TAM TAM VOLONTARIATO

CHIAMATI A TRASFORMARE IL MONDO

Anno 11 Numero 395 Genova, giovedì 30 aprile 2015

LA VOCE DELLE ASSOCIAZIONI
PERIODICO DI MILLEMANI E MOVIMENTO RANGERS

TERREMOTO IN NEPAL: CCS ATTIVA UNA RACCOLTA FONDI STRAORDINARIA

a onlus genovese CCS Italia, presente dal 2003 in Nepal con i propri progetti a favore dei diritti dei bambini, ha attivato una raccolta fondi straordinaria per far fronte all'emergenza che ha colpito il paese con il violentissimo terremoto di ieri, 25 aprile 2015.

CCS oggi sostiene a distanza in Nepal 1610 bambini, di cui oltre 800 residenti nella Valle di Kathmandu, martoriata dal sisma. Oltre ai bambini direttamente inseriti nei programmi di adozione a distanza, CCS raggiunge con i propri progetti alcune migliaia di beneficiari ogni anno (sono stati 7463 nel 2014).

In questo momento stiamo faticosamente cercando di comunicare con il nostro Rappresentante Paese, Fabio De Cagno,

che si trova proprio a Kathmandu (dove ha sede il nostro ufficio) e che, pur avendoci rassicurati sulle sue condizioni di salute, ci ha descritto uno scenario drammatico: "Il centro è raso al suolo, abbiamo passato ore di terrore e ogni scossa è fortissima. Kathmandu è una città fantasma, nessun veicolo, negozi chiusi. Acqua e cibo iniziano a scarseggiare. Sono impossibili al momento i contatti con il resto dello staff e con i partner locali a cui vorremmo chiedere notizia di tutti i bambini di cui ci occupiamo".

Nelle prossime ore tutto l'impegno di CCS, sul campo e dall'Italia, sarà rivolto a raccogliere informazioni dal terreno per comprendere come intervenire il più rapidamente ed efficacemente possibile, a favore dei bambini e delle scuole sostenute e non soltanto. "L'aiuto di tutti coloro che vorranno fare una donazione sarà fondamentale per far fronte a questa drammatica emergenza" è l'appello del Segretario Generale di CCS Alessandro Grassini.

CS Italia Onlus nasce a Genova nel 1988 come associazione di solidarietà internazionale senza scopo di lucro, laica, apartitica e aconfessionale, impegnata nei Paesi del Sud del mondo e in Italia con progetti dedicati ai bambini più vulnerabili. Oggi sono circa 10.000 i bambini che beneficiano dell'adozione a distanza di altrettanti sostenitori, in Zambia, Mozambico, Nepal e Cambogia, dove interveniamo con progetti a tutela del diritto all'educazione, alla salute e all'alimentazione. alla non discriminazione.

Nel 2012 abbiamo vinto l'Oscar di Bilancio per le Onlus promosso da Ferpi.

In oltre 25 anni di attività il nostro aiuto ha raggiunto oltre 500.000 beneficiari. Per rafforzare il nostro impegno, nel 2014 abbiamo lanciato la campagna

(Continua a pagina 2)

10

11

12

13

14





Sommario:	
Terremoto in Nepal: CCS attiva u	ı

"Idea sul mare"

Presentata l'Autoconvocazione del volontariato ital.

Ognuno ha l'età dei suoi sogni

Al vio la presenda adizione del premio Abi Fiche Fee

Al via la seconda edizione del premio Abi-Fiaba-Feduf A maggio OK per 17 OGM

Mostra libri nel Giro

Il cordone ombelicale Corso Caregiver 2015

Camaitino di Sotto il Monte

Pellegrinaggio dalla Sacra Sindone ai Santi di Borgo Dora
Spazio APIC: Sportello di ascolto
"Spreco? No grazie"
Municipio VIII Genova Medio Levante
Guardia Antincendi: 1° maggio in Ciaè

3	00	tam	lami	ممامه	torio		foots	ohno	4
,	aq.	tam	lamv	'OlOII	tanai	lO(a)	าสรเพ	/ebne	ш

9	Il giorno di pubblicazione è il giovedi						
	Gli arretrati: http://www.millemani.org/Chiamati.htm						

na raccolta fondi

nttp://www.millemani.org/Chiamati.htm

(Continua da pagina 1)

HELP! Il diritto di essere bambini, che si propone di liberare 1 milione di bambini da ogni forma di sfruttamento, dalla malnutrizione e dall'analfabetismo entro il 2020.

La nostra missione è migliorare le condizioni di vita dei bambini all'interno della comunità in cui vivono, attraverso iniziative concrete di sostegno alla loro educazione, al loro benessere, al loro sviluppo. La per-

seguiamo riconoscendoci in cinque valori che riteniamo fondamentali:

- * coraggio nel cercare soluzioni nuove e creative ai problemi che incontriamo;
- * responsabilità e rispetto verso i beneficiari dei nostri interventi, i sostenitori e i colleghi;
- * serietà in tutto quello che facciamo;
- * sobrietà nell'evitare ogni forma di spreco e di eccesso;

* trasparenza, in tutte le nostre scelte, nella gestione delle risorse economiche, nella nostra comunicazione.

Per contribuire alla raccolta fondi straordinaria:
Bonifico Bancario su conto corrente intestato a Centro Cooperazione Sviluppo Onlus presso Banca Popolare Etica, codice IBAN:
IT 02 I 05018 01400 000000512500 causale:
TERREMOTO NEPAL

Per ulteriori informazioni:
Daniela Fiori –
Ufficio Stampa
CCS Italia Onlus daniela@ccsitali a.org
Tel. +39
3471763757 +39
010 8987659
www.ccsitalia.or
g www.esserebam
bini.org

"IDEA SUL MARE"

a presidente dell'
Associazione
Idea Genova
Livia Bonsignore ci invita
a partecipare ad una
serata di beneficenza,
mercoledi 6 maggio
2015 sul m/y Diodea.
I biglietti sono disponibili
presso la gioielleria Bruna Guglielmi - via Roma
2 - 1° piano - Genova

IDEA Genova nasce nel 1998 .ed opera sul territorio, in conformità alle direttive della Fondazione, per fornire una corretta ed aggiornata informazione sulle malattie e sui disturbi dell'umore, per dare un sostegno pratico a chi ne soffre e un aiuto ai familiari coinvolti, per sensibilizzare l'opinione pubblica al fine di creare una coscienza sociale sui numerosi e gravosi problemi legati a queste patolo-

L'Associazione IDEA GENOVA è iscritta al Registro Regionale delle Organizzazioni di volontariato ai sensi dell'Art. 3 della I.r.n. 15/92 con decreto n° 2885 del 26/10/2009.

IDEA GENOVA è un'associazione a carattere Regionale con autonomia giuridica ed amministrativa, cui fanno capo le Associazioni a carattere Provinciale (Associazione IMPERIASAVONA), nonchè tutti i GAA della Regione Liguria.

La Fondazione IDEA, le Associazioni IDEA ON-LUS, le Sedi e i Nuclei collaborano esclusivamente con le Strutture Pubbliche presenti sul territorio nazionale (ASL o Università) e non forniscono informazioni su strutture private o nominativi di ambulatori o studi che svolgono attività libero-professionale.

Fondazione IDEA ha predisposto un Codice Deontologico per regolamentare i suoi rapporti con le case farmaceutiche.

Fondazione IDEA La sostiene l'importanza delle terapie farmacologiche nei modi e nei tempi previsti dallo specialista, ma non l'esclusività del trattamento che trae i maggiori benefici da discipline di tipo psichiatrico, psicologico, incontri di gruppo, stili di vita. L'approccio integrato o per step delle varie metodologie rappresenta l'eccellenza terapeutica nel trattamento di depressione, ansia e disturbi dell'umore.

DEA, Istituto per la ricerca e la prevenzione della Depressione e dell'Ansia, nasce nel 1993 a Milano con l'intento di diffondere una corretta conoscenza della sofferenza psichica, stimolare una consapevolezza pubblica sulla gravità di queste malattie e sulle possibilità di terapie, sostenere la ricerca scientifica in ambito nazionale ed internazionale, fornire supporto a chi ne soffre e ai famigliari. Nel 1995 ha ottenuto il riconoscimento giuridico da parte della Regione Lombardia. La serietà, la solidità di struttura e la capillarità di diffusione nell'intero territorio nazionale, hanno permesso a IDEA di ottenere nel febbraio del 2006 il Riconoscimento Nazionale da parte della Prefettura di Milano.

"Dieci anni dopo l'uscita del libro "E liberaci dal male oscuro" (Giovanni (Continua a pagina 3)

Associazione Idea Genova Onlus Via San Luca, 15/5 - 16124 Genova Tel: 010 24.76.402 Lun Merc Giov ore 16-18 e Mart ore 10-12 Numero Verde 800.538.438 Fax: 010 24.78.728 Email: ideagenova@libero .it (Continua da pagina 2)

Battista Cassano, Serena Zoli. Ed.Longanesi &C.), avvenuta il 19 marzo del 1993 e oggi giunto alla seconda edizione, il panorama è completamente cambiato. Sembra passato un secolo, cambiata un'era. Psichiatra era allora un nome offlimits, alla lettera "roba da matti". Nessuna perrispettabile sona avrebbe mai nei fatti, e tantomeno dichiaratamente, consultato uno. Al massimo, un neurologo, parola e figura più neutre. La depressione. come termine medico e come malattia, risultava sconosciuta. Un'indagine condotta all'interno di una delle due principali case editrici italiane, quando ormai gli articoli e i servizi TV sull'argomento dilagavano, rivelò infatti che nel '91 e '92 tra quotidiani, settimanali e mensili l'argomento depressione era stato trattato in un anno, una decina di volte: ma si trattava della Grande depressione del '29, di depressioni economiche successive o incombenti

e. in un caso o due. di depressione del terreno. avvallamenti. Di medico nulla. Almeno sotto questo nome. Dopo, da marzo a dicembre '93, e ancora nel '94, nello stesso ambito editoriale gli articoli sulla depressione come malattia risultarono 51-52 e più o meno altrettanti, è lecito desumere, comparvero nei settimanali e mensili dell'altro grande polo editoriale. Per un totale di circa due articoli alla settimana (senza contare gli altri editori) che radio e TV accompagnavano con un profluvio di trasmissioni sul tema. Sì, era nata una nuova era. E le migliaia, i milioni di persone che in Italia soffrivano di questo male senza nome, e lo pativano nascostamente come vergogna e come colpa per una propria incapacità, trovarono voce: quel male aveva un nome, "depressione", e la dignità, il peso di una malattia. Una malattia "vera". Diversa dalle altre, sì, perchè si esprime attrasentimenti (angoscia, disperazione, insensibilità...) e non con

sintomi fisici, ma uguale alle altre patologie per la base biologica e per la curabilità con i farmaci. Fu una rivelazione sconvolgente: si poteva parlarne e si poteva sperare. Queste due aperture diedero la spinta a irrompere fuori dalle catacombe del silenzio a una folla di malati e di loro familiari, con un'esplosività emotiva e una ressa che rese non solo incandescenti tutti i nostri telefoni raggiungibili, ma nel caso del Professor Cassano arrivò a far saltare un centralino ospedaliero e. successivamente. la centralina allora della corrispondente zona della città...."

Una recente indagine nazionale ha stimato che circa 17,5 milioni di italiani adulti hanno sofferto almeno una volta nella vita di depressione o di ansia, che almeno 26 milioni hanno avuto un'esperienza diretta o indiretta, in quanto famigliari o amici, con queste patologie e l'Organizzazione Mondiale della Sanità prevede che, tra 10 anni, depressione e ansia saranno la seconda causa di invalidità nel mondo industrializzato. costi sociali di un simile evento sarebbero enormi, già oggi sono inutilmente elevati dal momento che la psichiatria moderna afferma che, se adeguatamente diagnosticate e trattate con terapie farmacologiche e psicologiche, ansia e depressione si possono contrastare e spesso quarire. Purtroppo la mancata conoscenza e la disinformazione creano ancora pesanti pregiudizi sociali, al punto che molte persone rifiutano l'idea stessa di soffrirne. Da 18 anni IDEA si batte affinchè sia considerato normale rivolgersi in tutta tranquillità allo psichiatra, si abbia accesso alle migliori terapie e via sia un'omogenea diffusione di centri specializzati su tutto il territorio nazionale.

MISSION

Nonostante i molti progressi realizzati negli ultimi venti anni, in una parte ancora rilevante della popolazione, l'ansia e la depressione sono considerati ancora oggi problemi che creano pregiudizio, isolamento, confusione e sofferenza con costi sociali inutilmente elevati. La Fondazione IDEA ritiene che il sostegno alla ricerca scientifica, il corretto aggiornamento sulle terapie disponibili, la costante divulgazione dei più qualificati centri di assistenza, la solidarietà e l'aiuto a chi vive nel disagio psichico e alle famiglie, siano gli strumenti più efficaci affinchè queste malattie possano e debbano essere curate garantendo, a chi ne soffre, una vita il più possibile serena.



Ore 19,00 - Accesso ospiti

Ore 19,30 - Presentazione dei gioielli di Bruna Guglielmi

Ore 20,00 - Cocktail prolongé

Ore 22,00 - Estrazione del soggiorno all'Hotel Hermitage

Sarà valido il numero del biglietto d'invito

Offerta libera a partire da € 100,00 a persona Presentare l'invito all'ingresso 1

Il ricavato della serata sarà interamente destinato a sostegno dell'Ambulatorio IDEA di Via Lemerle, 17 Genova Voltri



L'Associazione IDEA Genova con la Gioielleria Bruna Guglielmi

hanno il piacere di invitare la S.V. alla serata:

"IDEA SUL MARE"

a bordo del

MOTOR YACHT DIONEA

Mercoledì 6 maggio 2015 dalle ore 19,00

Porto Antico Marina Molo Vecchio (Magazzini del Cotone lato porto)

http://www.millemani.org/Chiamati.htm

PRESENTATA L'AUTO CONVOCAZIONE DEL VOLONTARIATO ITALIANO

volontariato italiano promuove una iniziativa che, partire dall'autoconvocazione del 9 maggio, dalle ore 10.00 alle 17.00 presso il Dipartimento di Comunicazione e Ricerca Sociale della Sapienza, Università di Roma (via Salaria 113). Proseguirà almeno fino al 5 dicembre 2015. Giornata internazionale del Volontariato. La crisi economica, sociale, culturale e politica che investe il paese richiama alla necessità ed al protagonismo di quel variegato mondo della solidarietà che raccoglie 4,5 milioni volontari e che esprime centinaia di migliaia di organizzazioni. Parte così una fase di mobilitazione che, favorendo un'espressione plurale, definirà il messaggio che il volontariato indirizzerà a se stesso e all'intero Paese

L'auto convocazione del volontariato italiano è promossa da Forum Nazionale del Terzo Settore, Consulta del Volontariato presso il Forum, Coordinamento nazionale dei Centri di Servizio volontariato per il (CSVnet). Conferenza permanente delle Associazioni, Federazioni e di Volontariato (ConVol), Caritas Italiana e Centro Nazionale Vo-Iontariato (CNV).

I volontari, a partire dai bisogni primari, sono presenti ovunque, intervenendo sul piano socioassistenziale, educativo, dell' inclusione sociale, dell'accoglienza, dell'immigrazione, del contrasto alla povertà e all'emarginazione, della tutela dei diritti, della salvaguardia dell'ambiente e del territorio, della cultura e del patrimonio artistico, di interventi di protezione civile e di impegno internazionale. Un'azione stabile, flessibile, creativa e spesso innovativa che, da sempre, rifiuta di rimanere confinata in spazi decisi da altri, e che percepisce il limite dell'attuale dibattito sulla Riforma del Terzo Settore. Una responsabilità civica che, pur impegnata nella concreta operatività del servizio quotidiano e gratuito per i beni comuni, esprime il dovere di condividere valori, preoccupazioni, proposte, anche per "dare voce" alle persone ai margini della società.

Il volontariato, capace di innervare da sempre le comunità territoriali di una presenza solidale, ha dunque bisogno di dare vigore e visibilità al suo pensiero, esercitando così quel ruolo politico che gli è proprio. Non si tratta di parlare di ciò che il volontariato fa ma di rendere evidente ciò che il volontariato "vede" nel presente e nel futuro. La mobilitazione è quindi dentro la crisi che il Paese vive per il contrasto alla povertà e a tutte le forme di diseguaglianza sociale; per l'affermazione della giustizia e della legalità; per la tenuta della democrazia; per la promozione dell'economia sociale; per favorire il dialogo e la cooperazione fra le generazioni.

Occorre recuperare parole e significati e, con questi, la capacità di leggere i contesti di riferimento in chiave di partecipazione ed inclusione. È importante capire cosa ci si attende dal volontariato. Ma è anche irrinunciabile descrivere quale Paese il volontariato vuole contribuire a costruire. L'attuale processo di riforma normativa del terzo settore deve essere letto anche quale consequenza di tali premesse e, in quanto tale, certamente costituirà elemento di riferimento del dibattito, a partire dall'esigenza di rimettere al centro di quel processo normativo l'azione civica, responsabile e volontaria, dei 4,5 milioni di cittadini che si impegnano quotidianamente per la comunità che vivono. Il disfacimento in atto nei modelli di società e di economia tradizionali chiede, da tempo, una responsabilità nuova personale e collettiva. Il momento è straordinario ed impone di superare i paradigmi culturali prevalenti. E la dimensione della responsabilità e della gratuità è in grado di offrire coscienza, forza e scelte per il cambia-

"Siamo qui per presenta-

CSVnet Coordinamento
Nazionale dei
Centri di Servizio
per il volontariato
Sede: Via del
Corso, 262 - 00186
Roma C.F.:
97299690582
tel. 0688802909
fax 0688802910 email:
segreteria@csvnet.

re un evento straordinario nella storia del volontariato italiano che sta attraversando, come il Paese, una fase storica complicata." Così ha esordito Pietro Barbieri, Portavoce del Forum Nazionale del Terzo Settore, presentando l'iniziativa di auto convocazione. "L'auto convocazione - ha proseguito Barbieri vuole rappresentare un momento di impatto, un'espressione forte di quello che il volontariato vuole essere in questa fase storica. Per questo non è pensato come una sola giornata, ma come un percorso partecipato che consentirà al volontariato di essere protagonista, di esprimersi e di proporre la propria agenda. Crediamo di essere ora nel momento giusto per la realizzazione di questo percorso".

"La proposta di legge uscita dalla Camera non tiene in alcun conto valori, richieste e proposte del volontariato organizzato" ha evidenziato

(Continua a pagina 5)











http://www.millemani.org/Chiamati.htm

(Continua da pagina 4)

Emma Cavallaro presidente della ConVol aqgiungendo "Siamo stati auditi ma non siamo stati ascoltati. La Convenzione delle Nazioni Unite sulla discriminazione delle persone con disabilità si intitola «Niente su di noi senza di noi», un forte messaggio che ben rappresenta i sentimenti del volontariato organizzato. Ci sembra che il welfare si stia trasformando in un investimento su qualcuno che potrà

contribuire al sistema produttivo e quindi non sia più tutela dei diritti delle persone più fragili".

"Vogliamo dare voce al volontariato, una realtà diffusa in tutto il Paese in modo eterogeneo ma capace di esprimere valori condivisi come il dono, la gratuità, la partecipazione e la responsabilità che sono il presupposto su cui costruire l'Italia che verrà. - ha dichiarato Stefano Tabò, presidente di CSVnet. Nella Riforma del Terzo

Settore abbiamo visto evaporare il principio di sussidiarietà nella gestione dei Centri di Servizio; chiediamo che venga riconosciuta l'identità e l'autonomia del Volontariato, non solo la sua capacità di rispondere operativamente ai bisogni sociali".

"Il 9 maggio - ha affermato Enzo Costa, Coordinatore della consulta del volontariato presso il Forum - il volontariato italiano alzerà la voce per dire le sue ragioni, che poi si traducono in 'valori', dal momento che sinora la politica italiana non lo ha fatto. Noi crediamo che il volontariato, che coinvolge milioni di cittadini, sia una pratica storica diffusa in tutto il Paese, e in quanto tale, un grandissimo patrimonio da sostenere e valorizzare. Il 9 maggio lanceremo un segnale, avremo una rappresentanza con molte facce e molte voci per dare espressione a questo Paese".

OGNUNO HA L'ETÀ DEI SUOI SOGNI

a forza dei sogni, la determinazione nel realizzarli, l'impegno a trasformarli in ideali che durano tutta la vita.

Ci sarà tutto questo nell'incontro dell'Università del Dialogo del Sermig, in programma martedì 5 maggio, a partire dalle ore 18,45. Ospite dell'Arsenale della Pace



SERMIG



di Torino sarà il regista Pupi Avati che dialogherà sul tema "Ognuno ha l'età dei suoi sogni".

Bolognese, classe 1938, Pupi Avati arriva al cinema dopo le esperienze da jazzista e rappresentante di surgelati: un sogno realizzato con determinazione. Vincitore di tre David di Donatello, oggi è uno dei registi e sceneggiatori più prolifici del cinema italiano.

L'incontro sarà trasmesso in diretta streaming sul sito www.sermig.org in modo che anche gli amici lontani possano partecipare insieme a noi a queste occasioni di formazione e crescita. L'Università del Dialogo è uno spazio di formazione permanente promosso dal Sermig, con l'obiettivo di riflettere sui problemi del nostro tempo in una prospettiva di speranza.

Inaugurata in Vaticano il 31 gennaio del 2004 da papa Giovanni Paolo II, negli ultimi anni l'Università del Dialogo ha accolto testimoni di ogni orientamento, della cultura e dei media, dell'economia e della politica, della solidarietà e dell'arte.

Adulti con responsabilità particolari disposti a confrontarsi con i giovani, realizzando anche in campo culturale quell'incontro tra generazioni che il Sermig considera indispensabile per cambiare il mondo.

Tra i relatori degli ultimi anni, Mario Deaglio, Marco Tarquinio, Arturo Brachetti, Simona Atzori, Ramin Bahrami, Raffaele Cantone, Elsa Fornero, John Elkann, Andrea Agnelli, i cardinali Renato Raffaele Martino e Ersilio Tonini, Erri De

Luca, Mario Calabresi, Aldo Maria Valli, Fabrizio Frizzi, Ingrid Betancourt, Massimo D'Alema, Gianfranco Fini, Gigi Buffon, Alessandro Vespignani, Susanna Tamaro, Alessandro D'Avenia, Sergio Chiamparino, mons. Jean Benjamin Sleiman, Samir Khalil Samir, Renato Kizito Sesana, Luca Jahier. Andrea Muccioli. mons. Cesare Nosiglia, Gianfranco Carbonato, Ferruccio De Bortoli, Claudio Monge, Domenico Quirico, Gian Franco Svidercoschi, Paul Bhatti, Lapo Pistelli, Antonia Arslan, Maria Rita Parsi, Cesare Falletti.

La sessione 2014-2015 ha come tema "Ognuno ha l'età dei suoi sogni".

Per info:
segreteria Sermig
0114368566
sermig@sermig.org
Sermig - Fraternità
della Speranza
Piazza Borgo Dora
61 - 10152 Torino
Tel. 011-4368566 Fax 011-5215571
www.sermig.org

nttp://www.millemani.org/Chiamati.htm

AL VIA LA SECONDA EDIZIONE DEL PREMIO ABI - FIABA - FEDUF

via la seconda edizione del premio "Finanza per il sociale", dedicato ai giornalisti praticanti e allievi delle scuole di giornalismo, per sostenere il loro impegno nel raccontare l'importanza della cultura finanziaria per il Paese. Nell'ambito della XIII edizione del FIABADAY Giornata Nazionale per l'Abbattimento delle Bar-Architettoniche, riere l'iniziativa indetta per il secondo anno consecutivo da ABI (Associazione Bancaria Italiana), e FIA-

BA (Fondo Italiano Abbattimento Barriere Architettoniche), quest'anno può contare anche sulla partecipazione della Fondazione per l'Educazione Finanziaria e al Risparmio (FEDUF). II premio, rafforzato nell'impegno, ha l'obiettivo di premiare il migliore articolo o servizio audio/ video che abbia affrontato "Il ruolo dell'educazione finanziaria e al risparmio come strumento di inclusione sociale".

L'elaborato dovrà, pertanto, evidenziare come migliorare il livello di

cultura finanziaria dei cittadini rappresenti una priorità sia per favorire la crescita economica sia per rispondere ad alcune delle principali esigenze sociali del nostro Paese. Migliorare la comprensibilità dei concetti di base dell'economia è infatti un passo cruciale per innalzare il livello di consapevolezza e responsabilità civica di ciascuno, fondamentale per avvicinare i cittadini al mondo economico, alle istituzioni, agli intermediari, al mondo dell'informazione.

La partecipazione è gratuita. Possono concorrere i praticanti e gli allievi delle scuole di giornalismo o

master riconosciuti dall'Ordine dei Giornalisti, autori di articoli in lingua italiana pubblicati da quotisettimanali, diani, periodici, testate online o di servizi radiotelevisivi tema in concorso. Ogni concorrente potrà partecipare con un solo articolo/ servizio, pubblicato, trasmesso o diffuso nel periodo compreso tra il 1° settembre 2014 e il 31 agosto 2015.

L'elaborato, insieme alla domanda di partecipazione, dovrà essere spedito per posta all'indirizzo FIABA – Premio "Finanza per il Sociale" Piazzale degli Archivi, 41 00144 Roma o per email indicando come oggetto la dicitura "Premio Finanza per il Sociale II Edizione"

ufficiostampa@fiaba.org entro il 7 settembre 2015. In caso di spedizione a mezzo posta farà fede la data del timbro postale. Gli elaborati dovranno comunque pervenire entro e non oltre il 10 settembre 2015. Nel caso di trasmissione in via telematica farà fede la data trasmissione, fatto salvo l'obbligo del partecipante di richiedere la conferma dell'avvenuta ricezione.

Per maggiori informazioni riguardanti le modalità di partecipazione è possibile consultare e/o scaricare il bando di concorso con relativo regolamento dal sito internet www.abi.it www.fiaba.org o richiederle ai seguenti contatti: la Segreteria Organizzativa del Premio al numero 06 43400800, Fax 06 43400899, e-mail ufficiostampa@fiaba.org; l'ufficio Rapporti con la stampa dell'ABI e-mail salastampa@abi.it; l'Ufficio Stampa FEDUF e-mail stampa@feduf.it

UFFICIO
STAMPA FIABA
Piazzale degli
Archivi n. 41 00144 Roma
Daniela De
Mitri Cell 320
7260526
Tel 06
43400800 Fax
06 43400899
Mail
ufficiostampa@
fiaba.org









http://www.millemani.org/Chiamati.htm

A MAGGIO OK PER 17 OGM

iciassette nuovi prodotti alimentari OGM per il consumo umano saranno autorizzati dalla Commissione Europea entro la fine di maggio. Lo rivela il Guardian, con uno scoop che anticipa di una settimana l'annuncio dell'esecutivo comunitario. Ad oggi, il Vecchio continente importa circa 58 prodotti geneticamente modificati, per la maggior parte mais, cotone, soia e barbabietola da zucchero degli Stati Uniti. Dietro il prossimo via libera ci sono proprio le multinazionali d'oltreoceano. biotech che stanno premendo con forza per accelerare i negoziati sul TTIP, l'accordo di libero scambio tra UE e USA in discussione dal 2013.

«Con le trattative sul trattato commerciale in corso, la pressione del settore è cresciuta e il



governo degli Stati Uniti lavora per aprire il mercato dell'Unione Europea alle importazioni di OGM e accelerare le procedure di autorizzazione – ha dichiarato Marco Contiero, direttore agricolo di Greenpeace – L'eventuale via libera a 17 colture geneticamente modificate nei prossimi giorni è il risultato di questa azione di lobbying».

Con le nuove regole sugli OGM gli Stati memrischiano bri grosso. Secondo le nuove regole per l'importazione previste dal TTIP, spiega il Guardian, i prodotti GM commercializzati in futuro riceveranno automaticamente il timbro dell'Agenzia europea per la alimentare sicurezza (EFSA). Gli Stati membri si troveranno a dover valutare caso per caso ogni nuovo prodotto e non riusciranno a vietarli tutti. Secondo la Commissione, infatti, l'opposizione di alcuni Stati agli OGM «di solito non si basa sulla scienza, ma su considerazioni che

riflettono il contesto sociale esistente nel Pae-Per questo, se se». l'EFSA ha classificato un prodotto come sicuro, i governi non potranno utilizzare motivazioni di carattere ambientale o sanitario per vietarlo sul proprio territorio. L'EFSA, per inciso, non ha mai bloccato un'autorizzazione per gli OGM. Gabellini, vice Gloria segretario del Coceral (Associazione europea che rappresenta il commercio di cereali, riso, mangimi, semi oleosi, olio d'oliva, grassi e forniture agricole) ha dichiarato che «abbiamo un mercato unico, quindi se si importa un prodotto si deve avere il diritto alla libera circolazione». Dalla società civile un coro di NO. Ieri, la Commissione Ambiente del Parlamento Europeo (ENVI) ha chiesto di escludere 5 settori chiave dai negoziati sul TTIP: i servizi sanitari, la carne agli ormoni, la normativa sulle sostanze chimiche, la clonazione

e, appunto, gli OGM. Da come stanno evolvendo gli eventi, sembra che ľesecutivo comunitario non abbia alcuna intenzione di prestare orecalle richieste chio dell'Europarlamento. quale non potrà far altro che approvare o respingere tutto il pacchetto a trattativa conclusa. La maggioranza dei deputati europei, ad oggi, è favorevole al TTIP, incluso Paolo De Castro, europarlamentare italiano che presiede la Commissione Agricoltura dell'assemblea comuni-Dall'altra parte taria della barricata centinaia di organizzazioni di tutto il continente, che sabato prossimo aderiranno ad una giornata globale di protesta contro gli accordi di libero scambio, per chiedere il blocco dei negoziati sul TTIP. Aprile 2015

MDC Genova e Liguria Via Caffa 3/5 sc. B – 16129 Genova – Tel/fax 010/3623036 – genova@mdc.it

MOSTRA LIBRI NEL GIRO

artedì 5 maggio, alle 17.30, nella Biblioteca Gallino, Genova, s'inaugura la mostra "La bicicletta e la Grande Guerra" nel centenario dell'ingresso dell'Italia nella Prima guerra mondiale (fino al 29 maggio, negli



orari di apertura della biblioteca, ingresso libero).

Si tratta di un museo letterario itinerante, progettato dall'associazione Ti con Zero e dalla Biblioteca della bicicletta Lucos Cozza, e fa parte dell'iniziativa "Libri in dell'iniziativa Giro", la seconda edizione di una manifestazione nazionale di promozione della lettura e della cultura della bicicletta, che coinvolge le sedi di tappa durante il Giro d'Italia. Installazioni e teatrini di Pessolano. Fernanda testi di Marco Pastonesi.

giornalista "Gazzetta dello Sport", e Attilio Scarpellini, giornalista di RaiRadio3, con una raccolta bibliografica tematica e il contributo economico della Tre Colli. La mostra prende spunto da libri, parole, curiosità, oggetti e teatrini di carta per esplorare i sentimenti, i luoghi e la vita degli italiani in bicicletta durante la Grande Guerra. Gli oggetti come fonte di ricostruzione storica, di appartenenza culturale, di storia personale. La letteratura per raccontare il quotidiano e i sentimenti di quel perio-

All'inaugurazione parteciperanno l'olimpionico

della pista Mino De Rossi, gli ex professionisti della strada Imerio Massignan, Luigi Zaimbro, Elio Di Maria e Luigi Ricciardi, il giornalista del "Secolo XIX" Giorgio Cimbrico e l'ex presidente del Genoa Renzo Fossati.

Biblioteca
Francesco
Gallino
Via N. Daste 8A 16149 Genova
Tel: 0106598126
Fax: 0106598125
www.biblioteche
digenova.it



ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE



Regionale Calabria

SERVICE MANAGEMENT SRL

Provider ID 3928 Service Management srl Via A.Scopelliti 1 88100 Catanzaro





Informazioni generali:

Destinatari:

Medici Chirurghi, Ostestriche, Associazioni di volontariato

50 Partecipanti con rilascio n. 6 crediti E.C.M.

Sono disponibili altri 30 posti per volontari e uditori, con attestato di partecipazione.

Iscrizione entro il 30/04/2015

E' possibile iscriversi inviando la scheda di iscrizione, compilata in tutte le sue parti, alla Segreteria Organizzativa via e-mail al seguente indirizzo

segreteria@servicedatabank.it

oppure

via FAX al numero <u>0961/720989</u>

La scheda di iscrizione è scaricabile direttamente dal sito di Avis Regionale Calabria: www.aviscalabria.it.

Le richieste di partecipazione saranno considerate in ordine di arrivo.

La pubblicazione della graduatoria definitiva dei partecipanti al corso sarà consultabile sul sito di Avis Regionale Calabria: www.aviscalabria.it nei giorni successivi alla chiusura delle iscrizioni.

> Segreteria Scientifica: Avis Regionale Calabria

Segreteria Organizzativa:

Gadco Regionale Calabria calabria@avis.it Tel. 0961780127



IL CORDONE OMBELICALE: IL POTENZIALE DELLE CELLULE STAMINALI 2

Corso di formazione E.C.M. 9 Maggio 2015

Ore 8.15 -8.45 Registrazioni partecipanti

Ore 8.45 – 09.30 Saluto Autorità e Presentazione Lavori Moderatore dell'evento Dott.ssa Pascuzzi Linda Presidente Gadco Provinciale Catanzaro

Ore 9:30 – 10.30 La donazione cordonale: il ruolo del ginecologo Dott. Luciano Notaro

Dirigente Medico 1ºlivello divisione ginecologia e ostetricia A.S.P. di Catanzaro – Presidio Ospedaliero di Lamezia Terme

Ore 10:30 – 11.00 Il Trapianto di cellule cordonali: una rivisitazione Prof. Roberto Miniero e Dott. Giuseppe Antonio Mazza Cattedra di Pediatria Università Magna Graecia di Catanzaro

Ore 11:00 – 11.30 Attività trapiantologica e nuove prospettive Dr.ssa Giulia Pucci

Responsabile Calabria Cord Blood Bank

Ore 11:30 COFFEE BREAK

Ore~11:45-12.45 Donazione del sangue cordonale: dall'informazione un gesto consapevole

Dr.ssa Laura Lupia Avis Giovani Calabria

Ore 12:45 - 13.45 Una goccia per donare

Dr.ssa Rosa Anna Arcuri

Ostetrica A.S.P. Catanzaro - Lamezia Terme

Ore 13:45 – 14.45 Il trasfusionista nella raccolta di sangue cordonale tra normativa e competenza

Dott.ssa Antonia Nisticò

Centro Trasfusionale Pugliese Ciaccio

Ore 14:45 - 15.45 Volontariato e Cittadinanza

Dott. Rocco Chiriano

Avis Regionale Calabria

Interverranno:

Comitato Regionale Calabria -

Croce Rossa Italiana a cura della Presidente Regionale

Dott.ssa Helda Maria Pasqualina Nagero – "Manovre salvavita pediatriche"

Centro Regionale Sangue – Dipartimento Tutela della salute e politiche sanitarie Regione Calabria

Dott.ssa Liliana Rizzo

Tavola Rotonda - Discussione

Ore 15.45 - 16.00 Compilazione del questionario E.C.M.

Ore 16.00 Chiusura del corso





Associazione Famiglie Malati Alzheimer ONLUS

INCONTRI PER CONOSCERE LA MALATTIA



Centro Arcobaleno Villa Viganego: Via Vado, 16 Genova – Sestri Ponente

Orario: 17-19 INGRESSO LIBERO

per info: afmagenovaonlus@gmail.com cell. 333.8581224 (Irene) cell. 345.6023325 (Alfredo)

O6 Maggio

Cosa è la demenza? Quali i sintomi e quali le cure? – Prof. Guido Rodriguez
AFMA GENOVA ONLUS: realtà territoriale, aspetti sociali. Sig.ra Anna Fedi
AFMAPONENTESAVONESE ONLUS – testimonianze: sostegno per chi si prende cura del
malato – Dott. Patrizia Pacagniella Gamba

13 Maggio

Disturbi cognitivi nelle varie fasi di malattia - Dott. Nicola Girtler Disturbi comportamentali nelle varie fasi di malattia - Dott. Andrea Brugnolo

20 Maggio

Caregiver: un ruolo ed un lavoro complesso, rischio stress e burn out, la comunicazione e la relazione nella cura - Dott. Barbara Dessi La sicurezza domestica - Dott. Carla Costanzi

27 Maggio

L'aiuto nel movimento e la mobilizzazione – Pott. Antonella Gelidi L'UVA geriatrica territoriale: una novità nel campo dell'assistenza alle demenze a Genova – Pott. M.Paola Barbieri

SEGUIRA' APERICENA OFFERTO DALL'AFMA A CHIUSURA DEL CORSO FORMATIVO

WWW.AFMAGENOVA.ORG

Seguici su Facebook



corso è articolato in 4 incontri con cadenza settimanale, che si svolgeranno il 6, 13, 20 e 27 Maggio 2015 dalle 17 alle 19 presso Villa Viganego, a Genova Sestri Ponente, Via Vado 16.

Il corso è gratuito e aper-

to a chiunque sia interessato all'argomento, famigliari di malati, medici, terapeuti e operatori del settore.

Vi chiediamo solo di effettuare l'iscrizione per telefono o posta elettronica, unicamente al fine di organizzare al meglio gli appuntamenti settimanali.

Il corso si concluderà la sera del 27 Maggio, dalle 19 in poi, con un'apericena offerta dalla nostra associazione a tutti i partecipanti.

Capire la malattia e il malato, come affrontare

la quotidianità in una situazione tanto difficile, sentire le testimonianze di altri "caregivers" e confrontarsi con loro, avere suggerimenti da esimi professionisti sarà un passo avanti e un valido aiuto per tutti.

L'AFMA è un Associazione senza scopo di lucro costituita da familiari di malati di Alzheimer i cui partecipanti sono tutti volontari, semplici persone che hanno avuto, e in alcuni casi hanno tuttora, a che fare con la malattia che ha tragicamente colpito un proprio caro. La necessità di unire le forze e portare avanti un progetto è nata dall' esigenza di non rimanere soli, di non incrementare le fila di chi - in una società superficiale e semplicistica come la nostra - vive nel totale disinteresse nei confronti del prossimo.

AFMA Genova ONLUS Associazione Famiglie Malati di Alzheimer Sede Legale: Via dei Costo 7h 16154 Genova Tel. Presidenza: 335 7297851 Tel. Segreteria: 333 8581224 e-mail: afmagenovaonlu s@gmail.com sito web: www.afmagenov a.org



NOI ABBIAMO CREDUTO ALL'AMORE!

La frase evangelica è un invito ad accogliere la provocazione che scaturisce dalla testimonianza di sei suore delle Poverelle che, nel Congo del 1995, non si tirarono indietro di fronte alle esigenze di un amore che comporta il dono della vita. Suor Floralba, suor Clarangela, suor Dinarosa, suor Danielangela, suor Annelvira e suor Vitarosa proprio perché hanno creduto all'amore hanno trovato la forza del "restare accanto" anche a prezzo della vita.

La loro testimonianza, nella semplicità e umiltà di chi è "abituato" ad avvolgersi tra i poveri, continua ad interrogare la nostra fede,

La comunità di Camaitino di Sotto il Monte propone in questo periodo ai pellegrini uno "spazio" per accogliere la loro "provocazione".

Ass. MilleMani " Insieme x condividere "



Invitano tutti al :

PELLEGRINAGGIO DALLA SACRA SINDONE AI SANTI DI BORGO DORA 10 MAGGIO 2015

"..viaggio" tra le vie del borgo Dora tra passato e presente tra i santi di ieri e di oggi... la storia che ritorna in questo borgo...

Ore 9.30 Ritrovo Piazza S. Gionanni (Duomo) per la partenza a piedi per le vie del borgo Dora attraverso il Balon

Per info e prenotazioni: 3388947902 o 3473060604

SINDONE 2 0 1 5

Ore 11 Arrivo al Serming

arsenale della pace. (nello spirito del Serming e per dare un valore alla nostra visita chiediamo ad ogni partecipante di portare un alimento o cancelleria da donare) Ore 13 Pranzo

Saremo ospiti del Serming (costo 7€ più extra)

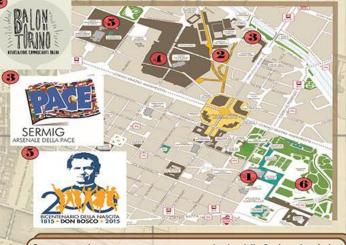
Ore 15 per chi lo desidera S.Messa

Ore 16 Continueremo il percorso attraversando il Cottolengo @ per arrivare ai luoghi di Don Bosco Valdocco e Maria Ausiliatrice

Ore 18 Giardini reali per ultima e conclusiva visita alla S.Sindone

Ore19.30 Rientro





Come vorrei che questi giovani trovassero nel volto della Sindone il simbolo della loro stessa esistenza: dubbi e speranza, mai l'uno senza l'altro. Nessuno più di Gesù provoca interrogativi e suscita risposte che danno speranza. Come vorrei che dallo sguardo prolungato con il Cristo molti giovani ritrovassero il senso del loro esistere e trovassero la forza di mettere in atto tutte le proprie potenzialità. Ci sono certamente tra loro nuovi "santi" di cui c'è bisogno per portare all'umanità la sapienza e la grande misericordia del Signore.

Ernesto Olivero (fondatore del Serming)







Associazione Portatori Impianto Cocleare

SPAZIO A.P.I.C. sportello di ascolto

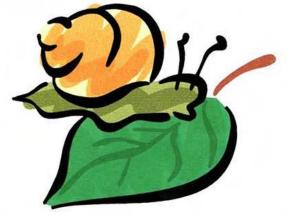


In collaborazione con l'AOU Città della Salute e della Scienza di Torino, l'A.P.I.C. è presente nel presidio Molinette al S.C. ORL2 Audiologia e Foniatria di via Genova, 3 presso il locali dell'ex biblioteca al 4° piano dal lunedì al giovedi dalle 9.30 alle 12.30 Lo sportello di ascolto A.P.I.C. è dedicato a chiunque voglia informarsi e/o confrontarsi sul tema della sordità. In particolare si rivolge alle persone che si trovano ad affrontare la realtà della diagnosi, ai genitori di un bambino di pochi mesi, all'adulto e ai loro famigliari.

I volontari dell'A.P.I.C. presenti allo sportello cercheranno di trasmettere il loro bagaglio di conoscenze ed esperienze personali maturate come portatori di impianto cocleare. Vi aspettiamo.

DAL LUNEDI AL GIOVEDI **DALLE 9.30 ALLE 12.30**

Il venerdi solo su appuntamento Presso i locali dell'ex biblioteca di Audiologia in v. Genova 3 al 4° piano



www.apic.torino.it info@apic.torino.it

011/8981674 3335378006









Il Centro Civico Cornigliano con il patrocinio del Municipio VI Genova Medio Ponente presentano la mostra espositiva

"Spreco? No grazie"

Dall' 11 al 22 maggio 2015

presso il Centro Civico Cornigliano

Viale Narisano, 14 – Genova apertura

lunedì 11 maggio 2015 - ore 10.00

Gli alumni dell'Istituto Comprensivo di Cornigliano, espongono gli elaborati del percorso educativo scolastico sullo spreco alimentare, organizzato dal Centro Civico di Cornigliano in collaborazione con:

Centro Orientamento ai Consumi Coop Liguria-Dottoressa naturopata Silvia Arcari Centro di Educazione Ambientale del Comune di Genova-Associazione Sole e Luna Museo del Garbo-Creativ e Miur-AMIU.

La mostra testimonia il grande impegno ed entusiasmo dei ragazzi e degli insegnanti che hanno saputo coinvolgerli per tutto il corso dell'anno scolastico con ulteriori attività sul tema trattato.

Hanno partecipato:

scuola materna J. Piaget scuola primaria D. Bosco scuola primaria D. Ferrero scuola secondaria di primo grado A. Volta

orario visita mostra

dal lunedì al venerdì, ore 9 - 19 sabato 9 - 13; domenica chiuso

http://municipiovi.prossimaformatagonova.it/riquadro/contro-civico-cornigliano





MUNICIPIO VIII
GENOVA MEDIO LEVANTE
Via Mascherpa 34 r - 16129 Genova
Tel 010 5579418 - Fax 010 5579413



Associazioni, Enti pubblici, Comitati, Fondazioni ed Istituzioni

operanti nel territorio del Municipio VIII Genova Medio Levante possono presentare entro le ore 12:00 del

15 maggio 2015

richieste di **PATROCINIO**, PROPOSTE di **CORSI** o **INIZIATIVE CULTURALI, SOCIALI, SPORTIVE** ed **AGGREGATIVE** da svolgersi (o aventi inizio) nell'anno **2015** nei mesi di:

Giugno - Luglio - Agosto - Settembre

Le domande devono essere consegnate a:

Municipio VIII Genova Medio Levante Via Mascherpa 34r oppure trasmesse a: municipio8segreteria@comune.genova.it

La modulistica è scaricabile dal sito del Municipio http://www.municipio8mediolevante.comune.genova.it

INFO: Tel. 010/5579423 - 450 - 414 municipio8comunicazione@comune.genova.it

Alessandro Morgante
Presidente Municipio VIII Genova Medio Levante

Seguici su Facebook e sito municipale

GUARDIA ANTINCENDI

Sant'Olcese

1° MAGGIO in Ciaé



punti per la raccolta differenziata





Alla SCOPERTA di CIAE': alle ore 8:30

I volontari illustreranno un percorso escursionistico (EE) di circa 4 h per raggiungere Claé percorrendo un tratto dell'Alta Via del Monti Liguri



prodotti locali gustosi e sostenibili

stoviglie biodegradabili

PROGRAMMA

COME ARRIVAR

ORE 8,30 Alla Scoperta di Ciaè percorso escursionistico (EE)

ORE 10,30 Visita guidata

al Sentiero Botanico

ORE 11,15 Santa Messa

ORE 11,45 visita guidata

al Sentiero Botanico

ORE 12,30 Rancio

ORE 14,15 Giochi per i bambini

ORE 15,00 Merenda insieme

Corriera sostitutiva Trenino Genova-Casella fermata Sant'Olcese Tullo

(a piedi 20 min. per Ciaè lungo il Sentiero Botanico)

Dalla Stazione di Genova (Manin)

9,00-10,20-11,10-12,30-14,35

Dalla stazione di Casella 9,15-10,05-11,25-12,15-14,20

Dalla stazione di Tullo per Genova

15,52-16,42-18,02

Dalla stazione di Tullo per Casella

15,17-16,07-17,27-18,15

In caso di pioggia la Festa si terrà domenica 3 maggio

LA VOCE DELLE ASSOCIAZIONI PERIODICO DI MILLEMANI E MOVIMENTO **RANGERS**

Dir. Resp. Padre Modesto Paris Indirizzi: Salita Campasso di San Nicola 3/3, 16153 Genova via XVII Settembre 12, 06049 Spoleto (PG) Via A. Vespucci 17, 10093 Collegno (TO) Fossato San Nicola 2, 16136 Genova

Genova:

Tel.: 010.6001825

Fax: 010.6593603— 010 8631249

E-mail: ag.tamtamvolontariato@fastwebnet.it

Tel. e Fax 0743.43709

Collegno: 333 1138180

Tra le finalità, come si legge nello statuto, quelle di

- divulgare all'esterno ideali, notizie e quant'altro scaturisca dagli scopi e

ideali delle associazioni che vi aderiscono, tramite vari "Media":

- dare spazio, aiutare e collaborare con tutte le associazioni di volontariato con cui sarà possibile, al fine di promuovere, far conoscere e far

avvicinare tutte le realtà di volontariato;

- dare risalto alle realtà disagiate per sensibilizzare l'opinione pubblica e tentare di adottare provvedimenti utili dal punto di vista umano e sociale;
- servirsi della collaborazione di persone svantaggiate allo scopo di tentare un reinserimento nell'ambito sociale.





Www.millemani.org Www.movimentorangers.org

II Nostro Spirito



Se ognuno pensasse a cambiare se stesso, tutto il mondo cambierebbe.

(Bayazid)

"se molti uomini di poco conto, in molti posti di poco conto, facessero cose di poco conto, allora il mondo potrebbe cambiare".

(Torelli)

Non riteniamoci degli eroi per ciò che facciamo, ma semplicemente persone che accolgono

la vita come un dono e che cercano di impegnarlo per il meglio, per il bene. Se saremo in tanti a compiere questa scelta, il mondo sì che potrebbe cambiare.

D'altro canto, non dobbiamo ritenerci indegni o incapaci perché tutti possiamo, ad ognuno è data la possibilità di rendere migliore la propria vita e, insieme ad altri, di trasformare il mondo.

"Se questi e quelli, perché non io?"

E' l'incitamento di Sant'Agostino a non aspettare che inizi Tocca a te. qualche altro. oggi, cominciare un cerchio di gioia. spesso basta solo una scintilla piccola piccola per far esplodere una carica enorme.

Basta una scintilla di bontà e il mondo comincerà a cambiare.

Nessuno si senta obbligato a diffondere la Parola di Dio, tramite mail. Infatti, chi non si sente pronto a farlo, sappia che prima deve imparare ad accoglierla nel proprio cuore e poi, pian piano troverà il piacere di trasmetterla ad altri. Non inganna mai! Non abbiate paura! Spalancate le porte a Cristo (Giovanni Paolo II). In internet circolano miliardi di parole spesso vuote, insulse, volgari, offensive ecc. e allora gustiamoci la PAROLA DI DIO! Se qualcuno si vergognerà di me e delle mie parole, il Figlio dell'uomo si vergognerà di lui quando ritornerà nella gloria sua e del Padre e degli angeli santi. (Lc 9, 26)

Dist. Orizz: 3, 7, 11, 15 I arnh. Casella: 3,756