

# IL CUORE DI GENOVA

INVIATE LE VOSTRE SEGNALAZIONI A  
VOLONTARIATO@ILSECOLOXIX.IT

MAURA CAPPELLINI, VOLONTARIA ADOV

## «A 75 anni ho scoperto la gioia di donare la mia voce agli altri»

Maura Cappellini ha 77 anni e da 2 è volontaria all'Adov, l'associazione donatori di voce, dove legge libri che poi saranno ascoltati da bambini e ragazzi dislessici e ipovedenti. «Già sentendo il nome, donatori di voce, mi è piaciuta subito, questa associazione che ho incontrato per caso, perché il caso nella vita gioca una parte importante e sta a noi saperlo accogliere» racconta. L'associazione, che esiste a Genova e a Pavia, in città ha una sede operativa alla Biblioteca De Amicis. La volontaria genovese aveva già fatto un po' di

esperienza, perché aveva letto per sua sorella quando era ricoverata, il primo titolo era stato «Il bar sotto il mare» di Stefano Benni, e la cosa le era piaciuta. «Si trovava ad Imperia, io andavo a trovarla una volta alla settimana e mi fermavo tutto il pomeriggio. Quel giorno è diventato subito un appuntamento atteso, da lei ma anche da tutte le vicine di letto» aggiunge. Così quando ha saputo da un'amica che l'associazione cercava volontari si è presentata. Dopo un colloquio e qualche incontro per imparare la tecnologia, ha inizia-

to, a casa sua. «Mi hanno installato un programma sul computer e con quello leggo e mi registro, poi pulisco l'audio dai rumori di fondo, impagino e mando il tutto alla mia tutor» prosegue. Quando legge? «Dipende molto dalla stagione, in inverno anche 2 ore tutti i pomeriggi. Con il bel tempo molto meno e d'estate mi fermo perché vado in vacanza in una casa senza rete, ci possiamo organizzare liberamente». Legge soprattutto narrativa, per bambini e ragazzi, quello che le mandano. Il prossimo titolo è «Ogni attimo è no-

stro» di Luigi Ballerini. Cosa ne pensa del fatto che non c'è nessun contatto fra lei e chi usufruirà della sua attività di volontariato? «Preferisco così, in fondo lo faccio soprattutto per me e mi imbarazzerebbero le dimostrazioni di gratitudine. Non ho bisogno di sentirmi dire brava, in questa come nelle altre buone azioni che faccio. Perché io appartengo alla vecchia guardia, penso che il volontariato si fa prima di tutto nella propria piccola cerchia, se facessimo tutti così sarebbe davvero un bel cambiamento. Non capisco proprio le persone che magari attraversano la città per fare volontariato in una associazione e non si accorgono che il vicino di casa ha bisogno di aiuto» conclude. —

LU. CO.

C BY NC ND ALL'UNO DIRITTI RISERVATI

ZOOM AR3 ONLUS



COSA È

L'associazione per la ricerca sui tumori ereditari rari Ar3 onlus sostiene la ricerca su carcinoma pancreatico, sindrome Brooke-Spiegler, sindrome di Gorlin, melanoma familiare, sindrome di Cowden, poliposi giovanile, sindrome Peutz-Jeghers, sindrome MEN di tipo 1, carcinoma gastrico e tumore renale familiare.

COSA FA

Promuove un'informazione corretta sui progressi nella prevenzione, nella diagnosi e nella terapia dei tumori ereditari rari attraverso campagne rivolte ai medici di base, ai pazienti e alla popolazione. Stabilisce contatti tra i diversi centri.

CONTATTI

Sede della ricerca: Laboratorio di Genetica dei Tumori Ereditari Rari (presso DIMI) viale Benedetto XV 6. Sede operativa: Piazza Leonardo Da Vinci 1/4, telefono 010 311360 www.ar3onlus.org ar3onlus@gmail.com

## IL DIARIO

### ASSEMBLEA GENOVASOLIDALE

Si svolge oggi pomeriggio alle 17.30 alla sala dell'Autorità Portuale di via Albertazzi 3 l'assemblea aperta al pubblico del comitato Genovasolidale, dedicata a «Unità, fratellanza e accoglienza fra tutti i lavoratori, senza distinzione di provenienza, religione e nazionalità». Partecipano Ferdinando Fasca, professore ordinario di storia contemporanea all'Università di Genova, Igor Magni, segretario della Camera del Lavoro di Genova, Simohamed Kaabour del Coordinamento ligure cittadini immigrati, Giulio Troccoli di Genovasolidale e rappresentanti della Comunità di San Benedetto al Porto fondata da Don Gallo.

### CORSO PER NUOVI VOLONTARI

Sta per partire la seconda edizione 2019 del Corso di introduzione al volontariato promosso da Celivo: 26, 28 marzo, 2 aprile con orario 16-18 presso la sala formazione del Celivo a Caricamento. Tutte le informazioni e la scheda di iscrizione su [www.celivo.it/vuoi\\_essere\\_volontario.php](http://www.celivo.it/vuoi_essere_volontario.php), telefono 010 5956815. Il corso è gratuito e aperto a tutti.

### CORSO GRATUITO GINNASTICA PELVICA

Inizia giovedì alle 11 alla Sala Luterana di via Assarotti 21 B, il corso gratuito di ginnastica pelvica voluto dalla chiesa luterana e sostenuto con i proventi dell'8 per 1000, con il patrocinio dell'ospedale evangelico. È dedicato alle donne anziane e a quelle che hanno partorito e si tratta di un ciclo di 8 lezioni, tutte al giovedì dalle 11 alle 12 fino al 9 maggio. L'Info e iscrizioni al numero 349 3838526.

### INAUGURAZIONE MOSTRA DEL CEIS

Mercoledì 20 marzo alle 17 a Palazzo Reale inaugura la mostra pittorica «Va dove ti porta il cuore» con opere dei ragazzi della comunità Samarcanda del Ceis, centro di solidarietà di Genova. All'inaugurazione interverranno anche la direttrice di Palazzo Reale Elisabetta Piccioni, il presidente Ceis Enrico Costa, l'assessore comunale Francesca Fassio, il responsabile terapeutico del Ceis Giovanni Lizzio, la responsabile area immigrazione della cooperativa Agorà Simona Binello. Modera la presidente dei Mueisei del Mare Nicoletta Viziano. Ingresso libero fino esaurimento posti. La

### ISCRIZIONI APERTE

## Al via i corsi per diventare guardie Wwf

Inizierà ad aprile il corso per guardie giurate volontarie del Wwf Italia, nei settori della tutela dell'ambiente, della vigilanza su caccia e pesca nelle acque interne e della protezione degli animali. Il corso è su 16 lezioni a frequenza obbligatoria in via Papa 7 al giovedì dalle 20.30 alle 22.15 circa. Informazioni e iscrizioni 342 7960196 e [wwfgenovacittametropolitana@gmail.com](mailto:wwfgenovacittametropolitana@gmail.com)

mostra resta poi visitabile fino al 7 aprile.

### SETTIMANA DEL FIOCCETTO LILLA

Tre appuntamenti a ingresso libero in occasione della Giornata Nazionale del Fiochetto Lilla contro i disturbi dell'alimentazione: Af coda, l'associazione famigliari contro i disturbi alimentari, al Teatro degli Emiliani di Nervi giovedì alle 21 propo-



ne lo spettacolo «L'umana paura di essere liberi», interpretato dalla Compagnia della Libellula e basato su storie vere. E sempre agli Emiliani venerdì alle 15 si svolgerà la tavola rotonda organizzata da Overeaters Anonymous (mangiatori compulsivi anonimi) con lo psichiatra Giorgio Schiappacasseo e lo psicoterapeuta Marco Pastorini. Venerdì alle 20.30 alla Sala

Bozzo di Bogliasco l'associazione «Mi nutro di vita» che promuove la giornata otto anni fa, invita all'evento «Ascoltiamo il corpo che si racconta», con interventi dello psichiatra Leonardo Mendolichio e del dietista Mario Russo.

### RICERCA VOLONTARI ALFAPP

Alfapp, l'associazione ligure famiglie pazienti psichiatri-

ci, che gestisce anche un centro di riabilitazione per chi soffre di queste patologie e assistenza alle famiglie, cerca volontari automuniti per il ritiro di generi alimentari presso il Banco Alimentare a Genova Bolzaneto. L'impegno richiesto è di un pomeriggio al mese (circa 2 ore). Contatti: 010 540740, 335 1801421, [www.alfapp.it](http://www.alfapp.it) —

### PRATO ONLUS

## Nasce la casa per superare fragilità psichica e solitudine

**Voltri, i primi due ospiti sono pronti a entrare nell'appartamento dove potranno ritrovare autonomia e dignità**

Lucia Compagnino

Gabriele e Alessandra, due adulti con disagio psichico seguiti dall'associazione Prato onlus, hanno appena ottenuto un appartamento

da Arte (l'azienda regionale territoriale per l'edilizia) a Voltri, uno spazio dove potranno vivere in autonomia e responsabilmente col sostegno della onlus. «Una casa per sempre - dice con gioia la presidente della onlus Roberta Antonello - che per noi rappresenta un grosso passo avanti rispetto agli esperimenti di co-housing che portiamo avanti con successo da qualche anno in apparta-

menti affittati dall'associazione: è un riconoscimento della nostra buona pratica da parte del Comune». E prosegue: «Da 14 anni siamo testimoni del fatto che non è sempre necessario avere alloggi protetti e residenze protette, ma è anche utile imparare a sentirsi responsabili, meno assistiti e più liberi di scegliere. Certo, non è un obiettivo facile e raggiungibile immediatamente da tutti i pazienti

psichiatrici, ma per molti anzi moltissimi è possibile, da quelli che iniziano curarsi oggi a quelli che hanno già attraversato una lunga storia di ricoveri. Questo per noi è il percorso verso la reale inclusione sociale e il benessere».

La Prato Onlus, che è nata nel 2005 e si basa sul principio dell'auto mutuo aiuto, ha 30 soci e segue 25 persone. La presidente, psichiatra e già primario del centro di salute mentale di Albenga, spiega che «il paziente che entra nel circuito psichiatrico difficilmente ne esce, perdendo così la voce e la libertà. L'associazione non si vuole sostituire alla cura dei pazienti, che vedono regolarmente i loro terapeuti, ma accompagnarli verso

l'emancipazione nella vita quotidiana. Perché prima di tutto affermiamo la necessità di un'etica che rispetti la persona».

L'alloggio verrà ristrutturato e arredato, poi ci sarà una festa di inaugurazione

**L'immobile di Arte concesso a una coppia seguita dalla onlus che opera già da 14 anni**

aperta alla cittadinanza. E per i due assegnatari inizierà una nuova vita. «Le persone che partecipano al progetto di co-housing naturalmente devono essere preparate con un percorso a tappe, in que-

sto caso Gabriele è già pronto e ha già fatto l'esperienza, Alessandra invece si sta preparando. Non si tratta di persone legate da vincoli di parentela o in coppia, e naturalmente scelgono loro con chi preferiscono abitare, ma abbiamo capito che in genere è preferibile che siano di sesso diverso, così si organizzano meglio con la divisione degli spazi e delle attività quotidiane». Oltre ai due gruppi di auto mutuo aiuto la Prato organizza altre attività come musicoterapia e corsi di yoga. Chi vuole entrare a farne parte sostiene un colloquio con la presidente e con un volontario e poi inizia a frequentare un gruppo, in prima battuta come uditore. —

C BY NC ND ALL'UNO DIRITTI RISERVATI