

Alleanza tra Lions e giovani per sconfiggere il diabete

La giornata. Un convegno e una camminata nel segno della prevenzione Oltre 56mila i malati bergamaschi. A rischio un numero crescente di ragazzi

SERGIO COTTI

In trecento lungo le strade del centro cittadino per lanciare un messaggio di prevenzione: la pandemia da diabete che colpisce in Italia 4 milioni di persone e oltre 56mila solo nella nostra provincia, si può iniziare a combattere anche con i comportamenti virtuosi. Ieri, nella giornata mondiale del lionismo, i Lions club della Bergamasca hanno organizzato una serie d'iniziative per far conoscere le loro attività di volontariato sul territorio, con un focus proprio sulla lotta al diabete, che negli ultimi anni interessa sempre più da vicino le giovani generazioni.

I ragazzi delle scuole, insieme ad associazioni, gruppi di cammino e volontari, hanno sfilato per le vie di Bergamo, «perché - come ha ricordato Tullia Vecchi, referente delle iniziative del Lions Day in Bergamasca - muoversi e alimentarsi bene sono tra le attività di prevenzione primaria di questa malattia». E non è un caso che alla camminata abbiano preso parte anche i tanti alunni delle scuole superiori invitati ad assistere al convegno che in mattinata all'auditorium del Collegio Sant'Alessandro li ha visti confrontarsi con medici e specialisti delle strutture sanitarie cittadine. Sedentarietà, cattiva alimentazione e il riacutizzarsi, soprattutto dopo il Covid, dei disturbi psicologici, stanno mettendo a rischio un numero sempre maggiore di ragazzi. Una ricerca effettuata dall'Ats su circa 500 studenti delle scuole superiori di Bergamo ha evidenziato come circa il 15% dei neomaggiorenni sia a ri-



Folla agli stand dei Lions nel centro piacentiniano FOTO SAN MARCO



Il convegno all'auditorium del Collegio Sant'Alessandro FOTO COLLEONI

schio di contrarre la malattia, «e questo perché molti di loro sono in sovrappeso, se non addirittura obesi - ha spiegato Alberto Zucchi, responsabile del Dipartimento di Epidemiologia dell'Ats -; queste sono purtroppo le premesse per sviluppare la malattia». Il diabete di tipo 2 (quello più frequente, che di solito si manifesta in età adulta), sta comparando in questi anni anche tra i ventenni, così come succede da tempo anche negli Stati Uniti: «Ciò è legato soprattutto alle cattive abitudini comportamentali di molti nostri ragazzi - ha con-

fermato Antonio Carlo Bossi, responsabile della Diabetologia di Humanitas Gavazzeni -. Bisogna continuare ad essere attivi e provare a mantenere una "socialità del cibo", che significa mangiare in famiglia o tra amici, evitando però il cosiddetto cibo spazzatura. Senza dimenticare l'aspetto mentale: molti ragazzi si sentono soli e la vicinanza degli adulti - ed eventualmente di un supporto psicologico - può essere importante». Dove non arriva la prevenzione, stanno arrivando sempre di più i farmaci: «Ce ne sono di nuovi in grado di abbas-

sare la glicemia e di ridurre il peso, evitando ai ragazzi di sottoporsi a numerosi controlli - ha detto Roberto Trevisan, direttore della Diabetologia dell'Asst Papa Giovanni XXIII -. Anche questo faciliterà la convivenza con il diabete, sviluppando la possibilità di una remissione della malattia».

La giornata dei Lions è proseguita con la camminata che dal Collegio Sant'Alessandro è arrivata fino in piazza Dante, dove erano allestiti tre gazebo per far conoscere le attività di volontariato dei Lions in Bergamasca. Ogni anno l'associazione raccoglie e distribuisce sul territorio oltre 250mila euro, che nel 2022 hanno consentito ai volontari di raggiungere direttamente circa 20mila persone. «La provincia di Bergamo è senz'altro una delle più attive - ha detto Sergio Pedersoli, Governatore del Distretto Lions 108 Ib2, cui fanno capo i club della Bergamasca -. Oggi abbracciamo la popolazione per far conoscere i nostri progetti, puntando proprio sui ragazzi, uomini e donne che guideranno la società del futuro». In tanti si sono presentati agli stand in un'affollatissima piazza Dante per sottoporsi a uno screening visivo o per raccogliere informazioni sul diabete, ma anche per entrare in contatto con una dozzina di altri progetti, dalla Piattaforma alimentare (che da Bergamo potrebbe presto diventare un'iniziativa nazionale) al Libro parlato, dai Parchi inclusivi al Servizio Cani guida, la Biblioteca vivente, Se Leggo, Sight for Kids, Fondazione Banca degli Occhi Lions Melvins Jones, e altri ancora.

Sfida all'ultimo dattero, vince il raviolo dei cuochi di Ikaros

Lo show cooking

Il progetto di cooperazione internazionale «Jericho Vale!» coinvolge gli studenti delle scuole alberghiere che ieri si sono sfidate su ricette e bevande a base di dattero in uno show cooking organizzato nell'area della Camera di Commercio alla «Fiera dei Territori - Agritravel & Slow Travel Expo». Coinvolti gli studenti di tre istituti. Abf Bergamo, coordinata da Raffaele Auriemma, ha presentato il raviolo «Ritorno a casa», realizzato da Nicola Magatti e Nicholas Turani; la torta «La curuna del Giopi» di Dayanna Caicedo e Michele Esposito; il virgin drink «Dattero cremoso» di Francesca Fumagalli e Chiara Forcella. Gli studenti dell'Abf di Clusone, sotto la supervisione di Piera Martinelli, hanno proposto il raviolo «Fruit of peace» realizzato



La squadra di Fondazione Ikaros, vincitrice del primo premio assoluto

da Samuele Mapelli e Eleonora Arcaini; la torta «L'oro del deserto» di Mattia Cortinovis e Gloria Rocchi; il virgin drink «Daktilos» di Sara Gualdi e Simone Campala. La Fondazione Ikaros di Grumello del Monte, rappresentata da Luca Botti, ha ideato il raviolo «Un dattero a spasso per Bergamo» con Matteo e Francesco Raccagni; la torta «Plumcake al dattero» di Chiara

Amadeo ed Elena Cossali; il virgin drink «All'ombra della palma» di Andrea Luca Biancolin e Irene Serughetti. La giuria - composta da Rosa Carissimi, Andrea Carrara, Raffaella Castagnini, Simona Locatelli, Silvia Tropea Montagnosi e Francesca Manzotti - ha premiato il raviolo di Ikaros, che si è aggiudicato anche il primo premio assoluto in palio, la torta di Abf

Bergamo e il virgin drink di Abf Clusone. «Abbiamo diffuso anche nelle scuole l'idea di cooperazione - commenta l'assessore Marzia Marchesi -. Con il concorso facciamo conoscere il dattero e chi lo produce: un territorio che è impegnato anche nella rinascita economica con la sua distribuzione all'estero». Raffaella Castagnini per la Camera di Commercio ha sottolineato che «è utile condividere il progetto con tante promesse del mondo della ristorazione, impegnate in ricette davvero speciali: sono tutti vincitori». Presente in fiera anche una delegazione di Jericho, per il progetto promosso da Aics, l'agenzia per la cooperazione allo sviluppo nel 2021, che vede il Comune di Bergamo capofila, insieme a una serie di istituzioni partner come Fondazione Giovanni Paolo II, Camera di Commercio, Confcooperative, Centro Servizi Aziendali Coesi, Biodistretto, Startup Bio Sociale, Comune di Scanzorosciate; la collaborazione di «Amici bresciani della Fondazione Giovanni Paolo II», Anci Lombardia e «Amici della FGPII Brescia».

Giorgio Lazzari

5 ovet
VIAGGIA OVUNQUE, VIAGGIA OVET

ASSAPORA LE TUE VACANZE CON OVET

Vieni a trovarci per costruire insieme la tua vacanza da sogno!



PROGRAMMAZIONE OVET 2023

SPECIALE PONTI 2023

 PRAGA 21-25 APRILE	 ASSISI E GUBBIO 22-23 APRILE
 ISOLA D'ELBA 23-25 APRILE	 STRASBURGO E COLMAR 29-30 APRILE
 TUSCIA 29 APR.-1 MAG	 COSTIERA AMALFITANA 31 MAG.-4 GIU.

GITE IN GIORNATA

TULIPANOMANIA	10 APRILE
MESSER TULIPANO - PRALORMO	16 APRILE
LAGO D'ORTA	22 APRILE
PARMA E REGGIA DI COLORNO	23 APRILE
VENEZIA E LE ISOLE	23 APRILE
PORTOFINO E SAN FRUTTUOSO	25 APRILE
BOLOGNA E ROCCHETTA MATTEI	29 APRILE
MANTOVA E NAVIGAZIONE	30 APRILE
LAGO MAGGIORE	30 APRILE
FUNICOLARE DEL PILATUS	30 APRILE
SUSA E LA SACRA	1 MAGGIO
FUNIVIA MONTE BIANCO	1 MAGGIO

GIAPPONE
12-24 MAGGIO
Ultimi 3 posti!

 OLANDA 27 MAGGIO	 SICILIA 15-21 MAGGIO	 ISLANDA 1-8 LUGLIO
--------------------------------	------------------------------------	----------------------------------

STIAMO PER RIAPRIRE LA NOSTRA SEDE DI TREVIGLIO
Puoi trovarci anche in **Via A. De Gasperi, 14/D**

RESTA IN CONTATTO CON NOI
WhatsApp 346.3597216
info@ovetviaggi.it
Seguici sui social
BERGAMO Viale Papa Giovanni XXIII, 110 - Palazzo Rezzara
tel. 035 243723
Iscriviti alla newsletter sul nostro sito www.ovetviaggi.it