

# IL CUORE DI GENOVA

INVIATE LE VOSTRE SEGNALAZIONI A  
VOLONTARIATO@ILSECOLOXIX.IT

IL VOLONTARIO DI MARY'S MEALS

## «Una scuola sicura e un pasto caldo per tre milioni di bimbi nel mondo»

Il genovese Michele Mandelli, 63 anni, è volontario dell'associazione Mary's Meals da otto anni. «Ho incontrato il fondatore, lo scozzese Magnus MacFarlane, che allora era un ragazzo e oggi è un uomo con otto figli, durante un pellegrinaggio a Medjugorje in Bosnia ed Erzegovina e mi ha raccontato la sua storia», racconta Mandelli, che oggi è uno dei sette consiglieri delegati di Mary's Meals Liguria e tiene i contatti con le altre costole dell'associazione e con la sede italiana, che si trova a Roma.

«Allevatore di salmoni, MacFarlane aveva già fatto molte spedizioni nell'ex Jugoslavia durante la guerra degli anni Novanta, caricando il suo camion di beni di prima necessità. Ma la svolta è avvenuta nel 2002, durante un suo viaggio in Malawi, nell'Africa sud orientale, dove ha incontrato un bambino povero di nome Edward e gli ha chiesto cosa desiderasse di più al mondo. Lui ha risposto: mangiare e andare a scuola. E così è nata Mary's Meals, che oggi con le sue scuole in diciassette paesi del mondo offre

a due milioni e mezzo di bambini istruzione e un pasto scolastico, spesso per loro l'unico della giornata. E speriamo di arrivare a tre milioni entro la fine dell'anno».

L'associazione, che ha una sede a Medjugorje e uno stretto legame con i pellegrini che vi si recano, organizza eventi di raccolta fondi che servono a finanziare appunto scuole e pasti in Africa, Asia, America Latina, Caraibi e Medio Oriente. «Per statuto il 93% del nostro bilancio va alle azioni dirette per i bambini e so-

lo il 7 copre le spese di gestione. Abbiamo organizzato il 28 febbraio scorso un concerto benefico del Millire Gospel Choir. E andiamo spesso a farci conoscere con eventi di sensibilizzazione nelle parrocchie. Abbiamo anche ospitato due volte il fondatore, alla Sala Quadrivium di piazza Santa Marta, una nel 2019 e una l'anno scorso, organizzando eventi a Genova e anche a Chiavari e a Varazze». Un ricordo emozionante per il volontario è la prima visita in città di MacFarlane «che ha conquistato il pubblico con la sua semplicità e umanità. Il suo intervento è stato seguito da un applauso lunghissimo. Ha trascorso tre giorni con noi», conclude. —

LU. CO.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

CITTADINI SOSTENIBILI



COSA È

Cittadini Sostenibili è un'associazione di promozione sociale. È nata nel 2017 come gruppo informale e si è costituita associazione nel 2020. È indipendente, apertiva e aperta a collaborare con chiunque abbia a cuore l'ambiente. Cerca di fare rete, di mettere in comunicazione singoli cittadini tra di loro e con associazioni, imprese ed enti pubblici.

COSA FA

Tra i temi più cari ai volontari l'economia circolare, la mobilità, il disarmo, la riqualificazione urbana e ambientale. L'associazione punta sulla sensibilizzazione, la formazione e il rapporto con le istituzioni. Promuove collaborazioni e azioni sul territorio, per mettersi in gioco, coinvolgere altri volontari e sperimentare l'azione di tutela dell'ambiente.

CONTATTI

Sito e mail: [cittadinisostenibili.it](http://cittadinisostenibili.it); [info@cittadinisostenibili.it](mailto:info@cittadinisostenibili.it); sede legale: via Fabio Da Persico 5/13; sede operativa: Centro Banchi, piazza De Marini 20r.

## IN BREVE

### 50&PIÙ

Oggi alle 15 il Circolo Unificato dell'Esercito di via San Vincenzo ospita l'incontro "SOS truffe: come difendersi", tenuto da Roberto Surlinelli, direttore tecnico superiore della polizia e vice dirigente del Centro Operativo per la Sicurezza Cibernetica di Genova. L'evento, aperto alla cittadinanza, è organizzato dall'associazione 50&Più Genova.

### MOSTRA FOTOGRAFICA

La mostra "L'Alzheimer" di Luisa Francesca Fausti e Paolo Saracco, curata da Orietta Bay e organizzata da Afma con EventidAmare, apre oggi alle 17 nel loggiato inferiore di Palazzo Doria Spinola, e sarà visitabile a ingresso libero fino al 31 marzo. Interverranno Pietro Bellantone, presidente di EventidAmare, del neurologo Fabio Bandini, di Ernesto Palumneri, geriatra e coordinatore della Rete Regionale Demenze Liguria, di Carlo Serrati, coordinatore dei Dipartimenti Interaziendali Regionali Neuroscienze e Fisiatria di Alisa, di Massimo Tabaton, docente di Neurologia all'Università, e di Simone Vanneschi, psicologo del centro diurno Arcobaleno

di Afma. Modera Titty Fiorino. Info: [afmagenova.org](http://afmagenova.org)

### BRACCIALETTI BIANCHI

Sarà lo psichiatra e scrittore Paolo Milone a facilitare il prossimo Death Cafè dell'associazione Braccialetti Bianchi, che si terrà sabato dalle 17 alle 18.30 alla biblioteca De Amicis, nei Magazzini del Cotone al Porto Antico. L'argomento trattato sarà "Parlare della morte per vivere pienamente la propria esistenza". Info: 345 8363973.

### RISONANZE D'AUTORE

Inizia sabato alle 18 all'Auditorium Berellini di Cogoleto, con il concerto della pianista Natalia Pyataeva e della violinista Asmik Avakyan, la rassegna musicale "Risonanze d'autore" organizzata dall'associazione Pratozanino 2.0. Quattro appuntamenti a ingresso libero, che da diversi anni svolge attività indirizzate agli utenti dei servizi d'igiene mentale, con eventi culturali che possano sensibilizzare la collettività sul superamento di stereotipi e pregiudizi e la diffusione di una corretta informazione, per favorire prevenzione e orientamento alla cura.

### AL BELVEDERE SANSONE

## Inaugurata a Carignano la panchina per l'epilessia

È stata inaugurata al belvedere Sansone di Carignano la prima panchina viola per l'epilessia, voluta dalla Lega Italiana contro l'Epilessia con la Fondazione Epilessia. Un modo per ricordare una condizione neurologica spesso dimenticata se non nascosta. Nella foto Flavio Villani, direttore di Neurofisiopatologia al San Martino.



### TESSERE LA CURA

Domenica dalle 10 alle 18 il Teatro dell'Ortica di via Allende a Molassana ospita la giornata di studi "Tessere la cura. Persone al centro. L'umanità della cura nell'esperienza della malattia oncologica", organizzata in collaborazione con il Comune e varie associazioni. Fra gli interventi, aperti alle 10 da Mirco Bonomi e Giancarlo Mariottini del Teatro dell'Ortica e curatori del pro-

getto "Versi di cura", quelli di Franco Henriquet, presidente della Fondazione Gigi Ghirrotti, Alberto Borin della Federazione Cure Palliative, Giorgia Gollo, coordinatrice regionale della Società Italiana di Cure Palliative ed Elisa Sirianni, ideatrice e co-curatrice del progetto "Da vivi - Il miracolo della finitezza".

### SALUTE E BENESSERE

Lunedì alle 16 al Centro Civi-

co di Staglieno, in via Bobbio 21D, si parlerà di "Integratori e polivitaminici: necessità o imposizione del marketing" nell'ambito degli incontri su salute e benessere dedicati alle persone over 65 e organizzati dall'Università Popolare dell'associazione Giovani Amici Uniti con l'Asl3.

### SBARAZZO D'INVERNO

Da lunedì a sabato 29 marzo alla Lampara di via Brenta a

Sturla, lo spazio multifunzionale dell'associazione Borgo Solidale, torna lo "Sbarazzo d'inverno", per promuovere il riuso degli abiti usati. Si può dare una seconda vita agli abiti esposti in cambio di un'offerta libera, che servirà a sostenere i progetti dell'associazione. Orari: lunedì, mercoledì e venerdì dalle 9.30 alle 11.30 e giovedì e sabato dalle 15 alle 17. Per avere altre informazioni: 010 4713171 e 3248868994.

PER SENSIBILIZZARE SULLA SCLEROSI MULTIPLA IN ETÀ AVANZATA

## Nel nuovo podcast dell'Aism le storie di pazienti ed esperti

Lucia Compagnino

Come stanno oggi i malati di sclerosi multipla che hanno 60 anni o più? Lo raccontano Adelina, 60 anni, di Varese, a cui la malattia è stata diagnosticata quando ne aveva 36. E tre genovesi: Simone, 64 anni, che dalla riviera si è trasferito in città per conservare autonomia; Nadia, 68 anni, che dice «il bastone per me è come la coperta di Linus, me lo porto die-

tro perché mi dà sicurezza»; infine Gianna, 67 anni, che oltre alla sclerosi ha affrontato un tumore alla tiroide e uno al seno.

Sono i protagonisti di "Benessere senza età", il nuovo videopodcast di Aism, Associazione italiana sclerosi multipla, registrato a Genova in collaborazione con il collettivo Mettiamoci la voce e disponibili su Spotify e sui canali social dell'associazione. Il progetto è

nato per sensibilizzare e informare sulla gestione della malattia in età avanzata, con particolare attenzione a cambiamenti fisici, psicologici e terapeutici legati all'invecchiamento.

«Abbiamo voluto creare questi podcast per dar voce alle esperienze di pazienti ed esperti, rendendo le informazioni facilmente accessibili», dice il presidente di Aism Francesco Vacca. «La sclerosi multi-

pla - prosegue è una malattia complessa e ogni storia è unica. Questo progetto non è pensato solo per le persone con sclerosi multipla, ma anche per chi si prende cura di loro e per chiunque stia affrontando i cambiamenti legati all'età».

La sclerosi multipla è una malattia neurodegenerativa complessa, che colpisce il sistema nervoso centrale. È caratterizzata da una reazione anomala delle difese immunitarie, che attaccano alcuni componenti del sistema nervoso centrale scambiandoli per agenti estranei, per questo rientra tra le patologie autoimmuni. Grazie ai trattamenti e ai progressi della ricerca, i malati possono mantenere una buona qualità di vita, con un'aspettativa non molto diversa

dagli altri. Ma con l'avanzare dell'età e soprattutto oltre i 60 anni le persone con sclerosi multipla si trovano a dover affrontare nuove sfide. Perché la malattia si intreccia con le complicazioni legate all'invecchiamento come l'osteoporosi, le malattie cardiovascolari

### Ogni episodio include testimonianze di chi vive la malattia e interventi di medici

e un sistema immunitario invecchiato.

Uno stile di vita sano gioca quindi un ruolo chiave nel benessere generale di questi malati come di tutti noi: mante-

nersi attivi fisicamente, mentalmente e socialmente aiuta a contrastare i sintomi e a migliorare la qualità della vita. Alimentazione equilibrata, esercizio fisico, relazioni sociali, pensiero positivo e accettazione dei propri limiti sono aspetti fondamentali per un invecchiamento più sereno.

Ogni episodio del videopodcast contiene una testimonianza accompagnata dall'intervento di uno o più specialisti. Fra questi ultimi, Giampaolo Bricchetto, fisiatra e direttore del servizio di riabilitazione di Aism Liguria; Jessica Podda, psicologa e ricercatrice, Luca Prosperini, neurologo dell'ospedale San Camillo di Roma. Con la conduzione della giornalista Marina D'Incerti. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA