

# Inquinamento, da metà ottobre tornano le limitazioni alla circolazione



A partire dal prossimo 15 ottobre e fino al 15 aprile del 2016, come ogni anno, entrano in vigore i provvedimenti di limitazione della circolazione per alcuni veicoli finalizzati alla riduzione delle emissioni inquinanti in atmosfera e per il miglioramento della qualità dell'aria. A partire da quest'anno, i provvedimenti di limitazione si estendono anche ai Comuni ricadenti all'interno della Fascia 2, corrispondente alla zona A con esclusione dei capoluoghi di provincia della bassa pianura (Pavia, Lodi, Cremona e Mantova) e relativi Comuni di cintura, per un totale di 361 Comuni. L'ambito di applicazione dei provvedimenti di limitazione riguarda complessivamente 570 Comuni ricadenti all'interno della Fascia 1 e della Fascia 2. Il dettaglio dei Comuni e delle aree interessate a queste nuove limitazioni, sono consultabili all'indirizzo: <http://www.reti.regione.lombardia.it/>

Le limitazioni alla circolazione sono articolate, dal lunedì al venerdì, dalle 7.30 alle 19.30, e sono relative ai seguenti veicoli: autoveicoli ad accensione comandata (benzina) non omologati ai sensi della direttiva 91/441/CEE e successive (veicoli detti 'Euro 0 benzina'); autoveicoli ad accensione spontanea (diesel) omologati ai sensi della direttiva

91/542/CEE, o 96/1/CEE, riga B, oppure omologati ai sensi delle direttive da 94/12/CEE a 96/69/CE ovvero 98/77/CE (veicoli detti 'Euro 0, Euro 1, Euro 2 diesel'). Il fermo della circolazione si applica all'intera rete stradale ricadente nel territorio dei Comuni interessati, con l'esclusione: delle autostrade; delle strade di interesse regionale R1; dei tratti di collegamento tra strade cui ai precedenti punti e gli svincoli autostradali ed i parcheggi posti in corrispondenza delle stazioni periferiche dei mezzi pubblici.

Sono esclusi dal fermo della circolazione: veicoli elettrici leggeri da città, veicoli ibridi e multimodali, micro veicoli elettrici ed elettroveicoli ultraleggeri; veicoli muniti di impianto, anche non esclusivo, alimentato a gas naturale o gpl, per dotazione di fabbrica o per successiva installazione; veicoli alimentati a gasolio, dotati di efficaci sistemi di abbattimento delle polveri sottili, per dotazione di fabbrica o per successiva installazione, omologati ai sensi della vigente normativa; i veicoli di interesse storico o collezionistico e i veicoli con piu' di vent'anni e dotati dei requisiti tecnici in possesso di un documento di riconoscimento redatto secondo le norme del Codice tecnico internazionale della Federation Internationale des Vehicules Anciens (FIVA), rilasciato da associazioni di collezionisti di veicoli storici iscritte alla FIVA o da associazioni in possesso di equipollente riconoscimento regionale; veicoli classificati come macchine agricole; motoveicoli e ciclomotori dotati di motore a quattro tempi anche se omologati precedentemente alla direttiva n. 97/24/CEE del Parlamento Europeo e del consiglio del 17 giugno 1997, relativa a taluni elementi o caratteristiche dei veicoli a motore a due o tre ruote, cosiddetti euro 0 o pre Euro 1; veicoli con particolari caratteristiche costruttive o di utilizzo a servizio di finalità di tipo pubblico o sociale, di seguito specificati: veicoli, motoveicoli e ciclomotori della Polizia di Stato, della Polizia penitenziaria, della Guardia di Finanza, delle

Forze Armate, del corpo nazionale dei Vigili del Fuoco, della Croce rossa italiana, dei corpi e servizi di Polizia municipale e provinciale, della Protezione Civile e del Corpo Forestale; veicoli di pronto soccorso sanitario; scuola bus e mezzi di trasporto pubblico locale (TPL); veicoli muniti del contrassegno per il trasporto di portatori di handicap ed esclusivamente utilizzati negli spostamenti del portatore di handicap stesso. Sono altresì derogati dal fermo della circolazione i seguenti veicoli: veicoli appartenenti a soggetti pubblici e privati che svolgono funzioni di pubblico servizio o di pubblica utilità individuabili o con adeguato contrassegno o con certificazione del datore di lavoro, che svolgono servizi manutentivi di emergenza; veicoli dei commercianti ambulanti dei mercati settimanali scoperti, limitatamente al percorso strettamente necessario per raggiungere il luogo di lavoro dal proprio domicilio e viceversa; veicoli degli operatori dei mercati all'ingrosso (ortofrutticoli, ittici, floricoli e delle carni), limitatamente al percorso strettamente necessario per raggiungere il proprio domicilio al termine dell'attività lavorativa; veicoli adibiti al servizio postale universale o in possesso di licenza/autorizzazione ministeriale; veicoli blindati destinati al trasporto valori; veicoli di medici e veterinari in visita urgente, muniti del contrassegno dei rispettivi ordini, operatori sanitari ed assistenziali in servizio con certificazione del datore di lavoro; veicoli utilizzati per il trasporto di persone sottoposte a terapie indispensabili ed indifferibili per la cura di gravi malattie in grado di esibire relativa certificazione medica; veicoli utilizzati dai lavoratori con turni lavorativi tali da impedire la fruizione dei mezzi di trasporto pubblico, certificati dal datore di lavoro; veicoli dei sacerdoti e dei ministri del culto di qualsiasi confessione per le funzioni del proprio ministero; veicoli con a bordo almeno tre persone (car pooling); veicoli delle autoscuole utilizzati per le esercitazioni di guida e per lo svolgimento degli esami per il conseguimento delle patenti C, CE, D, DE; veicoli dei

donatori di sangue muniti di appuntamento certificato per la donazione.

La sanzione prevista per l'inosservanza delle misure di limitazione alla circolazione varia da euro 75 a euro 450 ai sensi dell'art. 27 della Legge regionale n. 24/06.

---

## **Gli universitari bergamaschi? Non fumano, non bevono alcolici ma mangiano maluccio**

I risultati della ricerca "Esercizio fisico, attività sportiva e stili di vita" degli studenti universitari di Bergamo – coordinata dalla professoressa Rosella Giacometti, responsabile del progetto e vicepresidente vicario del Cus in collaborazione con i professori Michela Cameletti, Stefano Tomelleri e Paolo Malighetti, direttore del centro HTH – Human Factors and Technology in Healthcare – sono stati illustrati stamane presso il Rettorato in concomitanza con la presentazione delle bike per la ricarica dei cellulari che sarà installata nella sala fitness del Cus.

L'indagine ha coinvolto tutti gli studenti immatricolati nell'anno accademico 2014-2015 dell'Ateneo, che sono stati invitati nei mesi di maggio-giugno 2015 a compilare un questionario on line composto da domande inerenti la pratica dell'attività sportiva, gli stili di vita, le condizioni di salute ed il loro grado di soddisfazione su diversi aspetti della loro vita.

Hanno partecipato 287 studenti immatricolati nell'anno accademico 2014-2015, pari a circa il 6% della popolazione di riferimento. Si tratta di un campione rappresentativo degli immatricolati dell'Università degli studi di Bergamo sia per genere, sia per Dipartimento di appartenenza. L'indagine fornisce una fotografia molto precisa, con molte luci e qualche ombra, relativa allo stato di salute ed agli stili di vita dei nostri studenti: fanno sport (solo il 9% è completamente inattivo), non fumano, non fanno eccessivo consumo di alcool (e se avviene si tratta di eventi sporadici, legati alla vita sociale), ma adottano un regime alimentare non salutare: oltre il 90% dei maschi e quasi l'80% delle femmine non consuma le 5 porzioni frutta e verdura giornalmente raccomandate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Anche se molti studenti trasgrediscono almeno una volta alla settimana alla regola del "5 a day" consumando snack dolci o salati, il loro stato fisico sembra non risentirne: la quota degli studenti in sovrappeso o obesi è infatti piuttosto contenuta (intorno al 10%), significativamente più bassa della corrispondente quota nazionale, soprattutto per i maschi. Nel caso delle femmine, tuttavia, si riscontra anche una maggior quota di soggetti sottopeso rispetto alla media nazionale. Oltre un terzo dei maschi ed il 17% delle femmine si dedica ad attività sportive agonistiche. Tra gli sport agonistici più praticati svettano il calcio per i maschi e la pallavolo per le femmine. Tre quarti dei maschi e quasi due terzi delle femmine si dedicano ad attività sportive non agonistiche, in particolare la palestra e la corsa.

La scuola media e superiore non ha avuto un ruolo determinante nella promozione dello sport, mentre l'esempio di uno dei genitori, in particolare della madre, risulta un fattore importante nell'influenzare la scelta dei figli di praticare sport. I nostri studenti sono nel complesso soddisfatti della loro salute, dello studio e del tempo libero, ma livelli di soddisfazione più elevati, soprattutto per la salute ed il

tempo libero, sono registrati tra coloro che praticano sport rispetto a chi non svolge alcuna attività fisica. La correlazione tra pratica sportiva e soddisfazione per lo studio è invece meno chiara. Questo risultato conferma che, seppure lo sport aiuti ad “allenare” alcune competenze, soprattutto di natura non cognitiva (come l’autodisciplina, la resistenza allo stress e il lavoro in squadra), che producono effetti positivi sulla performance in aula e nel mercato del lavoro, la sua pratica, soprattutto a certi livelli, richiede un investimento di tempo ed energia che possono andare a detrimento di altri ambiti, come lo studio stesso.

È proprio nella ricerca di una combinazione ottimale tra attività sportiva, studio e stili di vita che si inseriscono le politiche di promozione dello sport e del benessere da parte dell’Ateneo. In occasione della presentazione dei risultati della ricerca, è stata



presentata la bike per la ricarica dei cellulari. Numerosi sono gli interventi effettuati e previsti di UniBgGreen: allacciamento delle sedi alla rete di teleriscaldamento, installazione di impianti fotovoltaici, a Bergamo e a Dalmine (proprio nell’edificio del Cus), miglioramenti impiantistici ed altro. In questo contesto due bike dotate di un sistema per la ricarica delle batterie dei cellulari verranno installate nella sala fitness del Cus. Parte dell’energia sviluppata pedalando viene trasformata in energia elettrica ed accumulata nella batteria dello smartphone, ricaricandolo. Le bike sono state fornite da Technogym e l’impianto è stato realizzato dal Control Systems and Automation Laboratory dell’Università, un laboratorio di ricerca avanzata nel settore dell’Internet of Things, diretto dal Prof. Fabio Previdi.

Il Centro Universitario Sportivo si trova a Dalmine, in via

Verdi 56, nel Campus di Ingegneria, ed è aperto non solo per gli studenti ma per tutti i cittadini. Presso il Cus vengono praticate 30 attività sportive e il centro fitness ha 90 postazioni con 35 diversi corsi.

---

## **Al Carisma di via Gleno arrivano gli ambulatori del Papa Giovanni**

Siglato l'accordo che porterà nella struttura entro la fine del 2016 centro prelievi, odontoiatria, oculistica e polo radiologico, a disposizione degli ospiti e dei cittadini. Nicora: «Precorso lo spirito della riforma sanitaria»

---

## **Granfondo trapiantati, arrivo ad Expo dopo cinque tappe**

La carovana ciclistica è partita da Bergamo alla volta di Sanremo per sensibilizzare sulla donazione. Chiuderà a Pianeta Lombardia dopo cinque tappe

---

# Trapiantati, partita la dodicesima Granfondo



La partenza della Granfondo trapiantati

Ha preso il via questa mattina dall'Ospedale Papa Giovanni XXIII la dodicesima edizione della Granfondo nazionale trapiantati, organizzata anche quest'anno dall'Associazione Amici del Trapianto di Fegato, in collaborazione con l'Ospedale di Bergamo, con l'intento di diffondere il tema della donazione degli organi a scuole, istituzioni, associazioni di volontariato ed ospedali di tutta Italia.

Quest'anno la tradizionale pedalata si svolgerà in Liguria fino al 26 settembre e sarà dedicata a Luisa Savoldelli, trapiantata di fegato tre volte, venuta a mancare lo scorso ottobre: "Era uno dei punti di riferimento dell'Associazione e in particolare nella manifestazione della Granfondo ciclistica – ha commentato Valentina Lanfranchi, Presidente dell'Associazione Amici del trapianto di fegato-. Esprimeva spesso riconoscenza ai donatori e non perdeva occasione per sollecitare le persone affinché si moltiplicasse l'impegno per la sensibilizzazione alla donazione degli organi. Abbiamo fatto tesoro dei suoi insegnamenti e oggi con ancora maggiore

determinazione porteremo avanti questi principi”.

Il programma di questa edizione prevede cinque tappe, che porteranno i partecipanti da Bergamo a San Remo, con visite agli ospedali S. Matteo di Pavia e S. Martino di Genova, alle scuole di Pavia, Ovada, Arenzano e Finale Ligure e ai Comuni di Ovada e San Remo, per un totale di più di 380 km. Un percorso che vuole dare speranza a chi deve subire questo intervento delicato e sensibilizzare tutti sul tema della donazione degli organi. “Questa iniziativa vuole essere anche un modo per dimostrare come il trapianto può trasformare la vita di una persona, portandolo in pochi mesi da una situazione di grave insufficienza d’organo alla possibilità di pedalare per 80 chilometri al giorno per diversi giorni consecutivi – ha spiegato Mariangelo Cossolini, responsabile del Coordinamento prelievo e trapianti dell’Ospedale Papa Giovanni XXIII e medico della manifestazione -. Inoltre è una conferma dei dati emersi dal progetto del Centro Nazionale Trapianti “Trapianto...e adesso sport”, di cui siamo i referenti per la Lombardia: lo sport migliora il benessere generale del trapiantato permettendo un corretto stile di vita con effetti che allungano la sopravvivenza dell’organo trapiantato. Nell’ambito di questo progetto quest’estate abbiamo creato un nuovo filone che ha previsto per i trapiantati percorsi di trekking sulle montagne bergamasche, dedicando l’iniziativa a Luisa, grande appassionata di montagna”.

I dati, fino ad agosto di quest’anno, parlano di un importante aumento dei trapianti eseguiti al Papa Giovanni XXIII, ben 124, con già 11 interventi in più rispetto al totale di quelli eseguiti nello stesso periodo lo scorso anno. Molto positivo anche il bilancio sul fronte della donazione: con 9 donatori segnalati e 11 prelevati in più rispetto allo scorso anno e soprattutto una netta diminuzione delle opposizioni, che si attestano al 10,3% (al 13% se si considera l’intera provincia di Bergamo), percentuale inferiore alla media regionale (26,1% circa) e nazionale (30% circa).

“Questi risultati sono in gran parte dovuti al lavoro dei nostri operatori che ha portato alla creazione di due nuove procedure, una clinico-organizzativa e una sulle modalità di relazione con i familiari del potenziale donatore, che ha reso più efficace il nostro lavoro in terapia intensiva – ha spiegato Carlo Nicora, direttore generale dell’Ospedale Papa Giovanni XXIII -. Ciò non toglie che senza l’attenzione e la sensibilità dei cittadini nulla potremmo fare. È per questo che iniziative come questa sono fondamentali, perché fanno riflettere sulla necessità di decidere se diventare o meno donatori. La mancanza di una scelta chiara su questo fronte complica situazioni già difficili e riduce la possibilità di dare una speranza a chi è in lista d’attesa”.

---

## **Il diabete? Si combatte anche a colpi di ricette**

In occasione della Giornata Mondiale del Diabete 2015, il 14 novembre, l’Associazione Diabetici Bergamaschi Onlus e l’UOC Malattie Endocrine e Centro Regionale per il Diabete Mellito hanno indetto un concorso di ricette culinarie tra i cittadini, diabetici o non diabetici. Il concorso è stato presentato ai giovani portatori di diabete mellito tipo 1 (e loro genitori) che hanno partecipato a un incontro di educazione alimentare lo scorso 12 settembre al Ristorante San Martino di Treviglio, partner dell’iniziativa. Saranno infatti i tre fratelli Colleoni, Paolo, Vittorio e Marco, membri della giuria, a designare il piatto vincitore.

Il diabete mellito è una malattia cronica complessa che

richiede continui e molteplici interventi sui livelli glicemici e sui fattori di rischio cardiovascolare, finalizzati alla prevenzione delle complicanze acute e croniche. Gli interventi più efficaci per la cura del diabete mellito sono rappresentati da modificazioni dello stile di vita, innanzi tutto mediante un'alimentazione controllata. La terapia medica nutrizionale è parte integrante del trattamento e dell'auto-gestione del diabete ed è raccomandata per tutte le persone con diabete, come componente efficace del piano di trattamento globale della malattia.

In questo contesto, il recupero di tradizioni provinciali e la selezione di alimenti di produzione locale possono portare a scelte nutrizionali sane, controllate e adeguate alle necessità di soggetti portatori di diabete, senza rinunciare al piacere che il cibo può offrire. Per donne con diabete gestazionale e per diabetici di tipo 1 si possono così proporre occasioni di alimentazione gustosa e condivisibile, nell'ottica del miglioramento di salute di forme così peculiari del "malessere del benessere" .

La giuria che esaminerà le ricette sarà composta da Paolo, Marco e Vittorio Colleoni (Ristorante San Martino Treviglio), William Pedrini e dietisti/nutrizionisti del Servizio Dietetico dell'ospedale di Treviglio, Lorenzo Mussi – ADB Sezione Bassa Bergamasca e Antonio C. Bossi, UO Malattie Metaboliche e Diabetologia dell'ospedale di Treviglio

Il concorso è aperto a tutti e i partecipanti possono proporre una ricetta per la preparazione di un piatto considerato particolarmente adatto a soggetti portatori di diabete mellito tipo 1 oppure per donne con diabete gestazionale. Devono essere specificati gli ingredienti (con relative grammature), le modalità di preparazione e di cottura, le scelte di impiattamento e di presentazione; necessario fornire la quota calorica della porzione, con l'analisi della composizione in macronutrienti (i consulenti nutrizionisti sono comunque a disposizione dei concorrenti per eventuale aiuto e per

supporto tecnico). Le ricette devono essere corredate con fotografie esplicative dei vari momenti di preparazione.

Il materiale può essere spedito entro sabato 31 ottobre 2015, per via informatica, alla segreteria organizzativa: [adbgbb@gmail.com](mailto:adbgbb@gmail.com) ricordandosi di evidenziare i riferimenti del partecipante (nome, cognome, data di nascita, recapito telefonico e e-mail). La premiazione si terrà il 14 novembre alla Sala Verde dell' Ospedale con premi dal primo al terzo classificato.

---

## **Tiatiò Onlus, tutti a pranzo e cena per supportare la "Paolo Belli"**

Sabato 19 settembre Tiatiò Onlus torna con l'incontro gastronomico annuale di solidarietà, reso possibile grazie all'ospitalità della Parrocchia di Borgo Santa Caterina negli spazi del suo Oratorio. E lo fa proponendo interessanti novità gastronomiche a conferma dei punti forti degli anni precedenti, quest'anno rivisitati e migliorati per l'occasione.

Come prima novità, il pranzo: alle 12,30, per soli 35 sostenitori che vorranno prenotare per tempo, sarà possibile condividere con gli organizzatori l'evento "35 X 35", degustazione di un menù a sorpresa il cui contenuto sarà

deciso il giorno stesso in funzione delle offerte del mercato. A fronte di un contributo di almeno 35 euro, saranno servite piccole delizie cucinate con materie prime di massima qualità, ma proposte in versioni estreme, per i palati più attenti e curiosi, sulla falsa riga del menù serale. E' compresa una bottiglia di vino per ogni coppia di ospiti. Per info e prenotazioni: [sek@tiatio.org](mailto:sek@tiatio.org) oppure 347 4328032

La sera, dalle 19,20, Tiatìò Onlus – con l'aiuto del maestro macellaio Franco Cazzamali – si confermerà nella preparazione di pietanze nel segno del consueto diletterantismo appassionato, mescolando conoscenza e passione per i migliori ingredienti con la rivisitazione di alcuni piatti della tradizione gastronomica italiana, reinterpretata con gusto e leggerezza e farcita di sorprese di sicuro interesse.

Le novità investiranno le preparazioni incentrate sul quinto quarto bovino, noto ai gourmet come punta di diamante dell'alimentazione carnivora e ben accolto nelle scorse edizioni, quest'anno riproposte in nuove versioni tropicali.



L'avvocato  
Vincenzo Coppola,  
presidente di  
Tiatìò Onlus

Farà il suo ingresso il bertagnì (baccalà) di buona memoria

nella cucina del nord, eseguito in modo innovativo con l'introduzione di ingredienti "spericolati", che nella sessione di assaggio hanno riscosso grande entusiasmo.

Il menù, abbinabile quest'anno alla birra artigianale bergamasca oltre che ai vini delle più varie consistenze, vedrà dunque piatti con ingredienti già presenti nelle scorse edizioni, ma con rinnovate modalità di preparazione alla ricerca di nuovi gusti e sarà completato senza dimenticare le esigenze di vegetariani e vegani, che potranno condividere la tavola con ricette pensate proprio per loro, nel rispetto delle scelte e della qualità, accompagnate dall'ottima polenta che l'anno scorso ebbe un successo inatteso.

Un'attenzione in più è stata riservata all'accoglienza, così da evitare le code che l'anno scorso hanno onorato la manifestazione con un afflusso non previsto, ma che hanno penalizzato molti ospiti, e che si confida di eliminare del tutto con una migliore organizzazione.

Ecco quindi un'occasione per dedicarsi al piacere del cibo più buono, aggiungendo ai sapori della cucina il gusto di contribuire efficacemente alla ricerca medica sulle malattie del sangue, sapendo che l'utile ricavato finirà come ogni anno nelle mani di Paolo Belli Onlus, che dal primo giorno Tiatìò Onlus ha scelto come destinataria della propria raccolta, per non disperdere le risorse in mille rivoli.

---

# A Costa Volpino è nato il “Giardino degli abbracci”



Costa Volpino crea un giardino speciale, pensato per i bambini in difficoltà. Si chiama “Il Giardino degli Abbracci” ed è uno dei primi parco giochi in Italia per disabili. La struttura nasce su iniziativa dell’Assessorato ai Servizi Sociali di Costa Volpino e del gruppo di genitori che hanno dato vita allo spazio “La Stanza di Lulù” ed è il risultato di una rete di solidarietà e impegno che ha coinvolto famiglie e imprese private della zona.

“Il progetto è nato circa un anno fa ed è stato finanziato quasi interamente dai privati – spiega Patrick Rinaldi, assessore ai servizi sociali di Costa Volpino -.

L'Amministrazione ha pagato gli scavi poi alcune imprese locali, a partire dalla stessa che ha realizzato gli scavi, e alcuni cittadini hanno contribuito alle spese per realizzare e allestire il parco. Volevamo che fosse un progetto della Comunità, che fosse l'esempio di come insieme si possano fare progetti di grande valore sociale e così è stato. L'iniziativa ha da subito raccolto grande generosità e partecipazione. Addirittura una bimba ha rinunciato a realizzare le bomboniere della sua cresima per comprare un pannello musicale per il parco".

Il giardino è stato realizzato in uno spiazzo di verde vicino alla Domus civica, alla Stanza di Lulù e alle sedi delle associazioni di volontariato e ospita un'altalena attrezzata per la salita con la carrozzina, uno xilofono verticale con canne di varie dimensioni e un martelletto dove i bimbi in carrozzina e i bimbi non vedenti potranno suonare, targhe in braille, cespugli di erbe aromatiche, pietre con scolpiti in bassorilievo visi con varie espressioni (il gioco consisterà nel chiudere gli occhi, toccare le pietre e capire la loro espressione), una casetta per lo scambio di libri in braille e in simboli. A breve verrà inoltre posata una giostra interrata e posta al livello del prato per permettere anche ai bimbi in carrozzina di salire. "Il nome Giardino degli abbracci viene da un'iniziativa che abbiamo promosso lo scorso natale sotto i portici "Free Hugs" (abbracci liberi) – dice Rinaldi – l'abbraccio rende l'idea dell'accoglienza e della vicinanza, l'abbiamo trovato perfetto per il parco".

Il Giardino sarà aperto a tutti i bimbi, non solo ai piccoli con disabilità. E' stato inaugurato domenica 13 settembre, alle 16, con uno spettacolo di giocoleria, laboratori, letture di avvicinamento alla Lis (Lingua dei segni) e un momento di abbracci liberi con i ragazzi e le ragazze del gruppo 'Free Hugs'. E ci sarà anche un pannello che darà le istruzioni su come abbracciare: le prime regole sono avvicinarsi piano e chiudere gli occhi.

Per la durata dell'inaugurazione l'Amministrazione promuoverà un'iniziativa insolita, l'inversione dei parcheggi: il

piazzale del municipio offrirà solo un posteggio per i normodotati, gli altri saranno tutti riservati ai disabili per sensibilizzare i cittadini a non occupare in modo improprio i posteggi riservati “Forse così la gente capirà l’importanza dei parcheggi riservati per chi non può camminare o ha difficoltà a farlo” afferma Rinaldi.

---

## **Come scrivere un articolo scientifico, il Mario Negri fa scuola**



Sono dieci i partecipanti alla terza edizione della Scientific Writing Academy che si terrà a Villa Camozzi, Ranica, dal 13 al 19 settembre: sei provengono da Bolivia, Senegal, Tailandia, Messico, Bosnia -Erzegovina e India, gli altri lavorano al Mario Negri di Bergamo. Insieme impareranno a superare tutte le difficoltà che si incontrano nello scrivere articoli scientifici, a cominciare da quelle della lingua inglese.

Guidati dal professor David G. Warnock, nefrologo di fama internazionale, docente all’Università dell’Alabama a Birmingham e autore di oltre duecento pubblicazioni, i ricercatori apprenderanno come riportare in un articolo scientifico i risultati dei propri studi e come affrontare gli

ostacoli che si possono incontrare nel processo editoriale a cui viene sottoposto un manoscritto per essere pubblicato sulle più importanti riviste scientifiche internazionali. Come nelle precedenti edizioni, i partecipanti non si limiteranno a seguire lezioni teoriche, ma scriveranno un vero e proprio articolo scientifico basato su dati reali messi a disposizione dal Negri. L'articolo verrà poi sottoposto a una rivista scientifica internazionale. "Come dicono gli inglesi 'Publish or perish' – commenta il professor Giuseppe Remuzzi, coordinatore delle ricerche del Mario Negri di Bergamo – vale a dire che scrivere un articolo scientifico è vitale per un ricercatore. Un lavoro può produrre risultati importantissimi ma se questi non riescono a essere pubblicati per inesperienza, scarsa conoscenza linguistica e poca dimestichezza delle procedure editoriali e formali, si vanifica tutto, anche i potenziali benefici per i pazienti". "L'iniziativa della Scientific Writing Academy giunta alla sua terza edizione – dice Ariela Benigni, segretario scientifico del Negri di Bergamo – si inserisce ormai a pieno titolo nell'attività di formazione che il Mario Negri svolge da sempre e che costituisce uno dei nostri scopi istituzionali".

---

**Bergamo, un camper per trovare nuovi donatori di midollo osseo**



Un camper per trovare nuovi aspiranti donatori di midollo osseo in tutta la provincia di Bergamo. È questo l'obiettivo principale dell'Unità Mobile dell'Associazione Federica Albergoni, Onlus nata nel dicembre 2010, un anno dopo la tragica morte della 19enne di Albino, stroncata da una leucemia fulminante. Grazie al "Camper di Federica" i volontari dell'Associazione possono portare la propria testimonianza direttamente nelle strade e nelle piazze delle comunità del territorio bergamasco, anche in quelle più lontane. Ma non solo. Nell'Unità Mobile sono state ricavate delle apposite aree dove gli aspiranti donatori di midollo osseo possono eseguire il prelievo venoso e compilare i questionari di idoneità, con l'assistenza dei medici e degli infermieri volontari dell'Associazione.

I campioni di sangue e la documentazione medica vengono poi inviati al Centro Donatori di Midollo Osseo del Servizio di Immunoematologia e Medicina Trasfusionale dell'Azienda Ospedaliera Papa Giovanni XXIII, che ad oggi è l'unica realtà in provincia di Bergamo abilitata alla valutazione degli

aspiranti donatori e alla loro iscrizione nel Registro Nazionale Italiano Donatori di Midollo Osseo (IBMDR, Italian Bone Marrow Donor Registry). L'IBMDR, che ha sede a Genova, raccoglie i candidati donatori di midollo osseo iscritti nei Registri Provinciali e Regionali, e, a sua volta, è collegato al Registro Internazionale che mette in rete i candidati di tutto il mondo. "Questo camper rappresenta uno straordinario strumento per aumentare il numero di potenziali donatori di midollo perché avvicina un pubblico potenzialmente vastissimo alla possibilità di iscriversi al Registro Donatori – ha spiegato Maurizio Albergoni, presidente dell'Associazione Federica Albergoni Onlus -. È una risposta concreta alla necessità di far sapere a sempre più persone che con un semplice prelievo di sangue possono salvare tante vite".

Per poter trasformare un normale camper in una vera e propria Unità Mobile per il reclutamento di aspiranti donatori di midollo osseo è stato fondamentale l'intervento del Centro Donatori di Midollo Osseo di Bergamo, in stretta collaborazione con l'Azienda Sanitaria Locale (ASL) di Bergamo. Per poter entrare nel Registro mondiale dei Donatori di Midollo Osseo bisogna avere un'età compresa tra i 18 e i 35 anni, pesare almeno 50 kg e godere di buona salute. Ai fini dell'iscrizione è sufficiente sottoporsi ad un semplice prelievo di sangue e ad una valutazione medica di idoneità. La donazione di midollo può essere fatta fino ad un'età massima di 55 anni. Solo una persona su 100 mila è compatibile con chi sta aspettando un trapianto di midollo ma si stima che in Italia circa 1000 persone ogni anno potrebbero trarre beneficio da questa terapia. Questo significa che potenzialmente tutti noi possiamo salvare una vita.