

Auser

L'assistenza del Filo d'argento non si ferma

È online al link www.auser.it/auser-non-si-ferma la sezione dedicata alle attività sui territori che Auser continua a svolgere nonostante le restrizioni per contenere l'epidemia di Coronavirus, grazie allo straordinario impegno dei volontari. Le sedi associative sono aperte e i volontari stanno garantendo servizi importanti quali la campagna telefonica agli anziani soli, consegna a casa di spesa e farmaci, trasporto sociale, servizi di volontariato civico. Auser non si ferma vuol dire il prezioso apporto dei giovani, corsi e conferenze online avviati dai Circoli culturali e tanto altro ancora.

Fish

Contro le discriminazioni «Favolose abilità»

Affrontare il tema delle discriminazioni multiple cui spesso sono soggette le persone che assumono alla disabilità ulteriori fattori di rischio è l'obiettivo del progetto «Disabilità: la discriminazione non si somma, si moltiplica. Azioni e strumenti innovativi per riconoscere e contrastare le discriminazioni multiple» della Federazione italiana per il superamento dell'handicap. In questo ambito, il 26 novembre (ore 15-18, online) si terrà il seminario «Favolose abilità». Gli eventi sono aperti a tutti e gratuiti. Per partecipare è sufficiente collegarsi indirizzo: <https://www.fishonlus.it/progetti/multidiscriminazione/azioni/#seminari>.

Libri

Più che conoscere l'«età segreta» è importante saperla vivere



L'età segreta
Eugenia Rico
Elliott
Pagine 220
Euro 17,00

Ti dicono che «Non può accadere, eppure accade: mettono l'etichetta del tuo sangue a un altro sangue» e ti informano che tra tre mesi morirai. L'errore però non viene scoperto subito, così la donna che ha ricevuto la diagnosi sbagliata fa in tempo a realizzare l'unica cosa che in quel momento gli sembrava sensata: mettere in liquidazione tutte le sue cose e salire in macchina senza una destinazione precisa se non quella di scoprire quale sarà la sua «età segreta», cioè il tempo che le resta da vivere.

La diagnosi errata è l'evento che dà origine alla narrazione di Eugenia Rico. Ma il romanzo della scrittrice spagnola offre anche l'occasione per riflettere sulla malattia («In ospedale tutti siamo uguali, non notai o commesse, ma solo corpi») e sul desiderio di vivere appieno il proprio tempo e le emozioni. Possibilmente senza che ci sia una scadenza drammatica a ricordarlo.

M. V.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Walce

Tumore al polmone Formazione per i pazienti

Nell'ambito del mese della sensibilizzazione, WALCE organizza lunedì 30 novembre «BRIDGE MUTUAL days», la seconda edizione di un evento nazionale per persone affette da tumore del polmone e famigliari, che quest'anno per le misure restrittive di contenimento del Coronavirus sarà virtuale. L'evento sarà un'occasione di condivisione, formazione e informazione e avrà un particolare focus al periodo di emergenza sanitaria dovuta al Covid-19, con il forum online. Nei prossimi mesi, l'associazione proporrà l'attività di mindfulness, i corsi di trucco e tutte le altre attività di supporto e di informazione. Info su: www.womenagainstlungcancer.eu.

Ospedale Bambin Gesù

Anche i campioni portano la mascherina

Si chiama «Yes Mask» ed è la campagna su Instagram dell'Ospedale Bambino Gesù per promuovere l'uso della mascherina. Alla campagna ha aderito la Federazione Italiana Calcio ed è nato Azzurri Mask, il filtro fotografico Instagram targato Figo e Oppg, che vedrà coinvolti i calciatori delle Nazionali maschili e femminili. L'obiettivo è raggiungere i più giovani in modo semplice e divertente. Per utilizzare i filtri basta andare su Instagram, scorrere con il dito verso destra e selezionare il primo effetto disponibile. A quel punto, scegliere «Sfoggia gli effetti» e cercare «Ospedale Bambino Gesù». Da quella schermata, si potrà selezionare il filtro Azzurri Mask e scattare.

Fondazione Soletterre

Sostegno psicologico nelle sindromi da Covid

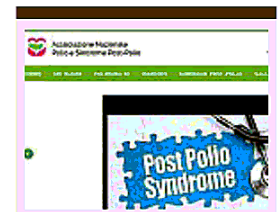
Dopo l'esperienza con il Policlinico San Matteo di Pavia, Fondazione Soletterre ha deciso di estendere il servizio di supporto psicologico anche nelle province più colpite da Covid-19, dopo questa prima fase al Policlinico, durata da marzo a maggio 2020, nella prima linea con un team di 14 psicologi. Chiunque avesse bisogno di sostegno nell'affrontare le conseguenze psicologiche della pandemia può chiamare al numero: +39 335 77 11 805. È possibile sostenere il lavoro degli psicologi di Fondazione Soletterre con una donazione: online su sostieni.soletterre.org/progetto/covid19, con bonifico (IT88Q050340169900000013880), causale «Covid-19» intestato a Fondazione Soletterre.

Zambon

Giovani e tesi più brillanti Online il bando

Nell'ambito dell'iniziativa «Premi di Laurea» del Comitato Leonardo, i prestigiosi riconoscimenti che annualmente premiano i giovani e le tesi più brillanti nei diversi settori dell'eccellenza made in Italy, Zambon premierà la migliore tesi su «Il bilancio di sostenibilità come strumento di rilevazione del valore della corporate social responsibility nel settore farmaceutico», mettendo a disposizione del vincitore uno stage remunerato presso l'azienda della durata di sei mesi. Candidature entro e non oltre il 10 gennaio 2021. Il bando integrale è consultabile sul sito www.comitatoleonardo.it/it/categoria-premi/premio-zambon.

Il sito



www.postpolio.it
Polioemielite

La poliomielite non è più uno spauracchio essendo stata debellata grazie alla vaccinazione obbligatoria, ma tanti sopravvissuti a questa grave malattia infettiva che colpisce il sistema nervoso centrale tuttora ne patiscono gli esiti. Per loro è un punto di riferimento in rete il sito www.postpolio.it dell'Associazione nazionale polio e Sindrome post-polio. Nella sezione «Sindrome post-polio» si trovano informazioni su sintomi, diagnosi, terapie, oltre a consigli sugli stili di vita. Cliccando su «Centri post-polio» si accede a un elenco di strutture e medici di riferimento sul territorio nazionale. Nell'area «Documentazione» si possono scaricare alcuni documenti, tra gli altri: «Come gestire la post-polio», «Cambiare stile di vita per conservare le energie».

M.G.F.

ESI
BENESSERE NATURALE

AUMENTARE LE DIFESE?

IMMUNILFLOR
PROTECTION FORMULA

IMMUNILFLOR
PROTECTION FORMULA

PER FAVORIRE
"NATURALMENTE"
LE DIFESE IMMUNITARIE

Con l'arrivo della stagione fredda, il nostro organismo risulta esposto all'attacco di microrganismi che possono provocare disturbi e costringerci al riposo forzato.

IMMUNILFLOR® è la linea di integratori alimentari contenente Echinacea, Uncaria, Vitamina C, Zinco, miele di Manuka e 2 miliardi di Fermenti Tindalizzati. Gli estratti di Echinacea ed Uncaria sono utili per favorire le naturali difese organiche. Le Vitamine C e D e lo Zinco contribuiscono alla normale funzione del sistema immunitario.

IN FARMACIA - PARAFARMACIA - ERBORISTERIA

Libri

Non tutto ciò che crediamo di sapere sul cibo è sempre giusto

Presi per la gola
Tim Spector
Bollati
Boringhieri
Pagine 246
Euro 24,00



I cibi «light» aiutano a dimagrire. Mangiare pesce allunga la vita. Bere caffè fa male alla salute. Tre esempi che non è detto siano da prendere necessariamente alla lettera. Perché gli alimenti «leggeri» possono essere ininfluente nell'economia di una dieta, il valore nutrizionale dei prodotti ittici andrebbe calcolato al netto dei mangimi industriali e un consumo moderato di caffeina farebbe addirittura bene. E gli esempi potrebbero continuare. Morale: affidarsi ai luoghi comuni è pericoloso quando si tratta di salute. Ne è convinto Tim Spector, docente di Epidemiologia genetica al King College di Londra, che con questo libro suggerisce di valutare sempre le informazioni con metodo scientifico. Perché le scelte fatte a tavola influenzano la nostra salute e persino quella del pianeta, ma proprio per questo bisogna essere consapevoli che le informazioni che la riguardano sono sensibili anche a interessi economici.

M. V.

© RIPRODUZIONE RISERVATA