

**Circolo ACLI (ASSOCIAZIONI CRISTIANE LAVORATORI ITALIANI) – a.p.s.**  
**“Giordano COLOMBO”**

# LA LETTERA

agli iscritti e simpatizzanti



Maggio  
Giugno  
2020

## Coronavirus : 5 parole chiave nella borsa degli “attrezzi psicologici”

### Solidarizzare

Non siamo soli, questa esperienza ci offre la possibilità di sentirci tutti comunità, tutti sulla stessa barca. Per questo la cura delle relazioni è importante, pur nel rispetto delle norme vigenti. Mantenere i contatti, anche attraverso le possibilità che offre la tecnologia, aiuta a stare meglio. Ci decentra un po', ma ci fa sentire reciprocamente responsabili nella solidarietà.

Esercitare la solidarietà aumenta la serenità ed è contagiosa. Un contagio diverso da quello del Coronavirus, ma efficace nel combattere certi suoi effetti che ha sullo stato d'animo delle persone e della collettività.

### Contenere

Il panico è un cattivo consigliere. Comportamenti guidati dal panico rendono la vita più difficile a chi li attua e alla collettività. Non aiuta ad affrontare nel modo migliore i problemi, al contrario, impedisce di vedere le cose per quello che sono e trovare soluzioni davvero efficaci. Non solo. Impedisce anche di mettere in atto le indicazioni utili per affrontare la situazione. È importante arginare le emozioni quando superano una certa soglia: non è facile, ma concentrarsi sui fatti oggettivi può aiutare. Può essere utile anche trovare interlocutori affidabili coi quali condividere le proprie preoccupazioni o rivolgersi a uno specialista, soprattutto quando percepiamo di non essere più padroni delle nostre scelte e dei nostri pensieri.

### Distinguere

È importante imparare a distinguere i fatti, oggettivi e comprovati a livello scientifico, dalle credenze, dalle supposizioni, dalle mille opinioni che in questi tempi circolano attorno al Covid 19. Per fare questo vale la pena affidarsi alle informazioni che vengono dai siti istituzionali e dalla comunità scientifica. Distinguere significa anche riuscire a fare la differenza tra la sensazione di paura che si percepisce e l'effettivo rischio che si corre. La sensazione di paura nasce dal clima collettivo, dal bombardamento di informazioni che si riceve o al quale ci si espone, dall'attenzione protratta su determinati temi.

## Focalizzare

Focalizzarsi esclusivamente su una cosa ne fa aumentare l'importanza e la gravità a discapito di altri fatti, che finiscono per passare in secondo piano pur essendo ugualmente rilevanti. Occorre mantenere una visione di insieme. La paura può creare una sorta di effetto riflettore per cui si considera solo ciò che è in luce mentre tutto il resto, che non è meno presente di ciò che vediamo, è come se non ci fosse. Focalizzarci in modo esclusivo su una cosa ci distoglie anche dalle risorse che ci sono, dalle relazioni dalle quali possiamo trarre sostegno oppure che necessitano del nostro sostegno. Insomma, focalizzarci riduce molto le nostre possibilità, la nostra comprensione e la nostra capacità di gestire al meglio la situazione che stiamo vivendo.

## Pazientare

Abbiamo bisogno di tempo per elaborare quello che sta succedendo: la fretta non è una buona consigliera. Le esperienze alle quali si è oggi esposti necessitano di tempo per occuparsene, per metabolizzarle, affrontarle e gestirle. Pazienza vuol dire accettare il fatto che le cose non si risolvono subito. Pensare di proteggersi al cento per cento dagli eventi della vita, non solo dal Coronavirus, è illusorio e può portare all'esasperazione nel tentativo di realizzare questa esigenza di tutela di sé stessi e dei propri cari. La qualità della vita dipende anche dalle nostre scelte, a cosa diamo importanza, possiamo fare davvero molto per vivere bene anche nei momenti difficili.

## Armi e virus: battaglie con ottiche diverse

"E' servito a qualcosa che i paesi amanti della guerra accumulassero sempre più armi di distruzione di massa, e ora devono inginocchiarsi di fronte ad un virus invisibile, dimostrando quanto sia inefficace tutto quell'apparato di uccisione?"

Questa domanda, quanto mai appropriata, si pone Leonardo Boff, teologo e filosofo brasiliano. Dovrebbe essere anche un interrogativo per tutti noi, e così prendere consapevolezza che la logica della paura basata sulla volontà di potenza, capacità di dominio e condizionamento dell'attuale sistema politico economico-militare mondiale, grazie alla continua innovazione tecnologica delle armi, nello scontro con il Covid-19 ha verificato di essere come quel re: "il re è nudo". Questa corsa folle, che sembra

essere il dato costitutivo della cultura occidentale, in un mondo dove tutto è imprevisto e imprevedibile, la sua volontà di dominio è messa decisamente in dubbio e persiste nel percorrere questa strada. Se provassimo, anche solo in parte, a dirottare quella montagna di risorse che ogni anno nel mondo si buttano per armamenti ad affrontare le vere battaglie della vita: tutela e salvaguardia dell'ambiente, garanzia alla sanità, alla cura e al cibo per tutti, non sarebbe poi così fantascientifico? Nel 2019 si sono spesi nel mondo in armamenti 2000 miliardi di \$. Per paradosso, la minaccia con la quale stiamo lottando

pare derivi dal pipistrello, si proprio il volatile notturno, anch'esso naturalmente dotato di un apparato tecnologico di prim'ordine come il radar, che quando staziona vede il mondo sottosopra, all'opposto di come noi lo vediamo: non è per caso che anche per meglio vedere il da farsi dobbiamo provare a ribaltare la nostra ottica di vedere e governare le cose?



## I l mondo dopo il coronavirus

Ogni crisi porta con sé dei cambiamenti. Se questi saranno positivi dipenderà da come sapremo leggere il presente, valorizzare le dinamiche positive che si sono messe in moto e contrastare le forze che tendono a riportare tutto a "com'era prima". Abbiamo imparato che i sempre più frequenti "salti di specie" dei virus, e soprattutto la loro rapida diffusione, non possono essere considerati un fenomeno naturale: distruzione di habitat, antropizzazione, riscaldamento globale hanno profondamente modificato gli equilibri naturali ed è possibile che senza un radicale ripensamento dell'attuale sistema, potremmo dover affrontare nuove e anche peggiori epidemie.

In questi due mesi di blocco delle attività e di brusco calo dei trasporti l'inquinamento è fortemente diminuito: si stima che le emissioni di CO2 nell'Unione europea siano scese del 50%, e questo si traduce anche in meno vittime causate dall'inquinamento. Trasporto aereo, industria automobilistica e industria petrolifera stanno subendo una crisi profonda. Non è questo il momento giusto per ridimensionare questi settori? Certo non vorremmo che nessuno perdesse il posto di lavoro, ma troppo spesso questo argomento è stato usato per mantenere in vita aziende distruttive per la salute e l'ambiente.

Abbiamo visto che, pur con una serie di errori, il ruolo dello Stato è stato centrale, anche a sostegno dell'economia reale. È quindi ora che si passi dalla vaghezza di un'economia "verde" a una strategia reale, che veda lo Stato protagonista nelle scelte di investimento, dalla grande industria all'agricoltura, per garantire una ripresa che vada a beneficio di tutta la collettività.

Abbiamo visto che senza la salute, e quindi senza una sanità pubblica di qualità, anche il sistema economico crolla e sarà dunque prioritario che sanità pubblica e istruzione siano considerate settori strategici per il futuro del paese.

Abbiamo visto le potenzialità e i limiti dell'economia digitale. Senza i lavoratori manuali, dagli operatori sanitari ai rider, il paese non avrebbe retto. È ora di pensare alla tutela e ai diritti di questi lavoratori, senza i quali nessuna piattaforma di e-commerce sopravviverebbe.

Abbiamo visto che si è finalmente raggiunto un accordo per la regolarizzazione dei migranti. Si è dovuto riconoscere che senza il loro apporto i raccolti sarebbero marcati. A chi sostiene che si sarebbero dovuti chiamare i tanti disoccupati, rispondiamo con quanto accaduto in Gran Bretagna, dove le aziende agricole hanno lanciato un appello al quale hanno risposto in moltissimi, ma solo pochi sono risultati idonei, perché non basta essere disoccupati per saper fare un lavoro.

In questi mesi abbiamo capito cosa è essenziale e cosa non lo è (o lo è meno). Da qui dovremo ripartire per altre riflessioni. Perché tutto non sia come prima.

Cari soci,

in questo momento particolare di difficoltà, vorremmo prima di tutto sapere come potervi essere utili. Non abbiamo la bacchetta magica, ma nel possibile cercheremo di darvi una mano.

Il nostro sito [WWW.ACLICERNUSCO.IT](http://WWW.ACLICERNUSCO.IT) è costantemente aggiornato e lì potrete trovare indicazioni che potrebbero esservi d'aiuto.

Nel caso voleste rinnovare la tessera per il 2020 siamo disponibili a venire personalmente da voi, ovviamente rispettando le norme di sicurezza. Oppure saremo presenti al circolo sabato mattina (ore 9-12) i giorni 16 e 30 di maggio e il mercoledì mattina (ore 9-12) i giorni 20 e il 27 di maggio.

[Per organizzarci al meglio, vi invitiamo a scriverci](#)

## AVVISO

In ottemperanza al Dpcm (CORONAVIRUS) gli uffici CAF ACLI resteranno chiusi al pubblico fino al 17 maggio 2020.

Dal 18 maggio in poi SOLO chi ha già fissato l'appuntamento potrà accedere ai servizi CAF prenotati. E' possibile prenotare appuntamenti esclusivamente:

- al CUP (centro unico prenotazioni) tel. 02.255.44.777
- tramite e-mail [infocaf@cafaclimilano.it](mailto:infocaf@cafaclimilano.it) specificando nell'oggetto: nome, cognome, 'prenotazione 730' e nella mail dove si vuole fare la pratica ( Cernusco sul Naviglio ).
- tramite il portale myCAF, via internet, che vi farà accedere al CAF ACLI Milano da cui è possibile prenotarsi a Cernusco sul Naviglio e in tutta Italia. Occorre registrarsi.

Attenzione: ricordiamo che per fare il 730 la scadenza è prorogata al 30/09/2020

PATRONATO: attualmente la sede di Cernusco s/n è ancora chiusa al pubblico e opera solo tramite e-mail, coloro che necessitano devono scrivere a:

[patronato.aclicernusco@gmail.com](mailto:patronato.aclicernusco@gmail.com)

In questa fase prenderemo in esame esclusivamente le seguenti pratiche :

- Invalidità civile
- Reversibilità
- Legge 104/1992

Per tutte le altre pratiche di patronato si deve scrivere una e-mail alle ACLI di Gorgonzola all'indirizzo: [gorgonzola@patronato.acli.it](mailto:gorgonzola@patronato.acli.it)

Vi comunicheremo al più presto la data in cui si potrà accedere al circolo per l'attività di patronato, che sarà fornita solo su appuntamento.

Stiamo predisponendo la sede con sistemi di protezione per garantire la massima sicurezza degli operatori e degli utenti, nel rispetto delle norme vigenti. Saranno consentiti accessi in sede solo su appuntamento e non sarà più possibile utilizzare gli uffici come sala di attesa.

A tutti viene richiesto di rispettare le norme di sicurezza in vigore

## PROGRAMMI -EVENTI -INIZIATIVE

Per i problemi connessi alla situazione determinata dal coronavirus, sono sospese tutte le iniziative e gli eventi programmati per i mesi di maggio – giugno.