

**VIolenza/1.** Partenza alle 10 dalla Grande Mela. Iscrizioni online, «L'Arena» è media partner

## Di corsa alla Strawwoman per la difesa «in rosa»

Domenica a Verona arriva la maratona di ActionAid organizzata a tappe in tutta Italia: 5 chilometri a sostegno delle vittime di percosse

Domenica torna la quinta tappa del tour «Strawwoman», corsa-camminata non competitiva di 5 chilometri dedicata alle donne ma aperta anche a uomini e bambini. Obiettivo: solidarietà con «ActionAid» per dire no alla violenza. Una giornata da dedicare a se stesse e al proprio benessere, l'occasione giusta per fare sport, conoscersi, incontrarsi e trascorrere una giornata tra amiche. Non è necessario essere runners esperte, basta avere entusiasmo, tanta voglia di divertirsi ma soprattutto di metterci la faccia per dire «basta».

Nata nel 2011, StraWoman è oggi il più divertente ed energico tour itinerante «al femminile» di tutta Italia, all'insegna del fitness, del divertimento e della sensibilizzazione.

Migliaia di «maratonete» nelle edizioni precedenti hanno indossato la t-shirt rosa ufficiale e corso al grido di «We Run The World». L'edizione StraWoman 2018 prevede ben dieci tappe: partenza da Brescia (avvenuta un mese fa), poi Parma, Milano, Prato, Verona, Bergamo, Como, Monza, Roma e Novara tappa conclusiva del tour.

Il ritrovo per la tappa in terra scaligera è fissato alle 9 nello Strawwoman Village, un'area allestita alla Grande Mela ShoppingLand e interamente dedicata alle partecipanti, dove ci si potrà iscrivere e ritirare il kit gara, con dj



Centinaia di ragazze alla partenza di una edizione della Strawwoman

set, attività ludico-sportive, riscaldamento e l'intrattenimento di Radio Viva Fm, la radio ufficiale dell'intero tour.

Alle 10 il via: un fiume di maglie rosa animerà le vie intorno a La Grande Mela ShoppingLand. La marcia è a ritmo libero, ciascuna potrà scegliere la propria andatura.

All'arrivo rinfresco finale, defaticamento, premiazioni, gadget e medaglie di partecipazione attendono tutte le signore. Tante saranno le iniziative e le sorprese a tema rosa durante l'intero evento! Quest'anno StraWoman è

ActionAid corrono insieme per dire che lo sport può essere motore di cambiamento sociale. Partecipare a questa corsa significa essere al fianco di ActionAid e dei suoi progetti contro la violenza sulle donne: dal monitoraggio delle risorse stanziate e delle azioni intraprese dalle istituzioni per contrastare il fenomeno, all'avvio di percorsi per favorire l'ingresso nel mondo del lavoro delle donne che hanno subito violenza, passando per i kit contro gli stereotipi di genere realizzati nelle scuole.

La quota di iscrizione è di

10 euro e comprende t-shirt tecnica, bag e pettorale gara, medaglia di partecipazione, ristoro finale, gadget offerti dai partner dell'evento e assistenza medica. Il quotidiano «L'Arena» è media partner dell'evento e sarà presente con un proprio stand già un'ora e mezza prima della gara. Ci si può iscrivere online o nei punti ufficiali convenzionati. Tutte le informazioni si trovano in Internet su [www.strawwoman.it](http://www.strawwoman.it); sulla pagina [Facebook.com/strawwoman](https://www.facebook.com/strawwoman). È possibile contattarci anche al numero 331.4370677. •

**VIolenza/2.** Incontro formativo per riconoscere i segnali inquietanti



Da sinistra: Stefania Ridolfi, Martina Trittoni, Arianna Capri e Nadia Segala

## Farmacie in campo per salvare le donne

Capri (Federfarma): «Qui conta il gioco di squadra»

Francesca Saglimbeni

A volte basta uno sguardo per cogliere le parole non dette. Altre volte sono i segni violaci impressi sul volto o altre parti esposte del corpo, a gridare tutta la violenza subita. Ma quali sono gli atteggiamenti più opportuni per ricevere, e prestare aiuto, alle donne vittime di maltrattamenti fisici o psicologici anche da dietro il banco di una farmacia?

Verona risponde da tempo con il progetto «Mimosa», un programma di formazione dedicato a tutte le 241 farmacie aderenti a Federfarma Verona, partito in marzo in alcuni presidi cittadini, e da ieri presente anche nel territorio della provincia, con prima tappa Bussolengo. Dove in collaborazione con il Comune locale, Telefono Rosa, la Prefettura, e tra gli altri l'Ordine dei Farmacisti e Agifar giovani farmacisti, si è

svolto un nuovo incontro formativo (tenuto dalla psicologa Laura Cisorio di Telefono Rosa) per 5 farmacie della zona. «Dall'esperienza già avviata in città con il sostegno del Comune di Verona e il Centro antiviolenza Petra abbiamo compreso l'importanza del gioco di squadra», ha sottolineato Arianna Capri, vicepresidente di Federfarma, all'incontro di presentazione ospitato ieri nella sede di via Giberti, ricordando il forte input alle sinergie ricevuto dalla presidente della Cpo della Provincia Silvia Zenati fin dallo startup. «Tale formazione punta infatti a offrire indicazioni di carattere professionale a chi lavora nelle farmacie sull'approccio alle donne in difficoltà, che qui trovano il primo segnale tangibile di aiuto e orientamento, al fine di indirizzarle alla struttura più idonea del territorio, sia attraverso pieghevoli informativi sia con un momento di ascolto riservato.

La farmacia è per sua stessa vocazione un luogo di fiducia, di libero e gratuito accesso, fatto di professionisti empatici che all'interno di una rete di collaborazione istituzionale a supporto del disagio femminile possono esprimere questa attitudine ancora più efficacemente». Non a caso i corsi di «Mimosa» sono aperti anche a tutte le altre figure di riferimento per il contrasto alla violenza di genere.

«L'Oms ci dice che il 30% dei maltrattamenti su donne avviene tra le mura domestiche - ha spiegato Nadia Segala consigliere Federfarma Verona e referente del progetto per le farmacie di Bussolengo, affiancata dall'avvocato Emilia Greco di Telefono Rosa, «in uno spazio difficilmente penetrabile, che rende ancora più urgente un'abilità da parte del nostro personale (al 70% donna) di intercettare anche le richieste di aiuto più silenziose». •

**SALUTE/1.** Domani e sabato simposio nell'aula De Sandre al Policlinico

## Cibi sani fin da piccoli per vivere più a lungo

Pediatri e nutrizionisti si confronteranno su come prevenire diabete e obesità a partire dall'infanzia

Una corretta alimentazione è fondamentale a tutte le età ma ancor più nella delicata fase della crescita: i temi di maggiore attualità saranno trattati dagli esperti domani e sabato nell'undicesimo congresso nazionale «Nutrizione metabolismo e diabete nel bambino e nell'adolescente» che si svolgerà nell'Aula magna De Sandre del Policlinico di Borgo Roma.

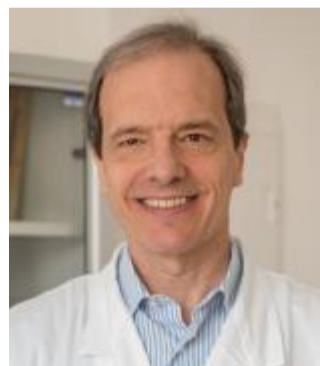
Nel corso delle due giornate interverranno pediatri, nutrizionisti e dietisti che si confronteranno su temi di attualità, alla luce delle più recenti scoperte scientifiche.

Coordinatore del convegno è Claudio Maffei direttore dell'unità operativa complessa di Pediatria a indirizzo Diabetologico e Malattie del metabolismo dell'Azienda ospedaliera universitaria integrata di Verona.

«Diabete, obesità, elevati livelli di lipidi nel sangue, malattie così comuni nell'adulto,

possono essere in gran parte prevenute - spiega Maffei - Questa è un'ottima notizia: possiamo vivere quindi di più e in buona salute. Basta volerlo. Attenzione però, le fondamenta del nostro stare bene si gettano da piccoli, in particolare durante la vita fetale e i primi anni di vita. In queste età l'intervento preventivo è ancora più efficace. Consapevoli di questo, i genitori possono mettere in atto comportamenti utili allo scopo e ottenere risultati molto positivi su loro stessi e i loro figli».

La prevenzione come la cura di diabete, obesità, dislipidemia e tutte le malattie metaboliche hanno nella nutrizione uno strumento dall'impatto fondamentale. Allattamento e svezzamento sono pratiche vecchie come l'uomo ma un'analisi approfondita delle conseguenze del tipo, composizione e porzioni degli alimenti forniti al piccolo è del tutto recente. «La scoperta più importante - sottolinea Maffei - è quella che ha svelato l'esistenza di strette interazioni tra dieta ed espressione dei geni, con



Claudio Maffei

conseguenze permanenti sul metabolismo (epigenetica): ad esempio un eccesso di proteine nell'alimentazione del piccolo, così come un basso rapporto tra lipidi e carboidrati, sono fattori di rischio di obesità nelle età successive. E incorrere in errori nell'alimentazione è facile. È necessario verificare con il pediatra che non si instaurino inavvertitamente carenze o eccessi nell'apporto di nutrienti, al fine di evitare possibili conseguenze negative. Il pediatra è infatti il consulente di riferimento per la famiglia per concordare obiettivi e modalità di intervento». •

**SALUTE/2.** Oggi e domani specialisti a congresso all'hotel Leopardi

## Malattie respiratorie Primo killer è il fumo

Colpite sempre più donne da Bcpo e e più bambini dall'asma. E scende l'età in cui si inizia a fumare

L'asma e la Broncopolmonite cronica ostruttiva (Bcpo) sono in aumento soprattutto tra le donne. La colpa? Del fumo, ormai più diffuso che tra gli uomini. Sarà questo uno dei temi al centro del congresso che si apre oggi e durerà due giorni all'Hotel Leopardi di corso Milano (via Leopardi) dove è in programma il primo appuntamento nazionale sui sistemi di erogazione dei farmaci per le malattie delle vie aeree. Asma e Bcpo infatti sono in aumento (+12%), soprattutto tra le donne (+10%). La responsabilità, dicono gli esperti, va cercata nel fumo di sigaretta.

I più colpiti dall'asma sono i bambini e appunto proprio il fumo di sigaretta la prima causa di Bcpo. L'asma, inoltre, colpisce due soggetti allergici su tre; uno su tre è under 14.

I numeri confermano un trend in aumento per entrambe, arrivando ad interessare

circa il 12% della popolazione generale. Per l'esattezza, la Bcpo arriva al 6-7%, mentre l'asma il 5-6%. Per un totale di oltre 6 milioni di italiani colpiti.

Per quanto riguarda il rapporto tra Bcpo ed età, intorno ai 50 anni i malati sono circa il 7%, intorno ai 60 la percentuale sale sino a raggiungere l'11-12%, con numeri che raggiungono il 50-55% oltre i 70. Tra le altre malattie respiratorie cronico-persistenti più frequenti, troviamo anche i disturbi respiratori del sonno, le cosiddette apnee ostruttive, che interessano circa il 4% della popolazione generale; a seguire cancro del polmone e fibrosi polmonari.

Il congresso, che metterà al centro il tema dei «Device inalatori nella governance delle malattie vie aeree», sarà presieduto e organizzato dal professor Roberto Dal Negro, responsabile del Centro nazionale studi di farmacoeconomia e farmacoepidemiologia respiratoria di Verona. Oltre 300 gli specialisti, provenienti da tutta Italia.

«Oltre alle nuove terapie



Roberto Dal Negro

per combattere le principali malattie respiratorie, il congresso approfondirà in modo specifico le tecnologie e gli strumenti più evoluti per l'assunzione delle terapie più efficaci» spiega Dal Negro. «Essendo la terapia inalatoria il gold standard per la gestione di queste malattie, parleremo di ostruzione delle vie aeree, di farmacologia dell'ostruzione bronchiale, dei sistemi più moderni e tecnologicamente più avanzati in grado di ottimizzare l'effettuaione della terapia inalatoria, di nursing specialistico, di indicatori di performance». •

**INCLUSIONE**

## Un convegno fa il punto su lavoro e disabilità

Focus su formazione, lavoro e disabilità per passare da un approccio assistenzialista a un comportamento inclusivo delle persone più deboli. Questi alcuni dei temi del seminario «Formazione, lavoro, occupazione delle persone con disabilità. I servizi semi-residenziali pensano al futuro» organizzato da Aias, Associazione Italiana Assistenza Spastici, della provincia di Verona che si terrà domani dalle 9 alle 12.30 nella sala conferenze della Cooperativa Sociale Cercate in Via Bramante 15 a Verona.

All'incontro interverranno Stefano Bertacco, assessore comunale ai Servizi sociali, Raffaele Grotto, direttore Servizi sociali dell'Azienda Ulss 9 Scaligera, Salvatore Rao, presidente de «La Bottega del Possibile» e Marco Vescini, presidente provinciale Aias. Il quale precisa: «Con questo seminario vogliamo mettere in evidenza che il rapporto tra lavoro e disabilità deva cambiare, garantendo i diritti dei più deboli senza mettere però in discussione l'obiettivo del profitto per l'impresa». •