

Conferenza stampa al palazzo della Provincia 'Ciociaria cuore del Natale', presentato il programma

Il Natale è ormai alle porte, e la Ciociaria lo accoglie con un'iniziativa dell'assessore provinciale al Turismo Massimo Ruspandini: "Ciociaria cuore del Natale", che si propone come scopo principale quello di fare della provincia di Frosinone la meta privilegiata dei turisti che scelgono il Natale per viaggiare fuori porta, al fine di promuovere la Ciociaria incentivandone la cultura, il commercio e la ristorazione. Ciò è emerso dalla conferenza stampa svoltasi ieri mattina al palazzo dell'Amministrazione Provinciale e presieduta dallo stesso Massimo Ruspandini, il quale ha dichiarato che il progetto nasce dall'esigenza di comunicare la bellezza del nostro territorio e le tante attrattive che esso offre anche e soprattutto in occasione del Natale, al fine di lanciare in modo efficace il "prodotto Ciociaria". Il progetto,



Un momento della conferenza stampa convocata dall'assessore Ruspandini

supportato dal pieno appoggio del presidente della Provincia Antonello Iannarilli, si muove lungo due direttrici: da una parte si punterà sulla manifestazione "Vini regali" (17 e 18 dicembre e 8 gennaio), una serie di degustazioni enogastronomiche con i grandi vini ciociari che toccherà le città di Frosinone, Cassino e Sora, dove il palcoscenico dell'evento saranno le "vie dello shopping", con un occhio di riguardo per i rispettivi centri storici. Dall'altra si cercherà di promuovere il "prodotto Ciociaria" in tutto il La-

zio, concretizzando un'idea sulla quale Ruspandini sta puntando con decisione: calendarizzare gli eventi, inserire le tante manifestazioni che i comuni ciociari organizzano (specie in occasione del Natale), in un unico programma da pubblicizzare con maggiore incisività e proponendo un unico prodotto, la Ciociaria appunto, con tutte le sue bellezze storiche, monumentali e paesaggistiche. Per conoscere gli eventi in programma è possibile visitare il sito www.ciociariaturismo.it

Stefano Lorenzo Vari

Incontro organizzato dai Lions club Nova Civitas di Frosinone e Sora

I problemi dell'alimentazione

Nei giorni scorsi il Lions Club Frosinone Nova Civitas in interclub con il Lions Club Sora, ha incontrato presso la scuola elementare "Lombardo Radice" di Frosinone i genitori, i docenti e il personale medico specializzato per trattare il delicato tema dei disturbi specifici dell'apprendimento. Grazie alla sensibilità ed alla disponibilità del Dirigente Scolastico Salvatore Cuccurullo, alla collaborazione della prof.ssa Maria Grazia Vitiello ed alla specifica esperienza professionale delle relatrici dott.ssa Daniela Pezzella e dott.ssa Alessandra Dennetta l'incontro ha avuto un lusinghiero risultato con la presenza di oltre 80 partecipanti. Dopo il saluto delle autorità Lionistiche e del Dirigente scolastico, il responsabile del service a livello distrettuale Lions, dott. Mario Mangano, ha illustrato gli scopi dell'iniziativa sottolineando la presenza frequente di casi di dislessia e la necessità che le istituzioni prendano

Si è discusso soprattutto della necessità da parte delle istituzioni di prendere coscienza del problema

in più attenta considerazione questo tipo di disturbo.

La proiezione di un suggestivo filmato, le esaurienti esposizioni delle dottoresse relatrici ed una serie nutrita di do-

mande e risposte hanno reso l'incontro molto interessante con evidente soddisfazione di tutti e soprattutto dei Club Lions organizzatori. Al termine dell'incontro agli insegnanti presenti sono stati distribuiti attestati di presenza. I Lions ringraziano ancora tutte le personalità sopra indicate per aver consentito di rendere un servizio utile alla collettività nella quale operano.

MANIFESTAZIONE Conferenza stampa in Camera di Commercio

'Le Wine Oil' design working

Forme e sapori della tradizione ciociara

Conferenza stampa dal titolo "Le wine oil" Design Workshop in programma oggi prossimo, ore 11, presso la sala convegni della Camera di Commercio. Il Workshop, completamente gratuito e rivolto a studenti e neolaureati (max due anni dalla laurea) in Architettura, Design ed Ingegneria, si svolgerà a Sora. L'importante iniziativa, organizzata da Innova - Azienda Speciale della Camera di Commercio di Frosinone in collaborazione con Add - Associazione del Distretto Design di Sora, verrà presentata nel corso dell'incontro con la stampa a cui parteciperanno il Presidente della Camera di Commercio e Presidente di Innova Florindo Buffardi; il presidente di Add l'arch. Luciano Rea; il sindaco di Sora Ernesto Tersigni; l'assessore alle Attività Produttive della Provincia di Frosinone Francesco Trina.



Rubrica a cura di Annalucia Borrelli, Consigliere dell'Ordine degli psicologi del Lazio

Efficacia della psicoterapia: numeri, situazioni e rimedi

In Italia dieci milioni di persone soffrono di disturbi psichici, con il risultato che la spesa per psicofarmaci, specie antidepressivi e antimaniacali, raggiungeva gli 800 miliardi già nel 1999. Il costo, non solo economico, per la nostra società è altissimo, basti pensare ai tanti tentati suicidi, l'80% dei quali causati da un disagio mentale. In particolare, negli ultimi anni sono in crescita esponenziale i casi di depressione, tanto che nel 2004 ben l'11% degli italiani aveva sofferto di un qualche disturbo dell'umore e il fatto che la media italiana è tra le più basse a livello mondiale (in Europa la media era del 14%) non ci deve rassicurare troppo; anche perché in Italia solo il 26% di chi ne soffre prova a curarsi, e di questi solo due terzi arrivano ad uno specialista dei Servizi di Salute Mentale che, a loro volta, si limitano a prenderne in carico solo il 20%. Così, a conti fatti, ogni 100 persone che soffrono di depressione, solo due ricevono un trattamento specialistico adeguato. Anche se le ricerche ci hanno dimostrato che chi nasce in una famiglia anaffettiva (incapace di comunicare l'affetto) e/o pessimista (incapace di insegnare la capacità di reagire alle situazioni avverse della vita) e/o anassertiva (incapace di insegnare a relazionarsi bene col prossimo) sembra destinato ad una vita da infelice ed alla depressione, si può rimediare: l'uomo ha una grande capacità di cambiamento ed una naturale predisposizione alla felicità, così che sarà sufficiente intraprendere un percorso psicoterapico per sbloccare i condizionamenti appresi ed acquisire quella che Seligman, uno dei massimi esperti sulla depressione, definisce: l'arte di essere felici.

I moderni "dottori dell'anima" (psichiatri e psicologi-psicoterapeuti) sono spesso accusati di non fare altro che di ciò che farebbe un buon amico o un buon parroco, pronti anch'essi ad ascoltare ed ad aiutare; ma oggi non solo abbiamo una copiosa letteratura scientifica circa la superiorità qualitativa degli interventi psicofarmacologici e psicoterapici - (specie se combinati tra loro) - rispetto al placebo ma, cosa ben più significativa, le inchieste sull'indice di soddisfazione dei fruitori dei servizi di psichiatria e psicoterapia offrono risultati molto significativi: Un'indagine condotta in tal senso da Altroconsumo nel 2003, su di un considerevole numero di cittadini europei (14.000, dei quali 2.550 italiani), ha mostrato come il grado di soddisfazione personale rispetto alla scelta di curarsi fosse molto alto: il 75% di quanti avevano scelto uno psichiatra e il 74% di quanti avevano scelto uno psicologo hanno infatti dichiarato di aver constatato un miglioramento della loro salute psichica; il 44% di quanti erano stati curati dallo psichiatra e il 67% di quelli curati da uno psicologo hanno risposto di godere di più della vita grazie alla terapia; ancora, il 50% di quelli curati dallo psichiatra e il 73% di quanti curati dallo psicologo vedevano accresciuta la fiducia in se stessi a seguito della terapia; il 67% dei curati dallo psichiatra e il 76% dei curati dallo psicologo hanno dichiarato di aver imparato a conoscere meglio se stessi durante il trattamento; infine, il 49% di quanti in cura psichiatrica e il 63% di quelli in cura psicologica hanno affermato di aver migliorato le loro relazioni col prossimo dopo la terapia.

L'efficacia dei trattamenti psichiatrici e psicologici è oggi ampiamente dimostrata: anche se sono sicuramente più numerosi gli studi effettuati sull'efficacia dei farmaci (studi per lo più finanziati dalle case farmaceutiche), negli ultimi anni si è osservato, infatti, un grande fiorire di gruppi di ricerca che, grazie ai finanziamenti pubblici e/o agli studi svolti all'interno di grandi Università, hanno testato l'efficacia della psicoterapia e in particolar modo della psicoanalisi e della psicoterapia cognitivo-comportamentale. Occorre infine aggiungere che l'obiezione spesso rivolta a psicoterapeuti e psichiatri, quella cioè che agiscono sull'anima e sulla mente (leggi sulle convinzioni di malessere e benessere) più che sulla salute oggettiva (cervello e biochimica in generale), oggi non trova più alcun riscontro; esiste infatti una massa imponente di studi sui cambiamenti significativi nell'attività cerebrale indotti dai trattamenti psicologici, in particolare per quanto riguarda la psicoterapia cognitivo-comportamentale. Una eccellente rassegna critica degli studi compiuti in tale campo è stata di recente pubblicata da D. Linden (2006).

Antonino Urso, consigliere e coordinatore della Commissione Deontologica dell'Ordine degli Psicologi del Lazio