

IL CUORE DI GENOVA

LA VOLONTARIA BIANCA LAURA PELLONI

«In campo con Cittadini Sostenibili per educare al rispetto ambientale»

La trentenne genovese Bianca Laura Pelloni ha incontrato l'associazione Cittadini Sostenibili nel 2021 ed è entrata ufficialmente a farne parte due anni fa. «Ero volontaria di un'altra associazione, Cdwr, che si occupava di arte e rigenerazione ambientale - racconta - e ora non esiste più. Abbiamo collaborato con Cittadini Sostenibili per una pulizia al Forte di San Martino e trovandomi con molto tempo libero perché avevo finito gli studi ho iniziato a partecipare alle loro iniziative: incontri,

presentazioni di libri, scambi di abiti usati, pulizie ambientali, momenti di sensibilizzazione».

Cittadini Sostenibili, nata nel 2017 come gruppo informale e diventata associazione nel 2020, si impegna nella promozione di comportamenti sostenibili, perché le abitudini quotidiane di ognuno di noi contano.

Pelloni, che oggi fa parte del consiglio direttivo, si occupa dei laboratori didattici nelle scuole di ogni ordine e grado. «I temi sono tanti, dalle buone pratiche nella ge-

stione dei rifiuti alla riduzione della nostra impronta ecologica, dall'attenzione alla scelta dell'energia nelle nostre case alle abitudini alimentari alla lotta alle fake news. Con modalità diverse a seconda dell'età degli studenti, che trovo attenti e informati, a dimostrazione dell'ottimo lavoro che fa la scuola» spiega la volontaria. E dato che ogni singolo cittadino può fare la differenza, aggiunge qualche consiglio: «Usare i mezzi pubblici e andare a piedi quando possibile, ridurre il

consumo di carne e di prodotti di derivazione animale, scegliere fornitori di energia proveniente da fonti rinnovabili». Il sito dell'associazione fornisce nominativi utili per mangiare o acquistare sostenibile, per sapere dove riparare, riciclare e riusare. Anche i motori di ricerca possono essere sostenibili. Fra i bei ricordi degli anni di volontariato, «il fatto che tutti possano avanzare le loro proposte, con una gestione dal basso e uno scambio di piante e talee a Casa Gavoglio, con tanti partecipanti che arrivavano preparati e con le istruzioni scritte su un foglio: anche un momento di incontro per farci conoscere» conclude Pelloni. —

L. COM.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

ZOOM: ACCADEMIA LIGURE



COSA È

L'Accademia Ligure di Scienze e Lettere è un ente morale che ha lo scopo di contribuire con studi, pubblicazioni, conferenze e con il conferimento di premi e borse di studio al progresso delle scienze fisiche, naturali, matematiche, mediche, morali, storiche, letterarie e giuridiche. Le sue origini risalgono all'Istituto Ligure fondato nel 1798.

COSA FA

Nel 1991 è stata riconosciuta come Accademia Nazionale. Organizza un ricco calendario di conferenze, ogni settimana al lunedì e al giovedì, che si possono seguire in diretta su Zoom e in differita su YouTube. Custodisce una biblioteca di oltre 60mila volumi consultabili, cura pubblicazioni cartacee e digitali e collabora con enti e associazioni.

CONTATTI

Sede: Palazzo Ducale, Cortile Minore. Telefono: 010 565570. Sito: accademialigurediscienzeelettere.it. Mail: segreteria@accademialigurediscienzeelettere.it

IN BREVE

SAN MARCELLINO

Oggi alle 17 alla Biblioteca Universitaria verrà proiettato il docufilm "Parti uguali fra disuguali. L'eredità del pensiero di Ermanno Gorrieri" di Mario Piredda e Claudio Gorrieri. Parteciperanno: Cristina Lodi, assessora ai servizi sociali del Comune, Luca Borzani, direttore della rivista "La città", Claudio Gorrieri della Fondazione Ermanno Gorrieri e Padre Nicola Gay, presidente di Associazione e Fondazione San Marcellino. L'evento è organizzato da San Marcellino, Università di Genova, Palazzo Ducale, Fondazione Gorrieri e Biblioteca Universitaria.

CIRCOLO ZENZERO

Giovedì alle 18 al Circolo Zenzero lo scrittore genovese Riccardo Taddei, esperto di Medio Oriente, presenta il suo libro "L'ordine del caos. Anatomia del conflitto tra Israele e Palestina" (Ombre Corte) in dialogo con Bice Parodi dell'associazione Senza Paura. zenzero.org

LIBRO EMERGENCY

Giovedì alle 18 al Centro Poli-

valente di Arenzano viene presentato il libro "Una persona alla volta" di Gino Strada, nel corso di un incontro dedicato al fondatore di Emergency, al suo impegno e alla sua eredità. Partecipa Simonetta Gola Strada, direttrice della comunicazione di Emergency e curatrice del libro. Modera Anni Valle.

FORTE TENAGLIA

Sabato dalle 15 alle 19 al Forte Tenaglia, sede dell'associazione La Piuma, si torna a parlare di api con un pomeriggio a base di miele, sostenibilità e musica irlandese. Il programma prevede quattro conversazioni a tema ambientale nell'area del Forte appena rigenerata, un'esplorazione sensoriale tra apiario, asini e fasce, un aperitivo e un concerto degli O' Bell Andy. Ingresso gratuito con prenotazione via WhatsApp al numero 349 2603547.

TEATRO AKROPOLIS

Domenica alle 16.30 al Teatro Akropolis va in scena per la prima volta lo spettacolo teatrale di raccolta fondi "L'eredità" scritto e diretto da Mauro Ontano. Si tratta di

L'APPUNTAMENTO

Tender to Nave Italia, primo incontro al Blue District

Si è svolta una settimana fa negli spazi del Genova Blue District il primo incontro con le 22 associazioni che parteciperanno alla campagna 2026 della Fondazione Tender to Nave Italia, che toccherà i principali porti del Mediterraneo. Tra i presenti il direttore scientifico della Fondazione Paolo Cornaglia Ferraris



una commedia brillante della Compagnia dello Zaffarano, in collaborazione con il Lions Club Genova Aeroporto "Sextum". L'entrata è ad offerta libera, il ricavato andrà all'associazione Mosaico e alla Fondazione Padre Modesto.

SPETTACOLO BENEFICO

L'associazione 50&Più organizza domenica alle 16.30 al Teatro della Gioventù il concerto "Gente di una certa...",

un viaggio tra emozioni e melodie senza tempo, a favore della Fondazione Banca degli Occhi dei Lions. Franco Fasano, Giorgio Primicerio, Luca Borriello e Marco Pendola proporranno una scaletta di brani evergreen. Il costo del biglietto, acquistabile in loco e online su operacarlofelicegenova.it fino ad esaurimento posti, è di 20 euro a persona. Per maggiori informazioni si può contattare 50&Più al numero 010 543042 oppure la Fondazione Banca degli oc-

chi telefonando al numero 010 2461266.

INCONTRI UDI

L'Udi, Unione donne in Italia, organizza da martedì 31 marzo in poi il ciclo di tre incontri "L'Udi e la storia del movimento delle donne. A 80 anni dal primo voto". Il 2 giugno del 1946 le donne in Italia hanno votato per la prima volta. A 80 anni da quel giorno, si sa poco di quella stagione. Il ciclo, organizzato in col-

laborazione con il Circolo Arci 1° Maggio di Salita San Niccolò 9 rosso, che lo ospita, è gratuito, a iscrizione obbligatoria. Martedì 31 marzo dalle 17 alle 19 il tema sarà "Dal fascismo alla Repubblica: la presenza delle donne". Martedì 14 aprile si parla di "La conquista dei diritti civili e sociali". Il 19 maggio di "80 anni dal primo voto delle donne. Memorie e conflitti di oggi". Iscrizioni: udigenovabiblioteca@gmail.com non oltre il 25 marzo. —

Lilt, una settimana di prevenzione

Al via da oggi anche in città il Festival organizzato dalla Lega contro i tumori

Lucia Compagnino

Nella settimana nazionale della prevenzione oncologica, da oggi a domenica in dodici città italiane, Genova compresa, torna il Festival della Prevenzione della Lilt, lega italiana per la lotta contro i tumori, che da oltre 70 anni diffonde la cultura della prevenzione e della diagnosi precoce come principale strumento di lotta ai tumori e sostiene la ricerca oncologica e l'assistenza ai

malati.

Il programma prevede una serie di eventi per tutte le età, gratuiti e con prenotazione, che spaziano dalle conversazioni alle visite alle buone pratiche e medici, con esperti che condivideranno informazioni e spunti utili per la vita di tutti i giorni. Stamattina dalle 10 alle 12 alla Basko di via Carrara si può scoprire come orientarsi fra i moltissimi prodotti in commercio, imparando a leggere le etichette e scegliendo con consapevolezza, in compa-

gnia della biologa nutrizionista Carola Bonaretti. Alle 16.30 l'Educa Giochiamo Insieme di via Podestà 5 ospita il laboratorio per bambini da 4 a 8 anni "Parole da gustare", un viaggio tra libri, parole ed emozioni in cui la lettura diventa un'esperienza sensoriale e il cibo uno spunto per parlare ai piccini di salute, consapevolezza e cura di sé. Sempre con Bonaretti, accompagnata dalla psicologa Camilla Sacanna.

Domani allo studio di pilates CityMed di via Roma 7 in-

terno 1 si potrà partecipare a tre lezioni: respirazione consapevole alle 12 con l'insegnante Nicola De Felice, reset posturale per lavoratori sedentari alle 12.45 sempre con De Felice e il movimento come prevenzione alle 16.30 con Rossella Caci Corradi.

Giovedì alle 17 allo studio yoga Le Vie del Cuore di viale Sauli 4/7, scala A, si potranno scoprire i benefici fisici e psicologici della pratica dello yoga, in un incontro che unisce teoria ed esperienza, insieme a Sil-

via Canevaro, insegnante di Hatha Yoga e Viniyoga, specializzata in Yoga accessibile. Come è ormai noto, lo yoga combina movimento, respirazione consapevole e meditazione, aiutando a migliorare il benessere generale, ridurre lo stress e favorire la prevenzione delle malattie croniche.

Venerdì alle 18 da Eatly al Porto Antico si svolge una lezione di cucina con Bonaretti e lo chef Marco Onni: indicazioni alimentari, consigli sugli ingredienti e show cooking finale. Sempre venerdì allo studio CityMed di via Roma si potrà partecipare ad altre tre lezioni: allenare la forza per vivere meglio, alle 13 con Simone Congia, il movimento parte dal corpo, alle 14.30 con Gabriella Gallo e ginnastica po-

sturale alle 15.30 con Lorenzo Rossi.

La giornata di sabato è dedicata alla salute e alla prevenzione, con un open day di diagnosi precoce oncologica e visite gratuite, dalle 10 alle 17 al Poliambulatorio Lilt di Via Bosco 31/10, vicino al Tribunale. Si tratta in particolare di visite dermatologiche, visite senologiche, consulenze cardiovascolari e consulenze nutrizionali. Per permettere a più persone di partecipare all'iniziativa, sarà possibile scegliere una sola visita tra quelle proposte sopra. È necessario non avere effettuato lo stesso controllo negli ultimi dodici mesi ed essere soci della Lilt. Info e prenotazioni su festivaldellaprevenzione.it. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA