



**IL CAMMINO  
DI DEBORA  
VERSO  
LA RINASCITA**



**LA SORPRENDENTE  
VALLE DELLA  
BIODIVERSITÀ**



**BIODIVERSITÀ:  
OPPORTUNITÀ  
PER MIGLIORARE  
LA NOSTRA VITA**



**BIODIVERSITÀ  
A TAVOLA**

#### EDITORE

Consiglio Regionale Aido Lombardia - ODV  
24125 Bergamo, Via Borgo Palazzo 90  
Tel. 035.235.327 - lombardia@aido.it

#### DIRETTORE RESPONSABILE

Leonio Callioni

#### DIRETTORE EDITORIALE

Corrado Valli

#### Segretaria di redazione

Marzia Taiocchi

#### COLLABORAZIONI SCIENTIFICHE

Dott. Gaetano Bianchi  
Dott.ssa Cristina Grande

#### Regione Lombardia - Sanità

Dott. Giuseppe Piccolo  
Coordinatore regionale prelievo/trapianto

#### ASST Papa Giovanni XXIII di Bergamo

Dott. Michele Colledan  
Direttore Chirurgia Generale III  
Direttore Centro Trapianti di fegato e di polmoni

Dott. Giuseppe Locatelli  
Primo Onorario Chirurgia Pediatrica

#### Asst Grande Ospedale Metropolitano Niguarda

Prof. Luciano De Carlis  
Direttore Dipartimento Chirurgia  
e S. C. Chirurgia Generale e dei Trapianti  
Professore Straordinario Università Milano Bicocca

Dott. Luca Belli  
Direttore Epatologia e Gastroenterologia

#### CNT - Centro Nazionale Trapianti

Dott. Massimo Cardillo  
Direttore

#### Istituto Mediterraneo Trapianti e Terapie di alta specializzazione - ISMeTT di Palermo

Prof. Bruno Gridelli  
Direttore Medico Scientifico  
Professore di Chirurgia Università di Pittsburgh

#### Istituto Ricerche Farmacologiche «Mario Negri»

Prof. Giuseppe Remuzzi  
Direttore

#### Yale University School of Medicine

Prof. Mario Strazzabosco  
Professor of Medicine, Director of Transplant Hepatology  
Dep. of Internal Medicine Section of Digestive Diseases

#### REDAZIONE ESTERNA

Clelia Epis, Fernanda Snaiderbaur

#### REDAZIONE TECNICA

Paolo Seminati

#### SEGRETERIA

24125 Bergamo, Via Borgo Palazzo 90  
Tel. 035.235.327 - lombardia@aido.it  
C/C postale 36074276  
Marzia Taiocchi

#### SOTTOSCRIZIONI

Socio Aido	Simpatizzante	Sostenitore	Benemerito
€ 40,00	€ 50,00	€ 80,00	€ 100,00

C/C postale 36074276 Aido Cons.Reg.Lombardia ONLUS  
Prevenzione Oggi - C/C BPER Banca  
IT 16 C 05387 11106 000 042 565 618  
Riservato ai Soci

Il socio sostenitore ha diritto ad omaggiare un'altra persona  
previa segnalazione all'atto della sottoscrizione

#### STAMPA

ALGIGRAF s.r.l.

CARTE UTILIZZATE DI PURA CELLULOSA ECOLOGICA  
CON ELEVATO CONTENUTO DI RICICLO SELEZIONATO

Reg. Trib. di Milano n. 139 del 3/3/90

Le informazioni contenute in questo periodico  
vengono trattate con liceità, correttezza e trasparenza  
conformemente al D.lgs. n. 196 del 30 giugno 2003  
Codice in materia di protezione dei dati personali  
Riservato ai soci

## SOMMARIO

- 2 IL CAMMINO DI DEBORA  
VERSO LA RINASCITA**  
Dalla diagnosi della «Malattia di Caroli»  
alla gioia per il trapianto  
Un'esperienza di vita capace di emozionare
- 5 LA SORPRENDENTE  
VALLE DELLA BIODIVERSITÀ**  
Un luogo millenario che promuove  
una diversa armonia tra uomo, agricoltura e natura
- 9 TEMPO, ATTESA, DIVERSITÀ:  
LA NATURA INSEGNA**  
Un luogo capace di educare alla biodiversità
- 11 BIODIVERSITÀ: OPPORTUNITÀ  
PER MIGLIORARE LA NOSTRA VITA**  
Proposte per introdurre la natura dentro casa
- 14 BIODIVERSITÀ A TAVOLA**  
La salute si mantiene anche con uno stile di vita  
che tenga conto della varietà e della stagionalità
- 19 LA SALUTE È UNA PER TUTTI  
GLI ESSERI VIVENTI DEL PIANETA**  
Per questo va protetta globalmente
- 20 NON SIAMO SOLI SUL PIANETA  
LA BIODIVERSITÀ È EVOLUZIONE**
- 21 NOTIZIE DALLE SEZIONI**

#### È POSSIBILE DEVOLVERE L'EROGAZIONE LIBERALE TRAMITE

**Contatto diretto** telefonico con un nostro collaboratore

**Bollettino cartaceo** di conto corrente n. 36074276  
Intestazione: Aido Consiglio Regionale Lombardia  
Causale: erogazione liberale detraibile o deducibile  
ai sensi dei commi 1 e 2 dell'art. 83 del d.lgs. n. 117/2017 c.d. «Codice del Terzo Settore»

**Carta di credito** direttamente online da uno dei seguenti siti:  
[www.aidolombardia.it](http://www.aidolombardia.it)  
[www.prevenzioneoggi.org](http://www.prevenzioneoggi.org)

**Bonifico bancario** alle coordinate: BPER Banca  
IBAN IT 16 C 05387 11106 0000 4256 5618  
Intestazione: Aido Consiglio Regionale Lombardia  
Causale: erogazione liberale detraibile o deducibile  
ai sensi dei commi 1 e 2 dell'art. 83 del d.lgs. n. 117/2017 c.d. «Codice del Terzo Settore»  
+ Codice Fiscale intestatario del bonifico



Corrado Valli

## AMBIENTE E SALUTE CI PORTANO A RIFLETTERE SULL'IMPORTANZA DELLA BIODIVERSITÀ

**C**ara lettrice, caro lettore, fare movimento, avere una dieta sana ed equilibrata sono elementi imprescindibili per prevenire situazioni patologiche ma non basta: sempre più ci stiamo accorgendo della stretta interconnessione tra ambiente in senso lato e salute. L'Organizzazione Mondiale della Sanità nel proporre il modello sanitario "One Health" parte dal presupposto secondo cui la salute umana, animale ed ambientale sono fortemente correlate e la tutela di una di queste concorre a rafforzare la tutela delle altre.

Prevenzione Oggi affronta queste tematiche dal punto di vista della prevenzione, il modo più concreto, intelligente e decisivo per non essere costretti, in un futuro non lontano, ad affrontare gravissimi problemi come patologie sempre più diffuse e aggressive e squilibri ambientali.

I nostri lettori in questo numero sono accompagnati ad approfondire e a riflettere su quanto sia importante per la nostra salute la biodiversità. Bisogna insomma saper guardare le cose da una prospettiva diversa da quella classica antropocentrica; dobbiamo tenere in debita considerazione la compresenza di diversi mondi ugualmente rilevanti, da quello umano a quello animale fino a quello vegetale senza trascurare l'inorganico. Questo non solo per sensibilità o altruismo ma per preservare la qualità della nostra vita ed in ultima analisi per la nostra stessa sopravvivenza.

La conservazione della biodiversità è fondamentale non solo per il suo valore intrinseco ma anche perché assicura ad esempio aria pulita, acqua dolce, suolo di buona qualità e impollinazione delle colture. Il suo declino ha quindi conseguenze fondamentali per la società, l'economia e la salute umana. Un ecosistema vario ha una maggior biodiversità ed è più resistente agli stress ambientali. Le piante ad alta resa delle principali colture alimentari come grano, riso, mais hanno portato alla pratica delle monoculture e alla conseguente drastica riduzione della diversità delle piante coltivate.

La diversificazione delle coltivazioni e la biodiversità naturale evitano l'esplosione numerica di alcuni insetti o di alcuni patogeni che possono approfittare della presenza di grandi estensioni di un solo prodotto agricolo, generando un conflitto che l'uomo combatte con prodotti chimici.

Coltivare specie locali invece significa incentivare la crescita di piante che si sono ben adattate al territorio e che, in linea generale, per questo hanno bisogno di meno trattamenti.

Se è vero che prodotti locali, a volte, possono avere un prezzo maggiore, è anche vero che comprando solo il necessario, evitando tanti sprechi, la spesa può rimanere la stessa, in pratica: comprare meno ma comprare meglio. Dobbiamo pensare che, come tenerci in forma richiede impegno, così anche pensare al benessere alimentare richiede tempo. Tempo investito per il nostro benessere.

Non si pensi che tutelare la biodiversità sia compito riservato solo a chi vive in un ambiente non compromesso dall'urbanizzazione e dalla industrializzazione. In questo numero si dimostra infatti come in un'area molto urbanizzata, al centro di uno dei maggiori poli industriali europei, è possibile parlare e realizzare la biodiversità.

### SPAZIO AI LETTORI

Per gli interventi dei lettori  
[lombardia@aido.it](mailto:lombardia@aido.it)

Prevenzione Oggi on line  
[www.prevenzioneoggi.org](http://www.prevenzioneoggi.org)



Aido Regione Lombardia  
[www.aidolombardia.it](http://www.aidolombardia.it)



## IL CAMMINO DI DEBORA VERSO LA RINASCITA

*Dalla diagnosi  
della «Malattia di Caroli»  
alla gioia per il trapianto  
Un'esperienza di vita  
capace di emozionare*

Grazie alla rivista **Prevenzione Oggi** vogliamo contribuire attivamente alla diffusione della cultura del dono affinché sempre più persone possano scegliere consapevolmente di diventare donatori. Lo facciamo anche attraverso il racconto delle storie di trapianto, perché siamo convinti che le parole di chi ha vissuto queste esperienze di dolore e rinascita possano aiutare più di altre a comprendere cosa significhi essere donatore o ricevente. In questo numero ci lasciamo trasportare dall'emozionante racconto di **Debora Giulia Maria Bertini**.

**D**olore e malattia viaggiano spesso l'uno a fianco dell'altra, ponendoci di fronte ostacoli che in alcuni casi paiono insormontabili. Quando però il dolore viene permeato dalla solitudine diventa ancora più difficile affrontare qualsiasi prova la vita ci ponga sul nostro cammino. Non si fraintenda però, in questo caso, con solitudine non si intende la mancanza di persone care disposte ad offrirci un appoggio, ma qualcosa di molto più profondo. Un buio cupo che attanaglia il cuore, una sensazione di impotenza che rende difficile l'appiglio alla speranza... sono solo metafore di un sentimento la cui immaginazione probabilmente ci può solo sfiorare. Eppure Debora ha affrontato tutto questo con grande determinazione, percorrendo un tratto di strada della propria vita nel quale per molto tempo non ha potuto vedere oltre il passo successivo.



Debora Giulia Maria Bertini in uno scatto recente

**“Nel 2007 mi è stata diagnosticata la Malattia di Caroli, una patologia congenita rarissima, caratterizzata dalla dilatazione segmentale e multifocale dei grandi dotti biliari intraepatici”.** Esordisce così Debora Giulia Maria Bertini alla nostra intervista, mostrando già dalle sue prime parole, taglienti e precise, quante energie abbia investito per provare a comprendere una malattia della quale, anche oggi, si conosce ben poco. Siamo parlando di una patologia epatica congenita, che può esordire a qualunque età e colpisce soprattutto il sesso femminile. **“La prevalenza non è nota - continua Debora -, e ne sono stati descritti meno di 250 casi in tutto il mondo. È stata scoperta a metà degli anni '90, praticamente semi sconosciuta”.** In medicina viene definita come malattia rara, ma l'aggettivo non rende a pieno quanto unica sia di-

ventata l'esistenza di Debora dopo questa scoperta. Come spesso accade la diagnosi arriva come un fulmine a ciel sereno: *"Soliti esami del sangue di controllo annuali - prosegue Debora -, dove però la nota stonata apparve subito nella sua evidenza con valori epatici a livelli assurdi"*.

Ecco l'inizio di un calvario fisico ed emotivo, come avremo modo di scoprire direttamente dalle emozioni che ci lascia trasparire da questo racconto: ***"Di solito è una patologia genetica ma nel mio caso non è mai stato confermato. Incurabile, degenerativa, progressiva, mi dissero: 'Si sa poco o niente, ce l'hai, te la tieni', questo fu il primo responso"***.

Ecco l'esordio di una difficoltà che la razionalità umana di Debora fatica a comprendere, tanto da rendere ossessiva la ricerca di un orizzonte oltre il buio della malattia, provando a superare questo sconforto con la conoscenza, come se questa potesse in qualche modo lenire il dolore: ***"Inaccettabile per me non sapere perché e per come. La studiai nei minimi particolari e iniziai quindi il mio peregrinare per innumerevoli ospedali, ricoveri, esami, ecc. Scoprii che l'unico al mondo che conosceva la 'Caroli' era un professore italo-inglese a Londra"***.

Ecco, inaspettato, un appiglio a cui aggrapparsi per poter ampliare quella conoscenza che in questi casi si confonde con speranza. Ma quando un barlume di luce pare rischiarare il futuro, inaspettato il buio prende nuovamente il sopravvento con la morte del luminare: *"Mori prima che potessi fargli visita, della serie: quando la sfortuna ci vede bene..."*

Debora usa il sarcasmo, ma si può solo immaginare come si sia sentita in quei momenti, attanagliata dalla solitudine nell'affrontare un mostro tanto oscuro. Questo però non ferma la sua ricerca della 'verità' che la porta ad incontrare una dottoressa del Niguarda di Milano: *"Una Epatologa preparatissima e competente - si confida Debora - conosceva la 'Caroli' e mi prese in cura. Ormai eravamo nel 2010 e come unica possibilità, mi disse, c'era il trapianto di fegato"*.

La diagnosi appare dura, ma, per chi non ha speranza, diventa un approdo sicuro al quale tendere con tutte le proprie forze. Debora comprende bene la portata della parola trapianto, perché già masticata nelle pieghe della sua esistenza: ***"Sono favorevole da sempre al trapianto di organi - afferma con decisione -, era mio dovere pensare che se non avessi ricevuto in tempo un fegato, avrei potuto essere io a 'dare', 'donare'. Fegato a parte, il resto del mio corpo era ancora buono e aiutare a vivere altre persone diventò per me una priorità: da qui l'iscrizione ad Aido"***.

Questa è la magia del Dono, non solo per chi lo ri-



Nel 2014 dopo la diagnosi ma prima del deperimento causato dalla «Caroli»

***Sentirsi strumento per compiere del bene è uno degli aspetti più significativi dell'essere umano, uno dei modi più semplici per combattere quella solitudine che per un tratto di vita ha offuscato l'esistenza di Debora***

ceve. Sentirsi strumento per compiere del bene è uno degli aspetti più significativi dell'essere umano, uno dei modi più semplici per combattere quella solitudine che per un tratto di vita ha offuscato l'esistenza di Debora. Ma la strada da percorrere, pur se rischiarata dalla speranza del trapianto, è ancora in salita e metterà la nostra protagonista ancora a dura prova.

***"Nell'attesa che il nuovo organo arrivasse la degenerazione del mio fegato provocò danni al fisico incredibili e furono anni di sofferenze atroci, con la consapevolezza che il giorno dopo forse non lo***

## TESTIMONIANZE



Debora nel 2018 durante i numerosi ricoveri: il deperimento appare ormai evidente. Il peso corporeo nell'ultimo stadio della malattia era di 31 kg

*avrei visto. Ho fatto da settembre 2017 a tutto il 2018 ricoverata quasi sempre al Grand Hotel Niguarda - afferma con sarcasmo Debora - e finalmente a novembre 2018 fui inserita nella famosa 'lista' di futuri riceventi. Da qui in poi serviva solo un organo compatibile e la scalata metaforica per arrivare in cima alla lista. Il 6 luglio 2019 arrivò il nuovo organo, quasi all'ultimo 'respiro'.*

*Di solito il tempo dell'entrata in lista è più breve e il trapianto avviene poco dopo, indispensabile è la compatibilità, ma ogni caso è comunque a sé, e il fatto che la mia fosse una malattia rarissima e quasi sconosciuta non ha certo aiutato".*

Dopo il calvario, che possiamo percepire anche dalle fotografie che Debora ha voluto condividere, finalmente il giorno del trapianto segna quel punto di approdo tanto agognato: un evento apparentemente 'piccolo' nel mare del travaglio di Debora, che però ha aperto le porte verso una nuova vita.

***"Mi venne trapiantato il 'nuovo piccolo organo' dall'équipe del Professor Luciano De Carlis: chirurghi eccezionali del Niguarda. Resto ancora sor-***

***«L'importanza di donare gli organi è la cosa più bella e altruista che possiamo fare.***

***Donare vita, far rinascere chi è condannato, è come continuare a vivere in un altro corpo. Aido per sempre, aiutare per sempre!»***

***presa dal fatto che non ricevetti l'intero fegato, ma solo i 3/4, l'altro quarto andò a un altro paziente. Con un solo organo salvarono due vite!"***

Chiudiamo questa intensa storia con le ultime parole di Debora, tanto accorate quanto significative, nella speranza che possano donare forza a tutti coloro stanno ancora lottando per un trapianto.

***"L'importanza di donare gli organi è la cosa più bella e altruista che possiamo fare. Donare vita, far rinascere chi è condannato, è come continuare a vivere in un altro corpo. Aido per sempre, aiutare per sempre! Ah dimenticavo: ora sto benissimo, sono quattro anni che il nuovo organo è in me e mi fa vivere. Avrò sempre rispetto per 'lui' e nel cuore chi me lo ha donato. Grazie".***

Paolo Seminati



DENTRO LA CITTÀ

# LA SORPRENDENTE VALLE DELLA BIODIVERSITÀ

*Un luogo millenario che promuove una diversa armonia tra uomo, agricoltura e natura*

**L**a Valle di Astino, ai piedi di Bergamo Alta, pare un luogo antico con ampi spazi lasciati alla natura e alla storia del millenario monastero vallombrosano, eppure è qualcosa di più perché qui la biodiversità è il tema centrale, qui si promuove una diversa armonia tra uomo, agricoltura e natura partendo dal contesto locale.

**Un vero museo all'aperto è la Valle della Biodiversità che fa parte dell'Orto Botanico di Bergamo diretto da Gabriele Rinaldi, dove si studiano e conservano collezioni botaniche, luogo in cui esperienze e relazioni vogliono educare alla sostenibilità.**

Unico nella sua vastità in Italia, e ragguardevole anche nei confronti di altre simili realtà in Europa, il progetto della Valle di Astino (che si estende su un'area di 13.000 metri quadrati) presenta 4000 metri quadri di vigneto dimostrativo con 20 sistemi di allevamento, 200 piante da frutta, 1 km lineare (lar-

go 1 metro) di aiuole che rappresentano un vero Chilometro Verde, con un migliaio di varietà orticole. Dei circa 74.000 visitatori dell'Orto Botanico nel 2022, tra adulti e ragazzi, 1/3 ha visitato la Valle della Biodiversità. Qui la biodiversità è la ricchezza delle specie e delle varietà presenti sul territorio, una bella sintesi tra natura, cultura e agricoltura.

## **Biodiversità in città: perché e cosa ci guadagniamo?**

«Il nostro obiettivo di fondo – spiega il direttore Gabriele Rinaldi – è il benessere delle persone, quello che passa dalla riconciliazione con la natura. Questo progetto ci insegna che anche in un'area molto urbanizzata come Bergamo, al centro di uno dei maggiori poli industriali europei, è possibile parlare di natura e biodiversità. Ancor di più ci insegna che alle parole possono seguire azioni concrete e che a Bergamo si sono compiute scelte lungimiranti».



### LA VALLE DELLA BIODIVERSITÀ E LA SUA STORIA

Fin dal secondo dopoguerra le istituzioni locali e regionali pongono vincoli per proteggere l'area, risorsa verde all'interno del territorio di una città industrializzata. Ciò ha impedito che appetiti speculativi prevalessero su interessi più generali.

Nel 2007 inizia un ambizioso progetto di recupero e pianificazione del paesaggio della Valle d'Astino. In quell'anno avviene l'acquisizione dell'edificio del monastero e dei suoi annessi agricoli da parte della Fondazione Misericordia Maggiore di Bergamo, che, stringendo una rete di collaborazioni con le istituzioni pubbliche, conduce l'impegnativo restauro del complesso. **L'Orto Botanico del Comune di Bergamo fin dal 2011 è chiamato a collaborare al progetto agro-ambientale, al recupero paesaggistico del patrimonio terriero della valle all'insegna della biodiversità e delle coltivazioni biologiche, affidate ad aziende e cooperative agricole.**

Astino è diventato un luogo di lavoro e di lavoro sociale a favore di inserimenti lavorativi, perché lavorare sulle piante è lavorare su se stessi; ed è un ambiente partecipato grazie alle famiglie attive negli orti del progetto Ortinsema (orti insieme in dialetto bergamasco).

**Nel 2015 la nascita della Valle della biodiversità: un nuovo Museo, come?**

«In concomitanza con Expo - continua Rinaldi - nasce questa nuova sezione civica dell'Orto Botanico attorno a temi tanto semplici quanto attuali. Ci siamo chiesti: Di che piante si nutre l'uomo sul pian-

**Astino è diventato un luogo di lavoro e di lavoro sociale a favore di inserimenti lavorativi, perché lavorare sulle piante è lavorare su se stessi; ed è un ambiente partecipato grazie alle famiglie attive negli orti del progetto Ortinsema (orti insieme in dialetto bergamasco)**

ta? «Al mondo siamo circa 8 miliardi di persone che abbiamo la necessità quotidiana di attingere risorse alimentari dalla Terra, che cosa mangiamo, come lo mangiamo e che impatto abbiamo? A questi argomenti si è lavorato per inserire il progetto dentro il Parco dei Colli, per armonizzare paesaggio naturale e storico, e recuperare quello agrario».

La storia ci insegna che non sempre è così. Ad esempio la terra della Valle di Astino era stata impoverita dalla monocultura a mais, mentre oggi grazie alla promozione della biodiversità sta tornando fertile. Qui c'è una sintesi che tiene conto degli aspetti culturali, della conoscenza del territorio locale da parte delle persone impegnate, c'è la consapevolezza del legame stretto di quello che succede tra noi e quello che succede sul pianeta.

### BIODIVERSITÀ E BENESSERE

**Perché è stata una buona scelta?**

«Perché rende concreta l'idea di biodiversità che, altrimenti, rischierebbe di restare solo un concetto astratto. Stare nella Valle della Biodiversità significa vedere, toccare, assaggiare davvero. Ad esempio 100 tipi di pomodori, 150 di fagioli, 40 di patate, 90 di mais, ecc.: la biodiversità è a portata di mano. Questo





porta il visitatore a chiedersi 'Cosa mangio quando faccio acquisti?' È un passo importante perché spesso quando acquistiamo prodotti alimentari ci accontentiamo di quelli più economici, derogando sulla qualità. Scegliere prodotti locali significa uscire dalla standardizzazione del gusto della grande distribuzione, dal sistema dei prezzi troppo bassi che possono nascondere storie di sfruttamento dei lavoratori.

#### Quanto biodiversità e benessere si legano al locale?

«Moltissimo. La scelta della biodiversità ci porta a contatto con varietà non comuni che raccontano storie legate al territorio. **La biodiversità valorizza le realtà locali e chi la rende viva come il contadino che la coltiva, oppure le famiglie che custodiscono i semi di una varietà da generazioni. Racconti e gesti che a Bergamo ci narrano della patata di Schilpario, della rapa di Bossico, del mais spinato di Gandino, del moscato di Scanzo che è conosciuto su scala nazionale.**»

#### Biodiversità significa meno pesticidi?

«È bene rispondere con cautela - continua Rinaldi - possiamo dire che coltivare specie locali significa incentivare la crescita di piante che si sono ben adattate al territorio e che, in linea generale, per questo hanno bisogno di meno trattamenti. Il nostro impegno a favore dell'agricoltura biologica, molto attenta al tema, è rivolto al minor impatto ambientale.»

Con prodotti locali l'impronta ecologica è minore, minore è il nostro impatto sulle risorse del pianeta. La diversificazione delle coltivazioni e la biodiversità

**«È bene insegnare che i legumi hanno proprietà nutritive vantaggiose, che i pomodori hanno proprietà antiossidanti, che le crucifere hanno proprietà antitumorali, che tutti gli ortaggi contengono nutrienti secondari preziosi, che la diversità nell'alimentazione è una risorsa, è un vantaggio per tutti»**

è naturale evitano l'esplosione numerica di alcuni insetti o di alcuni patogeni che possono approfittare della presenza di grandi estensioni di un solo prodotto agricolo, generando un conflitto che l'uomo combatte con la chimica.

#### BIODIVERSITÀ E ALIMENTAZIONE

**Biodiversità è plurale ci sono i pomodori, i fagioli, le viti, tutto racconta della vita vegetale e della sua complessità. Quale messaggio?**

«L'uomo ha influenza sulla vita delle piante decretandone il successo o l'insuccesso, talvolta la scomparsa, eppure le piante attraverso quello che mangiamo hanno uno strettissimo rapporto con noi. **È bene insegnare che almeno una volta a settimana si dovrebbe consumare un pasto solo vegetale, che i legumi hanno per il nostro corpo proprietà nutritive vantaggiose. Che i pomodori hanno proprietà antiossidanti, che le crucifere hanno proprietà antitumorali, che tutti gli ortaggi contengono nutrienti secondari preziosi, che la diversità nell'alimentazione è una risorsa, è un vantaggio per tutti.**»

#### A cosa dobbiamo rinunciare?

«Alla pigrizia - sorride Rinaldi - perché è più sem-



*plice comprare prodotti processati al supermercato. Dobbiamo pensare che come tenerci in forma richiede impegno, così anche pensare al benessere alimentare richiede tempo. Preparare il cibo ci toglie spazio per altro, ma è anche un'operazione di cura verso noi stessi, verso gli altri e il pianeta».*

#### **Ci rimette il gusto?**

*«No, ci allontaniamo dai gusti standard, talvolta subito, e ampliamo le nostre esperienze e abilità».*

#### **BIODIVERSITÀ E AMBIENTE**

##### **Come è possibile promuovere la biodiversità in un territorio tanto segnato dalla presenza dell'uomo?**

*«Il nostro territorio ha una fortissima impronta antropica, ma questo non è negativo in assoluto perché anche l'uomo fa parte della natura; noi qui siamo attenti al tipo di interazione.*

*Ad Astino, dopo l'abbandono della monocultura a mais, abbiamo recuperato diverse fasce ai margini dei coltivi che hanno portato insetti e fiori, grazie a siepi campestri, alberi e arbusti per costruire una trama ecologica. Farlo è una scelta spinta dalla consapevolezza che **quanto più la trama ecologica è complessa, tanto più c'è controllo reciproco tra le specie, anche di quelle potenzialmente dannose**, gli impollinatori trovano un ambiente favorevole, il terreno è in grado di assorbire maggiormente l'acqua in caso di piogge abbondanti, le piante riescono a "pompare" nel suolo grandi quantità di anidride carbonica evitando che rimanga nell'aria e altro ancora».*

**«Dobbiamo pensare che come tenerci in forma richiede impegno, così anche pensare al benessere alimentare richiede tempo. Preparare il cibo ci toglie spazio per altro, ma è anche un'operazione di cura verso noi stessi, verso gli altri e il pianeta»**

#### **Quanto ci aiuta la biodiversità contro il cambiamento climatico?**

*«La vita in città migliora molto. Vorrei prendere ad esempio la scelta del Comune di Bergamo di procedere allo sfalcio ridotto in 13 punti di parchi cittadini. In pratica in quelle aree l'erba viene tagliata con meno frequenza del solito. Questo porta all'aumento di piante spontanee e impollinatori, ma soprattutto **contrastata le isole di calore**. In una giornata di sole con una temperatura di 35° si è visto che l'asfalto tocca i 60°, il prato con erba bassa 40°, il prato con erba alta 30° o meno. Il delta è notevole perché il sole non picchia direttamente sul terreno, non lo secca in superficie c'è meno effetto di riflessione, le erbe evapotraspirano di più e dunque il calore scende».*

#### **Cosa dobbiamo imparare?**

*«A far la pace con la natura - sorride Rinaldi - ad accettare la stagionalità del cibo e i cambiamenti del meteo, circondarci di piante e a difendere ciò che resta della biodiversità naturale. Fare questo ci consentirebbe di vivere i nostri ambienti e territori con più convinzione e, dunque, di vivere in una condizione meno artificiale e stressante perché finta».*

**Clelia Epis**

PROGETTI DIDATTICI

# TEMPO, ATTESA, DIVERSITÀ: LA NATURA INSEGNA

## Un luogo capace di educare alla biodiversità



**A**scoltare, sentire, respirare, toccare, vedere... sono solo alcune delle esperienze da vivere per avvicinarsi alla conoscenza del mondo naturale ma anche per esplorare l'agrobiodiversità, per scoprire le filiere alimentari e i saperi legati alla conservazione di antiche varietà, oppure anche per riflettere sulla nostra impronta ecologica.

**L'approccio sensoriale è imprescindibile nelle attività di mediazione museale dell'Orto Botanico di Bergamo, che da tempo studia i metodi più efficaci per trasmettere i propri messaggi culturali.** Con le scuole, ad esempio, viene privilegiato il metodo IBSE (Inquiry Based Science Education), che punta alla diffusione del sapere scientifico attraverso una didattica basata sul metodo investigativo.

La continua mutevolezza della natura fa da sfondo ad ogni incontro e le attività educative vengono proposte come occasioni in cui osservare e conoscere maggiormente il Regno Vegetale in tutti i suoi aspetti e nel nostro rapporto quotidiano con esso.

**L'incontro con la Natura non è solo una lezione,**

**ma innanzitutto un'esperienza da vivere personalmente, con lo scopo di richiamare saperi pregressi, destare curiosità per successivi approfondimenti, stimolare un processo di apprendimento attivo e creativo.**

I Servizi Educativi dell'Orto Botanico di Bergamo propongono un'offerta formativa suddivisa per fasce di età coinvolgendo studenti delle scuole primarie e secondarie, ma anche visitatori adulti per un totale di 74.000 presenze nel 2022 e 600/700 attività erogate nel 2023 che, in media, coinvolgono ciascuna una ventina di studenti.

**Mara Sugni è la responsabile dei Servizi Educativi, perché educare alla sostenibilità?**

*«La sostenibilità è uno degli nuclei fondanti dei percorsi di Educazione alla Cittadinanza previsti dalle indicazioni ministeriali e molte scuole ci chiedono di aiutarle a tradurre questo valore in esperienza concreta.*

***Il nostro compito, come adulti, è quello di aiutare bambini e ragazzi a decifrare una realtà sempre più complessa e contrastante che, da una parte, in-***



segna loro che il sistema in cui viviamo va ripensato a favore della natura e, dall'altro, quotidianamente propone una realtà standardizzata e uniformata su prodotti di marketing o junk food».

#### Come fare?

«È importante avvicinare i bambini alla complessità e alla varietà intesa come diversità di forme, colori, sapori, principi nutritivi, esperienze sensoriali, saperi, identità. **Il cibo è un argomento coinvolgente, che ha una ricaduta concreta sulla loro vita e su quella delle famiglie. Spesso attraverso i bambini riusciamo a raggiungere, con i nostri messaggi, gli adulti che sono meno propensi a cambiare le loro abitudini.** I bambini, invece, se ben sensibilizzati e in possesso di nuove conoscenze, fanno richieste a casa e questo può portare all'acquisizione di comportamenti virtuosi e buone pratiche in famiglia».

#### Ci prova il progetto Europeo Food Trails (Sentieri del cibo), di cosa si tratta?

«Si lavora sulle politiche del cibo della città. Con questo progetto sono stati introdotti nelle mense scolastiche di Bergamo prodotti biologici e locali; inoltre, un giorno a settimana è stato previsto un pasto interamente vegetale. È un'iniziativa che richiede tempi lunghi e un lavoro di squadra tra insegnanti, educatori dell'Orto Botanico, uffici comunali preposti alla gestione della ristorazione scolastica e i privati che si occupano, appunto, della ristorazio-

**«Abbiamo cominciato ben 12 anni fa quando si è iniziato a promuovere la realizzazione di orti scolastici. Una scelta spinta dalle statistiche che ci descrivevano il crescente gap tra giovani generazioni e natura; molti bambini erano convinti che le zucchine crescessero sotto terra o che il cotone fosse solo una stoffa»**

ne scolastica. Il tutto per portare a un cambiamento culturale duraturo; non tutte le famiglie ad esempio hanno accettato che una bistecca possa essere sostituita da una pietanza a base di legumi».

#### Quanto conta avere esperienze outdoor (all'aria aperta)?

«Il bisogno di stare all'aperto è sempre più accentuato nei bambini e nei ragazzi, in questa epoca storica che ci allontana dal mondo naturale e ci spinge verso il virtuale; e non si tratta più soltanto di una necessità espressa dagli studenti: **anche i docenti, infatti, riconoscono nell'outdoor learning una metodologia efficace nel coinvolgere tutti gli studenti, anche quelli con difficoltà, creando occasioni significative di apprendimento trasversale alle discipline.** Abbiamo cominciato ben 12 anni fa quando si è iniziato a promuovere la realizzazione di orti scolastici. Una scelta spinta dalle statistiche che ci descrivevano il crescente gap tra giovani generazioni e natura; molti bambini erano convinti che le zucchine crescessero sotto terra o che il cotone fosse solo una stoffa. Le esperienze outdoor sono utilissime per un'alphabetizzazione di base».

#### Cosa si impara dalla biodiversità e dall'esperienza di coltivazione a scuola o presso l'Orto Botanico?

«Che ogni cosa ha il suo tempo, che non tutto è subito, che c'è il tempo dell'attesa prima dei risultati».

#### Tra i tanti progetti che vedono in prima fila l'Orto Botanico di Bergamo anche prestigiose partnership con enti pubblici e privati

(enti di ricerca come le Università di Milano e Pavia o il Centro di Ricerca sulla Cerealcoltura e le Colture industriali, altri enti locali come la Provincia e il Parco dei Colli di Bergamo, ma anche realtà private imprenditoriali come le società benefit tra cui, ad esempio, il Linificio e Canapificio Nazionale o l'azienda Mondora, che si occupa di software) **e progetti europei** (come il progetto Big Picnic, finanziato sul programma europeo Horizon e dedicato al cibo e alla sicurezza alimentare, o come il recente progetto Beepathnet\_Reloaded, che aveva l'obiettivo di fare di Bergamo una città amica delle api attraverso un approccio partecipato e l'adozione di buone pratiche per la salvaguardia dei servizi ecosistemici svolti dagli impollinatori). **Tutti questi elementi costituiscono riconoscimenti di particolare significato per una realtà comunale di dimensioni modeste ma molto vivace** e con grandi aspirazioni nel promuovere un cambiamento di mindset e atteggiamenti virtuosi da parte della popolazione.

**Clelia Epis**



Non è così improbabile immaginarsi le abitazioni del futuro come luoghi dove uomo e natura siano sempre più integrati

## ARCHITETTURA

# BIODIVERSITÀ: OPPORTUNITÀ PER MIGLIORARE LA NOSTRA VITA

## *Proposte per introdurre la natura dentro casa*

**M**entre anche questa estate si costella di nuovi episodi allarmanti, tra ondate di calore estremo e violenti temporali, la sostenibilità del nostro stile di vita ed il destino del pianeta continuano a essere al centro del confronto tra esperti che propongono di affrontare questi problemi in un'ottica di inclusione, partecipazione attiva e interdisciplinarietà.

A partire dalle più diverse angolature, in maniera graduale ma sempre più diffusa, **si va rafforzando la sensazione di essere parte di un insieme più complesso di quanto percepito fino ad oggi, di una totalità formata da esseri viventi che convivono ed interagiscono sia fra loro sia con le componenti fisiche ed inorganiche del pianeta, influenzandosi reciprocamente.**

Dalla scienza all'architettura, dall'economia all'arte,

emerge il bisogno di guardare il mondo da una prospettiva diversa da quella classica antropocentrica, seguendo una logica di giudizio in grado di tenere in debita considerazione la compresenza di diversi mondi ugualmente rilevanti, da quello umano a quello animale fino a quello vegetale e persino l'inorganico. **Non solo per sensibilità o altruismo ma per preservare la qualità della nostra vita ed in ultima analisi per la nostra stessa sopravvivenza.**

Questa visione osmotica, che si focalizza sulla scambievole compenetrazione tra diversi ambiti, chiama in campo un altro tema di stretta attualità: la biodiversità. Definita in ecologia come varietà e variabilità degli organismi viventi nel loro mutare nel tempo e da un ambiente all'altro, **la biodiversità si candida ad essere uno degli elementi chiave per cercare di trovare un nuovo equilibrio in risposta ai cambiamenti climatici in corso.**



Già oggi l'architettura biofilica si interroga su come portare la natura all'interno delle nostre abitazioni

### USCIRE DALLA TRADIZIONALE CONTRAPPOSIZIONE «DENTRO-FUORI»

In un quadro di forte fermento scientifico e culturale, spinti dall'impellente esigenza di trovare risposta ai mutamenti in atto, **arte ed architettura sono le ultime discipline in ordine di tempo ad aver messo a disposizione i propri linguaggi per dialogare con economia e salute di una visione più ampia e condivisa possibile del reale.** Le riflessioni maturate da artisti ed architetti a partire dagli anni del Convid si sono concretizzate in sollecitazioni arrivate in mostra alla Biennale di Arte Contemporanea a Venezia lo scorso anno e poi alla Biennale di Architettura, visibile fino a novembre 2023 sempre a Venezia.

**La biodiversità è emersa regina tra le tematiche, posta al centro di un discorso di ripensamento e superamento dei concetti di limite e confine, parole cardine sia per l'arte che per l'architettura.**

Ha aperto il confronto la Biennale a cura di Cecilia Alemani, dove l'arte ha parlato di dissoluzione della distanza tra soggetto e paesaggio, figura ed ambiente circostante, evidenziando il bisogno di oltrepassare i confini millenari tracciati artificialmente dall'uomo per separare sé stesso dall'ambiente in cui vive, denunciandoli come un ostacolo per la nostra stessa percezione piena del mondo.

**Questo invito a considerarci parte del creato e non superiori ad esso, elementi integranti ed integrati in un mondo da cui non possiamo prescindere e con cui dobbiamo imparare a dialogare è stato ora raccolto dall'architettura che seguendo lo stesso percorso sta iniziando a modificare la progettazione degli spazi pubblici e privati includendo a pieno titolo nei lavori anche i temi della biodiversità e del contesto ambientale.**

### LA BIODIVERSITÀ ENTRA IN CITTÀ

Per secoli gli uomini hanno ragionato con una mentalità dicotomica, basata sulla contrapposizione 'noi-loro', 'dentro-fuori', dove 'noi' siamo quelli che hanno creato la civiltà 'dentro' le mura delle città esercitando un'azione di contenimento sulla natura 'fuori', percepita come un insieme di belve feroci e foreste pericolose, un'antagonista selvaggia ed ostile alla vita dell'uomo. Oggi questo impianto viene messo in discussione. **Proprio a partire dalla biodiversità, dalla presa d'atto che maggiore è la ricchezza fisica e diversità biologica dell'ambiente in cui viviamo meglio reagiamo alle sollecitazioni ed allo stress, l'architettura ha iniziato a proporre progetti che invitano il 'fuori' ad entrare 'dentro'.**

Esemplare in questo è l'architettura biofilica che lavora incorporando elementi come la luce naturale, la vegetazione e l'acqua nello spazio costruito, trasformando il modo in cui viviamo il nostro ambiente ed enfatizzando il rapporto con la natura all'interno delle mura domestiche e negli ambienti lavorativi.

'Biophilia' significa amore per la natura e indica l'attrazione umana per la natura e il desiderio di essere dentro e circondati da essa. Il termine è stato reso popolare dal biologo americano Edward O Wilson a partire dagli anni '80 e **gli architetti che oggi aderiscono a questa filosofia progettuale sono convinti che un certo tipo di atmosfera possa influenzare il nostro benessere, la nostra produttività, l'umore, fino a rivoluzionare il nostro modo di vivere l'ambiente lavorativo.**

Esempio particolarmente felice di questo approccio è il Bosco Verticale di Stefano Boeri che proprio a fine luglio è stato premiato dall'Onu (Organizzazio-

**L'architettura biofilica lavora incorporando elementi come la luce naturale, la vegetazione e l'acqua nello spazio costruito, trasformando il modo in cui viviamo il nostro ambiente ed enfatizzando il rapporto con la natura all'interno delle mura domestiche e negli ambienti lavorativi**

ne Nazioni Unite) tra 5 mila partecipanti per la sua filosofia progettuale volta a valorizzare la relazione tra natura e progettazione e diffondere i principi della forestazione urbana. L'architettura di Boeri rappresenta un design biofilico poiché la sua vegetazione non solo migliora l'aspetto visivo del suo progetto, creando un'estetica unica, ma migliora la qualità dell'aria, riduce il rumore e offre un habitat per uccelli e insetti.

In quanto tale, il Bosco Verticale rappresenta una straordinaria testimonianza dell'intersezione tra natura e architettura, nonché del futuro dello sviluppo sostenibile.

### LA NATURA IN UNA STANZA

Già in passato, nei cortili interni delle domus romane dove venivano inserite vasche per il recupero dell'acqua piovana o nelle ville delle famiglie nobili europee sette-ottocentesche dove esistevano serre di agrumi usate come stanze per la lettura pomeridiana ed il the, le nostre case avevano avuto esperienza di spazi in cui interno ed esterno si influenzavano a vicenda, luoghi dove l'uomo poteva beneficiare dell'esperienza vivificante e dei vantaggi per la salute e l'equilibrio psicofisico del contatto con elementi naturali. **Oggi, forte dei risultati di svariate ricerche medico-scientifiche che hanno dimostrato come un rapporto inclusivo, non impositivo ma aperto e curioso verso ciò che non è umano offre numerosi vantaggi per il nostro benessere generale, l'architettura biofilica vuole recuperare dal passato e riproporre quest'esperienza a contatto con la natura sfruttando le attuali tecnologie, fatte di pergole bioclimatiche, domotica e uso calibrato di sensori coordinati da reti intranet.**

Come evidenziato da molti architetti la casa biofilica più che una casa è una strategia. Un intervento che si propone l'obiettivo di cambiare il paradigma della gestione degli spazi all'interno di una casa e contestualmente il modo in cui viverli seguendo le tre priorità fondamentali per il nostro tempo: il benessere, l'attenzione al pianeta e l'uso delle tecnologie per implementare questi fini.

Percorrendo la strada di un incontro non predatorio con l'ambiente che ci circonda, in un'ottica che favorisca la sostenibilità e l'incremento della biodiversità negli ambienti di vita umani, **l'architettura biofilica toglie all'uomo il monopolio dell'ordine e della pianificazione degli spazi domestici per schiuderli a ciò che fino ad oggi era stato tenuto fuori, ovvero tutto il resto del mondo:** animali, piante ed ambiente naturale.

**Fernanda Snaiderbaur**



COME FARE

## BUONE PRATICHE PER UNA CASA BIOFILICA

Per ottenere una casa biofilica molte sono le azioni che possono essere poste in campo. Dove possibile si introduce nelle case **l'acqua**, in piscine o fontane, si creano spazi per **animali** domestici o rifugi temporanei per quelli di passaggio, si inseriscono **piante** per filtrare e purificare l'aria ed infine si cerca di sfruttare la **luce naturale** per illuminare le stanze con tende orientabili, finestre fotosensibili e pannelli solari stimolando nel contempo anche il funzionamento del nostro organismo, con la presenza della luce del sole che sollecita il ritmo naturale circadiano sonno-veglia.

Numerosi sono i **vantaggi** che la biofilia, declinando la biodiversità in casa, è in grado di regalarci. La presenza di più esseri viventi infatti, tra animali, piante e uomini, **riduce lo stress** di chi abita gli ambienti, migliora le **funzioni cognitive**, aumenta la nostra **produttività** al lavoro e nel contempo supporta anche la **sostenibilità**, riducendo il consumo di energia e promuovendo l'uso di materiali naturali per migliorare la qualità dell'aria interna alle stanze e la salubrità generale delle case.

Se il confine dentro-fuori si fa più evanescente e l'ambiente esterno alla casa si avvicina a noi, noi ne traiamo giovamento. **Un circolo virtuoso positivo tra biodiversità, sostenibilità e progresso** in cui l'uomo non è più solo nel cammino verso un nuovo concetto di benessere.



ALIMENTAZIONE

# BIODIVERSITÀ A TAVOLA

La salute si mantiene anche con uno stile di vita che tenga conto della varietà e della stagionalità

**L**a salute si mantiene e si migliora anche grazie a uno stile di vita virtuoso e giuste scelte alimentari, come quelle della dieta mediterranea, basate sulla scelta di cibo adatto alle proprie esigenze nutrizionali e in linea con biodiversità e stagionalità. La dieta mediterranea, oltre ad essere un modello sostenibile e rispettoso della biodiversità, per noi italiani rappresenta lo stile alimentare che meglio assicura la conservazione della cultura del cibo, delle ricette tradizionali e della conoscenza degli alimenti locali.

## LA SPECIE E LA BIODIVERSITÀ DI SPECIE

**La specie rappresenta un gruppo di organismi che possono incrociarsi tra loro, generando una prole feconda, la biodiversità di specie è la diversità delle diverse specie in un determinato ambiente.**

Sia il numero di specie in una data area (ricchezza di specie) che il numero di individui di ogni specie in un luogo (abbondanza di specie) possono essere misura di biodiversità. Un ecosistema vario ha una maggior biodiversità ed è più resistente agli stress ambientali.



*La dieta mediterranea si basava una volta su una grande varietà alimentare mentre oggi, invece, si stima che il 90% del nostro fabbisogno nutritivo di origine animale dipenda solamente da 14 specie di uccelli e mammiferi e solo 4 specie (grano, mais, riso e patata) forniscano all'organismo la metà della sua energia di origine vegetale*

**L'estinzione di una specie, spesso, può causare una diminuzione nella capacità del sistema di mantenersi in caso di degrado. Per questo è molto importante la conservazione della biodiversità, soprattutto dell'agrobiodiversità, cioè la diversità delle produzioni agricole.**

Fenomeni come i cambiamenti della vegetazione naturale si ripercuotono sul terreno e sull'acqua con conseguenze sulla biodiversità della flora e della fauna locale (erbe spontanee, insetti, uccelli, rettili, etc.). L'introduzione delle specie esotiche e dei processi di disboscamento causa scompensi nell'equilibrio ecologico e incide sui cambiamenti climatici.

### LA BIODIVERSITÀ DELLA DIETA

**I cambiamenti socio-culturali e l'evoluzione dei modelli alimentari verso una uniformità globale, ha portato all'introduzione nella dieta di tutti i giorni di cibi, ricette e modelli, appartenenti a culture di altri paesi e continenti, esempi alla portata di tutti sono alimenti come il sushi, il kebab, la soia e il tofu mentre il modello che si contrappone alla dieta mediterranea è quello americano del fast food. Tutto questo ha incentivato il consumo di alimenti importati, semilavorati e prodotti industriali e la perdita di tradizioni locali.** Al momento attuale qualsiasi adolescente lombardo conosce il sushi, un piatto di origine giapponese molto di moda, ma quasi nessuno conosce o ha mai assaggiato il lavarello o coregone, un pesce di lago, tipico dei laghi lombardi.

La biodiversità riveste una grande importanza per l'equilibrio della dieta in quanto garantisce un diverso contenuto in nutrienti e molecole non nutrienti con funzione protettiva. **Per una dieta equilibrata è importante sia la varietà di alimenti che la varietà di specie dello stesso alimento, assicurando in questo modo l'adeguata assunzione di tutte le sostanze indispensabili per il corretto funzionamento del nostro organismo.**

La dieta mediterranea si basava una volta su una grande varietà alimentare mentre oggi, invece, si stima che il 90% del nostro fabbisogno nutritivo di origine animale dipenda solamente da 14 specie di uccelli e mammiferi e solo 4 specie (grano, mais, riso e patata) forniscano all'organismo la metà della sua energia di origine vegetale.

**Le piante ad alta resa delle principali colture alimentari come grano, riso, mais hanno portato alla pratica delle monoculture e alla conseguente drastica riduzione della diversità delle piante coltivate.**



I ritmi di vita e di lavoro, che lasciano poco tempo per fare la spesa, cucinare e consumare i pasti, hanno permesso la diffusione di soluzioni alimentari di più facile accesso, come i cibi già pronti e i punti di ristorazione, che raramente riflettono la biodiversità e le tradizioni mediterranee.

**Anche i prezzi degli alimenti influiscono sulla dieta, con scelte di cibi meno costosi spesso di qualità nutrizionale peggiore.**

### MANGIARE MENO, MANGIARE MEGLIO

**Se è vero che cibi a maggiore qualità nutrizionale, a volte, possono avere un prezzo maggiore, è anche vero che comprando solo il necessario la spesa può rimanere la stessa, in pratica: comprare meno ma comprare meglio.**

L'Italia, per le molteplici tipologie ambientali e per la diversità climatica, è il paese europeo più ricco di biodiversità quindi ogni regione e ogni provincia ha la sua vocazione agricola, ricca di culture, tradizioni, biodiversità e colture tipiche. Occorre sostenere le istituzioni locali dell'agrobiodiversità, diffondendo la conoscenza e acquistando i prodotti locali.



*Il Peperone Bianco mantovano si coltiva nell'Oltrepò mantovano e ha un colore bianco citrino da non maturo ma, quando raggiunge la maturazione finale, diventa rosso mattone*

## LA BIODIVERSITÀ DI FRUTTA E VERDURA IN LOMBARDIA

In Lombardia è stata conservata la biodiversità di molti prodotti vegetali, come cipolle, aglio, legumi, patate, peperoni e zucche, bisogna imparare a conoscerle ed utilizzarle.

### AGLIO E CIPOLLE

> **Aglio di Treviglio** paese della bergamasca, dove si coltiva un aglio rosso antico dal sapore forte e piccante che in passato veniva addirittura esportato fuori regione e in Svizzera.

> **Cipolla di Sermide** tipica del territorio di Sermide e Felonica, in provincia di Mantova, è una cipolla dal colore giallo paglierino di ottima qualità e molto dolce. La cipolla di Sermide è l'ingrediente principale del tiròt, una focaccia di farina di grano, strutto e cipolle.

> **Cipolla di Breme** in provincia di Pavia, coltivata dai monaci benedettini già dal X secolo dopo Cristo. La cipolla di Breme può essere bianca o rossa, dolce e croccante, ideale cruda, ad esempio nell'insalata alla bremese (con tonno, fagioli, olio extravergine, sale e aceto), oppure cotta per confetture, composte, mostarde e in agrodolce.

> **Cipolla piatta di Bergamo** è grossa, appiattita e ricoperta da una buccia di colore ramato o tendente al viola. Questa cipolla può essere consumata cruda in insalata oppure cotta o sottaceto.

> **Cipolla piatta di Treviglio** è bianca, con sfumature rosa e rosso viola. Questa cipolla si usa soprattutto per soffritto mentre le cipolle di piccole dimensioni possono anche essere messe sottaceto.

> **Cipolla dorata di Voghera** in provincia di Pavia, dal sapore pungente, a forma di trottola, leggermente schiacciata, dal colore giallo dorato, molto intenso. La cipolla di Voghera è buona cruda in insalata, al vapore, gratin al forno, in zuppa o focacce.

> **Cipolla di Brunate** piccola, bianca, profumata, leggermente schiacciata al centro, tipica del territorio comasco. È l'ingrediente principale della zuppa di cipolle (la supà de scigulitt in dialetto locale), della luganega con le cipolle e della "Fitascetta", una ciambella rustica di pane condita con cipolle spolverate di zucchero.

### PATATE

> **Patate di Campodolcino** in provincia di Sondrio coltivata a più di 1200 metri sul livello del mare. Le patate vengono arrostite sul fuoco oppure impiegate in alcune ricette tradizionali come il risotto del nonno: riso bollito con patate insaporito con formaggio e aglio.

> **Patata Bianca di Como** è una patata piuttosto grande, rotonda e leggermente appiattita di colore giallo chiaro a pasta bianca (color paglierino). È una patata adatta a tutti gli usi gastronomici: gnocchi, purè, lessata e frita. Ad Esino Lario si usa come ingrediente della pasta delle tradizionali patole (o ravioli di Sant'Antonio): ravioli ripieni di salsiccia, amaretto e foglie di anice.

> **Patata blu di Valtellina** in provincia di Sondrio ha forma molto allungata, oblunga, di dimensioni piccole, bitorzoluta, con la buccia e la pasta di colore viola scuro. La pasta abbastanza soda e farinosa si presta per essere consumata lessa in insalata, al forno e anche frita.

### PEPERONI

> **Peperone Bianco mantovano** si coltiva nell'Oltrepò mantovano e ha un colore bianco citrino da non maturo ma, quando raggiunge la maturazione finale, diventa rosso mattone. Il peperone Bianco mantovano è di sapore delicato è croccante e digeribile. Quando è immaturo, è adatto al consumo crudo in insalata.

> **Peperone di Voghera** in provincia di Pavia, di colore verde molto chiaro da non maturo, è giallo o giallo aranciato in fase avanzata di maturazione. La polpa è sottile e poco acquosa, consistente, resistente al trasporto e alla conservazione, in particolare sottaceto. Ha un sapore molto dolce, gradevole e fine.

### MELONI

> **Melone vecchio viadanese** tradizionale del mantovano, è un melone con buccia sottile, liscia o lievemente retinata con formazioni di colore giallo. La polpa è

**Fagiolo della Valvestino (*Phaseolus coccineus*)**  
 ha un gusto simile alla castagna, presenta  
 un seme grande, anche tre volte più dei  
 comuni borlotti, che varia dal rosa chiaro al  
 viola intenso, adatto ad essere cotto in umido



arancione, aromatica e tenera. Il melone viadanese era considerato sia frutto che verdura, quindi cucinato anche nei minestrini. In mancanza di companatico si consumava un pasto frugale con il pane e fette di melone con un pizzico di sale sopra. Era apprezzato anche come frutta fresca e in abbinamento ai salumi locali. Raccolto un po' precocemente, è protagonista nella mostarda mantovana, che è ottima abbinata a formaggi stagionati almeno 24 mesi.

> **Melone Ramparen** tipico del casalese-viadanese, fino a Cremona, è di piccole dimensioni, con forma tondeggiante e schiacciata ai poli. La buccia e la polpa sono di colore giallo-arancio. È dolce e delicato. Il nome deriva dal fatto che, in passato, veniva coltivato facendolo arrampicare sui "casotti" nelle campagne. Si abbina con tutti i salumi locali, ma in particolare con la pancetta alla griglia, e/o con il prosciutto cotto. Si consuma anche fresco a fine pasto o come merenda.

> **Melone di Calvenzano** piccolo paese della Bassa bergamasca, è un melone dalla buccia retata, omogenea e molto fitta, con picciolo piuttosto pronunciato che viene lasciato attaccato al frutto durante la raccolta. Raggiunge anche grandi dimensioni, con un peso che varia da 2 a 6 kg e una forma ovoidale. La polpa è consistente, zuccherina, molto profumata e con un bel colore arancione caldo.

#### PISELLI E FAGIOLI

> **Pisello di Miradolo** in provincia di Pavia, ha un aspetto liscio e lucido; la sua forma è quasi perfettamente sferica. La polpa è caratterizzata da un gusto dolce, consistente e risulta succosa e mai farinosa. Si consuma insieme ai cereali, come avveniva in alcune ricette della tradizione.

> **Fagiolino dall'occhio di Pizzighettone** in provincia di Cremona, ha una forma tondeggiante, di colore bianco tendente al giallo con l'ilo nero. Il fagiolino dall'occhio è utilizzato soprattutto nella preparazione di zuppe e piatti tipici locali come il fasulin de l'öcun le cudeghe (fagiolino dall'occhio con le cotenne).

> **Fagiolo della Valvestino** (*Phaseolus coccineus*), originario della provincia di Brescia, nella regione compresa tra Lago di Garda e Lago d'Idro a una quota compresa tra i 600 e i 1000 metri. Il fagiolo della Valvestino ha un gusto simile alla castagna, presenta un seme grande, anche tre volte più dei comuni borlotti, che varia dal rosa chiaro al viola intenso, adatto ad essere cotto in umido.

> **Fagiolo Copafam** (*Phaseolus coccineus* L.) è sempre una varietà annuale originaria delle colline e montagne della provincia di Brescia ma, questa volta, della Valle Camonica. I fagioli sono grandi, dal

sapore di castagna e possono essere bianchi o neri con striature violacee, oca con macchie marroni, rosa, fucsia o violetto con striature nere o marroni. Il sapore è dolciastro e richiama quello delle castagne. I fagioli sono ottimi nella pasta e fagioli o nelle zuppe, come la zuppa rustica, preparata con burro, salame rustico, conserva di pomodoro, sale e pepe oppure con la trippa, preparata con un soffritto di cipolla e porri a cui vengono aggiunte carote, sedano, bietole o cavolo nero, le patate e i fagioli.

> **Fagioli di Gambolò** in provincia di Pavia, nella Lomellina, sono una varietà antica di fagioli borlotti, farinosi, delicati e dolciastri, utilizzati in molte ricette tradizionali della Lomellina, come: riso e fagioli, fagioli con cipolla, risotto alla salsiccia e ris e barlánd, un'antica minestra con riso, fagioli e rafano selvatico. Inoltre, questi fagioli sono l'ingrediente principale della particolare torta ariosa, fatta con farina di mais, latte, uova, burro, zucchero e limone.

> **Fagiolo di San Giacomo Filippo** è tipico di Vignola di San Giacomo Filippo e Prata Campportaccio in provincia di Sondrio. I fagioli sono lucidi, di colore beige rosato ed hanno delle macchie romboidali viola scuro (quasi nere a volte) sparse, oppure vicine, che sembrano formare delle strie concentriche. I baccelli freschi e teneri possono essere consumati in diversi modi (umido, in insalata, ecc.) mentre i fagioli sgranati sono adatti a minestre e zuppe.

> **Fagiolo Aquila d'Oltrepò** è un fagiolo autoctono, usato in minestre e zuppe, che mostra nella curvatura (la faccia del seme su cui si trova l'ilo, a volte un po' ricurva) come dipinta un'aquila.



ZUCCA  
BERTAGNINA  
di DORNO



#### ASSOCIAZIONE ZUCCA BERTAGNINA

*La riscoperta e la valorizzazione della Zucca Bertagnina si deve alla Pro Loco Dorno che dal 2004 si è fatta carico di questo progetto. Nel 2014, grazie alla Provincia di Pavia e alla Camera di Commercio di Pavia, nasce l'Associazione Produttori della Zucca Bertagnina di Dorno, che fa capo al Paniere Pavese. Questa Associazione è stata la prima registrata del Paniere. Sono tre i soci fondatori: Pro Loco Dorno, Az. Agr. Matteo Prandelli, Az. Agr. Paolo Laboranti. Tutte le altre aziende agricole presenti nel territorio dornese e dei comuni limitrofi possono associarsi, come anche i produttori e trasformatori della Zucca Bertagnina di Dorno.*

#### ALTRI FRUTTI E VERDURE

> **Zucca Bertagnina** nel pavese, deve questo suo nome alla propria forma che presenta una tipica protuberanza che la fa assomigliare al bartò, il tradizionale copricapo dei contadini della zona. Si coltiva maggiormente a Dorno e in alcuni paesi vicini. La zucca si presenta con un colore grigio verde con la superficie della buccia abbastanza liscia. La polpa è giallo arancione e risulta piuttosto soda. La zucca bertagnina si cucina nei minestrone, nei risotti, per il ripieno di ravioli, nei dolci, oppure si prepara al forno. Negli ultimi anni si confezionano anche delle confetture di zucca e delle birre.

> **La radice amara si Soncino** è una verdura tipicamente invernale caratteristica del territorio circostante l'antico borgo di Soncino, nella provincia di Cremona. Viene preparata come contorno oppure come piatto principale. La radice amara può essere protagonista di moltissime ricette: gratinata, in camicia o, come vuole la tradizione gastronomica, lessata per fare da contorno al cotechino o al salame da pentola.

> **Pomella della Valle Staffora** in provincia di Pavia, sulle colline dell'Oltrepò pavese. È una mela dalla forma appiattita, di piccola-media dimensione, con buccia verde, liscia e cerosa. La polpa è bianca, soda, succosa, zuccherina e aromatica. Si usa raccoglierla acerba tra fine settembre e ottobre. Matura in fruttai resistendo fino ad aprile. È autoctona della Valle Staffora, dove l'albero è di vigore elevato, mediamente assurgente. Ha un'ottima resistenza alle malattie. Cresce tra 100 e 1000 metri di altitudine.

> **Scarola di Bergamo** coltivata solo ormai sui fazzoletti di terra attorno alle mura della Città Alta che

la protegge dal freddo e dal vento eccessivo. La scarola di Bergamo è fragrante e croccante, dal sapore delicato, molto meno amaro del normale.

> **Asparago di Cilavegna** (provincia di Pavia) si distingue per la punta violetta, per la tenerezza e turgidità del turione e per il sapore raffinato. Prima di essere confezionati a mazzi gli asparagi vengono suddivisi in due gruppi a seconda del loro diametro, mentre la lunghezza non supera mai i 20/22 centimetri.

> **Asparago di Mezzago** (Milano) si ottiene tagliando il turione a circa 17 centimetri di profondità, quando raggiunge un'altezza di 3-5 centimetri. Il turione è quasi tutto bianco, con la punta rosa.

**Cristina Grande**

#### Fonte Fondazione Slow Food



*La Fondazione Slow Food per la Biodiversità Onlus è stata fondata da Slow Food Internazionale e da Slow Food Italia ed è l'organismo operativo per la tutela della biodiversità alimentare. Nata a Firenze nel 2003 con il contributo della Regione Toscana, coordina e promuove i*

*progetti di Slow Food a tutela della biodiversità alimentare in tutto il mondo: Presidi, Arca del Gusto, orti in Africa, Alleanza Slow Food dei cuochi e Mercati della Terra. Attiva in oltre 100 Paesi, la Fondazione coinvolge con i suoi progetti migliaia di piccoli produttori, garantendo loro assistenza tecnica (formazioni, scambi fra produttori...), formazione e comunicazione.*

*I progetti della Fondazione Slow Food sono strumenti per promuovere un modello di agricoltura, basato sulla biodiversità locale, sul rispetto del territorio e della cultura locale. Un'agricoltura in equilibrio con l'ambiente che ha come principali obiettivi la sovranità alimentare e l'accesso per tutte le comunità a un cibo buono, pulito e giusto.*

# La salute è una per tutti gli esseri viventi del pianeta

## Per questo va protetta globalmente

**L**a nostra salute è indissolubilmente collegata a quella degli animali e delle piante del nostro pianeta. Questo il concetto alla base del modello sanitario **One Health**, un progetto lanciato ufficialmente nel 2017 dall'Organizzazione Mondiale della Sanità secondo cui la salute umana, animale ed ambientale sono fortemente correlate e la tutela di una di queste concorre a rafforzare la tutela delle altre. L'esperienza del Covid, e prima ancora di Ebola e dell'HIV, tutte epidemie collegate al fenomeno dello spillover (ovvero il passaggio di specie, letteralmente il gocciolamento di un virus da una specie "serbatoio", in cui esso abitualmente circola, verso una nuova specie "ospite" in cui esso può morire oppure adattarsi fino a innescare epidemie) ha permesso a molti di prendere tragicamente atto della validità del concetto alla base di One Health e accelerare nella realizzazione del suo programma, **ossia un approccio globale alla salute degli esseri viventi presenti sul pianeta accrescendo la capacità degli esperti di vari ambiti di ricerca scientifica di lavorare insieme in maniera multidisciplinare per affrontare le sfide sanitarie a livello locale così come a livello internazionale.**

Secondo l'Oms circa il 60% delle malattie infettive emergenti segnalate a livello globale proviene da animali e la loro insorgenza non sarebbe derubricabile sotto l'etichetta della casualità ma come conseguenza dell'impatto delle attività umane sugli ecosistemi naturali. Per questo One Health, come approccio integrato e unificante, fondato sulla collaborazione interprofessionale e multidisciplinare tra settori diversi, pare essere una possibile soluzione per bilanciare e ottimizzare in modo sostenibile la salute di persone, animali ed ecosistemi.

Questa proposta è stata abbracciata anche dal nostro Istituto Superiore di Sanità che, al fine di garantire il pieno impatto della One Health, ha comunicato nel suo piano strategico la volontà di affrontare le lacune nella ricerca, networking, integrazione e formazione, attraverso la valorizzazione dei contributi di tutti gli attori coinvolti tra medici, veterinari, ambientalisti, economisti e sociologi nonché esperti di socioeconomia e degli stessi cittadini coinvolti.

**Il modello sanitario proposto, che prevede l'integrazione di discipline diverse, si basa sul riconoscimento che la salute umana, la salute animale e**



*Il modello sanitario proposto, che prevede l'integrazione di discipline diverse, si basa sul riconoscimento che la salute umana, la salute animale e la salute dell'ecosistema sono legate indissolubilmente e ripropone il concetto di biodiversità come ricchezza fragile ma insieme potenzialmente salvifica, da preservare a vantaggio di tutti gli attori coinvolti e non solo per l'uomo*

**la salute dell'ecosistema sono legate indissolubilmente e ripropone il concetto di biodiversità come ricchezza fragile ma insieme potenzialmente salvifica, da preservare a vantaggio di tutti gli attori coinvolti e non solo per l'uomo.** Una interconnessione che inserisce gli esseri umani nell'ambiente in maniera più consapevole del passato coadiuvando politiche di recupero e preservazione della stessa biodiversità insieme con la salute ed il benessere di ogni elemento presente nel contesto studiato e protetto. (F.S.)

**Per approfondire**

[www.iss.it](http://www.iss.it)

[https://eupha.org/all\\_for\\_one\\_health](https://eupha.org/all_for_one_health)

<https://www.izsvenezie.it/one-health-video/>



LETTURE

## NON SIAMO SOLI SUL PIANETA LA BIODIVERSITÀ È EVOLUZIONE

**S**pecie compagne', scrive Donna Haraway nell'omonimo testo, è una categoria molto più vasta ed eterogenea di quella di 'animale da compagnia' (...) si devono includere esseri organici come le api, i tulipani, il riso e la flora intestinale, tutto quanto rende la vita degli esseri umani ciò che è, e viceversa.

Usando il concetto di 'Specie compagne' la scrittrice americana Donna Haraway scrive un libretto agile quanto profondo sul tema della convivenza millenaria tra l'uomo e il cane, esempio di molte altre convivenze tra noi ed altre specie, ma anche tra altri esseri viventi tra loro. Relazioni che hanno segnato l'evoluzione di tutte le creature sul pianeta. **'Manifesto delle specie compagne. Cani, persone ed altri partner'** è un inno alla biodiversità che la Haraway fa a partire dalla propria esperienza con il cane di casa per arrivare alla ricostruzione della compresenza dei cani nella storia della conquista della terra da parte dell'uomo.

Una storia che secondo la scrittrice e filosofa non possiamo intestarci in esclusiva ma che abbiamo più o meno consapevolmente affrontato



coabitando con gli altri esseri viventi del pianeta influenzandoli e facendoci influenzare a nostra volta. **Una presa d'atto della biodiversità come ricchezza ma anche come forza propulsiva, lievito per l'evoluzione nostra e di tutto il pianeta.**

Portando l'esempio delle api con i fiori, dove le strutture sessuali dei fiori e gli organi degli insetti impollinatori sono stati protagonisti di un reciproco adattamento delle morfologie visibili, Haraway ricorda che anche nel caso del rapporto cane e uomo non si tratta di coabitazione ma di co-evoluzione.

Il cane non è derubricabile semplicisticamente sotto l'etichetta di 'animale da compagnia' quanto piuttosto partner nella storia della reciproca evoluzione. **Il testo della Haraway, edito da Contrasto nel giugno 2023 si presenta come un catalogo di storie multiple che attraversano secoli e esseri viventi diversi raccontando di convivenze che si auspica 'dischiudano l'immaginazione... storie attraverso cui sperimentare forse la sensazione di sentirci in debito verso coloro che sono apparsi sulla terra con noi o ci hanno preceduto e insieme ai quali siamo diventati ciò che siamo'.** (F.S.)

SARNICO (BG)

## L'impresa di Michail Speciale per il dono della vita



Da Bergamo fino a Partinico in Sicilia, inizia da Piazza Vecchia l'avventura ciclistica di Michail Speciale, il 47enne atleta amatoriale, di Alcamo protagonista della 'Pedalata per il 50° di Aido'. Tredici tappe per attraversare l'Italia e portare, come ambasciatore di Aido, il messaggio di sensibilizzazione sulla necessità di sostenere i trapianti, per tanti pazienti ultima possibilità di cura.

'Speciale' (di nome e di fatto) ha deciso di spendersi per la causa dopo aver perso cinque anni fa il padre in attesa, da più di dieci, di un trapianto di rene che purtroppo non è mai avvenuto. Nel 2021 ha percorso più di 1.000 km effettuando il periplo della Sicilia. Si è ripetuto lo scorso anno pedalando in solitaria, per 1.200 km da Partinico a Roma promuovendo Aido attraverso il linguaggio universale dello sport. Quest'anno l'impegno è ancora maggiore: i chilometri da percorrere sono molti di più. Il via da Piazza Vecchia in Bergamo, è stato dato da Flavia Petrin e da Paola Pisciotta, Presidenti di Aido Nazionale e Aido Sicilia. Per Aido Provinciale di Bergamo era presente il Vice Presidente Gianpietro Zanolì. Michail, affiancato dal ciclista trapiantato di cuore, Walter Donadoni di Paladina, è transitato prima a Montebello davanti alla prima sede del Dob (Donatori Organi Bergamo) e poi al Famedio dove riposano le spoglie del

fondatore di Aido Giorgio Brumat. Alle 10 arrivo a Sarnico in Piazza XX Settembre al gazebo di Aido all'interno della 'Sagra del pesce' nell'ambito di 'Bergamo e Brescia Capitali della Cultura' ma anche della solidarietà. A poche decine di metri dal ponte che unisce le due provincie diventato un po' il simbolo di questo evento storico, Michail ha fatto sosta per qualche minuto.

Che sia, come detto, un ciclista 'Speciale', lo dimostra il fatto che la Presidente Nazionale Aido, Flavia Petrin lo ha accompagnato fino a Sarnico per cedere poi l'onore della scorta alla Presidente Provinciale di Aido Brescia Vittoria Mensi, e Paola Pisciotta, Presidente di Aido Sicilia che sarà al suo fianco per tutto il percorso. Nella prima tappa hanno pedalato con Michail due ciclisti trapiantati: il bergamasco Walter Donadoni, fino a Sarnico e il bresciano Ermanno Manenti, 4 volte mondiale ciclismo trapiantati, da Paratico a Verona.

Nel basso Sebino sono stati ricevuti del Presidente locale di Aido Ernesto Freti e dal consigliere provinciale Everardo Cividini. Lungo le 13 tappe del tragitto incontrerà: ciclisti, autorità, cittadinanza, giovani, amici e dirigenti delle Aido locali che lo aspetteranno per fargli festa e per dirgli 'grazie' per quanto ha voluto fare in favore della donazione e dei trapianti.

**Mario Dometti**

**BERGAMO**

## Aido premiata per la raccolta di 32 tonnellate di lattine



Non sarà sicuramente da Guinness dei primati ma la raccolta di 32 tonnellate di lattine di alluminio che Aido Provinciale Bergamo ha effettuato negli ultimi 10 anni, fa comunque un bell'effetto.

Una 'performance' che Legambiente, su segnalazione di CiAl (Consorzio Italiano Alluminio), ha riconosciuto con la consegna di una onorificenza nel salone dell'Hotel Quirinale di Roma. Un premio speciale dato per l'impegno ventennale del sodalizio orobico a favore del recupero delle lattine che, oltre a incrementare le casse di Aido con una cifra comunque utile a sostenere parte dei costi per i progetti per la cultura del dono, porta un guadagno ambientale ancora più grosso: con l'energia necessaria alla produzione di una singola lattina da materia vergine, si riescono a produrne 20 riciclate.

Il riconoscimento ad Aido Provinciale di Bergamo è stato programmato all'interno dell'evento che Legambiente con CiAl, propone da trent'anni premiando i 30 'Comuni più ricicloni' e fra essi quest'anno, il Comune di Zanica presente con il sindaco Luigi Alberto Locatelli.

"Nel mio intervento di ringraziamento - ha detto il consigliere provinciale di Aido Bergamo Everardo Cividini da anni coordinatore della raccolta - ho voluto citare una riflessione della presidente nazionale Flavia Petrin quando a Trieste, al termine dell'ultima tappa del Giro giovani (Next Generation), in sella alla bicicletta in alluminio ricavata dal riciclo delle lattine e donata ad Aido da CiAl, ha sottolineato che se si ama veramente la vita, 'riciclare' parte di noi stessi dopo la nostra morte a chi è in attesa di ricominciare a vivere, è un

grande atto d'amore. Ho invitato alla consegna del premio - prosegue Cividini - il sindaco di Grassobbio Manuel Bentoglio, per la disponibilità dimostrata dalla sua amministrazione nel darci il supporto logistico per l'immagazzinamento delle lattine".

"La raccolta lattine è uno dei tanti modi per contribuire alle attività sociali di Aido - ha detto la presidente provinciale Monica Vescovi - un impegno sempre più difficoltoso. Ringrazio quindi i gruppi, gli oratori, i Cre, i Comuni e tutti quei volontari che col loro impegno ci offrono l'opportunità di ricavare un contributo a favore della nostra Aido per portare a termine i nostri progetti".

La raccolta annuale è programmata quest'anno il primo di ottobre. Le lattine saranno trasportate al centro raccolta ad Azzano San Paolo nel parcheggio di fronte a Orio Center e portate al centro di riciclaggio dai mezzi del CiAl.

"Rivolgo un ringraziamento particolare - conclude Everardo Cividini - a Gennaro Galdo col quale ho avuto il piacere di trascorrere una mattina veramente importante della mia vita. Ho imparato molto di più sul mondo del riciclo e quanta dedizione e cura occorra avere su più fronti. Grazie. Spero, e non ho dubbi, che la ricerca, il dedicarsi al Sì, al dono di Aido e a tutte le iniziative che promuovono la salute abbia poi una ricaduta positiva. Gennaro sta facendo la sua, noi, da gocciolina nell'oceano, portiamo il nostro contributo. Possiamo ben sperare che domanda e offerta di organi si pareggino al più presto".

**Mario Dometti**



BERGAMO - BRESCIA

## Alla catena umana delle 80mila sciarpe Aido c'era



Giorgio Gori per Bergamo e Laura Castelletti per Brescia, insieme ai colleghi dei 24 Comuni attraversati dalla catena, ai rappresentanti delle due Province, ai prefetti e a varie autorità (c'era anche Cristina Parodi), si sono incontrati a metà del ponte, al confine tra Bergamo e Brescia, lanciando in alto al termine del flash mob le ormai celeberrime sciarpe, tratto distintivo della manifestazione.



Tra gli applausi di tanti cittadini che si sono raccolti sul lungolago dei due paesi per assistere a quello che è stato di fatto il momento clou della '50 miglia', Aido era presente in Piazza XX Settembre a Sarnico con la super moka, la caffettiera alta quasi quattro metri realizzata interamente con lattine vuote, ultima impresa su cui hanno messo la firma i volontari dell'Aido di Coccaglio (Brescia) guidati dall'infaticabile Lino Lovo.

**BERGAMO - BRESCIA**

## Capitali unite per sempre dalla «Via delle Sorelle»



Venerdì 4 agosto ha preso il via da Brescia la prima delle due tappe de "La via delle Sorelle", il cammino che unisce Bergamo e Brescia. Sono stati 45 i podisti che, a turno, hanno percorso in due giorni i 130 chilometri che separano i capoluoghi di provincia.

Sotto la spinta dell'operoso Lino Lovo di Coccaglio e i suoi amici e la dinamicità del consigliere provinciale Aido Bergamo Everardo Cividini, la carovana ha iniziato il cammino in terra bresciana, per passare poi sabato 5 sul quella bergamasca unendo quindi "La via delle Sorelle" agli eventi di Brescia e Bergamo capitali della cultura 2023 e onorare inoltre i 50 anni di Aido.

La prima delle due tappe è partita da via Tosio 2 a Brescia, prima sede cinquant'anni fa della neonata Aido bresciana, per concludersi alle 17 a Paratico. Sabato 5 ripartenza da Sarnico alle 9, ospiti del locale Gruppo comunale. Dopo una sosta a Bagnatica per il pranzo offerto dal locale gruppo comunale Aido, la marcia è ripresa fino al Famedio del monumentale di Bergamo per onorare il fondatore di Aido Giorgio Brumat. Conclusione della marcia al quartiere Monterosso davanti alla prima sede del Dob (Donatori Organi Bergamo) diventata nel 1973 Aido.

In piazza Pacati si sono tenuti i discorsi ufficiali alla presenza di Flavia Petrin e Monica Vescovi ripetitivamente presidenti di Aido nazionale e provinciale Bergamo e Manuel Bentoglio rappresentante della provincia.

L'epilogo domenica 6 agosto a Vilminore quando i podisti bresciani, affiancati dal gruppo comunale Aido di Grumello del Monte, sono arrivati insieme in Val di Scalve portando la fiaccola che ha alimentato il braciere al Tempio del Donatore. Un doveroso ricordo ai Presidenti Avis e Aido Bergamaschi saliti alla casa del Padre e in particolare a Leonida Pozzi, deceduto il 31



dicembre scorso, che verrà ricordato con il suo nome sulla pergamena che aggiorna il memorial. Erano presenti oltre 200 Aidini provenienti da tutta la Lombardia e non solo.

Non solo la cultura. A unire Brescia e Bergamo nel loro anno da Capitale (e così per sempre) è un filo che intreccia volontariato, solidarietà, altruismo, una serie di valori etici e sociali che rendono la società a misura di uomo e che l'Aido di Coccaglio porterà con sé, anche grazie alla terza tappa speciale della Via delle Sorelle, per celebrare i 50 anni di impegno per la vita.

**Mario Dometti**

MONZA E LISSONE (MB)

## Premiati i vincitori del Concorso Artistico Aido



Si sono svolte le premiazioni dei ragazzi risultati vincitori nel concorso artistico indetto dal Gruppo Aido di Monza e Lissone fra le scuole secondarie di primo grado del territorio. I ragazzi, a seguito degli incontri nel corso dell'anno scolastico avuti con i relatori dell'Aido, dove si è parlato di dono, donazione di organi e corretti stili di vita, hanno avuto modo di partecipare, coadiuvati dai loro insegnanti di materie artistiche, al concorso presentando disegni, sculture, poesie ed elaborati vari.

Un'apposita commissione composta da volontari Aido e insegnanti, dopo un'attenta e complessa valutazione, ha individuato, fra le molte opere pervenute, i vincitori del concorso.

I ragazzi risultati più meritevoli appartengono alle scuole: Frank Zucchi (coordinatrice la professoressa Claudia Gervasoni) e Leonardo da Vinci (coordinatrice la professoressa Claudia Fraganani).

Nella scuola Frank Zucchi, nel corso di un apposito incontro con i ragazzi partecipanti, sono stati consegnati i seguenti premi: una targa al vincitore Stefano Ferrari della 2<sup>a</sup>B; una medaglia ai segnalati Stefano Brambilla, Sofia Caprotti, Lucilla Turrini, Renè Angarone e Carlo Orofino.

Per la scuola Leonardo da Vinci sono stati premiati i seguenti alunni: Mya Ceccarelli e Giada Poma hanno ricevuto una targa quali vincitrici; medaglia ai segnalati Martina Sala, Elisabetta Micu, Jacopo Bennardo, Luca Ceccarelli e Giovanni Padovani. La premiazione è avvenuta nell'ultima giornata di scuola nel corso della quale sono stati assegnati anche i riconoscimenti ai vincitori del torneo di tennistavolo ed ai ragazzi che



hanno partecipato ad una serie di prove di matematica. La giornata si è conclusa poi con un ricco e vario buffet organizzato dai genitori.

A tutti i partecipanti al concorso è stata consegnata una busta contenente alcune cartoline della vecchia Monza provenienti dalla collezione privata di Ghi Meregalli, nota personalità cittadina organizzatrice ogni anno della rievocazione storica per le strade di Monza in occasione della festa del patrono San Giovanni.

Nelle fotografie: il vincitore del primo premio della scuola Frank Zucchi Stefano Ferrari ed i vincitori dei premi Aido della scuola Leonardo da Vinci.

## OLGINATE (LC)

### In campo festeggiando il 50esimo dell'Aido



Nuova iniziativa per i festeggiamenti del 50esimo di fondazione del gruppo di Olginate – Valgrehentino, dopo lo svolgimento dell'Assemblea Provinciale presso il nostro Comune, abbiamo sponsorizzato il torneo di calcio organizzato dal Gruppo Sportivo dell'Oratorio di Olginate.

Tutte le squadre si sono sfidate indossando una maglietta con il logo ufficiale del nostro Cinquantesimo.

Proseguiranno tutto l'anno gli appuntamenti per ricordare questo importante momento, che sfocerà in momenti importanti nel prossimo mese di novembre.



**MEDA (MB)**

## Successo per il Torneo Femminile di Pallavolo



Si è svolto al Palamedea domenica 18 giugno il 10° Torneo di Pallavolo femminile Under 15 organizzato dal Gruppo Aido di Meda presieduto da Luciana Giorgetti, dall'Associazione Sportiva Meda Sud con i suoi dirigenti, con la partecipazione dell'Associazione per i disabili l'Abbraccio con la loro Presidente Nicoletta Rho. Le partite sono state giocate dalle giovani atlete con impegno, correttezza sportiva e solidarietà di squadra, ben condotte in campo dalle loro capitane e dalle ottime allenatrici.

La volontaria Ivana Terraneo è stata la presentatrice della kermesse sportiva, coadiuvata dai volontari Aido, fra

i quali Luciano Ferrario e Stelio Dal Col.

Al termine è stata assegnata una targa alla squadra vincitrice dell'Associazione Meda Sud e medaglie di partecipazione a tutte le atlete, consegnate dal Vice Sindaco ed Assessore allo Sport Stefania Tagliabue, dall'Assessore alle Politiche Sociali Mara Pelegatta, dal Consigliere Nazionale Aido Lucio D'Atri e dal Presidente della Sezione Provinciale Aido di Monza e Brianza Antonio Topputo.

Una giornata di sport e divertimento, in un'atmosfera di sana competitività, allietata anche da un ottimo pranzo preparato dai volontari locali.

**LENTATE SUL SEVESO (MB)**

## Inaugurata una nuova panchina dell'Aido

Anche Lentate sul Seveso si è aggiunto ai Comuni virtuosi della Provincia di Monza e Brianza ove l'Aido locale ha donato alla cittadinanza una panchina con il simbolo dell'Associazione e la frase "Io Dono, non so per chi, ma so perché".

Infatti, nella serata di lunedì 19 giugno, con il patrocinio dell'Amministrazione Comunale ed alla presenza del Sindaco Laura Ferrari e dell'Assessore al Bilancio ed agli Eventi Barbara Russo, c'è stata l'inaugurazione della panchina, seguita poi dal Concerto del Corpo Musicale Giuseppe Verdi di Camnago, diretto dal Maestro Angelo Pincirolli in piazza Fratelli Cervi.

Un'altra bella occasione per parlare della bellezza del Dono, della Solidarietà umana e ricordare l'atto generoso della Donazione dei propri organi, il giorno in cui non ci saremo più, per aiutare gli ammalati in lista d'attesa per un trapianto, spesso salvavita.

Cosa che è stata fatta puntualmente dal Presiden-



te del Gruppo Aido di Lentate Angelo Giordano e dal Presidente Provinciale dell'Aido di Monza e Brianza Antonio Topputo, che non ha voluto far mancare la sua presenza all'importante occasione.

## CIVIDINO QUINTANO (BG)

### Inaugurazione speciale per il 45esimo del Gruppo

Domenica 18 giugno il gruppo Aido Eva Gondola di Cividino Quintano ha ricordato il 45° anniversario dalla sua fondazione. Questo anniversario è stato caratterizzato dall'inaugurazione presso il parco dei Frati Francescani di una panchina dedicata al dono.

Realizzata con il contributo dell'Amministrazione Comunale e dei nostri sostenitori vuole ricordare a tutti l'importanza della donazione degli organi per salvare la vita di chi aspetta il trapianto. La scritta sulla targa rappresenta lo slogan della nostra giornata: "Con il dono la vita continua".

La lettura della lettera di una trapiantata con la deposizione delle rose a ricordare i nostri donatori: Giuseppe, Eva, Roberto, Alessandro, Giorgio, Emilio è stato un momento suggestivo ed emozionante. La giornata è poi proseguita con la santa messa durante la quale le bellissime parole del Parroco don Loris hanno ben correlato il Vangelo e l'ideale della donazione che si esprime nella gratuità del dono della vita. Con il rinfresco al centro diurno e con il taglio della torta d'occasione si è conclusa una bella mattinata di ricordi, solidarietà e amicizia. Ringraziamo l'Amministrazione Comunale di Castelli Calepio, il Parroco don Loris, e i gruppi di volontariato degli Alpini, Atep e Avds di Cividino-Quintano, tutti i nostri sostenitori, i cittadini e tutti i membri del direttivo del gruppo Aido, sicuri che questo momento di festa non rappresenta un traguardo ma un rinnovato impegno per diffondere i nostri valori.



## OLGINATE (LC)

### Significativa la collaborazione con «Che Bordello»

Che Bordello è il nome di un'associazione nata anni fa per ricordare Davide Dell'Oro, donatore di cornee. Fondata dai genitori e dagli amici di Davide, l'associazione si occupa di organizzare un torneo di calcio per raccogliere dei fondi da destinare alla beneficenza in progetti per i ragazzi delle scuole. Il Gruppo intercomunale di Olginate/Valgrehgentino collabora con loro sin dalla costituzione.

L'evento ludico sportivo si celebra ogni anno nel mese di luglio, con 12 squadre di 5 elementi che si incontrano sul campo di calcio a 5 in un torneo ad eliminazione diretta dalle 8.00 del mattino fino a tardo pomeriggio. Fanno da contorno il volley acquatico e lo street food.

Al torneo partecipano giovani e famigliari, Aido è sempre presente con un proprio punto informativo. La giornata termina ogni anno con un canto corale e il lancio di



palloncini per salutare Davide. L'iniziativa rappresenta un momento di gioia, ricordare un giovane solare è il modo migliore per parlare di vita, che è il messaggio di Aido.

PASSO DELLO STELVIO

## Aido incontra lo sport con la Giornata del Panathleta



"Doniamo noi stessi per una ragione e questa ragione è la vita". Il suo motto l'ha voluto impresso anche sulla divisa che ha indossato sabato mattina, in sella alla sua bicicletta lungo i tornanti del Passo Stelvio, Ermanno Manenti, ospite speciale della Giornata del Panathleta che, insieme a un gruppo di soci del club e dell'Associazione Italiana Donatori di Organi è riuscito a portare a termine un suo grande sogno: conquistare la Cima Coppi.

Ma la sua vittoria più grande, dopo i tanti successi ottenuti sui pedali, rimane sempre la stessa: il ritorno alla vita dopo il trapianto di fegato avvenuto nel 2007.

"Nel 2006 sono entrato in lista di attesa per un trapianto di fegato causa epatite - ha raccontato durante la serata pubblica in programma presso la Sala della Banca Popolare di Bormio - e dopo un mese e mezzo sono stato chiamato. Posso ritenermi molto fortunato".

Una 'fortuna' perché, come lui stesso ha ammesso, sarebbe potuto morire da un momento all'altro. E invece la vita ha voluto donargli una seconda possibilità, una vera e propria rinascita: "Prima di tutto ho pensato solo a tornare a vivere - ha continuato Manenti - poi mi sono detto 'perché non ritornare a pedalare?' Così mi sono iscritto all'Aned, l'Associazione Nazionale Emodializzati, che rappresenta anche la Nazionale Italiana dei Trapiantati, ma non pensavo di certo di raggiungere i risultati che ho ottenuto".

Manenti vanta infatti numerose medaglie a livello europeo e mondiale, dal 2009 con il primo oro conquistato nei Mondiali in Australia alle più recenti medaglie d'oro e d'argento nei Campionati intercontinentali dei trapiantati di Perth, sempre in Australia.

Ma sullo Stelvio l'atleta manerbiese non era solo: con lui ha condiviso la scalata l'amico Mirko Bettega, altra toccante testimonianza di come il trapianto gli abbia ridato una nuova vita, persino migliore della precedente: "I primi 35 anni della mia vita sono stati 'così così' - ha esordito - a differenza di Ermanno ho iniziato ad avere problemi fin da bambino, finché a 18 anni mi hanno diagnosticato la glomerosclerosi focale segmentale, per la quale i medici mi avevano detto che sarei riuscito a convivere con l'aiuto dei farmaci. A 30 anni, però, mi hanno invece detto che avevo bisogno della dialisi e del trapianto, così i miei familiari si sono subito offerti come donatori, ma avevo forte possibilità di recidiva, per cui sono finito in lista. Avevo perso il controllo del mio corpo - ha proseguito - e se sono arrivato al 4 agosto 2019 è stato solo grazie all'aiuto della Provvidenza. Da lì sono rinato".

E questa rinascita la si è percepita in ogni suo aspetto con l'abbraccio denso di commozione tra i due amici, dopo che Bettega ha confessato di essere arrivato a vincere un campionato mondiale solo grazie a Manenti: "Ho iniziato a praticare sport su suggerimento dei medici - ha raccontato - e devo dire che non ero così entusiasta di iniziare, perché il mio unico sport era stata la moto. Ho deciso di pedalare, perché la bici aveva in comune almeno le ruote - ha scherzato - successivamente ho incontrato Ermanno all'Aned e da lì non solo ho iniziato a prendere sul serio il ciclismo (Bettega ha infatti conquistato due medaglie d'oro - nella 10 km a cronometro e nella 30 km - nell'ultimo mondiale svolto in Australia, a Perth), ma è nata un'amicizia incredibile".



Esempi di vita e di determinazione, che hanno toccato le corde di tutti presenti, facendo emergere dal pubblico altre testimonianze altrettanto toccanti, che hanno messo in evidenza come queste esperienze portino a vedere in modo diverso la realtà, ad avere coraggio e tanta determinazione, oltre che voglia di vivere, perché il trapianto 'triplica la vita'.

I loro racconti sono stati intervallati dai numerosi interventi che si sono susseguiti nel corso della conferenza, tra cui quello della dottoressa Claudia Martinelli, dirigente medico di nefrologia dell'Asst che ha ricordato l'importanza del manifestare il proprio consenso alla donazione: "Da ex sportiva non posso che confermare che lo sport sia fondamentale per la ripresa - ha esordito - ma anche la medicina sta facendo passi da gigante, perciò cerchiamo anche noi di dare, nel nostro piccolo, un contributo. Spesso si sente dire 'Perché dovrei donare? Non è che mi staccano la spina prima?' No - ha continuato -, in Italia il donatore viene sempre tutelato e si deve attendere la morte celebrale prima di passare alla donazione". E ha concluso: "Bisogna di cercare di parlarne prima dei momenti critici e non lasciare ai familiari l'incombenza della decisione, in un momento per loro di per sé già scioccante".

Alle sue parole hanno fatto eco anche quelle dei rappresentanti dell'Aido Erasmo Schivalocchi della sezione di Bormio, Ornella Foppoli, vicepresidente provinciale e Vittoria Mensi, Presidente del Gruppo Provinciale di Brescia oltre che rappresentante di Aido Lombardia, che hanno ricordato l'importanza della sensibilizzazione su tutti i fronti, dai Comuni (dove si può esprimere il proprio consenso durante il rilascio della Carta d'identità) alle scuole, "perché le testimonianze di vita possono aiutare a cambiare sguardo".



In sala anche il Sindaco della Magnifica Terra Silvia Cavazzi, che ha ricordato ai presenti che proprio a Bormio, nel marzo del 2024, si terranno i Giochi invernali mondiali dei trapiantati.

"La cosa più bella è il ricominciare a trovare nello sport delle motivazioni e dei nuovi fili che ridanno movimento e qualità a una seconda vita" ha aggiunto il Presidente del Panathlon Club di Sondrio Nicola Tomasi, che durante la Giornata del Panathleta trascorsa in mattinata sul Passo Stelvio ha voluto ringraziare, oltre ai due speciali ospiti, il socio don Augusto Azzalini per aver celebrato la Santa Messa sul Passo dello Stelvio in compagnia degli amici dell'Aido, con i quali si è organizzato questo connubio vincente.

**E.Compagnoni**



**BERGAMO**

## CamminAido promuove l'incontro con il volontariato



Si è svolta il 23 luglio la 31esima edizione di "CamminAido". Programmata da Aido Provinciale Bergamo, la corsa-camminata non competitiva ludico motoria che coinvolge runners, camminatori e famiglie, ha avuto quest'anno due novità: oltre ad essere inserita all'interno degli eventi di Bergamo Brescia capitali della cultura, ai podisti si sono affiancati anche gli amici dei Aribi (Associazione per il Rilancio della Bicicletta) punto di riferimento dal 1981 per i ciclisti bergamaschi. Quattro i percorsi proposti con partenze dalle 7:00 alle 9:00 rispettivamente di 7,2-10,8 -15,8 e l'ultimo, il più impegnativo, di 18 km.

"L'obiettivo di CamminAido - spiega Monica Vescovi presidente provinciale di Aido Bergamo - è

stato quello di valorizzare la cultura del dono e di fare incontrare i cittadini con il mondo del volontariato; un momento di aggregazione perché Bergamo, che con Brescia divide il titolo di capitale del volontariato, nell'occasione si trasforma e questo piace ai bergamaschi, ai bresciani e anche a chi arriva da fuori. Dopo oltre due anni di ansia, rabbia e stress, in molti stanno avendo difficoltà a tornare a comportamenti pre-pandemici. La camminata è stata un successo perché tutti hanno fatto leva sullo spirito solidaristico che porta ad essere uniti nell'impegno a diffondere, anche attraverso la semplice maglietta indossata, il messaggio di amore e speranza a chi è in lista di attesa".

**MONZA (MB)**

## Il Gruppo Aido Giussano alla Festa di S. Francesco

Domenica 28 maggio al laghetto di Giussano si è tenuta l'annuale Festa di San Francesco, manifestazione popolare e religiosa.

Anche il Gruppo Comunale Aido era presente per tutta la giornata con il suo gazebo ed i suoi volontari pronti a dare informazioni sui prelievi di organi e sui trapianti, a distribuire documentazione divulgativa dell'Associazione e a raccogliere la dichiarazioni di volontà a donare dei suoi concittadini.

Insieme a loro l'instancabile presidente del Gruppo Pietro Gallo, che anche questa volta ha fatto il pieno dell'affluenza dei giussanesi interessati che si sono fermati a fare domande, iscriversi all'Aido e a fare offerte per finanziare l'attività del Gruppo Comunale.



**LECCO**

## 60 volontari al corso formativo: avanti con entusiasmo

Il mattino del 22 luglio alle ore 9,00 presso la sala conferenza del Palataurus di Lecco, ben 60 volontari attivi della Sezione Provinciale di Lecco si sono trovati per un incontro formativo.

La sezione provinciale di Lecco è composta da 30 Gruppi Comunali, con oltre 120 volontari attivi sul territorio. Il Consiglio Direttivo Provinciale, sempre attento a cogliere le richieste dei propri volontari organizzati nei gruppi comunali, ha raccolto la richiesta di un corso di aggiornamento incentrato sulle modalità di approccio dei cittadini e come creare/allenare l'empatia per poter divulgare al meglio la cultura della donazione degli organi.

Consci della difficoltà di parlare alle nuove generazioni, con entusiasmo i volontari aidini lecchesi hanno ascoltato con grande attenzione il Presidente Giacomo Colombo che ha aperto i lavori passando poi la parola a Antonio Sartor, sempre del Direttivo Provinciale Lecchese, che ha spiegato le modalità per usare l'applicazione 'AidoLombardia' che facilita il lavoro dei divulgatori nei tavoli informativi attraverso un piccolo quiz che si può scaricare su ogni telefono e permette di poter dialogare anche con i giovani.

Successivamente è stata la volta della dottoressa Sara Guerra, formatrice, psicologa e coach, che per ben due ore ha intrattenuto e coinvolto tutti i presenti parlando di come tenere allenata la motivazione e del-



la strategia per collezionare successi. Il tutto parlando di motivazione, efficacia personale e di come allenarla, come collezionare successi attraverso l'empatia; abbiamo parlato di neuroni specchio e di come interagire diversamente fra le diverse generazioni. Alla fine tutti entusiasti e motivati, ci siamo lasciati con la voglia di rivederci per continuare il percorso di aggiornamento.

**TRIUGGIO (MB)**

## Alla Farmacia Negri la poesia che fa bene al cuore

Gli amici dell'Aido di Triuggio, con il loro Presidente Matteo Capobussi, hanno realizzato, con la gentile collaborazione della Farmacia Negri di Viale Rimembranze, il progetto di due colte signore cittadine, Antonietta Senigallia ed Iride Enza Funari, dal titolo accattivante: "Pillole di Poesia, la Poesia fa bene al cuore". Infatti, alle ore 18 del pomeriggio di giovedì 15 giugno nella Farmacia Negri sono stati offerti agli avventori delle graziose confezioni con una cartolina dell'Aido, una poesia ed un piccolo gadget offerto dalla Farmacia, con l'invito a prendere una pillola di poesia e lasciare un contributo a sostegno dell'Aido.

La nuova forma di richiedere la solidarietà dei cittadini è piaciuta e sono state notevoli le persone che hanno fatto un'offerta, ma anche per arricchire la loro giornata con la lettura di una bella poesia, così come ha potuto constatare il Presidente della Sezione Provinciale Aido di Monza e Brianza Antonio Topputo, intervenuto al gentile evento.



Per un trapianto ci vuole una donazione.  
Per una donazione ci vuole un semplice **Sì**.



L'obiettivo di AIDO è il **Sì** alla **Donazione di Organi, Tessuti e Cellule**, che oltre con i tradizionali moduli cartacei si può esprimere sull'**App Aido** disponibile su **App Store e Google Play** e sul sito **web aido.it** attraverso SPID e firma digitale.



News ed Eventi



Iscrizione



Area Riservata

Scarica la nostra App,  
rimani in contatto con noi  
e quando lo desideri  
esprimi il tuo *Sì*



[aido.it](http://aido.it)

## CONSIGLIO REGIONALE LOMBARDIA

24125 Bergamo - Via Borgo Palazzo 90  
Presidente: Corrado Valli  
Tel. 035.235327 - Fax 035.244345  
lombardia@aido.it  
www.aidolombardia.it

## BERGAMO Sezione Provinciale

24125 - Via Borgo Palazzo, 90  
Presidente: Monica Vescovi  
Tel. 035.235326 - Fax 035.244345  
bergamo.provincia@aido.it

## COMO Sezione Provinciale

Presso A.O. Ospedale Sant'Anna  
22100 - Via Napoleona 60  
Presidente: Angela Raffaella Maria Bartesaghi  
Tel./Fax 031.279877  
como.provincia@aido.it

## LECCO Sezione Provinciale

23900 - Via Aldo Moro, 4  
Presidente: Giacomo Colombo  
Tel./Fax 0341.285652  
lecco.provincia@aido.it

## MANTOVA Sezione Provinciale

46100 - Via Giorgio Susani, 12  
Presidente: Sabrina Tartarotti  
Tel. 0376.223001  
mantova.provincia@aido.it

## MONZA BRIANZA Sezione Provinciale

Presso Ospedale Vecchio  
20052 - Via Solferino, 16  
Presidente: Antonio Topputo  
Tel. 039.3900853  
monzabrianza.provincia@aido.it

## SONDRIO Sezione Provinciale

23100 - Via Colombaro, 17  
Presidente: Maurizio Leali  
Tel. 342.5520329  
sondrio.provincia@aido.it

## AIDO NAZIONALE

00192 Roma - Via Cola di Rienzo, 243  
Presidente: Flavia Petrin  
Tel. 06.97614975 - Fax 06.97614989  
aidonazionale@aido.it  
www.aido.it

## BRESCIA Sezione Provinciale

25128 - Via Monte Cengio, 20  
Presidente: Vittoria Mensi  
Tel. 030.300108/333.4447217  
brescia.provincia@aido.it

## CREMONA Sezione Provinciale

26100 - Via Aporti 28  
Presidente: Francesco Pietrogrande  
Tel./Fax 0372.30493  
cremona.provincia@aido.it

## LODI Sezione Provinciale

26900 Lodi - Via Fanfulla, 22  
Presidente: Giusy Baffi  
Tel. 333.5965436  
lodi.provincia@aido.it

## MILANO Sezione Provinciale

20066 Melzo (MI) - Via De Amicis, 7  
Presidente: Luca Mosconi  
Tel./Fax 02.95732072  
milano.provincia@aido.it

## PAVIA Sezione Provinciale

Presso Policlinico Clinica Oculistica  
27100 - Piazzale Golgi, 2  
Presidente: Carla Domenica Cova  
Tel./Fax 0382.503738  
pavia.provincia@aido.it

## VARESE Sezione Provinciale

21100 - Via Cairoli, 14  
Presidente: Elio Ramponi  
Tel. 375.5652682  
varese.provincia@aido.it

