



**Bergamo**  
Capitale Italiana del  
**Volontariato 2022**

**Ci siamo, sempre.**

## Lettera all'Europa SALUTE

Cara Europa,

anzi, vorrei cominciare con "gentile" Europa. Gentile, perché è così che ti vedo. Come una madre che accompagna il figlio a scuola. Un gesto semplice che spesso viene dato per scontato. E come quello di una madre, il tuo sguardo è attento e fiducioso, contro chi vede il marcio in ogni cosa. Perché vedi, Europa, la verità è che siamo tutti figli e figlie, nessuno escluso, e tutti abbiamo bisogno di una guida quando le cose non funzionano più.

Dopo due anni come gli ultimi trascorsi, i problemi si sono aggravati e *cambiamento* è diventata la parola d'ordine: in senso positivo, se alziamo il nostro sguardo verso le pratiche e le azioni straordinarie di trasformazione che esistono; ma anche in senso negativo, quando pensiamo all'emergenza sanitaria, allo stato di ansia, di incertezza e di solitudine diffuso soprattutto fra i più giovani, che si sentono disillusi e senza futuro.

Questo presente è un incubo ad occhi aperti, in cui le opportunità nascono sulle macerie delle vite di tutti, diventate insostenibili economicamente, ma soprattutto socialmente. Gli ambienti in cui si vive sono tossici, animati da un senso d'impotenza che fa restare inerti, perché "tanto non c'è nulla che possiamo fare". E questo malessere diventa presto una malattia, che ci porta a pensare che siamo soli e che siamo destinati a restarlo.

Con questa lettera, io e i miei compagni e compagne del gruppo Salute vogliamo affermare il benessere della persona e della collettività, inteso in ogni sua possibile forma e a 360°: psicofisico, relazionale e sociale, perché la salute non è solo "assenza di malattia".

Partire dalle basi, insegnare la salute fin da bambini: prevenzione primaria nelle scuole, educazione sessuale, educazione all'empatia attraverso poesia, teatro e arte. L'istruzione come mezzo per diventare cittadine e cittadini attivi, consapevoli degli altri e di se stessi. Passare alla *peer education*, l'educazione fra pari, fra ragazzi e ragazze senza un intermediario adulto, per intercettare gli esclusi. Adeguare il tempo alla vita, e non viceversa.

Perché, cara Europa, nessuno si salva da solo. Sono soli i poveri, i senzatetto e i richiedenti asilo, ma anche i malati gravi e gli anziani. I civili in zona di guerra, e i civili delle nazioni in guerra che quella



**Bergamo**  
Capitale Italiana del  
**Volontariato 2022**

**Ci siamo, sempre.**

guerra non l'hanno scelta. Ci giriamo dall'altra parte, non li vediamo. Si pensa a se stessi, all'ego che ci spinge ad essere un "io" e non un "noi".

E allora occorre alimentare il sentimento di comunità, mettere in contatto chi è solo attraverso progetti specifici: asili e case di riposo, carceri e imprenditori; bisogna ascoltare chi ha bisogno di aiuto, aumentare la comunicazione, diffondere le notizie delle possibilità che il nostro territorio offre, come screening annuali, centri di cura, case di riposo. Bisogna mettere in contatto le diverse associazioni che già operano, creare una rete fra operatori sanitari e servizi sociali, con Fascicoli Sanitari Elettronici coordinati a livello nazionale.

Bisogna curare se stessi per essere pronti a prendersi cura degli altri.  
Occorre mangiare bene, e nel farlo fare bene anche all'ambiente, che è maltrattato e sofferente proprio come noi.

In conclusione, bisogna cambiare marcia, se vogliamo salvare noi stessi, gli altri e le altre e il pianeta; se vogliamo passare dall'egologia all'ecologia.

Tornare alla semplicità di quella madre che accompagna il figlio a scuola.

Tornare a sognare attraverso la poesia e nel concreto donare attraverso il volontariato. Usare il volontariato come palestra dell'empatia e della cura.

La cura che avremo per gli altri la avremo anche per noi stessi, in un ciclo infinito che porterà a un futuro migliore.

Grazie.

Bergamo  
Capitale Italiana del  
Volontariato 2022