

Premessa.....pag.4

Rapporto Finale.....pag.5

Allegati.....pag.10

Appendice 1^(Rapporti Moduli 1-2-3-).....pag.26

Appendice 2^ (Grafici).....pag.45

Vietata la riproduzione totale o parziale –senza la necessaria autorizzazione scritta - di questo Documento
che è di proprietà dell'Associazione A.L.A.R.O.

Nota per i Lettori

Il "progetto *VIVERE!*" -integrazione con le DBN e la prana-pratica nella riabilitazione dalle tossicodipendenze in collaborazione con il Centro di Solidarietà di Prato, Ass. ONLUS ed Ente ausiliario (AUSL 4 Prato) della Regione Toscana - è motivo di orgoglio sincero per l'associazione ALARO e spunto operativo per le altre associazioni nel tempo a venire.

Ricordo che per la realizzazione di questo progetto sono occorsi quasi tre anni: dalla sua ideazione nel dicembre 2005, al 18 settembre 2007, giorno in cui sono stati presi i dovuti accordi tra l'ALARO e la Direzione della Comunità che ha ospitato i nostri Operatori per le attività di tirocinio e di sperimentazione, fino al 15 ottobre 2007 data di inizio del primo dei tre moduli del progetto.

E' questa una ulteriore dimostrazione di come si sia lavorato nella giusta direzione per ciò che riguarda serietà ed impegno nella formazione e nella sua operatività complessiva: i riconoscimenti da parte delle varie Istituzioni si concretizzano finalmente con la possibilità di fare questa importante esperienza in un ambito pubblico.

Da sottolineare che nulla è arrivato per caso ma che tutto (dalla Giornata della Donazione, a Terra Futura; dal Prana-Forum alla presenza nel Comitato regionale DBN di tre esperti) è avvenuto perché dietro c'è stato e c'è un assiduo e continuo lavoro motivato e profondamente sentito tale da essere un esempio plausibile di come si debba intendere oggi il prana, della sua *funzione sociale* e di come ci si debba rapportare con le Istituzioni per poter progredire professionalmente.

In questi anni - per il prana - sono state aperte *strade mai percorse prima* e di ciò occorre essere ben consapevoli, al fine di delineare le linee di sviluppo futuro e le relative strategie d'azione:

certo il cammino è lento ed a volte incerto, ma sempre comunque progressivo, se c'è la *volontà* di andare sempre avanti con serietà e sincerità nella ricerca di nuove esperienze ed opportunità.

Ritornando al Progetto "*Vivere !*", è stato questo un percorso esperienziale atto a **verificare la capacità** della nostra Scuola di gestire tirocinio ed aggiornamento in un ambiente così particolare e delicato insieme alla **verifica delle potenzialità** del prana nel recupero di specifiche situazioni di disagio quali la tossicodipendenza

I criteri operativi adottati sono stati **molto severi e rigidi** e gli Operatori che hanno partecipato all'esperienza si sono attenuti scrupolosamente alle Regole impartite con un apposito Protocollo condiviso con la Direzione della Comunità.

Come Direttore del Progetto ne ho avuto in prima persona la responsabilità complessiva coadiuvato da un valido staff di progettazione e di gestione (Ivana Mugnari, Lia Ottolina, Antonella Sardelli) che ha curato l'esecuzione particolare e il buon andamento sul campo di tutto il percorso: ma un riconoscimento particolare va a tutti gli allievi/operatori ALARO per l'impegno svolto - del tutto gratuitamente - con dedizione, sacrificio ed autentica *humanitas*.

Ringrazio infine Il Presidente del Centro di Solidarietà di Prato Don Silvano Vannucchi e -per la Comunità La Pieve- il Direttore Alfredo Arisi, la Responsabile dei Progetti Angela Diddi, gli Educatori Miria Trastulli, Gianna Giannini, Tonino Bondi: tutti ci hanno accolto con grande lungimiranza e vera amicizia e ci hanno permesso di vivere questa splendida esperienza che vorremmo possa essere solo l'inizio di un ulteriore percorso di reciproca stabile collaborazione.

Firenze 3 luglio 2008

Gabriele Laguzzi

PREMESSA

A seguito della 1^a *Giornata Regionale Toscana della Donazione Pranica* che si è svolta in tutta la Toscana il 12 novembre 2005, con il fattivo contributo e sostegno del Presidente della 4^a Comm.Sanità del Consiglio regionale Fabio Roggiolani, e che ha visto in campo ben 150 Operatori di DBN prano-pratici per 1305 cittadini trattati, il Centro di Solidarietà di Prato, Ass. ONLUS ed Ente ausiliario (AUSL 4 Prato) della regione Toscana, ha richiesto formalmente alla Associazione ALARO TOSCANA una collaborazione per l'anno 2006 di durata minima di tre mesi (vedi *Lettera -Allegato 1*).

In specifico, nella lettera a noi pervenuta, a firma del Direttore Generale Signor Francesco Gigliotti, si auspicava che gli utenti della *Comunità Pedagogica La Pieve di Prato* venissero seguiti con trattamenti integrativi di DBN e prano-pratica nel loro percorso di riabilitazione dalla tossicodipendenza: i trattamenti fatti agli Ospiti del Centro durante la Giornata della Donazione erano stati recepiti molto positivamente.

La Comunità, che aveva già sperimentato positivamente l'integrazione con altre Discipline del benessere, chiedeva un supporto di una certa durata (minimo tre mesi) da parte degli Operatori del prana.

Si è iniziato a lavorare alla stesura Progetto in vista di una futura e fattiva collaborazione e dopo la 2^a *Giornata Regionale della Donazione Pranica*, che si è svolta l' 11 novembre 2006 (con il patrocinio della Regione Toscana) e durante la quale sono stati trattati 1452 cittadini da 165 Operatori, il CSP - vista la nuova positiva esperienza con la prano-pratica- ci è stato rinnovato l'invito di renderlo operativo. (vedi *Lettera -Allegato 2 e Allegati 3-4-5*).

E' iniziato quindi il "*Progetto Vivere!*", nello spirito di una autentica e vissuta formazione professionale, pranica ed umana degli allievi dei corsi ALARO e di una sperimentazione operativa *mai fin qui realizzata* all'interno di un Ente Pubblico.

Il progetto ha avuto un "costo" di ideazione, strutturazione e realizzazione ampiamente ripagato dai risultati ottenuti.

IL PROGETTO "VIVERE !" AL CSP DI PRATO

RAPPORTO FINALE

(a cura di Gabriele Laguzzi)

RAPPORTO FINALE

Il Progetto "Vivere ! ", è stato un percorso esperienziale atto a *verificare le potenzialità* del prana nel supportare ed integrare percorsi di recupero di specifiche situazioni di disagio quali la tossicodipendenza, unitamente alla verifica delle *capacità* organizzative della nostra Scuola di gestire un tirocinio ed uno stage di aggiornamento in un ambiente così particolare e delicato.

La valenza della Prano-pratica nell'ambito di un percorso di integrazione con le DBN nella riabilitazione dalle tossicodipendenze e la capacità operativa della Scuola sono deducibile dalla documentazione prodotta (*vedi Allegati ed Appedici 1^ e 2^*), e cioè:

- le Relazioni di Sintesi dei Tre Moduli (tratte dalle note dei Questionari finali di Operatori, Ospiti ed Educatori),
- le relazioni degli Operatori,
- le Lettere /resoconto dei Responsabili del CSP,
- i Grafici,

1) Infatti, per ciò che riguarda gli Ospiti trattati emerge che :

- la partecipazione ai trattamenti è stata continua, spontanea e precisa da parte della maggioranza degli Ospiti della Comunità: fatto definito dagli Educatori **sorprendentemente positivo** " *...considerando la sindrome amotivazionale, l'incostanza, e lo scarso interesse verso il proprio benessere tipici degli utenti dipendenti da sostanze stupefacenti...*"(lettera/resoconto CSP- Modulo 1°).Questa partecipazione assidua e spontanea è continuata anche nel 2° e 3° Modulo;
- tutti gli Ospiti trattati hanno dichiarato essere notevole :
 1. l'acquisizione di benessere e rilassatezza,
 2. l'aumento della capacità di "ascolto" delle proprie sensazioni,
 3. l'aumento della capacità di concentrazione,
 4. una certa diminuzione di ansia e sudorazione,
 5. una miglior qualità del sonno,
 6. l'aumento di forza energetica e di calma: con il superamento di tensione muscolare e un giovamento complessivo sul piano mentale, fisico ed emotivo, con maggior tranquillità e voglia di raccontare le proprie esperienze.

Da rilevare anche -alla fine del Modulo 3°- "*...maggior equilibrio nell'alimentazione, ricomparsa del ciclo mestruale in alcune utenti, migliore equilibrio energetico in generale...*" (Lettera /resoconto CSP- Modulo 3°);

- durante il ciclo dei trattamenti si è inoltre rilevata la **riduzione dei farmaci da banco** (Lettera /resoconto CSP- Modulo 3°);
- come conseguenze "indirette" dei trattamenti di sono poi riscontrati visibili risultati per ciò che concerne il miglioramento dello stato energetico ed omeostatico là dove erano presenti cefalee, dolori cervicali, lombo-sciatalgie, ansia, stress e insonnia. Alcuni Ospiti hanno dichiarato di riuscire ad affrontare meglio lo *scalare del Metadone*;
- è stata superata anche la difficoltà del contatto diretto delle mani dell'Operatore durante la fase del trattamento: anzi, ciò non è stato vissuto come atto *invasivo* ma, al contrario, come un piacevole "prendersi cura" di loro;
- nessuno ha mai tentato di squalificare gli Operatori, cosa che avviene spesso in queste situazioni, come meccanismo di difesa;
- i trattamenti, inoltre, hanno in qualche modo energeticamente "smosso", in alcuni casi particolari, situazioni stagnanti provocando manifestazioni comportamentali spiacevoli, ma paradossalmente positive, proprio per poter dare la possibilità di essere rielaborate (lettera/resoconto CSP-Modulo 2°);

- la scelta del medesimo Operatore per tutta la durata del Modulo è stata positiva, mentre permangono dubbi sulla positività di effettuare pause tra un Modulo e l'altro;
- anche gli Educatori che volontariamente di sono sottoposti ai trattamenti hanno dichiarato alla fine di aver notato sensibili miglioramenti della carica energetica, della concentrazione, di certi disequilibri fisici;
- *"...tutti gli utenti che hanno partecipato al progetto ne auspicano una continuazione, mentre chi non è rientrato nel progetto, ne ha fatto richiesta diretta;...auspicando una futura stabile collaborazione con codesta Associazione , attraverso la costituzione di un Ambulatorio Permanente di DBN e Prano-pratica all'interno della comunità".* (lettera /resoconto CSP- Modulo 3°);
- nessun Ospite ha fatto richiesta di partecipare ad attività comuni (canto vocalico, respiro controllato, ecc.), preferendo i trattamenti individuali;

2) e per ciò che riguarda l'attività di Operatori e Tutor rileviamo che:

- è stata messa in evidenza, da parte di tutti, *"... la disponibilità, la correttezza e la sensibilità degli operatori pranici verso gli utenti, testimonianza concreta di una dimensione etica e valoriale che riteniamo fondamentale per prestare servizio in questo ambiente".* (Lettera/resoconto CSP- Modulo 1°).
- sono stati sempre accolti dagli Ospiti con fiducia e sentita familiarità riuscendo a creare una "comunicazione" basata sulla fiducia e stima reciproca;
- ritengono che l'esperienza sia stata di una valenza unica, sia per l'accoglienza ricevuta sia per i lusinghieri risultati ottenuti, superiori alle personali aspettative iniziali: un'esperienza ricca di *emozioni e situazioni* preziose per una personale crescita umana e professionale;
- sono stati rigorosamente attenti e puntuali -prima- nell'attenersi a tutte le "regole" operative imposte dal Protocollo (letto e sottoscritto all'inizio del percorso) e -poi- nella compilazione dei Questionari e delle Relazioni;
- sono stati costantemente seguiti e supportati da un Tutor, nella persona di una operatrice di prano-pratica appartenente all'Ass.ne ALARO da lunga data, dotata, oltre che di grande esperienza, di correttezza, precisione, capacità organizzativa e relazionale, accoglienza e umanità;
- l'esperienza fatta è un valido strumento di tirocinio per gli allievi/Operatori della scuola ALARO;
- fortemente motivati dal desiderio di portare la loro personale esperienza in una struttura pubblica - ma soprattutto a vantaggio di persone giovani il cui disagio differisce notevolmente dai casi di disequilibrio energetico trattati di solito in un ambulatorio privato - gli Operatori si sono confermati come risorsa di impegno, dedizione e grande umanità.

CONCLUSIONI

L'ampia documentazione che supporta il lavoro svolto ci permette di dire che le finalità del Progetto sono state ampiamente raggiunte e soddisfatte, anche se necessariamente perfezionabili per il futuro.

1. Il Prana si è rivelato supporto ottimale e valido integratore dell'opera di educatori e personale medico specifico. Inoltre prendiamo atto che ha agito anche in modo "indiretto" e alla fine dei trattamenti di sono riscontrati – a detta di molti soggetti trattati -visibili risultati per ciò che concerne il miglioramento dello stato energetico ed omeostatico là dove erano presenti cefalee, dolori cervicali, lombo-sciatalgie, ansia, stress e insonnia.
2. In particolare è da sottolinearsi un effetto (evidenziato da Ospiti ed Educatori) di non poco conto: cioè quello della **riduzione dei farmaci da banco**; fatto questo che dovrebbe far ben riflettere sull'uso vantaggioso dei trattamenti Pranici e delle DBN nell'ottica di una politica del RISPARMIO da parte delle Pubbliche Amministrazioni nel settore della Salute e della relativa prevenzione ed integrazione con i percorsi ortodossi.
3. La positività dei trattamenti pranici è poi ancora testimoniata e rafforzata:
 - *dalla richiesta – in corso d'opera – dell'aumento del numero dei Trattamenti (da 8 a 10 per Modulo);*
 - *dalla assidua e sentita libera partecipazione ai trattamenti da parte degli Ospiti;*
 - *dalla richiesta da parte della Comunità di un ambulatorio stabile di DBN e prano-pratica all'interno della struttura;*
 - *dalla vera sentita Humanitas che ha permeato tutti i "protagonisti" di questo splendido percorso e dalla innegabile valenza **sociale** del prana.*
4. La Scuola, seppure alla sua prima esperienza in questo ambito, ha dimostrato di saper gestire e organizzare le proprie risorse in modo adeguato, trasformando le difficoltà incontrate in motivi di riflessione e di stimolo per migliorare la propria operatività didattica e professionalizzante, in vista di nuovi percorsi (progetti, stage, tirocinio, aggiornamento) da sottoporre ad Allievi ed Operatori.

Ma al di là degli aspetti tecnici, didattici, "psicologici", statistici incontrati durante l'iter del Progetto, e qui riferiti, il successo più vero, più autentico, e per tutti noi di più alta valenza etica e morale, e fonte di uno straordinario arricchimento personale, è quello di aver tentato con sincerità d'animo e grande buona volontà, uomini tra uomini –prima che Operatori del prana- di comprendere e condividere, nell'animo, le vite e le sofferenze degli Ospiti del Centro.

Se il Prana è stato lo strumento, il Cuore è senz'altro stato regista e primo motore di tutto.

L' ASSOCIAZIONE ALARO/ALARO TOSCANA

Ideatore del Progetto e Direttore Responsabile
Gabriele Laguzzi

Redazione Questionari. Raccolta ed elaborazione Dati
Antonella Sardelli

Tutor Operativo
Ivana Mugnari

Segreteria amministrativa
Lia Ottolina

GLI OPERATORI ALARO

1° Modulo (15 ottobre -19 novembre 2007)

Greco Baldassarre, Cristina Barros, Lorenzo Sbrinci, Maurizio Simonetti

2° Modulo (30 gennaio – 29 febbraio 2008)

Fernando Caricasole, Loredana Consumi, Laura Donati, Ivana Mugnari

3° Modulo (8 aprile-16 maggio 2008)

Cristina Barros, Lorenzo Sbrinci, Ivana Mugnari

IL CSP E LA COMUNITA' LA PIEVE

Presidente del Centro di Solidarietà di Prato
Don Silvano Vannucchi

Direttore della Comunità La Pieve
Alfredo Arisi

Responsabile dei Progetti
Angela Diddi

Educatori
Angela Diddi, Miria Trastulli, Gianna Giannini, Tonino Bondi

ALLEGATI

(Lettere del CSP - Progetto "Vivere! "-
Protocollo Operatori ALARO- Schede/Questionario)

Allegato 1- Lettera CSP

Centro di Solidarietà di Prato- Comunità La Pieve

Prato, 15/12/05

Egr. Dr. Gabriele Laguzzi
Presidente Associazione ALARO

Il Centro di Solidarietà di Prato, con questa ns., intende richiedere alla Sua Associazione, una collaborazione stabile per l'anno 2006.

In specifico si richiede che gli utenti della ns. Comunità Pedagogica La Pieve vengano seguiti con trattamenti di prano pratica nel loro percorso di riabilitazione dalla tossicodipendenza.

La giornata regionale della donazione pranica, - promossa dalla Regione Toscana e dalla Circoscrizione Prato Nord in riferimento alla Legge regionale n.2 del 03/01/2005 -, ha permesso ai nostri utenti di usufruire di un trattamento di prano pratica ciascuno, e questa sperimentazione è stata recepita molto positivamente.

Considerando le esperienze già avute nell'ambito delle Discipline del benessere bionaturale, (agopuntura, fiori di Bach, shiatzu ecc...), esperienze che hanno dato ottimi risultati, intendiamo proseguire in questa direzione e quindi chiediamo che vengano trattati tutti gli utenti presenti in comunità per l'anno 2006.

La comunità può ospitare fino a 30 persone, ma naturalmente esiste la possibilità di fluttuazione numerica, quindi definiremo in itinere il numero esatto di persone che usufruiranno dei trattamenti.

Per ulteriori chiarimenti o informazioni gli educatori della comunità sono disponibili al n.0574467783 , fax n. 0574693963 oppure al ctlapieve@csonline.it .

Distinti saluti

Il Direttore Generale
Francesco Gigliotti

Centro di Solidarietà di Prato, Associazione ONLUS, ente ausiliario della Regione Toscana.

Se sono necessari ulteriori dati dell'Associazione, si prega cortesemente di rivolgersi al settore amministrazione del C.S.P., Via Salita dei Cappuccini 1, Prato, tel. 0574 603333, fax 0574606163.

Allegato 2- Lettera CSP

Centro di Solidarietà di Prato- Comunità La Pieve

Prato, 15/11/2006

Spett.le Associazione A.L.A.R.O. Toscana
Alla cortese attenzione del Presidente Dr. Gabriele Laguzzi

Egr. Dr. Laguzzi,

anche quest'anno abbiamo avuto occasione di usufruire del lavoro dei Suoi allievi e collaboratori in occasione della Giornata Regionale Toscana della "Donazione pranica", svoltasi presso la Associazione Arca a Prato.

Infatti 10 utenti attualmente nel Programma di Riabilitazione dalla tossicodipendenza proposto dalla Comunità del Ns. Centro sono stati trattati col metodo della Pranopratica proposto dalla Sua Associazione, con ottimi consensi e risultati.

La pranopratica infatti risulta essere particolarmente congeniale a chi ha abusato di sostanze stupefacenti e psicotrope, poichè favorisce il benessere psicofisico senza uso di farmaci e non ha effetti collaterali. Inoltre non è invasiva nè traumatica, e gli operatori che l'hanno praticata si sono dimostrati *molto capaci oltre che umanamente sensibili*.

Per questo motivo intendiamo ringraziare Lei e la Sua Associazione e *auspichiamo che il "Progetto Vivere !" si possa realizzare al più presto*.

Grazie e buon lavoro

Il responsabile dell'area riabilitazione del Centro di Solidarietà di Prato.

Alfredo Arisi

Allegato 3

II PROGETTO “VIVERE !”

integrazione con le DBN e la Prano-pratica nella riabilitazione dalle tossicodipendenze

L'ASSOCIAZIONE ALARO TOSCANA

Ha sede in Firenze in via Lorenzo il Magnifico 64 ed ha ottenuto in data 1° dicembre 2005 il riconoscimento della personalità giuridica da parte della regione Toscana e la relativa iscrizione al N°482 del Registro regionale.

E' associata al Conacreis e fa parte del CoLAP Toscana. L'attuale Presidente è componente esperto del Comitato Regionale della Toscana per le DBN con nomina del Presidente della Regione Claudio Martini.

DESTINATARI DELL'INTERVENTO

Destinataria del Progetto è la *Comunità Pedagogica La Pieve*, sita in Via dei Galceti 72 a Prato. *La Comunità la Pieve* fa parte del **Centro di Solidarietà di Prato**, Associazione ONLUS, ed Ente ausiliario (AUSL 4 Prato) della Regione Toscana ed ospita mediamente 24 persone.

Tutti gli ospiti potranno accedere liberamente ai trattamenti previsti nell'ambito delle DBN.

FINALITA' DEL PROGETTO E RAPPORTO DI FINE PERCORSO

Finalità prima del Progetto proposto è quella di *supportare* il percorso ed *arricchire* tutta l'attività di recupero e di riabilitazione della Comunità, con le Discipline Bio-Naturali, tra cui la prano-pratica. Le Discipline Del Benessere e Bionaturali sono ideale strumento non invasivo, non lesivo, naturale, comunicatore privilegiato di “humanitas” e tonificante/riequilibrante del Sistema psico-fisico-energetico dell'individuo, e sono quindi atte ad *integrare* l'opera di educatori e personale medico specifico.

Finalità seconda del Progetto è quella di *verificare la capacità* della nostra Scuola nel gestire un tirocinio per gli allievi e uno stage di aggiornamento per chi già ha terminato gli studi, in un ambiente così particolare e delicato.

Il progetto si propone, in ultimo, l'ulteriore finalità di redarre un *Rapporto* sul lavoro svolto dagli operatori, indicando i risultati ottenuti e tutte le eventuali problematiche emerse, oltre che riportare tutte le indicazioni/esperienze fornite *in itinere* da coloro che si sono avvalsi delle DBN. Si avrà così una importante documentazione, base e stimolo per altre successive esperienze, auspicando inoltre che questo progetto possa divenire supporto stabile per la *Comunità Pedagogica la Pieve* di Prato.

PRATICA DI INTERVENTO, VANTAGGI E RISULTATI PREVISTI

Le Discipline del Benessere e Bionaturali (DBN)

La Legge regionale Toscana n°2/2005 regola le Discipline del Benessere e Bionaturali (DBN). Tali discipline, attive nell'ambito del benessere e della qualità della vita, nella loro eterogeneità, si riconoscono nella definizione comune di discipline olistiche Bio-Naturali ed operano per il miglioramento e la conservazione dello stato di salute del cittadino.

Le discipline Bio-Naturali, tra cui la prano-pratica, propongono un approccio globale alla persona, alla sua condizione e il miglioramento della qualità della vita attraverso:

- la stimolazione delle risorse vitali della persona;
- l'educazione a stili di vita salubri e rispettosi dell'ambiente.

Il ruolo principale dell'Operatore di DBN consiste nel concorrere al mantenimento dello stato di benessere o del suo recupero, intervenendo nei livelli fisico, psico-emotivo, sociale.

Egli è il *consulente* per la salute, ed educa alla comprensione degli errori causa del malessere fisico, psico-emotivo e sociale; infatti, in sinergismo con tutte le forze armonizzanti, considera, insegna e diffonde anche gli aspetti pedagogici e sociali, auspicabili in un tessuto collettivo, per poter vivere complessivamente meglio e bene. Al centro della attività dell'Operatore di DBN è posta sempre la persona, sia quando sta bene, che quando accusa disagi.

I **vantaggi** derivanti dall'approccio con le DBN, approccio proposto nell'ambito di questo progetto per integrare e supportare il recupero e la riabilitazione dalla tossicodipendenza, si rivelano particolarmente evidenti proprio per la *NON-INVASIVITA' manipolativa* delle Pratiche adottate. Infatti sappiamo che il soggetto tossicodipendente può presentare atteggiamenti di diffidenza e di rifiuto verso pratiche invasive o spiccatamente manipolative.

L'utilizzo di tecniche quali la meditazione, la pranopratica, il Canto vocalico, il respiro Controllato, il tocco leggero di discipline come la tecnica metamorfica, la riflessologia, tonifica e fortifica il campo bioenergetico oltre che a riequilibrare eccessi e carenze, armonizzando energeticamente tutto il "sistema uomo" nel suo complesso.

Tra i **risultati** conseguenti ai trattamenti singoli, insieme a specifiche attività di gruppo (quali meditazione, canto vocalico e respiro controllato: attività volte ad acquisire una miglior concentrazione ed un'armonica circolazione energetica) possiamo prevedere:

maggior serenità, diminuzione di ansia e stress nervoso, aumento della stabilità emotiva, aumento della propria forza psico-energetica, aumento della propria consapevolezza energetica, aumento del tono psico-fisico complessivo, aumento della capacità di concentrazione, aumento della capacità di relazione positiva.

DURATA E ORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITA'

Il Progetto è strutturato in tre Moduli: ogni modulo è costituito da **N°10** * trattamenti (N° 2 trattamenti alla settimana). Complessivamente sono previsti n° 30 Trattamenti a persona da effettuarsi possibilmente sempre con il medesimo operatore.

Gli operatori sono 4 per ogni Modulo + un Tutor Operativo.

Ogni Modulo (che dura 5 settimane) è seguito da un periodo di pausa di alcune settimane.

Questa è la durata minima plausibile, data la peculiarità del contesto operativo e delle persone da trattare, ma tale da consentire risultati già rilevanti e significativi per *tutti* gli ospiti della Comunità.

Ogni ospite può liberamente e volontariamente sottoporsi agli interventi DBN proposti, in genere in orario pomeridiano concordato.

Sono previste possibili *attività di gruppo* nell'ambito sempre delle DBN (meditazione, Canto vocalico, respiro Controllato) da svolgersi a seconda delle esigenze degli assistiti. Queste attività sono volte ad acquisire una miglior concentrazione ed un'armonica circolazione energetica. A tale riguardo verrà redatto un calendario dettagliato delle varie attività comuni alle quali gli utenti potranno scegliere di partecipare.

L'organizzazione del progetto, le varie attività e le modalità di intervento verranno illustrate in un incontro preliminare con tutti i partecipanti che avrà lo scopo inoltre di conoscersi ed incontrare i vari operatori.

Anche gli **Educatori** si sottoporranno ad un ciclo almeno di trattamenti al fine di sperimentare direttamente la Pranopratica e di verificarne gli effetti su loro medesimi.

SEDE DELL'INTERVENTO

Tutte le attività avranno sede presso la *Comunità Pedagogica La Pieve*, sita in Via dei Galceti 72 a Prato.

La Comunità è parte del Centro di Solidarietà di Prato, Associazione ONLUS ed Ente ausiliario (AUSL 4 Prato) della regione Toscana.

Se sono necessari ulteriori dati dell'Associazione, si prega cortesemente di rivolgersi al settore amministrazione del C.S.P., Via Salita dei Cappuccini 1, Prato, tel. 0574 603333, fax 0574606163

RICHIESTE ALLA STRUTTURA OSPITANTE

Due stanze anche di piccole dimensioni con relativi lettini per i trattamenti. Periodicamente uno spazio adeguato per attività di gruppo (Meditazione, Canto vocalico, Respiro Controllato).

* Inizialmente i trattamenti previsti per ogni Modulo erano 8. A richiesta generale sono poi stati portati a 10.

Allegato 4

PROTOCOLLO degli OPERATORI ALARO

Premessa

Ogni operatore, specie se di lunga esperienza, ha una sua personale operatività acquisita nel tempo.

Ma in questo Progetto è FONDAMENTALE che tutti si attengano alle sotto-esposte e precise regole comuni di applicazione del prana: in tal modo sarà possibile avere una valutazione finale oggettiva e quindi un'utile verifica del test, essendo comune il parametro di riferimento. Leggere quindi attentamente tutte le disposizioni impartite.

Contiamo infatti sulla professionalità e sul senso di responsabilità –per altro in passato già più volte dimostrati- degli Operatori ALARO coinvolti nel Progetto, affinché tutto possa svolgersi nel modo migliore e come da programma stabilito, condiviso e sottoscritto.

Si ricorda infine che l'Operatore non rappresenta se stesso ma l'Associazione ALARO, qui impegnata in un progetto qualificante e di elevato contenuto deontologico, morale e sociale.

Finalità del progetto

- 1) Verificare le capacità progettuali ed operative della Scuola ALARO nell'ambito di un Progetto di tirocinio in un ambiente specifico e particolarmente delicato per le relative implicazioni socio-medico-culturali;
- 2) verificare la valenza del prana in un percorso di integrazione delle terapie per il recupero dalla tossicodipendenza.

Modalità di applicazione e giusti atteggiamenti

- 1). Si irraggia SOLO a breve distanza dal corpo o con lieve contatto della mani.
- 2). NON sono ammesse manipolazioni/massaggi di alcun genere.
- 3). NON si interferisce in alcun modo con le terapie in corso.
- 4). **NON** si trattano in nessun caso specifiche patologie.
- 5). Ogni Operatore inizia e conclude il Ciclo dei trattamenti con i **medesimi** soggetti trattati.
- 6). Si opera nel SILENZIO evitando in modo assoluto gestualità e/o commenti verbali inadeguati o che comunque possano interferire con il percorso di recupero in corso d'opera nella Comunità
- 7). Si deve saper Ascoltare ma occorre evitare di dare "consigli" di vario genere.
- 8). NON si instaura nessun rapporto operativo al di fuori di quello previsto dal Progetto.
- 9). Si compilano con cura le SCHEDE previste e si redige una breve relazione finale scritta.
- 10). Si utilizza olio di lavanda per le mani chiedendo prima se gradito al soggetto trattato.
- 11). E' preferibile indumento di colore chiaro.

Inoltre:

- 1). L'Operatore che assume comportamenti non adeguati all'impianto e alle finalità del progetto **può essere sostituito da altri in qualsiasi momento.**
- 2). Occorre saper accettare con serenità la possibilità che il soggetto trattato rifiuti il proseguo dei trattamenti e saper adattarsi ad ogni imprevisto o variazione improvvisa del programma..3). Ogni problematica che si verifichi deve essere resa nota al Tutor operativo (Signora Ivana Mugnari), la quale –sola- ha il compito di intervenire nell'immediato per cercare di risolvere nel modo migliore l'eventuale difficoltà. 4). Per ogni ulteriore problematica occorre fare riferimento al Direttore Responsabile del Progetto.

Luoghi di irraggiamento del prana

Date le finalità del progetto è opportuno *operare rigorosamente* nei seguenti termini, utilizzando insegnamenti ricevuti nell' ambito della Scuola ALARO in riferimento alle 5 Aree di applicazione del prana e alle terapie generali 1 e 2 riguardanti sistema nervoso e sistema immunitario.

Inizialmente:

1) Sistema nervoso

Area Encefalica- Area cardiaca- Area ombelicale- Area cervicale e lombo-sacrale

2) Sistema Immunitario

Timo – Milza - Fegato, Linfonodi Ascellari ed inguinali

Successivamente:1) agire direttamente sull' Area sacrale; 2) agire sull' Area encefalica.

Durata

La durata media del trattamento varia da 30 a 40 minuti.

Pur nella libera prassi di ognuno è opportuno che la tempistica venga rispettata al fine di poter definire meglio i risultati complessivi di tutti.

Tutor Operativo

Il Tutor Operativo è la Signora Ivana Mugnari. E' responsabile –durante il Ciclo dei Trattamenti- dell'applicazione **rigorosa** di tutte le regole operative da parte degli Operatori e quindi ha ampio mandato per fare rispettare le modalità e le prassi stabilite.

Cura inoltre la compilazione ottimale – da parte degli Operatori- delle Schede previste e raccoglie, insieme alla sua, la Relazione finale degli Operatori.

Il Direttore responsabile del Progetto
Prof. *Gabriele Laguzzi*

Io Sottoscritto.....Allievo/Operatore -Tutor
dichiara di aver letto tutto il presente protocollo, di accettarne totalmente le disposizioni elencate e di farle osservare .Sono altresì consapevole che: a) in caso di inadempienze, in una o più parti del protocollo, dovrò sospendere il percorso iniziato nell'ambito del Progetto medesimo; b) opero in ambiente con possibili presenze di patologie legate alla tossicodipendenza e all'abuso di alcool. Dichiaro inoltre di aderire volontariamente e gratuitamente al progetto e di esonerare da ogni tipo di responsabilità l'Associazione ALARO e i suoi rappresentanti .

Firenze.....

Firma.....

Allegato 5

SCHEDE-QUESTIONARIO

(a cura di Antonella Sardelli)

Le Schede/Questionario sono state somministrate per la loro compilazione – in fase iniziale e finale di ogni Modulo- agli Operatori ALARO, agli Educatori e agli Ospiti del CSP.

PROGETTO "VIVERE!"
OPERATORE ALARO - Questionario iniziale

Modulo 1°Periodo dal _____ al _____

Cognome e Nome _____

Età _____

Provenienza (città – regione) _____

Titolo di studio _____

Professione _____

Allievo 2° corso 3° corso

1. Hai esperienza di Operatore di Pranopratica al di fuori dell' ALARO? SI NO

Se si, puoi descriverla brevemente?

.....
.....

2. Hai verificato, nella tua pratica, ricadute positive in trattamenti relativi a:

Sistema nervoso SI NO

Sistema immunitario SI NO

3. Ritieni che i tuoi trattamenti possano agire:

- Nel superamento di disequilibri fisici
- Nel superamento di disequilibri provocati da ansia e/o stress
- Nel superamento di disequilibri emotivi
- Nel miglioramento dei rapporti interpersonali
- Nell'aumento della capacità di concentrazione
- Nel riequilibrio generale della forza psico-energetica

(puoi indicare una o più risposte)

4. Ritieni più opportuno, in questa esperienza presso il C.S.P. trattare in modo continuo sempre gli stessi soggetti o preferiresti agire in modo estemporaneo?.....

5. Pensi di incontrare difficoltà, in questa esperienza, inerenti a:

l'approccio relazionale con i soggetti trattati SI NO

i tempi di sviluppo del Progetto SI NO

l'adeguamento agli standard stabiliti dal Protocollo operativo SI NO

6.Pensi sia opportuno un'interruzione di un mese/due mesi tra un ciclo di trattamenti e il successivo? SI NO

7. Ritieni giusto e possibile questo tipo di esperienza all'interno di una struttura pubblica, ai fini di un tirocinio guidato nell'ambito del Percorso Formativo dell'ALARO? SI NO

Le tue osservazioni e le tue domande

.....
.....

**PROGETTO "VIVERE!"
OPERATORE ALARO - Questionario finale**

Modulo 1° Periodo dal _____ al _____

Cognome e Nome _____

Età _____

Provenienza (città – regione) _____

Titolo di studio _____

Professione _____

Allievo 2° corso 3° corso

1. Hai verificato, nella tua pratica in questo Progetto, ricadute positive in trattamenti relativi a
- | | |
|---------------------|-------|
| Sistema nervoso | SI NO |
| Sistema immunitario | SI NO |

2. Ritieni che i tuoi trattamenti abbiano agito:

- Nel superamento di disequilibri fisici
- Nel superamento di disequilibri provocati da ansia e/o stress
- Nel superamento di disequilibri emotivi
- Nel miglioramento dei rapporti interpersonali
- Nell'aumento della capacità di concentrazione
- Nel riequilibrio generale della forza psico-energetica

(puoi indicare una o più risposte)

3. Ritieni positivo, in questa esperienza presso il C.S.P. aver trattato in modo continuo sempre gli stessi soggetti o avresti preferito agire in modo casuale?.....

4. Hai incontrato difficoltà, in questa esperienza, inerenti a:

- | | |
|--|-------|
| l'approccio relazionale con i soggetti trattati | SI NO |
| i tempi di sviluppo del Progetto | SI NO |
| l'adeguamento agli standard stabiliti dal Protocollo operativo | SI NO |

5. Dopo questa prima esperienza, pensi sia opportuno per i soggetti trattati un'interruzione di un mese/due mesi tra un ciclo di trattamenti e il successivo? SI NO

6. Alla fine di questo primo periodo presso il CSP, ritieni valida questo tipo di esperienza all'interno di una struttura pubblica, ai fini di un tirocinio guidato nell'ambito del Percorso Formativo dell'ALARO? SI NO

Le tue osservazioni, le tue domande, i tuoi suggerimenti

.....

.....

**PROGETTO "VIVERE!"
Educatore C.S.P. - Questionario iniziale**

Modulo 1°Periodo dal _____ al _____

Cognome/Nome (iniziali)

Età _____

Provenienza (città – regione) _____

Titolo di studio _____

Professione _____

Ruolo nel CSP _____

5. Da quanto tempo operi nel CSP?

6. Conosci le Discipline Bio-Naturali ? SI NO

7. Ti sei mai sottoposto a trattamenti olistici? SI NO

Se si in quale occasione e per quanto tempo?

.....
.....
.....

8. Conoscevi già l'Ass.ne ALARO? SI NO

9. Hai partecipato alla Giornata della Donazione Pratica del 2005 e del 2006? SI NO

10. Ritieni che la Prano-pratica possa integrare i trattamenti della medicina allopatrica o di ogni altro tipo di terapia convenzionale (psicoterapia, dinamiche di gruppo ecc.) SI NO

11. Ritieni che la Prano-pratica possa aiutarti personalmente:

- Nel superamento di disequilibri fisici
- Nel superamento di disequilibri provocati da ansia e/o stress
- Nel superamento di disequilibri emotivi
- Nel miglioramento dei tuoi rapporti interpersonali
- Nell'aumento della tua capacità di concentrazione
- Nel riequilibrio generale della tua forza psico-energetica

(puoi indicare una o più risposte)

12. Ritieni più opportuno avere un operatore di Prano-pratica che ti segua per la durata di questo Progetto o preferiresti esser seguito da più operatori? _____

13. Ritieni di poter seguire tutto il ciclo di trattamenti in tutta la sua durata (4 settimane)?
SI NO

Le tue osservazioni o le tue domande:

.....
.....

**PROGETTO "VIVERE!"
Educatore C.S.P. - Questionario finale**

Modulo 1°Periodo dal _____ al _____

Cognome/Nome (iniziali)

Età _____

Provenienza (città – regione) _____

Titolo di studio _____

Professione _____

Ruolo nel CSP _____

14. Dopo il primo ciclo di trattamenti ritieni che la Prano-pratica possa integrare i trattamenti della medicina allopatrica o di ogni altro tipo di terapia convenzionale (psicoterapia, dinamiche di gruppo ecc.)
SI NO

15. Ritieni che la Prano-pratica ti abbia aiutato personalmente:

- Nel superamento di disequilibri fisici
- Nel superamento di disequilibri provocati da ansia e/o stress
- Nel superamento di disequilibri emotivi
- Nel miglioramento dei tuoi rapporti interpersonali
- Nell'aumento della tua capacità di concentrazione
- Nel riequilibrio generale della tua forza psico-energetica

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

(puoi indicare una o più risposte)

16. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore di Prano-pratica o avresti preferito esser seguito da più operatori?.....

17. Hai avuto momenti in cui hai pensato di interrompere il ciclo di trattamenti? SI NO

Se si, puoi dirci perché?.....

18. Pensi di partecipare al secondo ciclo di trattamenti previsto dal Progetto Vivere? SI NO

6. Pensi sia opportuno un'interruzione di un mese/due mesi tra un ciclo di trattamenti e il successivo? SI NO

Le tue osservazioni, le tue domande, i tuoi suggerimenti

.....
.....

PROGETTO "VIVERE!"
Ospite C.S.P. - Questionario FINALE

Modulo 1° Periodo dal _____ al _____

Cognome e Nome (iniziali) - _____ M F

Età _____

Provenienza (città – regione) _____

Titolo di studio _____

Professione _____

1. Da quanto tempo sei nel CSP?
2. A quale fase del progetto appartieni?

Accoglienza

.....
.....

3. In questo periodo ti stai sottoponendo ad un trattamento farmacologico? SI NO

4. Alla fine di questo primo ciclo di trattamenti di Prano-pratica vorresti conoscere od entrare in contatto con altre Discipline Bio-Naturali ? SI NO

5. Ritieni che l'inserimento nel tuo percorso di questo ciclo di trattamenti di Prano-pratica sia stato opportuno e produttivo ? SI NO

Se si, perché?.....

In caso contrario, perché?.....

6. Ritieni che la Prano-pratica abbia integrato i trattamenti che già stavi seguendo ? SI NO

7. Ritieni che la Prano-pratica ti abbia aiutato aiutarti :

- Nel superamento di disequilibri fisici
- Nel superamento di disequilibri provocati da ansia e/o stress
- Nel superamento di disequilibri emotivi
- Nel miglioramento dei tuoi rapporti interpersonali
- Nell'aumento della tua capacità di concentrazione
- Nel riequilibrio generale della tua forza psico-energetica

(puoi indicare una o più risposte)

8. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore di Prano-pratica o avresti preferito esser seguito da più operatori?.....

9. Hai avuto momenti in cui hai pensato di interrompere il ciclo di trattamenti? SI NO

Se si, puoi dirci perché?.....

10. Pensi di partecipare al secondo ciclo di trattamenti previsto dal Progetto Vivere? SI NO

11. Pensi sia opportuno un'interruzione di un mese/due mesi tra un ciclo di trattamenti e il successivo? SI NO

Le tue osservazioni, le tue domande, i tuoi suggerimenti.....
.....

APPENDICI

APPENDICE 1^

MODULI 1°- 2°- 3°

Relazioni di sintesi (a cura di Antonella Sardelli)

Lettere/resoconto del CSP

Relazioni degli Operatori e del Tutor

1° MODULO

(15 ottobre -19 novembre 2007)

Relazione di Sintesi del 1° Modulo (dalle Note dei Questionari Finali)

Gli Operatori A.L.A.R.O

La realizzazione del 1° modulo del Progetto Vivere è stata proposta a 4 allievi del 2° corso di Pranopratica, nella fase finale del loro percorso.

Infatti l'esperienza, accanto alla valenza di prima Sperimentazione per l'introduzione di trattamenti di Prano-pratica in un contesto comunitario di recupero, ha assunto, in questa prima fase, anche il ruolo di Tirocinio guidato all'interno del percorso formativo.

Gli allievi Operatori, tre uomini ed una donna, di età dai 35 ai 55 anni, pur svolgendo attività lavorative estranee alle DBN, avevano già attuato esperienze di volontariato, relativamente a trattamenti di prano, presso strutture pubbliche o private, ad anziani o persone comunque in difficoltà.

Hanno operato individualmente, secondo il protocollo sottoscritto con l'Ass.ne ALARO, ciascuno su un gruppo di 4/5 ospiti del CSP.

Sono stati costantemente seguiti e supportati da un Tutor, nella persona di una operatrice di prano-pratica appartenente all'Ass.ne ALARO da lunga data, dotata, oltre che di grande esperienza, di correttezza, precisione, capacità organizzativa e relazionale, accoglienza e umanità.

Anche agli Operatori, come agli Educatori ed agli Ospiti, sono stati somministrati un questionario iniziale ed uno finale, tesi a raccogliere oltre che i dati anagrafici, i risultati di domande a risposta chiusa o multipla inerenti a verificare la valenza del trattamento pranico in questo specifico contesto.

Il comportamento degli allievi è stato corretto ed irreprensibile, così come risulta e dalla relazione del Tutor (vedi *Relazioni*) e da quella del Direttore del Centro stesso (vedi *lettera/allegato n.1*)

Solo uno di essi ha espresso la difficoltà nell'adattamento agli standards previsti dal protocollo operativo, che ha tuttavia seguito nei minimi dettagli, come i colleghi ed il Tutor.

Tutti in modo omogeneo hanno rilevato, se pur nel breve termine di un modulo di 10 giornate, significativi cambiamenti nei soggetti trattati, soprattutto relativamente a difficoltà relative ad ansia, stress, capacità di concentrazione, disequilibri emotivi, disturbi del sonno.

Tutti hanno concordato nel ritenere che la scelta di operare ciascuno sempre sugli stessi soggetti sia stata positiva e che un periodo di sospensione tra questo modulo ed il successivo sia veramente un efficace modo di verifica di quanto i trattamenti di prano abbiano veramente integrato e supportato i percorsi stabiliti nel Centro.

Altre osservazioni di un certo rilievo emergono dalle singole relazioni finali (vedi *Relazioni*).

Gli Educatori del CSP

Il Direttore del Centro, così come la Coordinatrice ed altri tre Educatori, si sono volontariamente sottoposti, per tutto il periodo del 1° modulo, ai trattamenti di prano offerti loro dal Tutor dell'Ass.ne ALARO.

Anche ad essi sono stati somministrati un questionario iniziale ed uno finale esattamente come agli Operatori.

La loro partecipazione costante ed assidua ai trattamenti ha dimostrato quanto l'accoglienza della prano nel Centro sia stata dettata proprio da un atteggiamento di fiducia in questa Disciplina quale possibile integrazione dei percorsi offerti agli Ospiti, visto che essi per primi hanno voluto essere partecipi, dichiarando alla fine di aver notato sensibili miglioramenti della carica energetica, della concentrazione, di certi disequilibri fisici.

Ritengono tutti che la scelta di un operatore fisso su un gruppo sia stata positiva, esprimono dubbi sul periodo di sospensione fra un modulo e l'altro.

Ritengono, da quanto emerge dalla relazione finale di questo primo ciclo, che sia auspicabile non solo la prosecuzione del Progetto, ma addirittura la nascita di un ambulatorio fisso all'interno della struttura. (vedi *lettera/allegato n. 1*)

Gli Ospiti del CSP

Gli ospiti sottoposti ai trattamenti in questa prima fase sono stati inizialmente 18. Due di questi hanno poi lasciato il Centro.(*)

I 16 Ospiti rimasti hanno aderito all'iniziativa con entusiasmo e fiducia, ed alle loro aspettative iniziali in genere è corrisposta una gratificazione finale sui benefici ottenuti.

Emerge dai questionari loro somministrati, che notevole è stata l'acquisizione di benessere e rilassatezza, l'aumento della capacità di "ascolto" delle proprie sensazioni, una certa diminuzione di ansia, l'aumento di forza energetica e di calma.

Alcuni sottolineano, oltre al proprio aumentato benessere fisico, la valenza altamente umana di questa esperienza.

Un solo ospite afferma di non aver trovato benefici o altro e pertanto non ritiene opportuno proseguire questo percorso (29 anni, maschio). Nessun Ospite ha richiesto di partecipare ad attività comuni.

All'inizio dell'esperienza gli Educatori avevano messo in guardia l'Ass.ne sul possibile verificarsi di situazioni di rifiuto del trattamento o quanto meno di abbandono prematuro del percorso.

Il fatto che, non solo non ci sono stati né disagi iniziali né tanto meno abbandoni improvvisi, ma al contrario i ragazzi ospiti abbiano chiesto due ulteriori giornate di trattamento, è la verifica più evidente di quanto il Progetto stia perseguendo degli obiettivi faticosi ma raggiungibili, offrendo una chiara chiave di lettura alle istituzioni e agli enti, di quanto l'integrazione delle DBN agli attuali protocolli ufficiali sanitari e parasanitari potrebbe essere realmente attuabile.

*Note:

Il CSP propone agli ospiti (dopo la fase di Accoglienza durante la quale si effettua la disintossicazione e che va da un minimo di un mese ad un massimo di 7/8 mesi o più) la Comunità vera e propria all'interno della quale sussistono tre Progetti distinti: ABBASSO NARCISO (per coloro che fanno uso di cocaina) - CRISALIDE (rivolto ai polidipendenti) - FENICE (rivolto a chi ha fatto anni di comunità e sono sempre ricaduti nella dipendenza)

A sua volta ciascun Progetto si articola in tre livelli: 1° livello (comunità chiusa) – 2° livello (comunità con alcune uscite ricreative non da soli) – 3° livello (reinserimento).

Allegato 1

CSP: Resoconto del 1° Modulo

Prato, 20/11/07

Spett.le Associazione A.L.A.R.O. Toscana

Alla Cortese attenzione del Presidente Dr. Gabriele Laguzzi

Con questa nostra intendiamo ringraziare l'Associazione A.I.A.R.O. che dal 15 ottobre al 19 novembre u.s. ha svolto un ottimo lavoro con gli utenti ospiti nella nostra struttura comunitaria.

Come previsto dal primo modulo del "Progetto Vivere !", 15 utenti e 5 educatori della Comunità Pedagogica sono stati seguiti con trattamenti integrativi di DBN e prano-pratica, nel loro percorso di riabilitazione dalla tossicodipendenza.

L'esito del primo modulo è stato estremamente positivo.

Hanno aderito al progetto tutte le persone a cui è stato proposto, e nessuno di loro ha abbandonato i trattamenti.

La puntualità da parte degli utenti nel presentarsi ai trattamenti è stata spontanea e precisa.

Tutti hanno constatato in generale un maggior senso di rilassatezza e del tono psicofisico. Alcuni hanno osservato anche benefici effetti su disturbi di tipo fisico (ad es. la ricomparsa del ciclo mestruale, o una migliore qualità del sonno).

Considerando la sindrome amotivazionale, l'incostanza, e lo scarso interesse verso il proprio benessere tipici degli utenti dipendenti da sostanze stupefacenti, i punti sopra elencati sono sorprendentemente positivi .

La nostra valutazione si basa inoltre sull'aver osservato la disponibilità, la correttezza e la sensibilità degli operatori pratici verso gli utenti, testimonianza concreta di una dimensione etica e valoriale che riteniamo fondamentale per prestare servizio in questo ambiente.

In conclusione, in attesa di effettuare anche i moduli successivi come previsto dal "Progetto Vivere", si auspica che in futuro l'Associazione A.L.A.R.O. possa collaborare stabilmente con la ns. Comunità, attraverso la costituzione di un Ambulatorio Permanente di DBN e Prano-pratica all'interno della struttura

Porgendo quindi i nostri più sentiti ringraziamenti, Vi auguriamo buon lavoro!

Il responsabile dell'Area Riabilitazione
Alfredo Arisi

Comunità la Pieve del **Centro di Solidarietà di Prato**,
Associazione ONLUS, Ente ausiliario (AUSL 4 Prato) della Regione Toscana

Relazioni Finali del 1° Modulo (del Tutor e degli Operatori)

Ivana Mugnari (Tutor)

(...) All'inizio ero un po' titubante per le mie insicurezze, per le paure che a volte mi aleggiavano dentro, ma dopo il primo giorno tutto questo è svanito nel nulla.

E' diventato naturale, come l'avessi fatto da sempre. L'esperienza del Centro è stata positiva.

Quando si arrivava, sentivo il calore di quei ragazzi che ci aspettavano davanti al camino acceso offrendoci una tazza di caffè; e prima di iniziare i trattamenti pranici alcuni di loro ci raccontavano frammenti di vita e di lavoro, dei loro affetti e di quel tunnel in cui erano scesi, riemergendo e ridiscendendo poi nuovamente, sempre alla ricerca di quella luce che a volte riuscivano a vedere e a volte purtroppo no.

(...) Gli Operatori Cristina, Lorenzo, Maurizio e Baldassarre si sono dimostrati persone umili e di grande umanità e verso gli altri hanno operato con grande responsabilità e puntualità.

I ragazzi li aspettavano con fiducia e hanno portato a termine il lavoro nei giorni prestabiliti, chiedendo anche di prolungare di due giorni i trattamenti e, sebbene non avessero mai avuto prima esperienza di trattamenti pranici, dicevano di essere molto rilassati, di trovare una pace interiore ed una energia umana mai provata (...).

I soggetti trattati hanno detto che la pratica del prana ha portato loro un *particolare rilassamento fisico e mentale, una diminuzione dell'ansia* che inevitabilmente li coglie durante la fase del recupero in Comunità.

Una ragazza mi ha detto *"avete introdotto un'energia pura ed una grande solidarietà umana"*.

I responsabili, Alfredo e Angela, gli Educatori, Gianna, Miriam e Tonino, sono stati molto cordiali e con loro si è subito instaurata una gran sintonia di intenti e si sono sottoposti ai trattamenti pranici traendone una opinione positiva.

Maurizio Simonetti (Allievo Operatore)

(...) Personalmente ritengo questa esperienza come un'esperienza estremamente positiva, (...) e credo che lo sia stata per entrambe le parti, ossia per chi ha dato e per chi ha ricevuto (...).

Devo confermare che gli ospiti della Comunità sono stati veramente **costanti** nel partecipare ai trattamenti: è ciò che ritengo essere un fatto positivo per loro, per noi, e per le finalità del Progetto.

Sono inoltre rimasto colpito dal fatto che - esaminando i dati raccolti nel mio calendario dei trattamenti sotto la voce note - si sia passati da frasi, riferite dai soggetti trattati, del tipo: *"sensazione generale di benessere, di rilassamento, di energia pulsante ad onde, ecc.*

a frasi - nella fase mediana - del tipo: *"ho sentito un benessere generale, un rilassamento, mi sono sentito più rilassato e calmo, ho sentito un particolare calore alla testa", ecc.*

per passare - nell'ultima fase - a frasi del tipo: *"ho sensibilmente migliorato il mio stato psico-fisico, sono riuscito a staccare la spina, adesso riesco a dormire e ad alzarmi riposato al mattino, ecc.*

Ho voluto evidenziare in *corsivo* alcune parole per far notare come si sia passati da una fase poco definita delle descrizioni dei primi trattamenti, da parte degli Ospiti, ad una fase più certa e definita nella fase mediana, per arrivare alla descrizione di un RISULTATO nella fase finale dei trattamenti.

Lorenzo Sbrinci (Allievo Operatore)

Devo accettare di andare a trovarli
in quella prigione che li libererà.

Baldassarre Greco (Allievo Operatore)

Il "Progetto Vivere!" per me è stata un'esperienza bella e singolare in quanto sono stati trattati dei soggetti particolari.

Secondo me questa esperienza mi è servita in prima persona in quanto – nel fare i trattamenti – ho avvertito delle sensazioni differenti dalle normali sensazioni che sento sulle persone che normalmente tratto.

Questa esperienza dovrebbe essere ripetuta, specie se dal CSP di Prato arriveranno risultati positivi in riferimento al Progetto.

Per quanto riguarda i soggetti trattati io ne ho trattati due, dato i miei impegni di lavoro. Il soggetto A e il soggetto B: il soggetto più interessante è stato quello A.

Infatti fin dal primo trattamento, specialmente interessando l'area encefalica, dimostrava rigidità, tremolio continuo e sonnolenza profonda durante tutto il periodo delle applicazioni. Dal quinto al decimo trattamento il soggetto ha dimostrato un cambiamento totale con evidente rilassamento fisico.

Il soggetto B non ha dimostrato nessuna particolare manifestazione durante i trattamenti.

Cristina Del Pilar Barros (Allievo Operatore)

Il Tirocinio svolto mi ha permesso di aiutare persone con disagi, facendomi sentire utile e donandomi gioia.

Non ho incontrato nessuna difficoltà nell'approccio con i soggetti, poiché questi hanno accolto l'attività con entusiasmo, permettendo lo svolgimento della stessa con serenità.

La pratica è durata dieci sedute, e in questo tempo ho potuto capire le problematiche degli individui per poter applicare al meglio i protocolli.

E' opportuno l'intervallo tra due o più cicli dei trattamenti: questo intervallo è necessario per capire se il beneficio, per il soggetto trattato, sia momentaneo o duraturo nel tempo.

Agire sullo stesso soggetto mi ha dato la possibilità di imparare quale tipo di trattamento può giovare su quel particolare individuo e quale invece da evitare.

Al termine di questa esperienza posso dire di aver imparato molto e di essere rimasta soddisfatta dei risultati ottenuti.

Penso che i trattamenti pranici siano stati utili in questo Centro, per noi e per tutti i soggetti trattati.

Sarà possibile fare altrettanto in altre strutture simili?

2° MODULO

(30 gennaio – 29 febbraio 2008)

Relazione di Sintesi del 2° Modulo *(dalle Note dei Questionari Finali)*

Gli Operatori A.L.A.R.O

La realizzazione del 2° modulo del Progetto Vivere è stata proposta a 4 operatori ALARO già in possesso dell'attestato finale della Scuola di Pranopratica (tra gli Operatori questa volta si inserisce anche il Tutor , che oltre a trattare gli Educatori del CSP, ha trattato un gruppo di Ospiti).

Gli Operatori, tre donne ed un uomo, di età dai 55 ai 60 anni, vantavano consolidata esperienza professionale.

Hanno operato individualmente, secondo il Protocollo sottoscritto con l'Ass.ne ALARO, ciascuno su un gruppo di 4/5 ospiti del CSP.

Secondo il Protocollo, in questa seconda fase, hanno eseguito i trattamenti irraggiando con lieve contatto delle mani.

Come nel 1° modulo, sono stati loro somministrati un questionario iniziale ed uno finale, tesi a raccogliere oltre che i dati anagrafici, i risultati di domande a risposta chiusa o multipla inerenti a verificare la valenza del trattamento pranico in questo specifico contesto.

Gli Operatori , fortemente motivati dal desiderio di portare la loro personale esperienza in una struttura pubblica - ma soprattutto a vantaggio di persone giovani il cui disagio differisce notevolmente dai casi di disequilibrio energetico trattati di solito in un ambulatorio privato - si sono confermati come risorsa di impegno, dedizione e grande umanità.

Hanno personalmente segnalato, negli ospiti trattati, come conseguenze "indirette" dei trattamenti pranici integrativi al percorso di recupero, miglioramenti sia a livello fisico (riduzione di emicrania, regolarizzazione del ciclo mestruale, riduzione dei dolori cervicali, miglioramento della deambulazione in caso di infiammazione del nervo sciatico, diminuzione di dolori muscolari in genere, diminuzione degli effetti collaterali del metadone), sia a livello psicosomatico (miglioramento dello stato di sonno, diminuzione di ansia e sudorazione, maggior tranquillità, voglia di raccontare le proprie esperienze e i propri disagi, miglioramento dell'umore).

Hanno raccolto le loro impressioni in un breve resoconto giornaliero, annotando, accanto alle gratificazioni più scontate, anche "lo scetticismo" di alcuni soggetti superato positivamente da risultati insperati e la soddisfazione di alcuni per l'apposizione diretta delle mani durante i trattamenti.

Alcuni suggeriscono l'uso di musica di sottofondo durante i trattamenti.

Ritengono che l'esperienza sia stata di una valenza unica, sia per l'accoglienza ricevuta sia per i lusinghieri risultati ottenuti, superiori alle personali aspettative iniziali; un'esperienza ricca di emozioni preziose per una personale crescita umana e professionale.

Gli Educatori del CSP

Anche in questo 2° Modulo il Direttore del Centro, così come la Coordinatrice ed altri Educatori, si sono volontariamente sottoposti ai trattamenti di prana, ma gli incontri sono stati ridotti a favore di un maggior intervento nei confronti degli Ospiti.

Hanno tuttavia confermato un atteggiamento di fiducia verso questa Disciplina Naturale soprattutto per i notevoli risultati conseguiti su problemi di sofferenza articolare o muscolare, ma soprattutto per un sostanziale progressivo miglioramento della carica energetica e della concentrazione.

Ritengono opportuno sottolineare di nuovo quanto sia auspicabile, al termine del Progetto, la nascita di un ambulatorio fisso all'interno della struttura. (vedi *Lettera allegato n. 2*)

Gli Ospiti del CSP

Gli ospiti sottoposti ai trattamenti in questa seconda fase sono stati inizialmente diciotto. Sei di questi hanno poi lasciato il Centro.

Tra tutti, nove ospiti avevano aderito anche al 1° modulo.

Anche in questa fase tutti hanno partecipato con costanza e fiducia, alcuni positivamente spinti da coloro che già avevano ricevuto i trattamenti nel primo ciclo; nessuno ha abbandonato le sedute se non coloro che in itinere hanno abbandonato il Centro.

Notevole è stato il gradimento del trattamento con il contatto diretto delle mani, ritenuto non invasivo bensì un modo piacevole di prendersi cura dei loro bisogni.

Dai questionari loro somministrati emerge, che le aspettative iniziali relative al superamento di disequilibri fisici ed emotivi, sono state ampiamente soddisfatte dai risultati ottenuti, che nessuno ha pensato di interrompere i trattamenti, che tutti hanno auspicato di partecipare al ciclo successivo.

Alcuni suggeriscono di fare i trattamenti in un ambiente più silenzioso, magari abbinando un sottofondo musicale. Nessun Ospite ha richiesto di partecipare ad attività comuni.

Dalla Relazione finale del Responsabile Alfredo Arisi emerge infine che tutti gli utenti non hanno mai tentato in alcun modo di "squalificare" gli Operatori, cosa che invece accade spesso in queste situazioni come meccanismo di difesa verso persone esterne al Centro.

I trattamenti, inoltre, hanno in qualche modo energeticamente "smosso", in alcuni casi particolari, situazioni stagnanti provocando manifestazioni comportamentali spiacevoli, ma paradossalmente positive, proprio per poter dare la possibilità di essere rielaborate (*vedi Lettera/allegato n.2*).

Allegato 2

CSP: Resoconto del 2° Modulo

Prato, 03/03/08

Spett.le Associazione A.L.A.R.O. Toscana

Alla Cortese attenzione del Presidente Dr. Gabriele Laguzzi

Il Centro di Solidarietà di Prato ringrazia l'Associazione A.I.A.R.O. che dal 30 gennaio al 29 febbraio u.s. ha proseguito il proprio lavoro con gli utenti ospiti nella nostra struttura comunitaria

Come previsto dal "Progetto Vivere", il secondo modulo si è svolto dal 30/01/08 al 29/02/0815: gli utenti (e alcuni educatori) della Comunità Pedagogica sono stati seguiti con trattamenti integrativi di DBN e prano-pratica, nel loro percorso di riabilitazione dalla tossicodipendenza

Anche l'esito di questo secondo modulo è stato estremamente positivo: infatti hanno aderito al progetto tutte le persone a cui è stato proposto, spinti da coloro che hanno partecipato al primo modulo, (e che hanno rinnovato la loro partecipazione) e nessuno di loro ha abbandonato i trattamenti, se non chi ha, purtroppo, interrotto la comunità.

Complessivamente si rilevano tutti i dati positivi che abbiamo sottolineato alla conclusione del primo modulo.

Inoltre si sottolinea che gli utenti hanno gradito il fatto che questi operatori in alcuni casi usassero il contatto delle mani, che non è stato vissuto come invasivo, ma anzi, come un piacevole "prendersi cura" di loro in modo ancora migliore.

Tutti gli utenti hanno parlato bene degli operatori pranic, senza squalificarli, cosa che avviene spesso – come meccanismo di difesa - verso persone esterne che vogliono aiutarli.

Secondo noi lo "smuovere" energeticamente le persone ha contribuito a manifestazioni comportamentali apparentemente spiacevoli, che sono "agiti" concreti dei disturbi presentati dai nostri ospiti, e che devono appunto manifestarsi per poter essere elaborati.

In conclusione, in attesa di effettuare il terzo e ultimo modulo come previsto dal "Progetto Vivere", siamo a sottolineare l'importanza di una futura stabile collaborazione con l'Associazione A.L.A.R.O., attraverso la costituzione di un Ambulatorio Permanente di DBN e Prano-pratica all'interno della comunità

Rinnovando quindi i nostri più sentiti ringraziamenti, Vi auguriamo buon proseguimento!

Il responsabile dell'Area Riabilitazione

Alfredo Arisi

Relazioni Finali del 2° Modulo (del Tutor e degli Operatori)

Ivana Mugnari (Tutor e Operatore)

A seguito della conclusione del secondo modulo che si è svolto dal 30/01/08 al 29/02/08, ho tratto le conclusioni che vado ad esporre.

Gli utenti che hanno aderito al secondo modulo, vi hanno partecipato con grande motivazione ed entusiasmo. Nel corso dei trattamenti a cui essi sono stati sottoposti due volte alla settimana ho riscontrato un progressivo rilassamento con conseguente miglioramento dell'umore.

Ottimi risultati sono stati ottenuti nei confronti di patologie quali emicrania ed interruzione del ciclo, legati alla situazione fisica e psicologica nella quale versavano gli utenti.

I responsabili del centro che si sono sottoposti a loro volta ai trattamenti, sono persone di grande sensibilità ed umanità degni del rispetto e dell'ammirazione che tutti noi operatori nutriamo nei loro confronti grazie anche all'impegno e alla dedizione che caratterizza il loro operato.

Questa esperienza mi ha arricchito di emozioni e di una conoscenza a livello umano e professionale davvero unica. Tutto questo non può non costituire uno stimolo a credere e a portare avanti questo importante progetto.

Caricasole Fernando (Operatore)

Ritengo l'esperienza fatta nella comunità di recupero di Prato molto positiva, sia come operatore sia per le risposte avute.

Le grosse problematiche degli ospiti non mi consentivano, realisticamente, le aspettative che avrei desiderato ed è con questo spirito, ma con tanta buona volontà che ho iniziato. Alla fine del percorso dire che sono rimasto soddisfatto è dire poco.

La loro presenza, costante, interessata, la disponibilità nel mettersi letteralmente nelle mie mani, mi ha piacevolmente sorpreso come un ragazzo che, dichiaratosi "scettico" all'inizio, all'ultima terapia ha confessato, grato, di non esserlo più.

Già questo mi bastava, ma altri mi hanno detto *di riposare meglio, più tranquilli e di godere di uno stato generale sicuramente migliore.*

Non sono miracoli, ma certamente non è poca cosa e sommata ai lusinghieri risultati riportati da chi operava con me mi fa senz'altro affermare che questa iniziativa ha tutto il diritto e la necessità di continuare, con piccoli aggiustamenti, con la possibilità di sicuro perfezionamento.

Laura Donati (Operatore)

(...) Il primo giorno (...) siamo stati accolti bene da tutti, con molto entusiasmo, specie da chi doveva iniziare i trattamenti. Siamo stati soddisfatti di aver portato a termine le terapie fatte con impegno e tanto amore e i ragazzi ci hanno fatto presente che il *contatto con le mani calde è stato molto gradito e piacevole.*

I ragazzi trattati da me erano all'inizio molto ansiosi, tutti con il mal di testa e con il sistema immunitario con notevoli alterazioni; inoltre dormivano male e manifestavano dolori muscolari, alle spalle e alle gambe.

Al termine del ciclo di trattamenti tutti si sentivano meglio e dichiaravano di essere molto rammaricati di aver terminato le sedute praniche.

Mi è dispiaciuto lasciarli perché mi ero affezionata a loro. (...) Per me è stata una esperienza bellissima ed emozionante.

Consumi Loredana (Operatore)

(...) Inizialmente mi ero preoccupata sul come creare il primo approccio con i ragazzi da trattare: (...) ma quando il primo ragazzo si è sdraiato sul lettino mi sono lasciata andare, il mio istinto è stato il contatto con le mani, come volermi prendere cura di lui.

Durante le sedute i ragazzi parlavano e ognuno di loro ha voluto raccontare la propria storia e sentivo che il loro racconto era liberatorio.

Ho instaurato un bel rapporto, specialmente con S. che più volte mi abbracciava e piangeva.

Ho notato che nel corso dei trattamenti i ragazzi erano meno addormentati e più tranquilli e hanno affrontato *meglio lo scalare del Metadone.*

Inoltre a F. sono passati i dolori cervicali e a R. sono diminuite le forti sudorazioni e ha scalato meglio il Metadone.

G. aveva due ernie con forti dolori alla schiena ed al nervo sciatico fino al polpaccio, tali da impedirgli di camminare normalmente: alla decima seduta di trattamento i dolori erano spariti e mi ha detto che ha giocato persino a calcio.

(...) I ragazzi hanno fatto richiesta di poter continuare le sedute praniche.

3° MODULO

(8 aprile-16 maggio 2008)

Relazione di Sintesi del 3° Modulo *(dalle Note dei Questionari Finali)*

Gli Operatori A.L.A.R.O

La realizzazione del 3° modulo del Progetto Vivere è stata riproposta a 2 allievi del 3° anno ALARO in procinto di ottenere l'attestato finale della Scuola di Pranopratica (allievi che hanno operato nel 1° modulo di questo stesso Progetto) e ad 1 allieva del 2° corso che non ha potuto concludere il ciclo di trattamenti per motivi personali.

Con essi, in qualità di Operatore, ha concluso il Progetto il Tutor Sig. ra Ivana Mugnari che ha potuto così seguire in tutto il suo corso questa sperimentazione con una visione globale e completa dell'esperienza.

Gli Operatori effettivi, due donne ed un uomo, di età dai 38 ai 55 anni, si sono pertanto trovati in una privilegiata situazione operativa, conoscendo già molti dei soggetti da trattare e potendo fare una comparazione tra la situazione iniziale e quella conclusiva.

Hanno operato individualmente, secondo il Protocollo sottoscritto con l'Ass.ne ALARO, ciascuno su un gruppo di 4/5 ospiti del CSP.

Secondo il Protocollo, in questa fase, hanno eseguito i trattamenti irraggiando con lieve contatto delle mani o a breve distanza dal corpo, secondo le esigenze di ogni particolare situazione.

Come nei due moduli precedenti, sono stati loro somministrati un questionario iniziale ed uno finale, tesi a raccogliere oltre che i dati anagrafici, i risultati di domande a risposta chiusa o multipla inerenti a verificare la valenza del trattamento pranico in questo specifico contesto.

Anche in questa fase gli Operatori hanno potuto osservare negli Ospiti trattati - come conseguenze "indirette" dei trattamenti pranici integrativi al percorso di recupero - notevoli miglioramenti sia a livello fisico (cefalee, dolori cervicali, lombosciatalgie, disturbi dell'apparato digerente) che a livello psicosomatico (ansia, stress, insonnia, stati emozionali).

Sottolineano dell'esperienza trascorsa soprattutto il lato affettivo ed umano, l'entusiasmo e l'orgoglio per i risultati ottenuti, la preoccupazione e l'emozione di operare "ascoltando" le difficoltà e le prove interiori dei ragazzi del Centro, le riflessioni sui concetti di "fragilità" e di "normalità", ponendo l'attenzione sul Prana come mezzo di comunicazione per eccellenza.

Si auspicano che questo sia stato solo l'inizio di un lungo percorso che porti, da ambo le parti, una forte volontà di collaborazione affinché *"... un inciampo non sia necessariamente una caduta"* e il Prana, veicolo di Amore, possa agire là dove occorre un supporto "stabile e continuativo" agli interventi finalizzati al superamento del disagio in tutte le sue forme.

Gli Educatori del CSP

Anche in questo 3° Modulo alcuni Educatori hanno nuovamente richiesto di fruire di trattamenti pranici, ma, dato l'esiguo numero di Operatori disponibili e la vasta richiesta degli Ospiti, le sedute sono state numericamente ridotte, se pur positive.

Gli Ospiti del CSP

Gli ospiti sottoposti ai trattamenti in questa terza fase sono stati inizialmente quattordici tra cui solo due erano nuovi ai trattamenti durante questo Progetto.

Una ragazza si è ritirata dopo le prime sedute affermando di non percepire l'energia dell'Operatore, ma rammaricandosi nella scheda finale di non aver chiesto di continuare magari con altre modalità.

Vengono rilevate alcune differenze nei trattamenti tra i vari cicli; alcuni ragazzi notano una diversità nell'energia degli operatori e nel modo di eseguire i trattamenti.

Probabilmente, come si nota da un'accurata analisi delle schede e dei registri da cui si risale agli operatori che hanno agito sul singolo utente, ciò che è stato evidenziato è un diverso approccio con il soggetto trattato tra Operatori professionisti e allievi tirocinanti che se pur in modo adeguato e serio, si sono comportati con meno sicurezza e maggior titubanza.

Tuttavia tutti asseriscono di aver ricevuto dai trattamenti giovamento fisico, mentale ed emotivo, superamento di tensione muscolare, rilassamento, diminuzione dell'ansia.

E' stato nuovamente messo in evidenza il gradimento del trattamento con il contatto diretto delle mani anziché in prossimità del corpo.

Nessun Ospite ha richiesto di partecipare ad attività comuni.

In generale gli Ospiti esprimono gran soddisfazione, auspicano il ripetersi dell'esperienza vissuta...e c'è anche chi spera in futuro di poter divenire a sua volta Operatore del Prana!

Nella Relazione finale del Direttore del Centro si evidenziano la positività dell'esperienza, la continuità degli Ospiti nel seguire i trattamenti e la richiesta da parte di chi non ha potuto essere inserito nel campione del Progetto di poter usufruirne in un prossimo futuro.

Ma ciò che maggiormente assume valenza essenziale per poter determinare il successo del Progetto Vivere è il raggiungimento di tutti gli obiettivi proposti e il conseguimento di *benefici verificabili* fra i quali spicca **la diminuzione di farmaci da banco** (vedi *Lettera/allegato n.3*).

Allegato 3

CSP: Resoconto del 2° Modulo

Prato, 19/05/08

Spett.le Associazione A.L.A.R.O. Toscana

Alla Cortese attenzione del Presidente Dr. Gabriele Laguzzi

Il Centro di Solidarietà di Prato ringrazia l'Associazione A.I.A.R.O. che dal 08 aprile al 16 maggio u.s. ha proseguito il proprio lavoro con gli utenti ospiti nella nostra struttura comunitaria, concludendo così in modo molto positivo il "Progetto Vivere!".

Come previsto dal "Progetto Vivere", il terzo modulo si è svolto dal 08/04/08 al 16/05/08: gli utenti (e alcuni educatori) della Comunità Pedagogica sono stati seguiti con trattamenti integrativi di DBN e prano-pratica, nel loro percorso di riabilitazione dalla tossicodipendenza.

Anche l'esito di questo terzo modulo è stato estremamente positivo: infatti hanno aderito al progetto tutte le persone a cui è stato proposto, spinti da coloro che hanno partecipato agli altri moduli, (e che hanno rinnovato la loro partecipazione) e nessuno di loro ha abbandonato i trattamenti, se non chi ha, purtroppo, interrotto la comunità.

Complessivamente si continuano a rilevare tutti i dati positivi che abbiamo sottolineato alla conclusione dei precedenti moduli.

Tutti gli utenti che hanno partecipato al progetto ne auspicano una continuazione, mentre chi non è rientrato nel progetto, ne ha fatto richiesta diretta.

In conclusione, possiamo dire che il "Progetto Vivere" ha raggiunto tutti i suoi obiettivi, e sicuramente i nostri utenti ne hanno tratto alcuni benefici verificabili come per esempio: **riduzione del consumo di farmaci da banco, maggior equilibrio nell'alimentazione, ricomparsa del ciclo mestruale in alcune utenti, migliore equilibrio energetico in generale.**

Per questo motivo siamo a richiedere una futura stabile collaborazione con codesta Associazione, attraverso la costituzione di un Ambulatorio Permanente di DBN e Prano-pratica all'interno della comunità.

Rinnovando quindi i nostri più sentiti ringraziamenti, Vi auguriamo buon proseguimento!

Il responsabile dell'Area Riabilitazione

Alfredo Arisi

Relazioni Finali del 3° Modulo (del Tutor e degli Operatori)

Ivana Mugnari (Tutor e Operatore)

Nel corso del terzo modulo ho avuto la possibilità di lavorare come operatore, quindi a stretto contatto con gli "ospiti" che si sono sottoposti al trattamento pranico.

A differenza dei precedenti moduli, durante i quali mi sono occupata del trattamento rivolto ai responsabili del centro, questa volta il diverso rapporto instaurato con gli ospiti mi ha permesso di osservare più da vicino gli effetti e le reazioni ai trattamenti.

Gli ospiti hanno, ancora una volta, dimostrato volontà e costanza durante tutto il ciclo dei trattamenti, attesi con gioia e con la consapevolezza del beneficio fisico e psichico che da essi traevano.

Come conseguenze "indirette" dei trattamenti di prana si sono riscontrati visibili risultati per ciò che concerne il miglioramento dello stato energetico ed omeostatico là dove erano presenti cefalee, dolori cervicali, lombo-sciatalgie, ansia, stress e insonnia.

Sono riuscita, poco a poco ad instaurare con gli ospiti un rapporto di collaborazione e di fiducia che li ha portati ad un dialogo aperto e sincero, il quale ha sicuramente contribuito al buon esito del trattamento e al miglioramento della loro condizione.

Considero tutto questo un successo dal momento che mi sono trovata a trattare con persone in evidente stato di disagio fisico e psichico e con una certa manifesta tendenza a rifiutare aiuti, soprattutto esterni.(...).

Lorenzo Sbrinci (Allievo Operatore)

In questo 3° modulo, che per me è il secondo, ho trattato quattro persone, anzi all'inizio erano cinque, ma poi una di loro dopo la terza volta ha sospeso i trattamenti.

Una persona l'avevo già conosciuta al 1° modulo e ciò mi ha permesso di verificare i suoi progressi, l'evoluzione del suo cammino interiore, la possibilità di aprirsi con se stessa e gli altri, vincere su dubbi e paure o cercare di comprendere emozioni latenti.

Gli altri sono stati per me una nuova scoperta, una possibilità di comprendere ed aiutare.

Rispetto all'altro modulo, dove i dolori fisici erano più somatizzati, in questo ho rilevato più gli aspetti legati all'anima (campo psicoenergetico).

Il Prana è un metodo di comunicazione straordinario, sia svolto in contatto terapia che in proximo, durante il quale le persone si sentono rilassate e a proprio agio.

(...)Un giorno, durante un trattamento, ascoltando tutte le difficoltà e le prove interiori affrontate dai ragazzi del centro, ho pensato che essi sono le persone che in questa vita sono preposte ad affrontare tematiche dell'*anima*, per le quali è richiesta una particolare "dote": la sensibilità.

Molta gente potrebbe ritenere gran parte di loro "fragili", labili personalità dalla vaga identità personale, ma secondo me essi, meglio di chiunque altro, in special modo di tanta gente che non ha il coraggio di guardarsi dentro e dunque non ne avverte la necessità e che poi si professa "normale" e magari in gamba, essi - dicevo- assolvono al grande compito dell'evoluzione personale, guardandosi dentro fino in fondo e spesso con dolore, causato, se così si può dire- da quella **estrema sensibilità** che li ha portati fin qui.

Barros Cristina Del Pilar (Allievo Operatore)

Ho intrapreso questo progetto con molta gioia e con tanto entusiasmo per il poter stare qui con questi ragazzi bisognosi di amore e comprensione: ed è stata per me un'esperienza molto positiva.(...).Nel primo modulo posso dire che mi sono trovata molto bene, contenta e entusiasta della loro risposta ai trattamenti, specie quando mi raccontavano che si sentivano più tranquilli e sereni, e si rilassavano a tal punto da addormentarsi sul lettino.

Con grande entusiasmo e molta gioia ho iniziato il terzo modulo. Mi sono presentata nella comunità, dove mi hanno accolto come se fossi di casa, come un loro parente che mancava da tanto tempo: questa è la sensazione che mi hanno trasmesso per tutto il periodo.

Devo dire che sono ragazzi fantastici bisognosi di tanta comprensione e tanto amore.

Posso raccontare due episodi in particolare:

uno riguarda una ragazza molto giovane mamma di una bimba di 22 mesi (il suo compagno è in comunità con lei).

Mi racconta la sua storia e poi nella ultima seduta mi confessa che questa è la seconda volta che riceve il prana e che la prima volta ha sentito molto più calore ma che però ora si sente molto più carica con tanta energia a tal punto di anticipare il programma di recupero e di cercare lavoro (...).

Il secondo episodio riguarda un uomo di più di 40 anni, molto nervoso e irrequieto.

Anche lui mi racconta la sua storia e mi riferisce che ha molto dolore alla schiena; dice che è la prima volta che riceve il prana e che sente molto sollievo ai dolori della schiena e si rende conto che sta cambiando il suo atteggiamento con gli altri ospiti della casa: si sente più tranquillo, riflette prima di parlare o agire ed è più contento di questo cambiamento.(...).

Penso che sia opportuno rifare queste sedute a questi ragazzi tanto bisognosi di affetto e di amore e soprattutto comprensione perché per qualcuno *"un inciampare non è una caduta..."*.

APPENDICE 2[^]

ELABORAZIONE DATI E STATISTICA

osservazioni e comparazione dei grafici

(a cura di Antonella Sardelli)

OSSERVAZIONI E COMPARAZIONE DEI GRAFICI

I Questionari proposti agli Ospiti sono serviti come semplice strumento di rilevazione statistica, che pur in forma modesta e ridotta, dato il piccolo numero di utenti trattati e la brevità del Progetto, può servire a “fotografare” in modo oggettivo il lavoro svolto in questo primo periodo e a poterlo confrontare in seguito con i risultati dei cicli successivi.

La somministrazione è avvenuta , da parte di un Educatore del Centro, prima dell’inizio dei trattamenti e qualche giorno dopo la fine degli stessi.

Lo scopo prefisso di questa parte del Progetto è quello di lasciare una semplice documentazione facilmente interpretabile relativamente ad una valutazione reale su quanto i trattamenti di Pranopratica possano dare maggiori risposte a problematiche di tipo fisico o emotivo o relazionale in soggetti sensibili come gli utenti del Centro.

1°MODULO

Se vogliamo addentrarci in un “ambizioso” confronto dei grafici elaborati sulle risposte dei questionari proposti, ci troveremo ad osservare come gli Ospiti che hanno aderito al primo Ciclo di trattamenti siano stati prevalentemente maschi, di età compresa dai 35 ai 45 anni, residenti in Toscana, di livello culturale medio, con lavoro indicativamente dipendente.

Si osserva che mediamente sono al Centro da qualche mese, che appartengono soprattutto al 1° livello del Programma, che si stanno sottoponendo ancora a trattamento farmacologico.

Il confronto fra i dati dei Questionari iniziali e di quelli finali evidenzia che, se inizialmente la maggioranza degli Ospiti ritiene opportuno l’inserimento nel proprio percorso dei trattamenti di prano-pratica , ritenendoli integrativi alle cure in atto, a conclusione del ciclo riconferma la fiducia iniziale e la soddisfazione dei risultati ottenuti.

Se all’inizio prevale, su tutte le voci proposte nel questionario, la fiducia che il trattamento pranico aiuti nel superamento dei disequilibri emotivi , il confronto dei dati evidenzia che alla fine invece è maggiore la soddisfazione per il superamento dei disequilibri provocati da ansia e stress e per il riacquistato riequilibrio generale della forza energetica.

Se all’inizio risultava di poco conto l’importanza di essere seguiti da uno o più operatori, alla fine del Ciclo gli Ospiti esprimono, quasi nella totalità, la gratificazione di essere stati trattati da un solo operatore ciascuno.

Sulla disponibilità iniziale a seguire tutto il ciclo di trattamenti, segue un’unanime comportamento di costante partecipazione.

2°MODULO

I dati dei questionari iniziali del 2° modulo ripetono più o meno le risposte date nella fase precedente: infatti 14 dei 18 ospiti trattati sono gli stessi del 1° ciclo, solo 4 affrontano l'esperienza per la prima volta.

In maggioranza viene riconfermata la fiducia nell'integrazione della pranopratica con i trattamenti di routine del Centro, farmacologici e non.

Nelle risposte ai quesiti finali (considerando che 6 degli ospiti tra hanno interrotto i trattamenti perché completamente usciti dal programma del Centro), la totalità degli Ospiti riconferma l'opportunità dei trattamenti di prano ; 9 su 12 affermano che i due percorsi si sono integrati; 10 su 12 affermano la positività di essere seguito da un solo operatore. Tutti dichiarano di non aver mai pensato di interrompere il ciclo e di voler partecipare al prossimo.

La soddisfazione dei risultati, risulta ancora abbastanza omogenea fra superamento di disequilibri fisici (9 risposte), disequilibri emotivi (8 risposte), disequilibri provocati da ansia e stress (9 risposte), riequilibrio generale (7 risposte). Meno importanti i risultati sul miglioramento dei rapporti interpersonali e sull'aumento della concentrazione (4 risposte cd).

3°MODULO

Da notare in questo 3° ciclo (14 Ospiti di cui 12 già trattati e 2 nuovi) sono alcune non risposte iniziali, corrispondenti, nei quesiti finali, a risposte negative circa l'abbandono del ciclo e circa la partecipazione futura ad altri moduli (infatti 1 ospite ha abbandonato i trattamenti , ma alla fine ha compilato il questionario esprimendo ripensamento sul suo comportamento (Vedi Relazione di Sintesi).

Resta confermata la soddisfazione per il superamento di disequilibri fisici (10 risposte su 14) e disequilibri per ansia e stress (12 su 14). Emerge questa volta il dato positivo del raggiungimento del riequilibrio generale energetico (13 su 14).

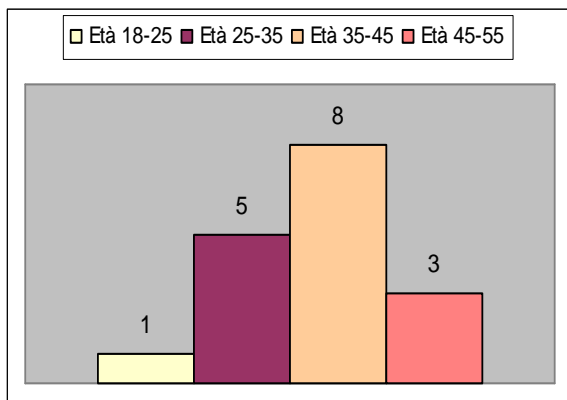
Si tratta di piccoli risultati che non fanno testo per una vera indagine statistica, ma che potranno fornirci, al termine di questo Percorso sperimentale, uno strumento di verifica in itinere utile per poter in futuro stabilire con maggior incisività "Obiettivi Specifici di Intervento" atti a rendere la Prano-pratica un supporto notevole per il miglioramento della qualità di vita di utenti in disagio.

GRAFICI

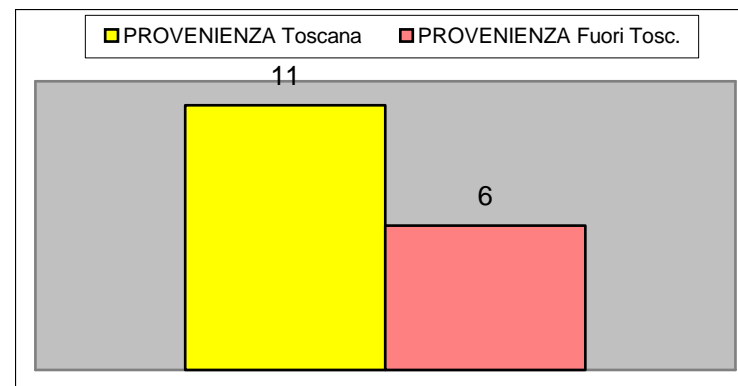
1°MODULO

OSPITI – SCHEDE INIZIALI

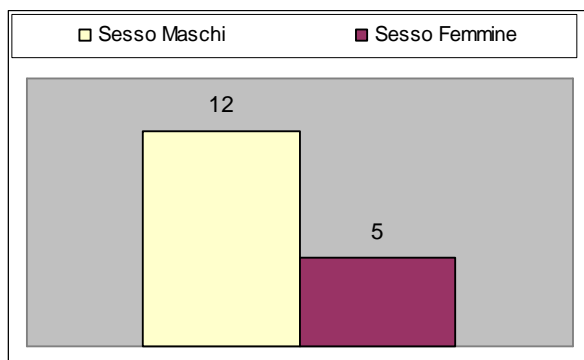
a



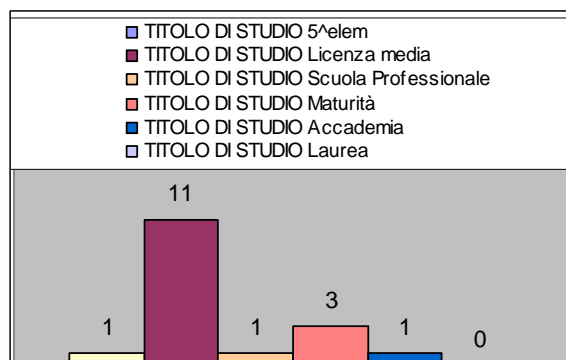
b



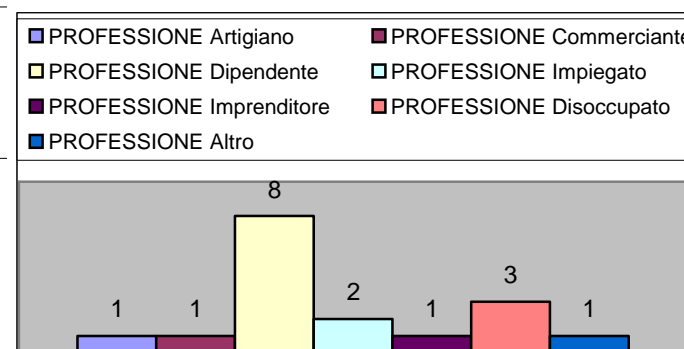
c



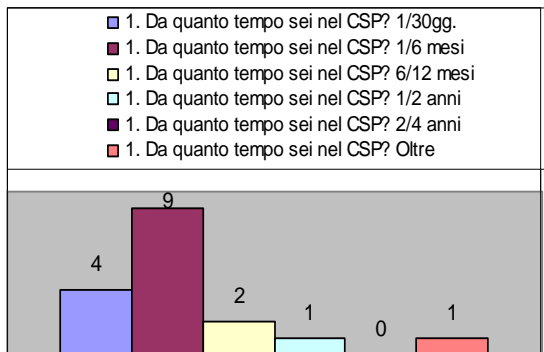
d



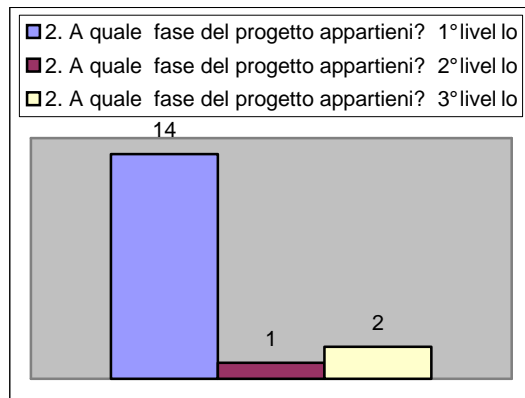
e



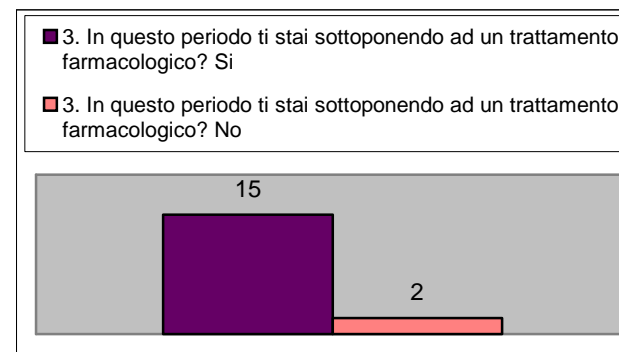
1



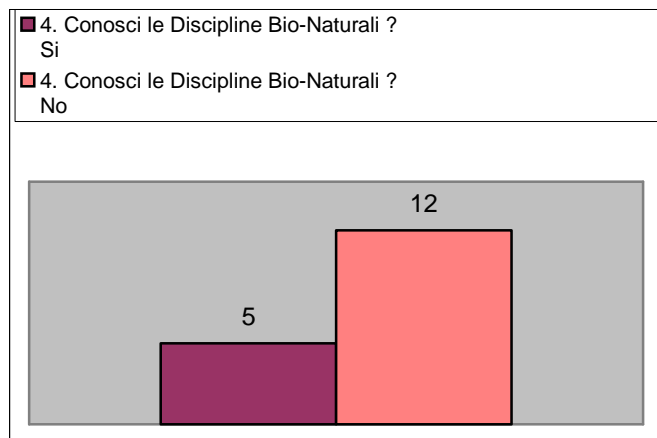
2



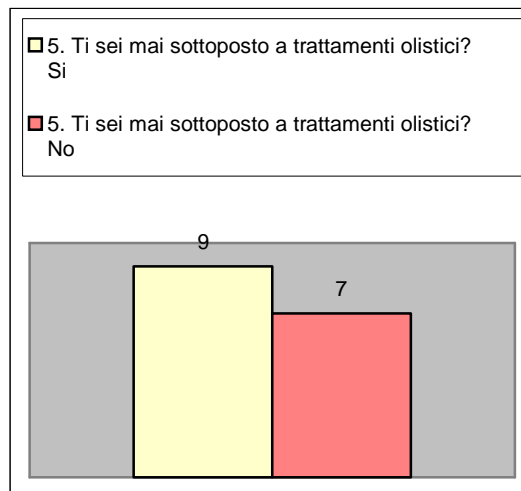
3



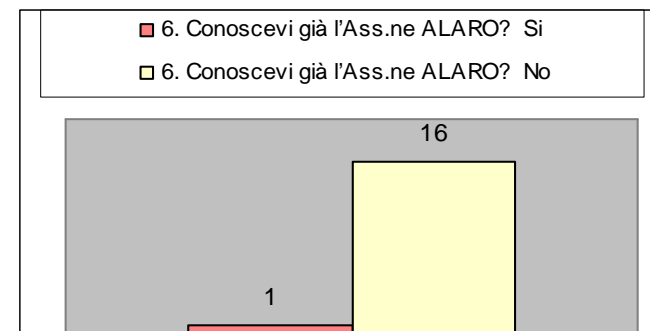
4



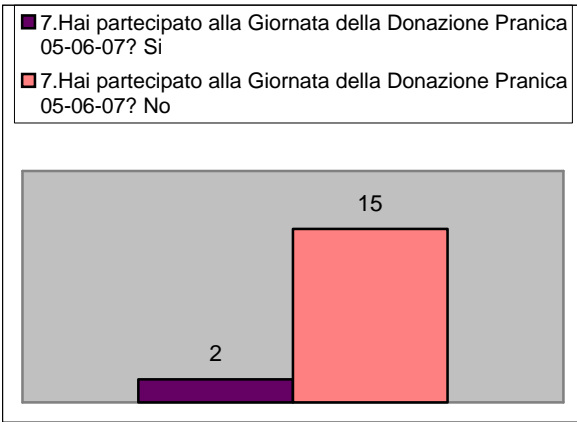
5



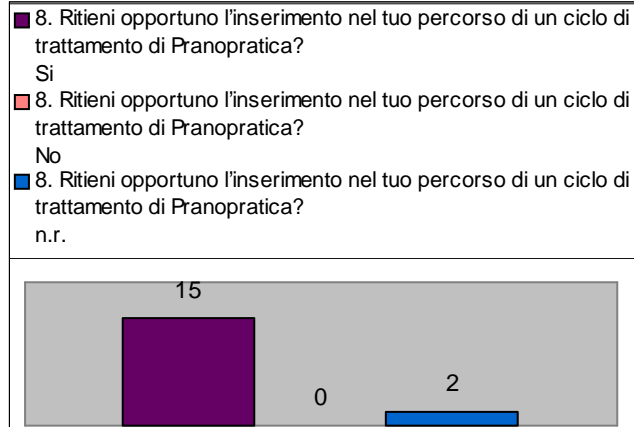
6



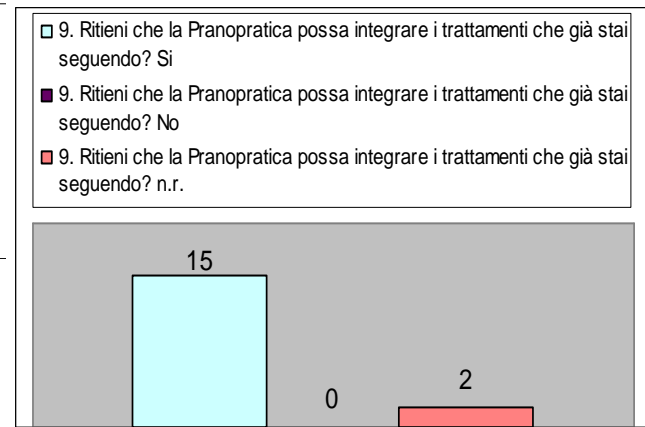
7



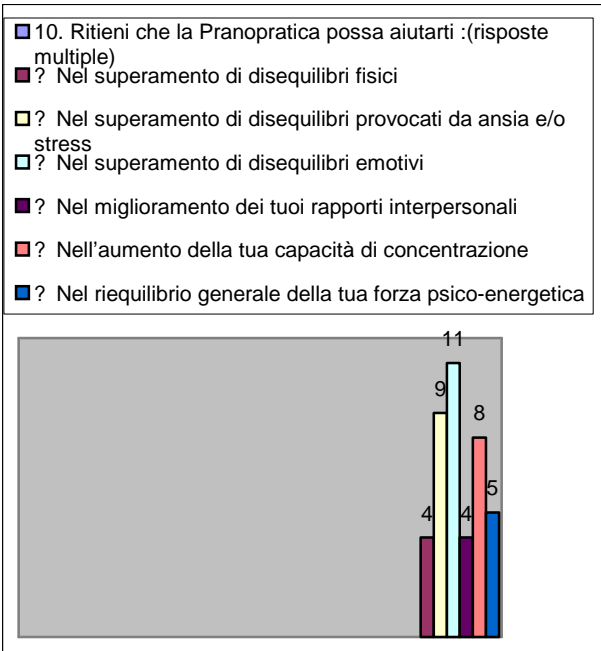
8



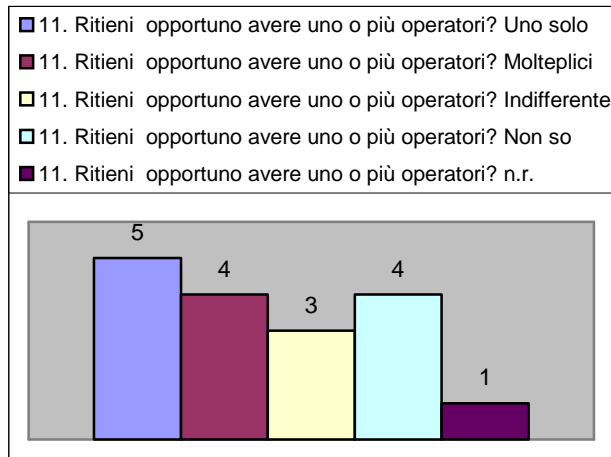
9



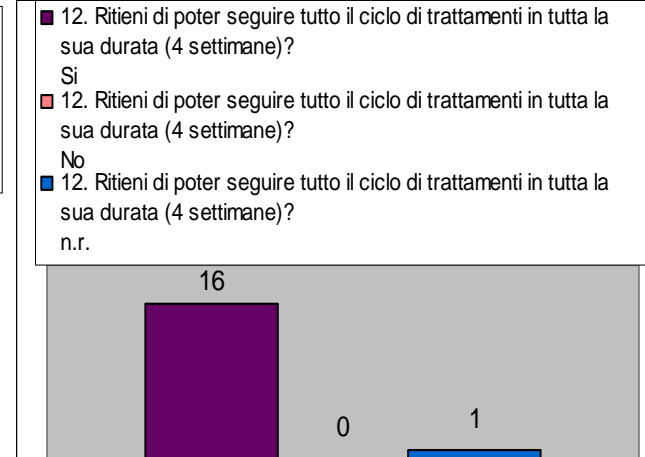
10



11



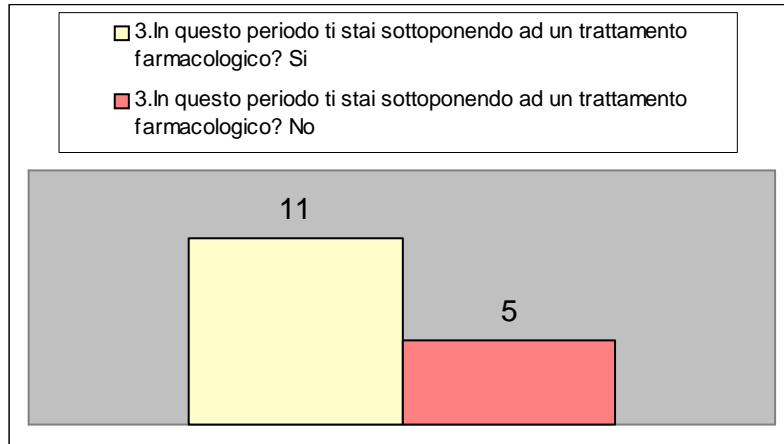
12



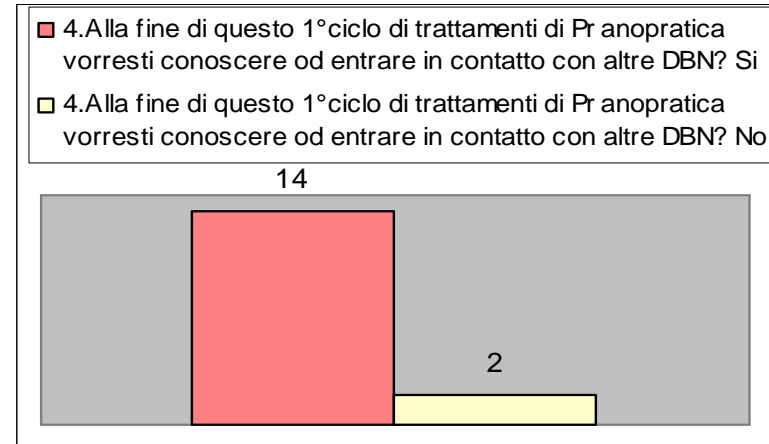
1°MODULO

OSPITI – SCHEDE FINALI

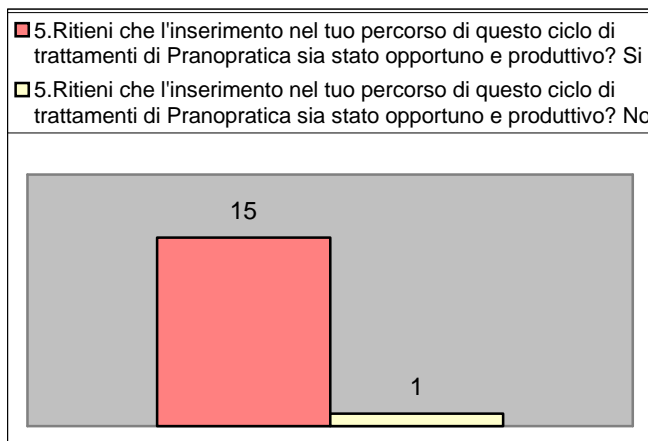
3



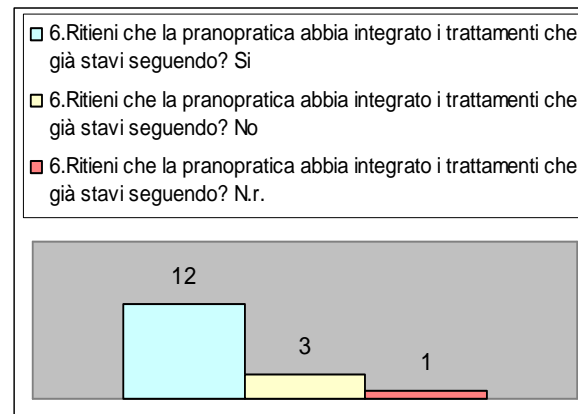
4



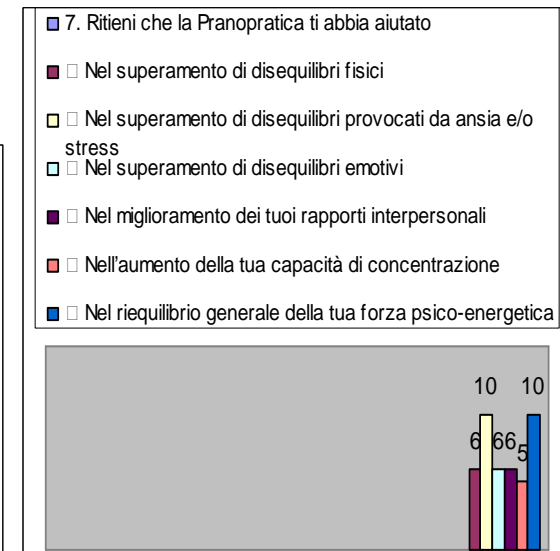
5



6

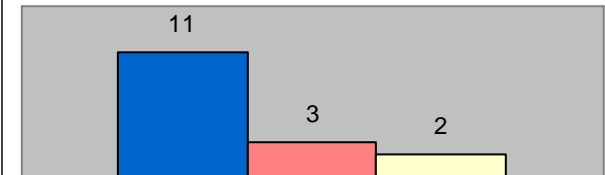


7



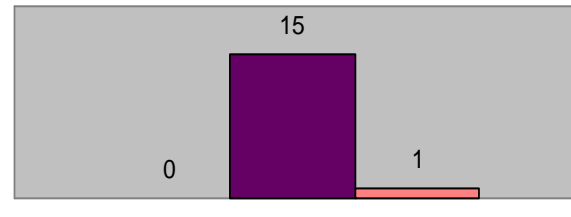
8

- 8. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore o avresti preferito esser seguito da più operatori? Sì
- 8. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore o avresti preferito esser seguito da più operatori? No
- 8. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore o avresti preferito esser seguito da più operatori? Indifferente



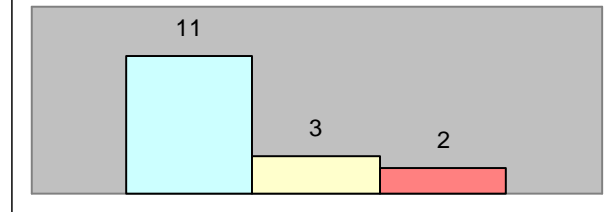
9

- 9. Hai avuto momenti in cui hai pensato di interrompere il ciclo di trattamenti? Sì
- 9. Hai avuto momenti in cui hai pensato di interrompere il ciclo di trattamenti? No
- 9. Hai avuto momenti in cui hai pensato di interrompere il ciclo di trattamenti? N.r.



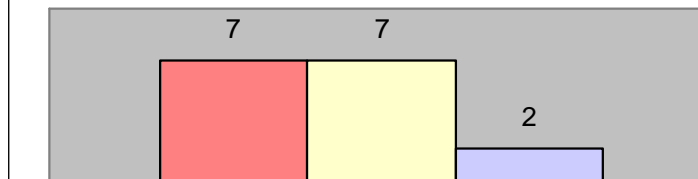
10

- 10. Pensi di partecipare al secondo ciclo di trattamenti previsto dal Progetto Vivere? Sì
- 10. Pensi di partecipare al secondo ciclo di trattamenti previsto dal Progetto Vivere? No
- 10. Pensi di partecipare al secondo ciclo di trattamenti previsto dal Progetto Vivere? N.r.



11

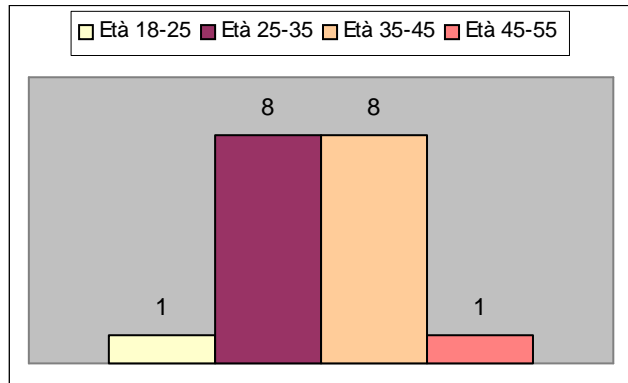
- 11. Pensi sia opportuno un'interruzione di un mese/due mesi tra un ciclo di trattamenti e il successivo? Sì
- 11. Pensi sia opportuno un'interruzione di un mese/due mesi tra un ciclo di trattamenti e il successivo? No
- 11. Pensi sia opportuno un'interruzione di un mese/due mesi tra un ciclo di trattamenti e il successivo? N.r.



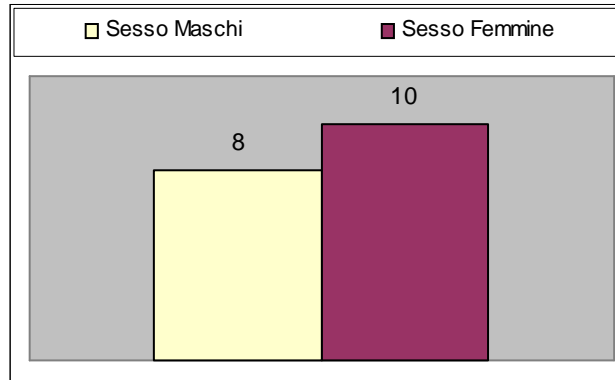
2°MODULO

OSPITI – SCHEDE INIZIALI

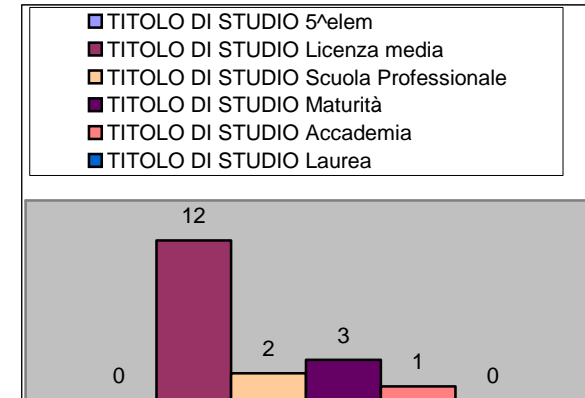
a



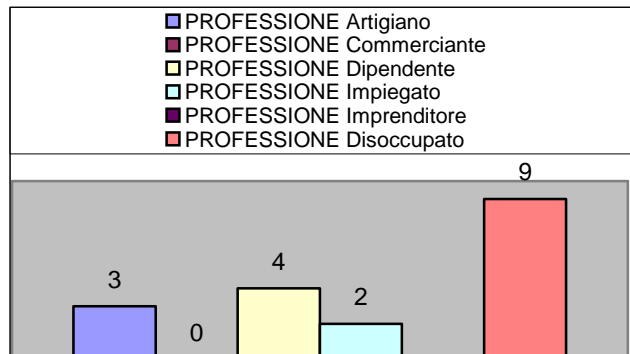
b



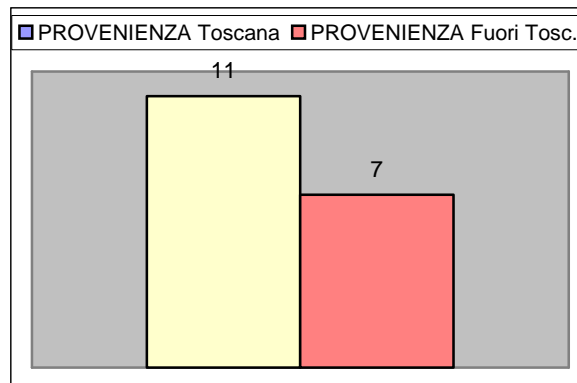
c



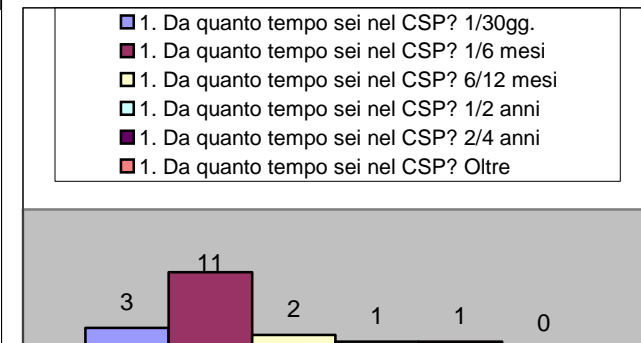
d



e

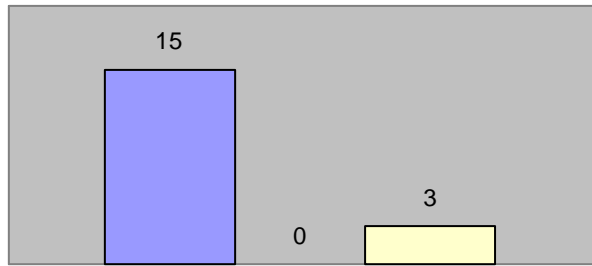


1



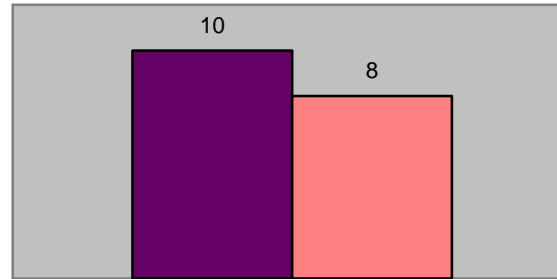
2

■ 2. A quale fase del progetto appartieni? 1° livello
■ 2. A quale fase del progetto appartieni? 2° livello
■ 2. A quale fase del progetto appartieni? 3° livello



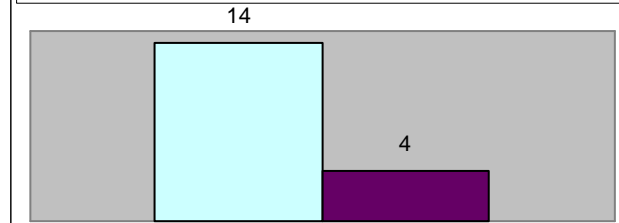
3

■ 3. In questo periodo ti stai sottoponendo ad un trattamento farmacologico? Sì
■ 3. In questo periodo ti stai sottoponendo ad un trattamento farmacologico? No



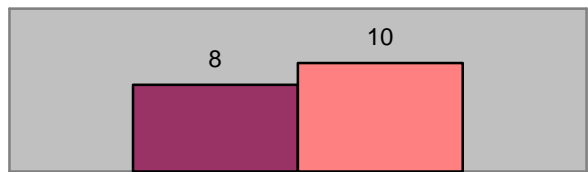
4

■ 4. Hai partecipato al 1° ciclo di trattamenti di questo Progetto? Sì
■ 4. Hai partecipato al 1° ciclo di trattamenti di questo Progetto? No



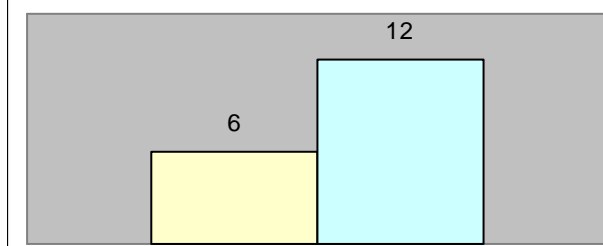
5

■ 5. Conosci le Discipline Bio-Naturali? Sì
■ 5. Conosci le Discipline Bio-Naturali? No



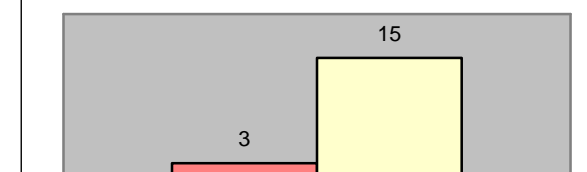
6

■ 6. Ti sei mai sottoposto a trattamenti olistici? Sì
■ 6. Ti sei mai sottoposto a trattamenti olistici? No

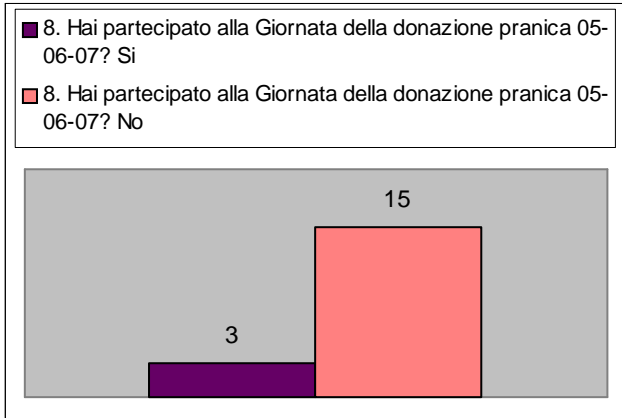


7

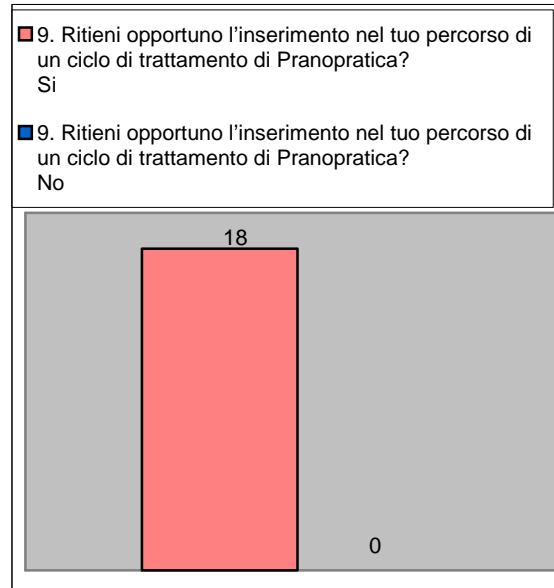
■ 7. Conoscevi già l'Ass.ne ALARO? Sì
■ 7. Conoscevi già l'Ass.ne ALARO? No



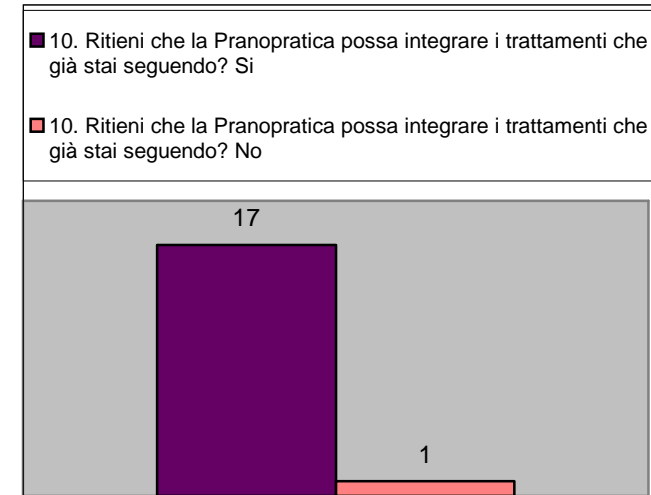
8



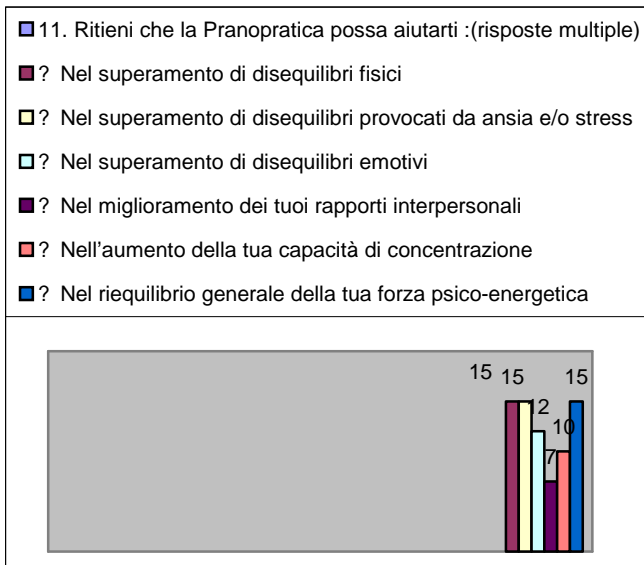
9



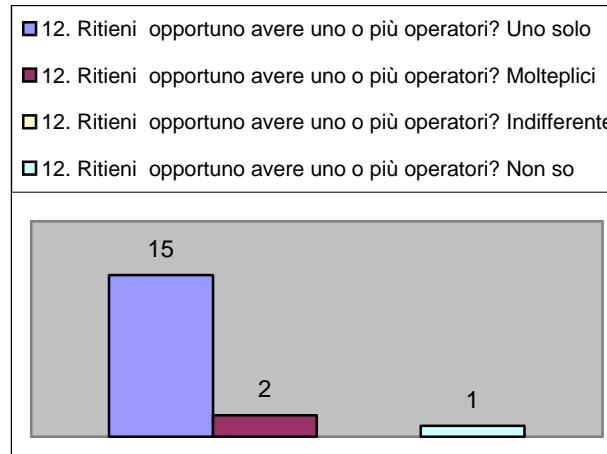
10



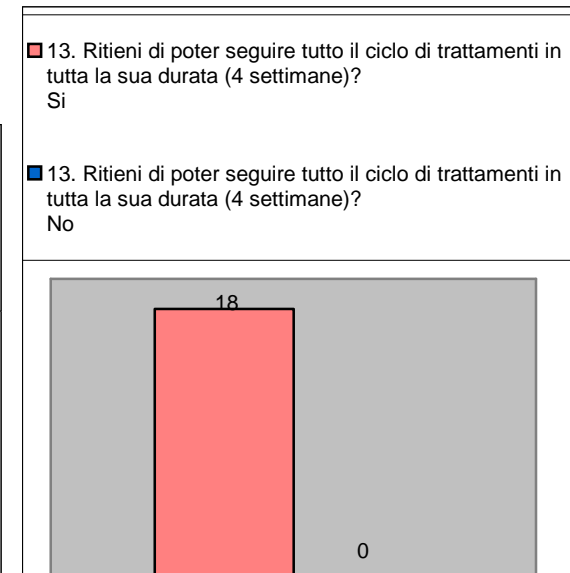
11



12



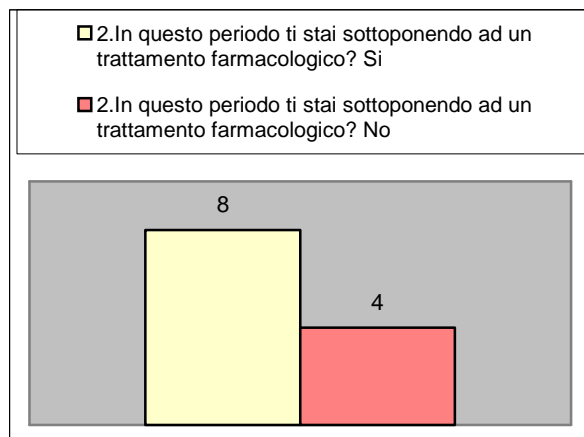
13



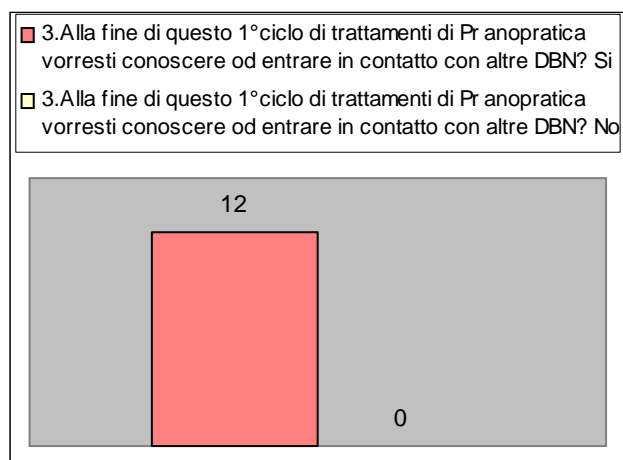
2°MODULO

OSPITI – SCHEDE FINALI

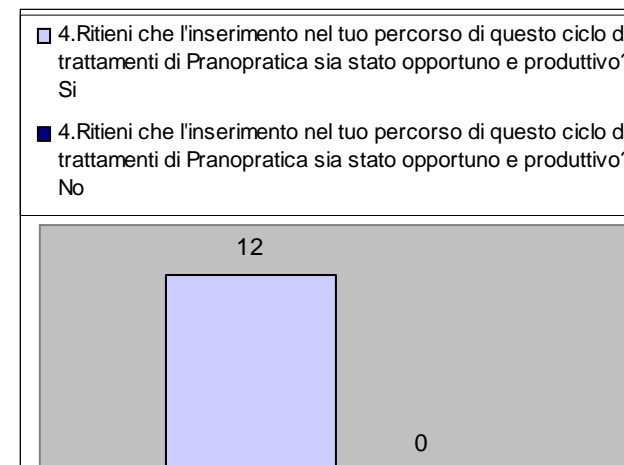
2



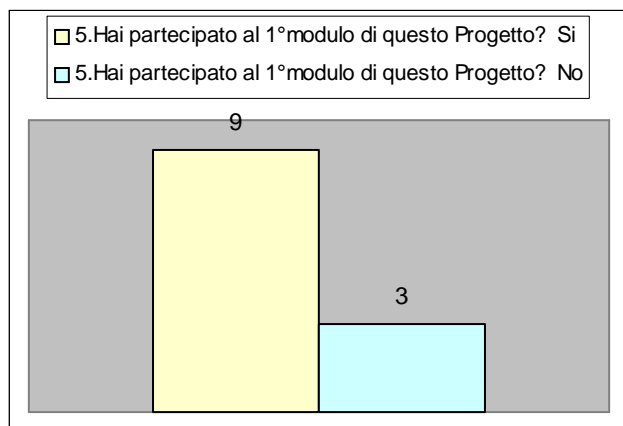
3



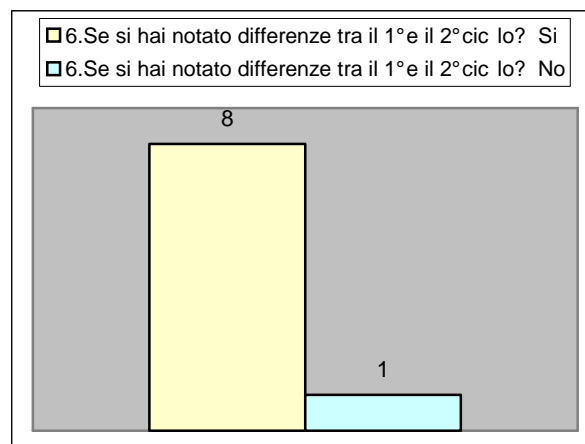
4



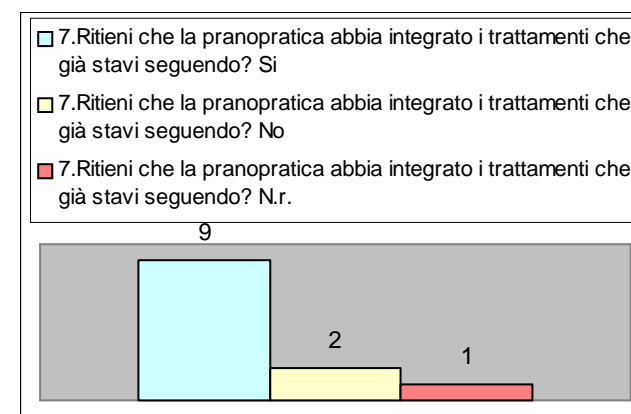
5



6



7



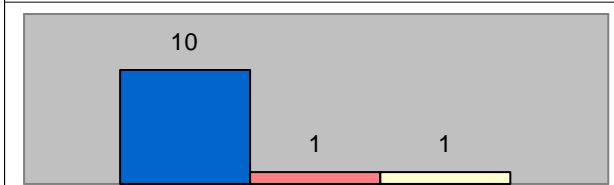
8

- 8. Ritieni che la Pranopratica ti abbia aiutato
- ? Nel superamento di disequilibri fisici
- ? Nel superamento di disequilibri provocati da ansia e/o stress
- ? Nel superamento di disequilibri emotivi
- ? Nel miglioramento dei tuoi rapporti interpersonali
- ? Nell'aumento della tua capacità di concentrazione
- ? Nel riequilibrio generale della tua forza psico-energetica



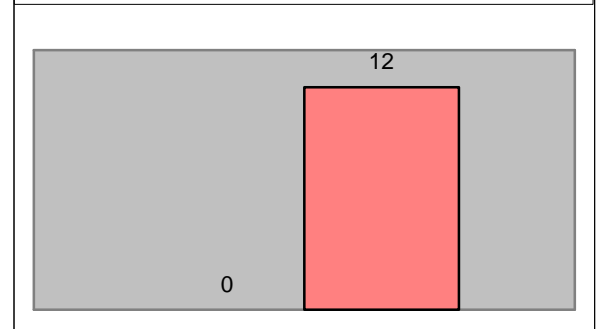
9

- 9. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore o avresti preferito esser seguito da più operatori? Sì
- 9. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore o avresti preferito esser seguito da più operatori? No
- 9. Ritieni più opportuno essere stato seguito da un solo operatore o avresti preferito esser seguito da più operatori? Indifferente



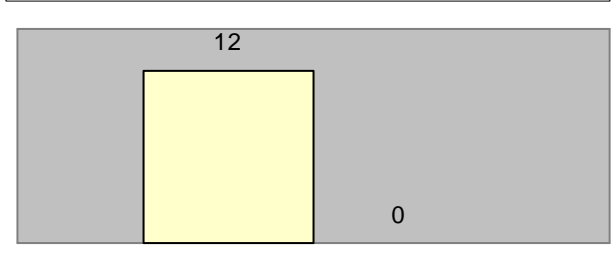
10

- 10. Hai avuto momenti in cui hai pensato di interrompere il ciclo dei trattamenti? Sì
- 10. Hai avuto momenti in cui hai pensato di interrompere il ciclo dei trattamenti? No



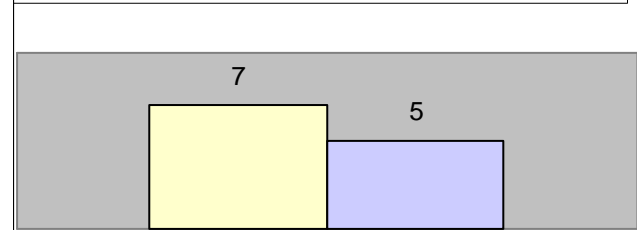
11

- 11. Pensi di partecipare al secondo ciclo di trattamenti previsto dal Progetto Vivere? Sì
- 11. Pensi di partecipare al secondo ciclo di trattamenti previsto dal Progetto Vivere? No



12

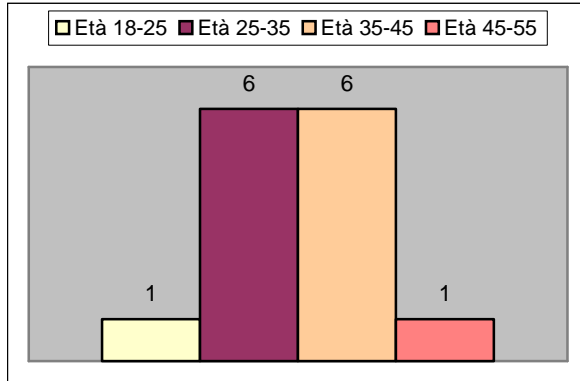
- 12. Pensi sia opportuna una interruzione di uno/due mesi tra un ciclo di trattamenti ed il successivo? Sì
- 12. Pensi sia opportuna una interruzione di uno/due mesi tra un ciclo di trattamenti ed il successivo? No



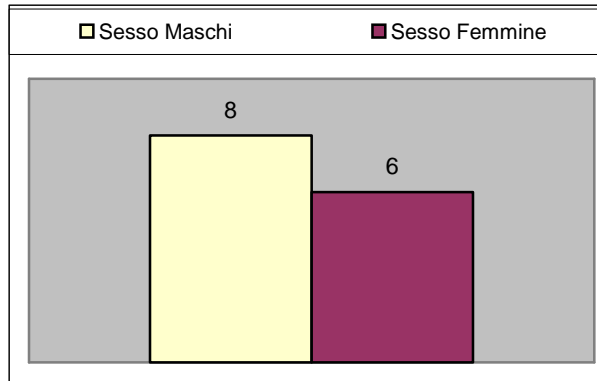
3°MODULO

OSPITI – SCHEDE INIZIALI

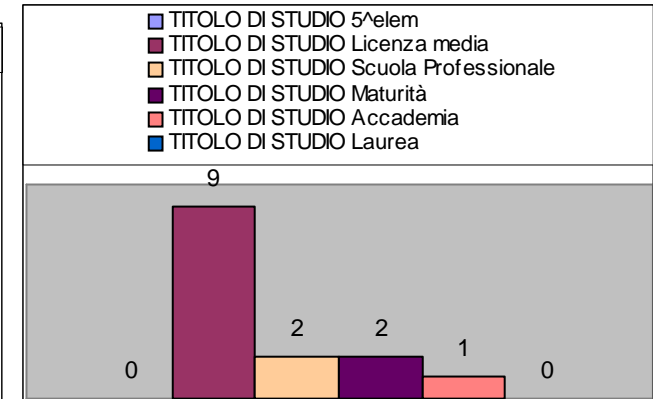
a



b



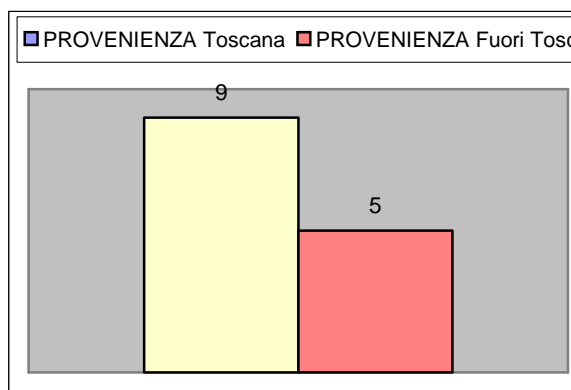
c



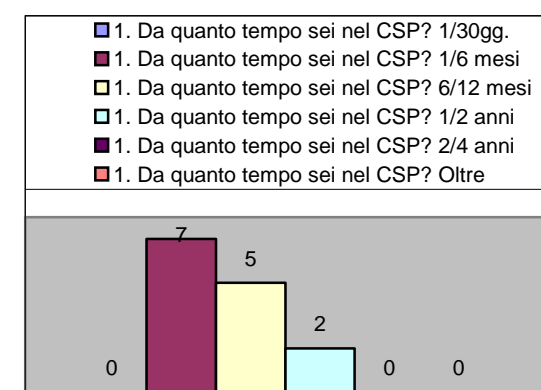
d



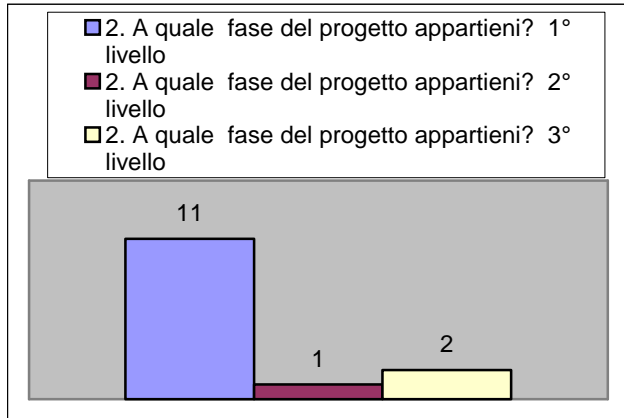
e



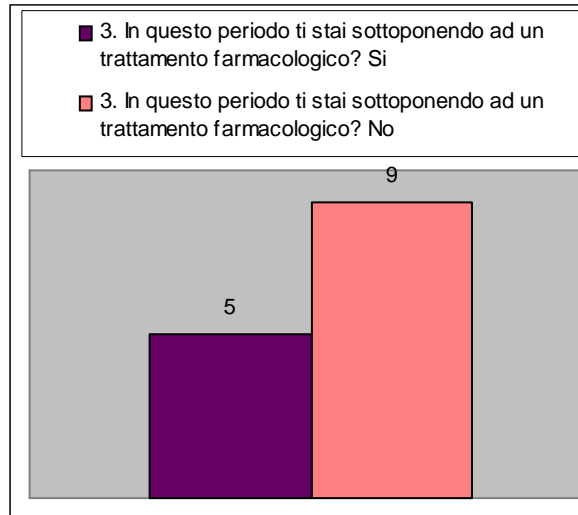
1



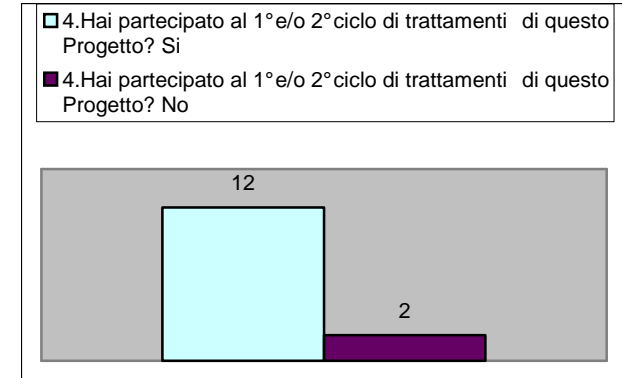
2



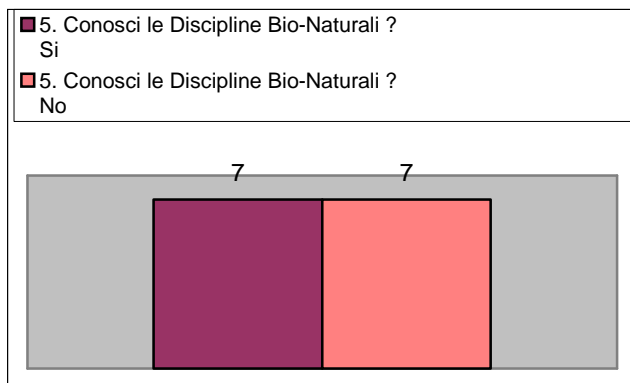
3



4



5



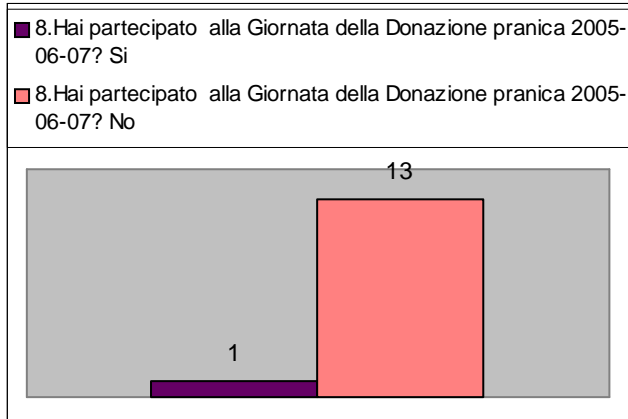
6



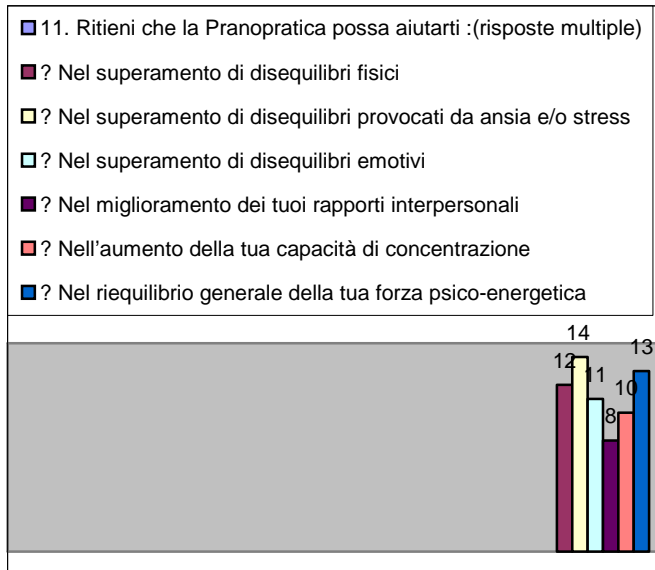
7



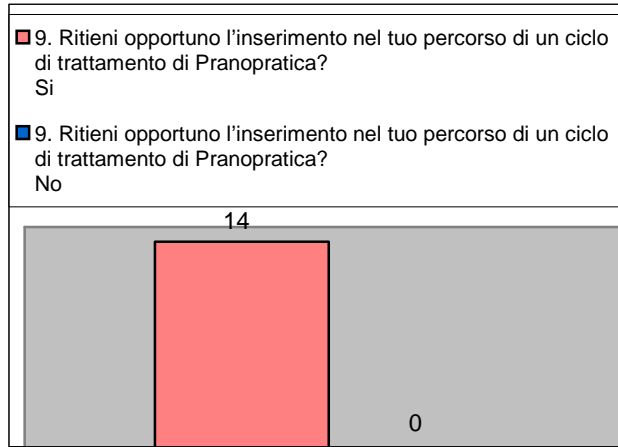
8



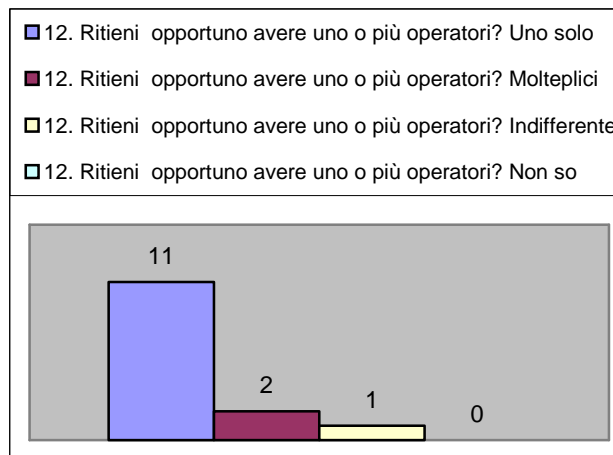
11



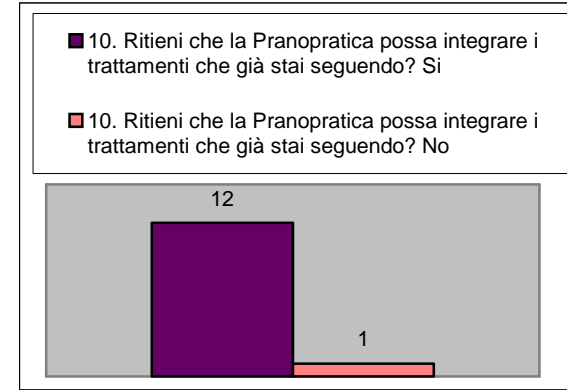
9



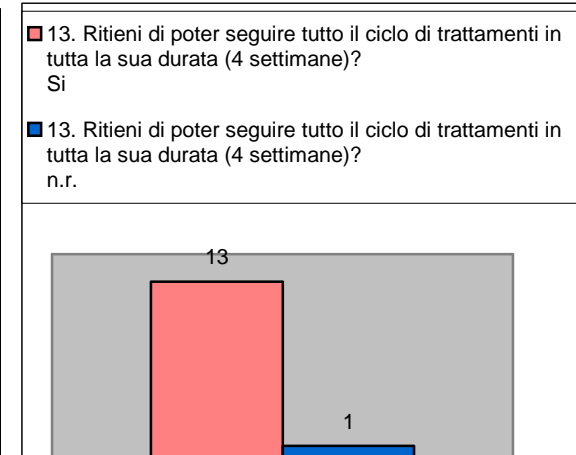
12



10



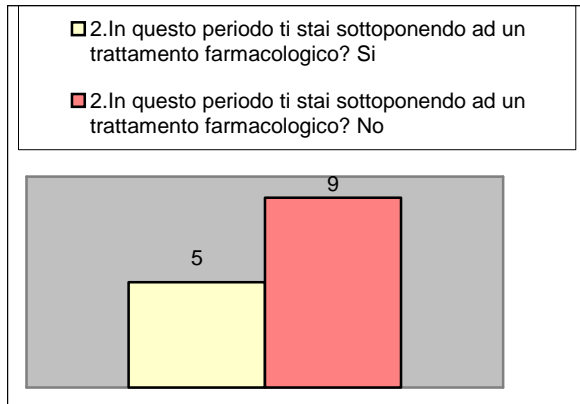
13



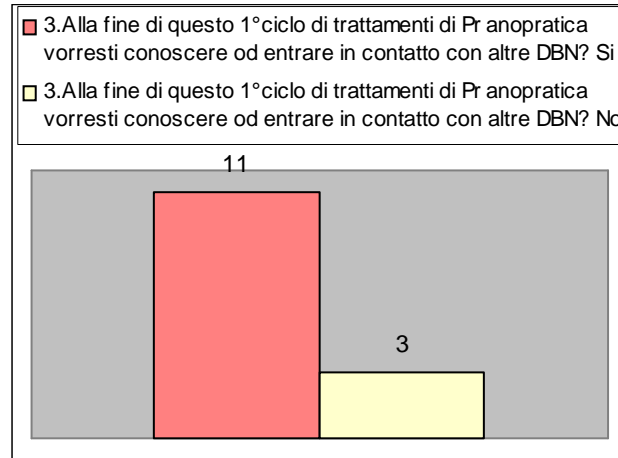
3°MODULO

OSPITI – SCHEDE FINALI

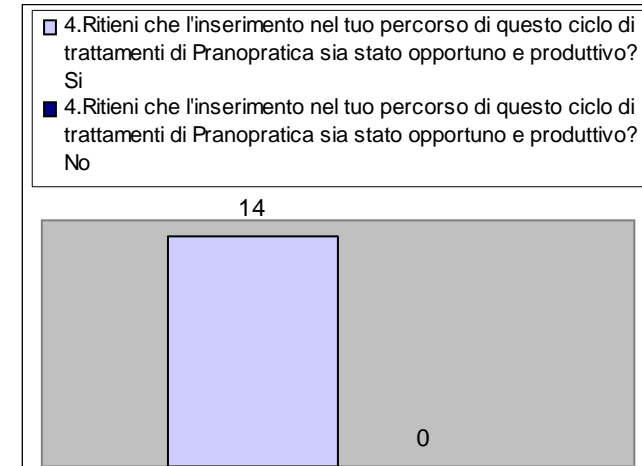
2



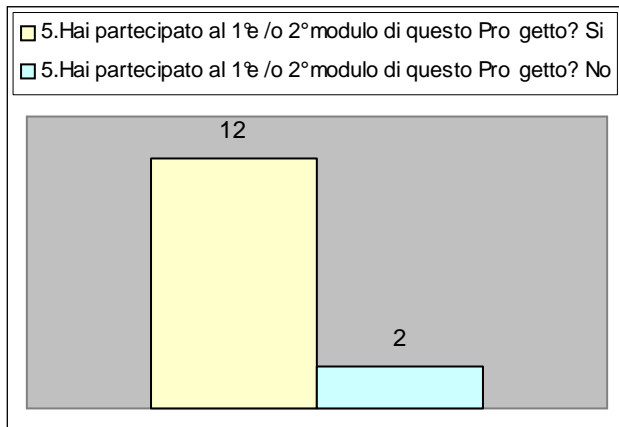
3



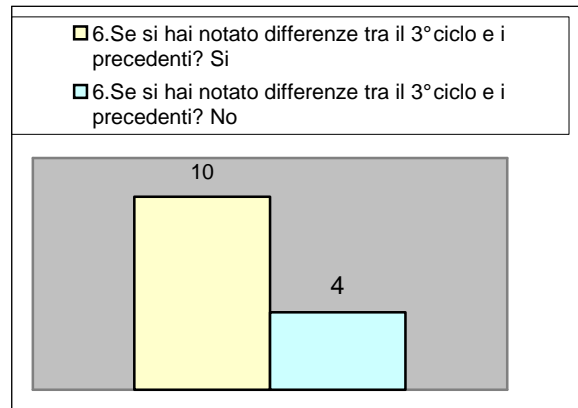
4



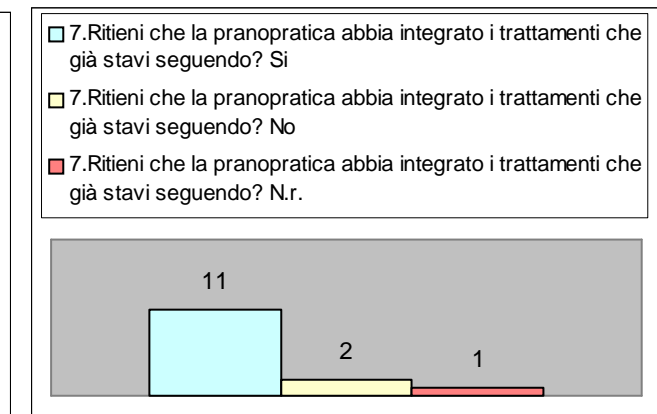
5



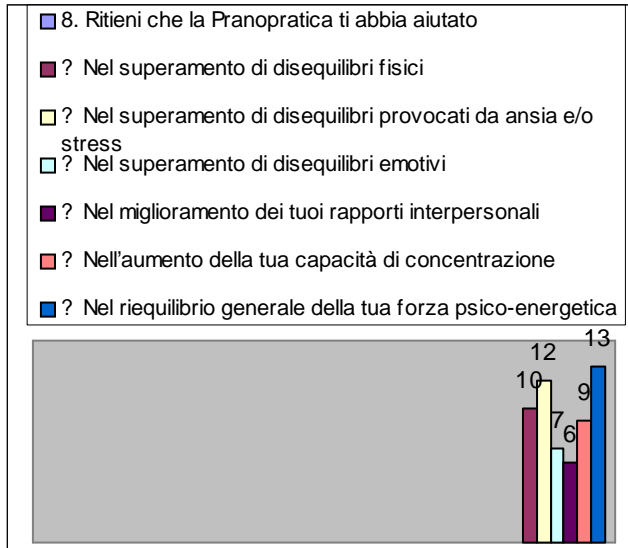
6



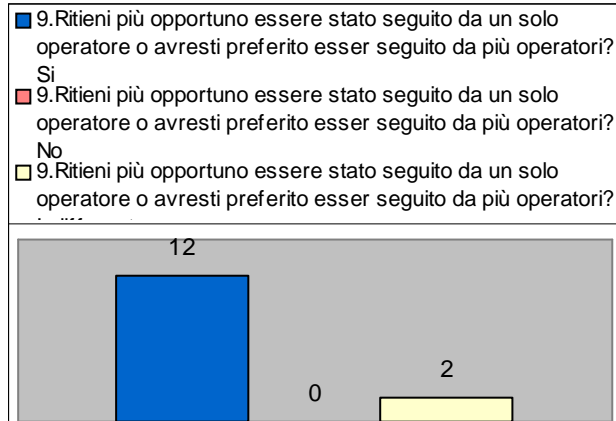
7



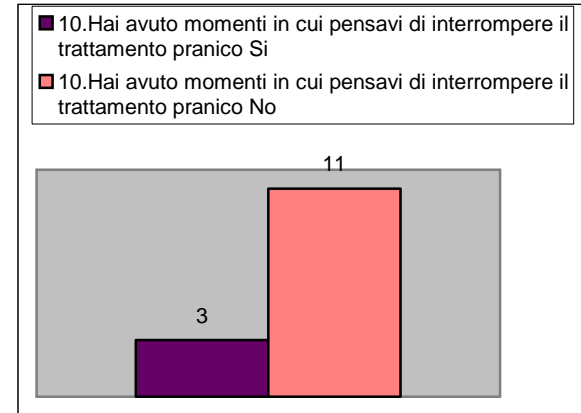
8



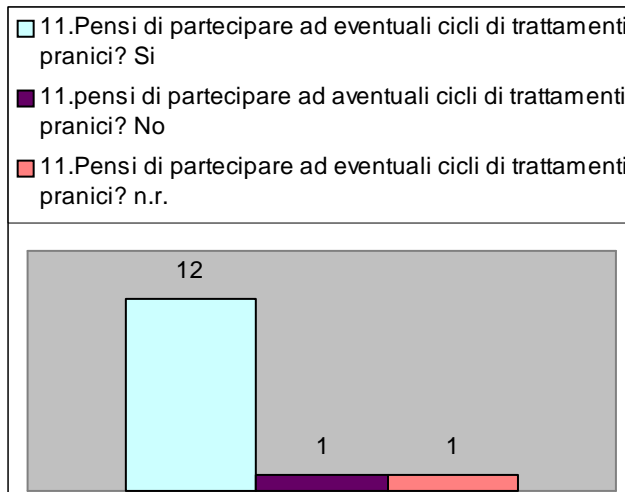
9



10



11



12

