

**Domenica 29 gennaio (3) VERDE (IV)** 08,00 - Popolo

**DOMENICA IV "PER ANNUM"** 09,30 - Clelia

Messa propria, Gloria, Credo, prefazio delle domeniche

Lez. Fest.: Sof 2,3; 3,12-13; Sal 26; I Cor 1,26-131; Mt 5,1-12

BEATI I POVERI IN SPIRITO.

**Lunedì 30 gennaio (7) VERDE (IV)** 08,40 - Lodi

FERIA DELLA 4ª SETTIMANA

Messa a scelta, prefazio comune

Lez. Fer.: Eb 11,32-40; Sal 30; Mc 5,1-20

RENDETE SALDO IL VOSTRO CUORE, VOI TUTTI CHE SPERATE NEL SIGNORE.

**Martedì 31 gennaio (5) BIANCO (IV)** 08,40 - Lodi

S. GIOVANNI BOSCO, sacerdote, memoria

Messa propria, prefazio comune

Lez. Fer.: Eb 12,1-4; Sal 21; Mc 5,21-43

TI LODERANNO, SIGNORE, QUELLI CHE TI CERCANO.

**Mercoledì 1° febbraio (7) VERDE (IV)** 08,40 - Lodi

FERIA DELLA 4ª SETTIMANA

Messa a scelta, prefazio comune

Lez. Fer.: Eb 12,4-7.11-15; Sal 102; Mc 6,1-6

L'AMORE DEL SIGNORE È PER SEMPRE.

**Giovedì 2 febbraio (5) BIANCO (P)** 08,40 - Lodi

PRESENTAZIONE DEL SIGNORE, festa

Messa propria, Gloria, prefazio proprio

Lez. Fest.: Mt 3,1-4; Sal 23; Lc 2,22-40

VIENI, SIGNORE, NEL TUO TEMPIO SANTO.

**Venerdì 3 febbraio (7) VERDE (IV)** 07,00 - Pulizia della Parrocchia - a cura del Gruppo S. Marta

FERIA DELLA 4ª SETTIMANA

Messa a scelta, prefazio comune

Lez. Fer.: Eb 13,1-18; Sal 26; Mc 6,14-29

IL SIGNORE È MIA LUCE E MIA SALVEZZA

**Sabato 4 febbraio (7) VERDE (IV)** 08,40 - Lodi

FERIA DELLA 4ª SETTIMANA

Messa a scelta, prefazio comune

Lez. Fer.: Eb 13,15-17.20-21; Sal 22; Mc 6,30-34

IL SIGNORE È IL MIO PASTORE: NON MANCO DI NULLA.

**Domenica 5 febbraio (3) VERDE (I)** 08,00 - Vittorio e Maria

**DOMENICA V "PER ANNUM"** 09,30 - Virdis Lorenzina (1° anniv.), Littera Marco ed Emilio

Messa propria, Gloria, Credo, prefazio delle domeniche

Lez. Fest.: Is 58,7-10; Sal 111; I Cor 2,1-5; Mt 5,13-16

**GIORNATA PRO CARITAS**

IL GIUSETO RISPLENDE COME LUCE.

**AVVISI! \* GIORNATA PRO**

**CARITAS** Le offerte della messa vespertina di sabato 4 e della mattina di domenica 5 febbraio p.v. saranno devolute in favore della CARITAS. Lo scorso mese le offerte sono state di € 520.

**\* CONFESSORE A DISPOSIZIONE IL 1° VENERDÌ DEL MESE** - Il 3

febbraio, 1° venerdì del mese, dalle ore 15,30, sarà presente don Usai a disposizione per le confessioni.

**\* "INCONTRI PER I FIDANZATI"** - Si comunica che inizieranno alle ore 20 di mercoledì 8 febbraio. Avranno cadenza settimanale e dureranno mediamente 90 minuti. Si terran-

no nella sala n. 4 al piano superiore dell'Oratorio.

Saranno animati, oltre che da me, da altre 3 coppie di sposi. Ai fidanzati che prevedono di sposarsi entro l'anno, e che non mi hanno ancora contattato, chiedo di ritenersi comunque invitati a partecipare agli incontri.

**Effemeridi**

**CAMPANE A FESTA**

Hanno suonato, sabato 21 gennaio, per annunciare la nascita di Alessia Onnis, primogenita di Fabio e di Francesca Ortu.

**UN MESSAGGIO DI FUOCO**

Solo Gesù ha vissuto pienamente le Beatitudini.

Ma da duemila anni i cristiani tentano di mettersi in ascolto di lui e alla sua scuola per riflettere almeno un raggio della bellezza e della bontà di Dio.

È la Chiesa intera, nella diversità delle epoche e delle culture, che porta questo messaggio di fuoco per testimoniare il dinamismo del Vangelo, capace di convertire i cuori e di trasformare le relazioni tra gli uomini.

**Cristo!** Le Beatitudini non sono precetti morali, né utopie ingenuie. Gesù le ha realizzate e ne ha fatto il fondamento del mondo nuovo.



## PSICOFARMACI PER SBALLARE

UN RAGAZZO SU 10 NE ABUSA

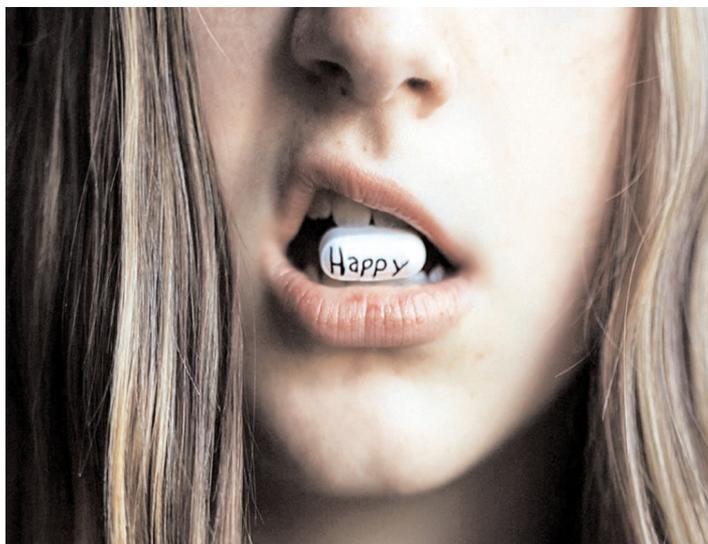
**TRA LE RAGIONI DEL CONSUMO ANCHE ANSIA, MANCANZA DI AUTOSTIMA, PAURA DI AFFRONTARE ESAMI ED INTERROGAZIONI. DIFFICOLTÀ PSICOLOGICHE MATURATE E AUMENTATE CON LA PANDEMIA**



Per noia e per divertirsi di più, il sabato sera. Perché è facile trovarli, oltre che economico. Perché mescolati ad altro - alcol, energy drink, cannabis - l'effetto è potenzialmente esplosivo.

Ma anche per l'ansia da compito in classe, per la stanchezza pomeridiana che fa venire poca voglia di studiare, per i problemi di mamma e papà che rendono complicata la vita in casa. È un allarme (l'ennesimo) su come stanno i nostri ragazzi, prima che su quali rischi sanitari corrono, quello lanciato ieri dagli psichiatri in occasione del XXIV Congresso nazionale della Società italiana di Neuro-Psico-Farmacologia (SINPF) in corso a Milano e Venezia.

Sotto i riflettori, gli psicofarmaci, dalle benzodiazepine in giù, passando per le molte pillole per il sonno in commercio, per i farmaci dietetici, per quelli che aumentano l'attenzione. Di cui almeno un giovanissimo su dieci - questi i dati snocciolati dagli psichiatri - abusano. Il fenomeno è in aumento costante ormai da 5 anni: la stima è che tra



gli adolescenti sia cresciuto tra il 15% e il 20%, ma è la pandemia - con il lockdown, le restrizioni, l'isolamento in casa - ad aver fatto da catalizzatore.

E uno studio del CNR con ferma come trovarli, gli psicofarmaci, sia diventato ormai semplicissimo: nel 42% dei casi negli armadietti di casa, acquistati (e non sufficientemente controllati) da mamma e papà; nel 28% su Internet, senza ricetta ovviamente; nel 22% per strada, dai coetanei che a loro volta li recuperano online e li rivendono.

«Assumerli, spiega Matteo Balestrieri, ordinario di Psichiatria all'Università di Udine e co-presidente SINPF, rappresenta per molti una ancora di rassicurazione per aumentare le performance scolasti-

che e i livelli di attenzione, per migliorare l'appetito fisico quando combinati a prodotti dietetici, per potenziare i livelli di autostima, per sentirsi in forma, migliorando sonno e umore, e molti giovani sono dunque spinti ad assumerli sfuggendo al controllo in famiglia».

Ma se all'interno di un percorso terapeutico a 360 gradi, gli psicofarmaci «sono fondamentali per curare le malattie mentali anche nei giovani e non bisogna averne paura - aggiunge il direttore emerito di Psichiatria all'ospedale Fatebenefratelli di Milano, Claudio Mencacci -, se invece vengono usati con modalità e intenzioni diverse non aiutano e soprattutto possono avere ripercussioni negative».

Da qui la necessità, e-

spressa con forza dagli psichiatri, di avviare campagne di sensibilizzazione sul fenomeno e i rischi associati alla possibile dipendenza da abuso di psicofarmaci, tanto più grave se fuori controllo medico, e di azioni educative che ne favoriscano il contrasto anche con il coinvolgimento delle famiglie, della scuola e della classe medica.

Anche perché da sommare alla nuova emergenza c'è quella "vecchia", legata al consumo di droghe: il 18% dei nostri studenti ne ha utilizzata almeno una nel corso del 2021, il 2,8% ne ha fatto un uso frequente e quasi il 10% di loro è un "poliutilizzatore" (ha abusato cioè di almeno due sostanze negli ultimi 12 mesi).

Con la cannabis che continua a farla da padrona, diffusa sempre più capillarmente e sempre meno percepita come rischiosa, complice il dibattito pubblico e politico distorto legato alla sua possibile "legalizzazione".

VIVIANA DALOISO

“AVVENIRE”

26 GENNAIO 2023