

## La città del bene

@ Contatti e suggerimenti all'email [pervoi@corriere.it](mailto:pervoi@corriere.it) o via posta a Corriere della Sera «la Città del bene» Cronaca di Milano, via Solferino 28, 20121 Milano

### L'appello



di **Elisabetta Soglio**

### Un campo di calcio contro la solitudine. Il sogno di don Gino attende proseliti

**È** il suo «sogno di una notte di mezza estate». Don Gino Rigoldi, da oltre 40 anni generoso e iperattivo cappellano del carcere minorile Beccaria, deve affrontare la solita emergenza estiva. Le iniziative vengono sospese e i ragazzi dell'istituto cominciano un lungo periodo di inattività che sicuramente non li aiuta nei percorsi di recupero. E così, ecco l'idea, già rilanciata nei giorni scorsi su queste colonne: che poi non è né nuova né originale. Ma spesso proprio le cose semplici sono quelle più efficaci: un campo da calcio, dunque. Non si tratta soltanto di tirare quattro pedate ad un pallone. Lo spiega don Gino: «Crediamo nello sport come strumento di socializzazione dal quale ripartire per lavorare insieme a questi ragazzi portando stimoli positivi. Parliamo di collaborazione, appartenenza, lavoro di squadra e rispetto dell'altro per il raggiungimento di un obiettivo condiviso». Certo, per raggiungere l'obiettivo servono 25 mila euro entro fine giugno: e scrivendo a [comunicazione@fondazioneondonginorigoldi.it](mailto:comunicazione@fondazioneondonginorigoldi.it) si può scoprire come dare un piccolo contributo direttamente sul conto della Fondazione che prende il nome dal sacerdote presidente anche di Comunità Nuova onlus e di Bir onlus. E così, insieme anche a Pierfilippo, Beppe, Ester e Benedetta, alcuni dei compagni di strada di don Gino, ciascuno potrà dare un piccolo aiuto per realizzare il sogno. Brutto?

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### Qui Lina di **Lina Sotis**



**I** 90 anni della azienda Bracco vengono festeggiati con la «Filiere della solidarietà», formata anche da Ronda della Carità e Solidarietà onlus e dal Banco Alimentare della Lombardia. Un progetto solidale per migliorare la qualità della vita dei senzatetto ai quali tra l'altro saranno garantiti: più di 4.000 pasti all'anno gratuiti, interventi di prevenzione e supporto alla salute del Centro Diagnostico Italiano, società del gruppo Bracco e anche un supporto psicologico. Previsti anche tirocini formativi all'interno dell'azienda. Tanti auguri!

# Giovani che non **tremano**

di **Giovanna Maria Fagnani**

**S**e succede al nonno, di veder gli una mano tremare, alla cosa brutta ci pensi subito. Se succede a te che magari hai trent'anni, ti devi sposare la prossima settimana, o hai appena avuto un figlio, o del nonno ti devi occupare proprio da oggi perché la badante è tornata in Romania, il massimo che pensi guardando quel piccolo tuo tremito mentre sei fermo al semaforo è «sarà lo stress». E nel tuo caso sarà senz'altro così. Ma non vale per tutti. In Italia oggi sono infatti stimati circa 30mila 30-40enni con i primi sintomi del Parkinson. Anche se un vero censimento non è mai stato fatto, a soffrirne sarebbero almeno 250 mila.

A Milano nella Casa delle Associazioni di via Miramare

## In Italia sono stimati 250 mila under 40 con il Parkinson. Sei di loro hanno aperto una onlus per combattere la paura

c'è la sede dell'Associazione Italiana Giovani Parkinsoniani (Aigp), unica realtà italiana che aiuta i giovani malati. È stata fondata nel 2010 da sei «compagni di viaggio» che hanno ricevuto la diagnosi fra i 20 e i 40 anni. Di storie così Claudia Milani, presidente della onlus, ne raccoglie a decine, al telefono o allo sportel-

lo. Lei stessa deve conciliare la sua realtà di malata e il suo impegno da volontaria con quelli di moglie e madre. «Ma la vita non ha senso senza fare qualcosa per gli altri», dice.

Un mese fa l'associazione ha organizzato la cena «Ammaccati, ma buoni». «Perché noi siamo così. Abbiamo difficoltà motorie ma il cervello funziona, con qualche agevolazione possiamo continuare a lavorare. Invece il lavoro è la prima cosa che si perde». Oggi la onlus sta raccogliendo fondi per allestire una palestra che offra sedute di neurofisioterapia, che il sistema sanitario nazionale non copre, ma «fondamentali per imparare esercizi mirati sul singolo paziente e fargli mantenere la capacità di certi movimenti».

Aigp offre anche incontri di mutuo aiuto e si batte per un approccio multidisciplinare. «Dallo studio medico si esce

con solo la prescrizione dei farmaci, ma un malato dovrebbe essere seguito anche da psicologo, fisioterapista, nutrizionista». E i costi. «L'assegno di accompagnamento viene dato quando la situazione è compromessa e non si cammina più. Invece dovrebbe servire per la prevenzione».

Cure, ma anche benessere. «Perché il Parkinson ha una componente psicologica molto alta. I sintomi variano in base alla situazione che stai vivendo». Per il benessere l'associazione ha promosso un ciclo di sedute gratuite con la Scuola Internazionale di Shiat-su. Ma i progetti dei volontari di Aigp sono ancora tanti. «Far istituire un pronto soccorso neurologico, un numero verde per i malati...»: Claudia li elenca con convinzione. Per sostenerli si può chiamare il numero 333.6935142.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### Luca, il papà



## «La vita cambia all'improvviso e poi scopri di potercela fare»



Temevo di non poter più fare il padre e seguire i miei figli nella loro crescita, ma ho imparato a gestirmi al meglio

**U**n tremore alla mano sinistra, mentre guidava lo scooter. E poi una stanchezza tale che «tornato dal lavoro, riuscivo a malapena a alzarmi dal divano per la cena». Luca Campregher (il secondo da sinistra nella foto), che vive a Brescia con la moglie Laura e i loro tre figli, ha scoperto di avere il Parkinson sei anni fa, quando aveva 41 anni e Gabriele, l'ultimogenito, neppure 2.

All'epoca era responsabile di una comunità per donne disabili. «Lavorando con loro si è più predisposti a fare i conti con le difficoltà che la vita ti presenta, ma farlo su se stessi non è facile», racconta Luca. «Mi chiedevo se sarei stato più in grado di fare il padre e accompagnare i miei figli nella crescita, perché oltre a provocare difficoltà nei movimenti il Parkinson causa anche problemi d'umore, crisi d'ansia e attacchi di panico. E così le difficoltà sembrano insormontabili e ne risente la qualità della vita familiare».

All'inizio, Luca rifiuta i farmaci: «Volevo affrontare la malattia in modo diverso, ma

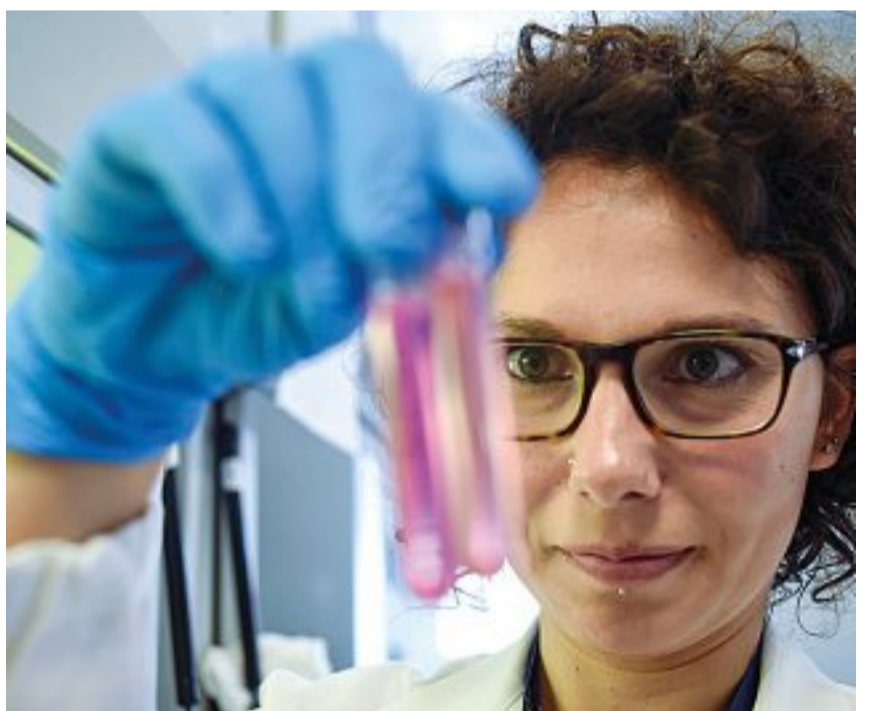
poi sono stato molto male e allora ho cominciato la cura e la fisioterapia, necessaria per non scordare i movimenti».

Sul lavoro ha dovuto cambiare mansione: «I miei colleghi sono stati fra i primi a sapere della diagnosi. Prima lavoravo con gli ospiti, coordinavo un gruppo di 6 persone e facevo i turni di notte, ma lo stress stava peggiorando i miei sintomi. Allora mi hanno permesso di cambiare e ora mi occupo della gestione. Sono stato molto fortunato». Nel 2015, l'incontro con l'associazione dei giovani parkinsoniani: «Siamo compagni di viaggio. Insieme si trova uno spirito di risposta alle difficoltà: convivere con la malattia, ma senza rassegnarci e cercare soluzioni per aiutarci a vivere meglio. Per me una di queste è giocare a basket: a 22 anni avevo smesso e ora mi alleno con una squadra che fa il campionato del Csi». E cita Michael Jordan: «Posso accettare di fallire, ma non posso accettare di non tentare».

G.M.F.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### Stefania, il tecnico



## «Tredici pastiglie al giorno ma sono tornata in laboratorio»



Per chi è nella mia condizione poter contare su un lavoro è basilare perché ti dà lo spirito per continuare a vivere

**S**ulla cavaglia di Stefania Lavore spicca un tatuaggio che sembra uno strano esagono: «È la formula chimica della dopamina». Ovvero, la sostanza che controlla i movimenti del corpo. Il morbo di Parkinson attacca proprio i neuroni che la producono e i malati la assumono come farmaco. Stefania, 37 anni, prende 13 pastiglie al giorno perché soffre di una rara forma genetica di Parkinson: «Già alle superiori, quando studiavo per diventare tecnico di laboratorio, mi tremavano le mani. Poi avevo una camminata strana, contratta». Ma ci avrebbe messo 10 anni prima di avere una diagnosi: «Mi hanno detto di tutto, anche che i miei problemi erano psicosomatici».

Nel 2013, finalmente, durante un ricovero al Besta le somministrano la dopamina. Stefania «rinasce» e i medici capiscono che ha il Parkinson. La rassicurano: la forma giovanile è meno aggressiva. Ma, qualche mese dopo, scopre che il suo amatissimo papà, appena

sessantenne, ha l'Alzheimer. «Ho pianto molto di più per lui che per me», confessa.

Tanta sofferenza, ma anche tenacia. Seppur con le mani tremanti, Stefania è riuscita a diventare tecnico di laboratorio e da anni lavora nella banca cellule dell'Ifo di Milano, prestigioso istituto di ricerca sul cancro. «I colleghi mi hanno aiutata nella ricerca della diagnosi e mi hanno sempre sostenuta. L'istituto mi ha proposto lo smart working, così ora lavoro da casa due giorni a settimana. È fondamentale per chi è nella mia condizione avere un impiego, ti dà lo spirito per continuare a vivere». Nella vita di Stefania c'è una prima e un dopo: «Ci ho messo dieci anni a sapere cosa avevo e come me tanti altri. I giovani con malattie neurologiche sono sempre di più e i medici devono prenderne coscienza, aggiornarsi». Per dare un contributo, Stefania ha donato cellule della sua pelle. «Sono in coltura. Serviranno per un progetto di ricerca».

G.M.F.

© RIPRODUZIONE RISERVATA